

NETFLIX

Disney+

HBO max

prime video

CANAL+

22.05-28.05.2026

Popularny magazyn telewizyjny

Nr 21
18 maja 2026
cena 4,49 zł
w tym 8% VAT

Nr indeksu 37836A

Tele

tydzień

aż **100** stron
Program 98 stacji TV

**HISTORIA
JEDNEGO
FILMU:**

**JAK „ALEKSANDER”
STAŁ SIĘ HITEM**

BLISKO LUDZI:
• Paszport ważniejszy,
niż myślisz

**NATALIA SZROEDER
DAWID KWIATKOWSKI**

POLSAT HIT FESTIWAL 2026

**3 DNI
ZABAWY**

**PONAD 150 ARTYSTÓW, NAJWIĘKSZE
HITY I NAJLEPSZA ROZRYWKA
- SOPOT PONOWNIE STANIE SIĘ
MUZYCZNĄ STOLICĄ POLSKI. TEGO
NIE MOŻNA PRZEGAPIĆ!**



**TENIS ZIEMNY
FRENCH OPEN**



**RODZINKA.PL
CZAS
NA WIELKIE
FINAŁY**



WOJNA ZASTĘPCZA



**NA FAKTACH
PORWANY
AGNIEŚKA
CHYLIŃSKA**

**KONCERT
NA 50. URODZINY!**



M JAK MIŁOŚĆ



**LOMBARD.
ŻYCIE POD ZASTAW**



BENEFIS

WYWIAD

**WIESŁAW
OCHMAN**



Numer
w sprzedaży
do 24.05.2026

KUCHNIA TRUSKAWKOWA UCZTA - PRZEPISY PEŁNE SŁOŃCA

NOWA!

Kobieta i życie

Teraz więcej stron!

Aż 88 stron!

Miesięcznik nr 1 PLUS N

Kobieta i życie

2 MAGAZYNY
W CENIE JEDNEGO!
TYLKO

5,29 zł

Dorota Sumińska

Nikt tak jak ona nie tłumaczy nam mowy zwierząt

ZDROWIE

10 patentów na bezsenność
Lekarze rzadko o nich wspominają!

MODA

Spódnice czarodziejki
Sprytnie modelują i dodają lekkości

19 CHWIŁA RELAKSU

Krzyżówek
i zadań logicznych na lepszą pamięć

Gdy z wiekiem zaczyna brakować sił

CO ROBIĆ, ŻEBY CHCIAŁO SIĘ CHIEĆ

EKSPERT PODPOWIADA, SKĄD BRAĆ ENERGIĘ DO DZIAŁANIA I JAK NIĄ MĄDRZE ZARZĄDZAĆ



Przepisy od serca

NOWA KSIĄŻKA KULINARNA

30 pomysłów na smakowite dania



GOTUJEMY Z MIŁOŚCIĄ

• Co na obiad? Salatka i wkładka!

DOMOWA CUKIERENKA

• Słodkie popołudnie z truskawkami

KROK PO KROK

• Efektowne piknik w kolorze... bu

PRZEBOJE CZYTELNICZEK

• Karkówka, którą wszyscy uwielbiają
• Słodkości z kruszonką według rodzinnych receptur

PSYCHOLOGIA
Dwie babcie, jedna rodzina
Jak dbać o relacje i unikać nieporozumień

Gotujemy z miłością

NOWA KSIĄŻKA KULINARNA, a w niej sezonowe pyszności oraz specjalny czytelniczek



Plus SMAKOŁYKI DLA ZDROWIA

NOWE RUBRYKI!

- Tego lekarz ci nie powie
- Jak zadbać o dobre relacje
- Chwila relaksu przy krzyżówkach

Miesięcznik dostępny w punktach sprzedaży prasy i urzędach pocztowych

TOP MODEL

Na wybieg prosto z ulicy

Po raz pierwszy od lat jury uczestników do następnej edycji „Top Model” będzie szukać również na castingu otwartym! Chętni mogą stawić się na przesłuchania w Warszawie (30 maja od godz. 9.30 na skrzyżowaniu ul. Miodowej i ul. Krakowskie Przedmieście, a od 13.00 w studiu Transcolor w Szeligach; 31 maja casting

odbywać się będzie od 9.00 w studiu Transcolor – rejestracja pozostanie otwarta do 16.00). Organizatorzy przypominają o konieczności okazania dowodu tożsamości, ale poza tym pozostawiają kandydatom pełne pole do popisu: – Wyraż osobowość w swoim wyglądzie. Niech jurorzy się zachwyć! – zachęcają.

JK



NA DOBRE I NA ZŁE

Wiki wpadnie z wizytą



Katarzyna Dąbrowska znów zagości w Leśnej Górze. W mediach społecznościowych „Na dobre i na złe” pojawiło się nagranie z planu z nią i Polą

Gonciarz w rolach głównych. „Tęskniliście? Bo my bardzo” – brzmi podpis. Czy to oznacza, że Wiki na stałe wróci do serialu? Wątpliwe, ale przynajmniej wiemy, że warto wyglądać jej w jesiennych odcinkach. Dąbrowska odeszła z produkcji w 2019 roku, po jedenastu latach wcielania się w jedną z wówczas głównych bohaterek. Od tamtej pory gra m.in. w warszawskich teatrach Współczesnym i 6. piętro, sporo też śpiewa, a niedawno dołączyła do obsady „M jak miłość”.

JK

o tym się mówi

Już teraz wiemy, że serial powróci jesienią z nowymi odcinkami!



Oprócz pozostałych „atrakcji” detektywów czeka też poszukiwanie zaginionej dziewczyny.

Finał sezonu

DETEKTYWI

Wybuchowy finał

Ostatnie śledztwo przed wakacyjną przerwą będziemy oglądać przez aż dwa odcinki. W poniedziałek 25 maja nieznany sprawca podrzuci do biura detektywów bombę. Podczas gdy pirotechnicy będą zabezpieczać teren, śledczy odkrywają, że za zamachem stoi dawny członek znanej im już sekty Komuną Dobra. Jej guru przebywa

w więzieniu, ale z za krat steruje swoimi byłymi poplecznikami. Wkrótce Maciej Dębosz stanie się celem snajpera, a w budynku sprawdzanym przez Łabaja i Drawicza (Bartosz Waga, Andrzej Rozmus) dojdzie do eksplozji... Czy sekciarze dopną swego, przekonamy się w finale, we wtorek 26 maja o godz. 17.55 w TVN.

JK

STANISŁAWA CELIŃSKA (1947-2026)

Nic się nie kończy

W wieku 79 lat odeszła Stanisława Celińska, aktorka i wokalistka, dwukrotna laureatka Orła, znana m.in. z ról w „Nie ma róży bez ognia”, „Nocach i dniach” czy „Pannach z Wilka”. Przyszła na świat 29 kwietnia 1947 roku w Warszawie, w rodzinie pianisty i skrzypaczki; aktorką postanowiła zostać już jako

12-latką, zafascynowana książką o Helenie Modrzejewskiej. Debiutowała w 1970 roku w filmie „Krajobraz po bitwie” Andrzeja Wajdy. O jej śmierci poinformowała Joanna Trzcńska, która pożegnała przyjaciółkę słowami jednej z piosenek z repertuaru Celińskiej: „Spotkamy się wszyscy, bo nic się nie kończy...”.

JK

Stanisława Celińska – utalentowana i niezwykle wrażliwa aktorka oraz piosenkarka – odeszła 12 maja.



phot. Forum (2), TVN (3)

Specjalnie dla Tele Tygodnia

GAMOU FALL

To był niesamowity moment!

Aktor i sportowiec z głową pełną marzeń, Gamou Fall, do końca nie wierzył, że może wygrać 18. edycję „Tańca z Gwiazdami”. Tymczasem to w jego ręce powędrowała Kryształowa Kula!



W finale towarzyszyły Gamou jego mama oraz partnerka Eliza.



– Jesteśmy szalenie wdzięczni widzom, że na nas głosowali – mówi nasz rozmówca.



Walc wiedeński i słynna rama, która zachwyciła żeńską część jury.

Miał Pan przecucie, że wygra „Taniec z gwiazdami”?

Ależ skąd! Jeszcze stojąc za kulisami, Hania (Zudziwicz, przyp. red.) powiedziała, że po tym ostatnim występie i naszej wspólnej drodze zamyka ten etap, a sama wygrana, czyli Kryształowa Kula, nie ma już dla niej znaczenia. To zabawne, bo ja w środku czułem to samo. Miałem w sobie jedynie ogromną wdzięczność za to, co się wydarzyło podczas całego programu i za ten nasz finałowy taniec. To wszystko było dla mnie wielką nagrodą. Kiedy więc ogłoszono werdykt i okazało się, że to my jesteśmy zwycięzcami tej edycji, byłem w kompletnym szoku. Z wrażenia aż zaniemówiłem (śmiech). Czułem wszystkie emocje, które gromadziły się we mnie przez te cztery miesiące. To był niesamowity moment!

Dowodem na to, że Kryształowa Kula trafiła w odpowiednie ręce, było to, że Ewa Kasprzyk i Iwona Pavlović zapragnęły znaleźć się w Pana... ramie. To dla mnie wielka nobilitacja. Pamiętam, że kiedy

dziennikarze pytali mnie, czego oczekuję po tym programie, zawsze odpowiadałem, że dużą radością będzie dla mnie, jeżeli pani Iwona Pavlović wyrazi słowa uznania na temat mojej ramy (śmiech). To się już wydarzyło w poprzednich odcinkach, ale ten moment w finale był dla mnie symboliczny.

Teraz Pana życie zdecydowanie przyspieszyło. Do jakiego tańca by je Pan porównał?

Jestem na początku swojej rodzicielskiej drogi – mam półroczną córeczkę, więc, jak to przy małym dziecku, to bardziej quickstep, trochę salsa, ale przede wszystkim dominuje freestyle.

Jakie są Pana najbliższe plany zawodowe? Czy pojawiły się już nowe propozycje?

Niebawem rozpoczynam pracę nad nowym spektaklem teatralnym i wchodzę na plan dwóch seriali. Na razie skupiam się na aktorstwie i chcę się na tym polu szczególnie rozwijać, dlatego też nie zwlekam i korzystam z propozycji, które się pojawiają.

W ostatnim tańcu towarzyszyła Panu piosenka z wymownymi słowami: „Jestem wolny, już mnie porwał wiatr”. Czy poczuł Pan wiatr w żaglach?

Zdecydowanie tak. Czuję, że chociaż program się zakoń-

czył, dla mnie wszystko dopiero się zaczyna. Szalenie cieszę się, że mogłem w nim wystąpić i przedstawić się szerszej publiczności. Przyznam, że moim największym zwycięstwem, poza tym formalnym, jest to, że zyskałem ogromną sympatię ludzi.

Bo najpiękniejsze rzeczy dzieją się między ludźmi?

Dokładnie tak! To, ile wsparcia dostawaliśmy podczas programu razem z Hanią, było dla mnie aż szokujące. Mnóstwo ciepła, wiadomości, zainteresowania i pozytywnej energii. W najśmielszych snach bym o to nie prosił ani tego nie oczekiwał. To nas niosło, a mnie utwierdzało w przekonaniu, że to była dobra decyzja, żeby pokazać siebie i do końca sobą pozostać. W połączeniu z ciężką pracą doprowadziło mnie to do wygranej.

Na koniec zapytam: czy wszystkie Hanie to fajne dziewczyny?

Absolutnie tak! Moja mama też ma na imię Hania. Mogę potwierdzić, że wszystkie Hanie, które znam, to fajne dziewczyny, prawdziwe twardzielki. To zdeterminowane kobiety i wspaniałe dusze. Mam duże szczęście do Hań.

ROZM. MARZENA JURACZKO

FRYDERYK 2026

Najlepsi z najlepszych

Już w poniedziałek 25 maja (godz. 20.30, TVP 1) poznamy zwycięzców tegorocznych Fryderyków. Nagrody zostaną rozdane w 14 kategoriach, a najwięcej nominacji zdobyli Kasia Lins (zdj.) i zespół Kuban (po 4) oraz Kuba Badach (3). Wręczone zostaną także nagrody specjalne. W tym roku Złotym Fryderykiem wyróżniono zespół Lady Pank (za ogromny wpływ na scenę muzyczną) oraz pośmiertnie Stanisława Soykę (za to, że nie tylko wyznaczał kierunki w muzyce, ale też budował mosty między gatunkami i pokoleniami). **EGP**



Na żywo



ELEVEN MISSING DAYS

Co się stało z Agathą Ch.?

W grudniu 1926 roku Wielką Brytanię wstrząsnęła wieść o zaginięciu Agathy Christie. Zniknęła ze swojego domu, a jedynym śladem było jej auto porzucone na skraju kamieniołomu. Na poszukiwania ruszył cały kraj; Arthur Conan Doyle zaangażował w nie też jasnovidza. Pisarka znalazła się jedenaście dni później – w hotelu w Yorkshire, 296 km od domu. Nie pamiętała, jak tam trafiła. O tym, co mogło wydarzyć się między jej zaginięciem a odnalezieniem, opowiadać ma film „Eleven Missing Days”. Christie zagra Felicity Jones (zdj.); na ekranie pojawi się też Vincent Cassel jako szukający jej belgijski detektyw... **JK**

Finał edycji



Magda Gessler już szuka się do kolejnego sezonu.

KUCHENNE REWOLUCJE

Wciąż na topie

Od szesnastu lat Magda Gessler edukuje Polaków, jak prowadzić gastronomiczny biznes. Mimo upływu lat program wciąż jest na topie. Przyciąga widzów, a i uczestników, gotowych oddać się w ręce słynnej restauratorki, też nie brakuje. Dlatego już teraz wiadomo, że po wakacjach zobaczymy kolejną odsłonę „Kuchennych rewo-

lucji”. Zanim to nastąpi, czeka nas jeszcze finałowy odcinek 32. sezonu (emisja: CZ, 28.05, godz. 20.50, TVN). Tym razem odwiedzimy Cieszyn, w którym działa Winiarnia u Czecha. Niestety, odkąd właścicielką lokalu została Kasia, liczba gości zaczęła gwałtownie spadać. Czy uda się uratować restaurację przed zamknięciem? **MJ**

EKSPERYMENT: ODSIADKA

Za kratkami

Cieszysz się nieposzlakowaną opinią, jesteś rozpoznawalny i żyjesz według własnych zasad. Nagle trafiasz za więzienne mury. Jak poradzisz sobie w ciasnej celi, bez telefonu, kontaktu z bliskimi i pod nieustannym nadzorem więziennych strażników? Z takim wyzwaniem zmierzą się uczestnicy reality show „Eksperyment:

Odsiadka”. Program realizowany jest w autentycznych wnętrzach dawnego zakładu karnego w Bartoszycach. Wśród uczestników znaleźli się m.in. Zygmunt Chajzer, Michał Koterski, Jakub Rzeźniczak, Kacper „Jasper” Porębski i Damian „Stifler” Zduńczyk. Premiera już w piątek, 22 maja, w ZOOM o godz. 20.00. **MAM**



Co robi Zygmunt Chajzer w zakładzie karnym?

Nowość w TV!

HALO TU POLSAT

Lato ze słońcem

Co można robić w wakacyjny weekend rano? Przewrócić się na drugi bok, zjeść śniadanie, wypić spokojnie kawę, obejrzeć coś ciekawego w telewizji albo... iść do pracy. Takie lato czeka redakcję „halo tu polsat”. Nieoficjalne źródła donoszą, że produkcja programu postanowiła wziąć przykład z pozostałych audycji

śniadaniowych i w tym roku nie zawiesza emisji na czas wakacji – show nadal będzie towarzyszył nam w sobotnie i niedzielne poranki (latem z ramówki znikną jedynie wydania piątkowe). Na szczęście, dla zespołu tworzącego program taka praca to czysta przyjemność, a widzowie tylko na tym zyskają. **JK**

Przed prezydentami pracujemy wakacje!



Król na tronie – pan Wiesław Ochman podczas swego benefisu.

WIESŁAW OCHMAN

Jest własnością narodu

Wiesław Ochman jest, obok legendarnego Jana Kiepury, najszynniejszym polskim tenorem. Przez dekady jego arie wybrzmiewały w najlepszych operach świata. Dziś mamy wspaniałą możliwość poznać mistrza opery, oglądając benefis na jego cześć. Imprezę poprowadzi Filip Jaślar – będzie pięknie i... wesoło.

➤ WIELKA SŁAWA TO ŻART – BENEFIS WIESŁAWA OCHMANA SO 23.05

godz. 20.30 TVP 2

Nie każdy wie, że jest Pan magistrem inżynierem ceramiki. Skąd taki początek kariery?

Zacząłem się uczyć w liceum plastycznym w Bolkowie, które po dwóch latach zmieniono w Technikum Ceramiczne z kierunkiem zdobnictwa ceramicznego. Później, jak je skończyliśmy, to siedzieliśmy u mnie w pokoju w internacie. Przyjaciele szli na Akademię Górniczo-Hutniczą, a ja na Akademię Sztuk Pięknych. Ponieważ byliśmy od trzydziestego roku życia w internacie, to się zżyliśmy, byliśmy jak rodzina. Martwiliśmy się tym rozstaniem, w pewnym momencie jeden z kolegów mówi: „Słuchaj, Wiesiek, czy ty dasz radę namalować Bitwę pod Grunwaldem?”. Skromnie przyznałem, że nie. Zabrał papiery i wysłał je do Akademii Górniczo-Hutniczej. I po chyba trzech tygodniach dostałem wiadomość, że zostałem przyjęty na Wydział Ceramiczny. I tam zacząłem śpiewać w zespole Krakus, który zresztą istnieje do chwili obecnej. A porcelana interesuje mnie do dziś.

No dobrze, ale dlaczego zaczął Pan uczyć się śpiewu?

W akademiku na pewno śpiewałem głośniejszy niż inni. W związku z tym koledzy

W KILKU SŁOWACH

Urodził się w Warszawie 6 lutego 1937 r. Artysta, śpiewak operowy o barwie lirycznego tenora, reżyser, malarz, działacz kulturalny i charytatywny. Karierę międzynarodową rozpoczął w 1967 r. od występu w Operze w Berlinie. Potem występował w Monachium i Hamburgu. Śpiewał także m.in. w Operze Paryskiej oraz w Chicago i San Francisco. W 1975 r. zadebiutował w nowojorskiej Metropolitan Opera, w której występował przez 15 sezonów! Po 1999 r. zajął się także reżyserią operową. Z żoną Krystyną doczekali się córki Małgorzaty i syna Macieja.

powiedzieli, że muszę iść się uczyć. Może też z tego powodu, że bardzo często zajmowałem na długi czas łazienkę, bo tam jest świetna akustyka. Uczyłem się u profesora Gustawa Serafina. Gdy dostałem pierwszą nagrodę na konkursie w Szczecinie, koleżanka przysłała mi artykuł z „Kuriera Szczecińskiego”, zatytułowany „Czyżby przyszły Kiepura?”. Zostałem wezwany do Polskiego Radia i tam pani sekretarz partii powiedziała, że muszę sobie zdawać sprawę, że mój głos jest własnością narodu. Żeby się naród na mnie nie zawiódł, przestałem palić papierosy i po prostu w dalszym ciągu się uczyłem. Napisałem pracę magisterską i mój kochany profesor Tomasz Kuroś powiedział: „Niech pan idzie do tej opery, spróbuje pan, jak nie, to wróci pan, będzie robił tutaj doktorat, profesurę i tak dalej”. No i ja tak próbuję do chwili obecnej.

A kiedy Pan się zorientował, że jednak śpiewanie to Pana życie, Pana przyszłość?

Trudno powiedzieć. Jak debiutowałem w Operze Śląskiej, to sobie pomyślałem, że pośpiewam rok. I nie bardzo wierzyłem, że ten głos jest coś wart. No ale po roku, jak już tam pracowałem, opera mnie zafascynowała. Po prostu wtedy dopiero zacząłem się zastanawiać, że może trzeba się skupić na karierze, a nie myśleć o powrocie do zakładów ceramicznych.

Śpiewał Pan we wszystkich najpiękniejszych i najsyn-

niejszych salach operowych.

Czy któraś zrobiła na Panu największe wrażenie?

Muszę powiedzieć, że chyba Buenos Aires, Teatro Colón, czyli Teatr Kolumba. To jest przepięknie zbudowany teatr. Poza tym tam jest wyjątkowa publiczność, bo to są z reguły emigranci, prawda? To są ludzie, którzy tam przyjechali, Włosi, Hiszpanie, Polonosi itd. Oczywiście logiczne jest, że ponieważ śpiewałem 14 lat w Staatsoper w Hamburgu, to jest to miejsce bliskie memu sercu.

Pana pasją jest malarstwo. Co Pana w nim inspiruje?

Wszystko. Przede wszystkim światło. Mam wewnętrzną potrzebę malowania. To nie to, że ja sobie coś namaluję, tylko ja na przykład nie maluję miesiąc, nie maluję półtora miesiąca i nagle coś się zjawia, że muszę wziąć farby, stanąć przed płótnem i wtedy coś się dzieje. Oczywiście kiedy jestem na ulopie w Hiszpanii to widzę gotowe obrazy. Pięknie kładą się cienie białej architektury, palmy, kwitnące bugenwille i niezwykle światło.

Ma Pan wrażenie, że kariera Pana wnuka Krystiana niejako odkurzyła Pana postać dla szerszej publiczności?

No na pewno! Jest coś takiego, że jak wyklikuje się Ochman, to tam wyskakuje on, a potem także ja. Czyli musiało dotrzeć do szerszej młodzieżowej publiczności,

że dziadkowi Krystiana też się udało śpiewać (uśmiech).

Uważa Pan, że wnuk przeszedł w Pana ślady?

W moje ślady nie przeszedł. Z tego powodu, że jestem śpiewakiem operowym, a on jest śpiewakiem estradowym. I nawet popowym. Robi to, co jest związane z młodzieżową kreacją muzyczną. Poza tym muzyka operowa wymaga zupełnie innego podejścia do pracy. Po prostu to jest stuprocentowa dyscyplina we wszystkim. Natomiast muzyka estradowa pozostawia swobodę. I jemu to na

„Mówię młodym ludziom, że muszą zawsze śpiewać tak, jakby to była premiera.”

pewno bardziej odpowiada. Ale ma ze mną coś wspólnego: nie jest zazdrosny. No i piękny głos. Jest szalenie muzyczny, przeciwieństwo gra na trąbce i na fortepianie, sam komponuje. Próbuje też pisać teksty. I zrobił kolosalny postęp. Kiedy przyjechał parę lat temu na Akademię Muzyczną do Katowic, to jego język polski był bardzo sympatycznie kaleczony. Wszyscy chcieli, żeby go nie poprawiać, bo to jest urocze. Ale musieliśmy go poprawiać. Zrobił kolosalny postęp, jeśli chodzi o język. **A benefis, czyli taka bezpośrednia przyczyna naszego spotkania. Skąd się wziął pomysł?** Najpierw byłem przeciwny, bo nie przepadam za takimi wydarzeniami. Ale od 32 lat współorganizuję koncerty charytatywne Fundacji



RODZINNY DUET Z wnukiem Krystianem Ochmanem, który talent odziedziczył po dziadku.

Auxilium w Zawierciu, które wspierają Szpital Powiatowy w Zawierciu, i podczas tej pracy mój przyjaciel Jarosław Światała wpadł na pomysł festiwalu mojego imienia, promującego artystów różnych dziedzin. A trzeci dzień festiwalu to zawsze jest gala Auxilium, właśnie na szpital. I po prostu doszedłem do wniosku, że jeżeli ktoś to ma reżyserować, to Beata Harasimowicz, bo ogromnie mi się podobała jej praca przy benefisie Bogusia Łazuki. Oczywiście świetnie wywiązała się z tego zadania, po czym oznajmiła mi, że chciałaby zrobić mój benefis...

A kogo możemy się spodziewać na tym benefisie?

Występują: Grażyna Brodzińska, Justyna Steczkowska, Eleni, Renata Dobosz, Aleksandra Stokłosa, Katarzyna Bocheńska-Wojdył, Daria Śawczuk, Ewa Warta-Śmietana, Bohdan Łazuka, Adam Zdunikowski, Andrzej Poniedziałki, Oskar Światała, Krystian Ochman, Grupa MoCarta, no i ja też oczywiście.

ROZMAWIAŁA
KATARZYNA SOBKOWICZ



W DOMU (1973) Z żoną Krystyną pan Wiesław przeżył prawie 60 lat. Ich wspólną pasją było kolekcjonowanie obrazów.



PROWADZĄCY Z Filipem Jaślarem z kabaretowo-muzycznej Grupy MoCarta, podczas benefisu, który odbył się 31 marca br.



WŚRÓD GOŚCI BENEFISU Ze swoją przyjaciółką Eleni, którą niezwykle ceni za jej drogę artystyczną.

NASZA NADZIEJA Choć ostatnio nie wszystko układa się po myśli Igi Świątek, to przecież możemy mieć nadzieję, że nasza najlepsza tenisistka 6 czerwca wzniesie ręce w geście triumfu po wygranym finale turnieju. Wszak robiła to już czterokrotnie! A sama rekordzistka French Open, Christ Evert (7 zwycięstw), już kilka lat temu wyrażała obawy, że może stracić swój paryski rekord na rzecz naszej rodaczki.



DOMINATOR Nawet gdy na innych nawierzchniach za dobrze mu nie szło, przyjeżdżał do Paryża i... wygrywał. Rafael Nadal na kortach Rolanda Garrosa triumfował 14 razy! Nic więc dziwnego, że Francuzi postanowili uhonorować go w specjalny sposób – w 2021 roku nieopodal głównego wejścia na tenisowy kompleks stanęła rzeźba autorstwa Jordiego Dieza Fernandezera przedstawiająca tenisistę podczas jednego z jego charakterystycznych uderzeń.

TURNIEJ FRENCH OPEN

Witamy w Paryżu!

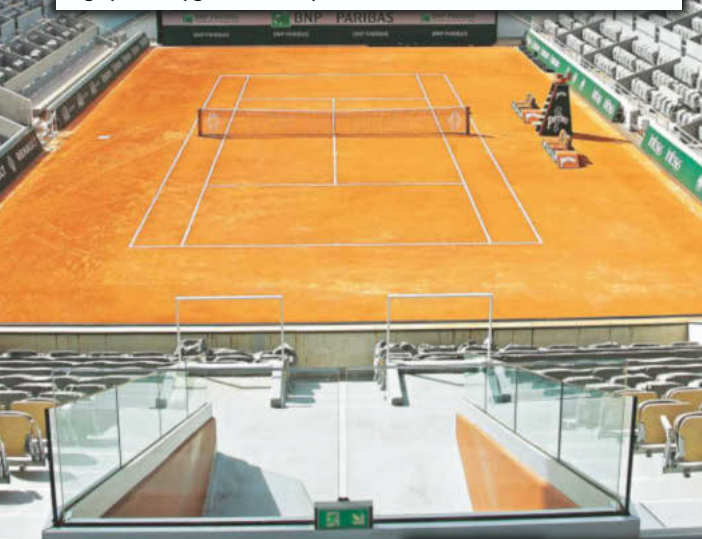
Gdy przychodzi maj, maturzyści drżą z emocji, zakochani wzdychają, a tenisiści niecierpliwie wyczekują spotkania z francuską „męczką”. Choć nie wszyscy – bo korty na Stade Roland Garros do łatwych nie należą... Jednak zwycięstwo w Paryżu nie tylko wybornie smakuje, ale też się wyjątkowo opłaca!

➔ **TURNIEJ FRENCH OPEN**
ND 24.05 godz. 11.00
EUROSPORT 1



SREBRNE UKORONOWANIE Na zwycięzców oprócz miłości tłumów czekają nie byle jakie puchary. Ten wręczany zwyciężczyniom w grze pojedynczej kobiet jest nazwany imieniem Suzanne Lenglen, pierwszej francuskiej tenisowej gwiazdy oraz czterokrotnej triumfatorce French Open. Puchar, którym honoruje się najlepszego gracza, nosi miano Pucharu Muszkieterów – na cześć drużyny francuskich tenisistów, którzy przez sześć lat zwyciężali w rozgrywkach o Puchar Davisa. Oba są z czystego srebra, a ten drugi waży aż 14 kilo!

TRUDNA NAWIERZCHNIA Paryska „mączka” jest specyficzna. Kilkumilimetrowa warstwa sproszkowanej czerwonej cegły spoczywa na białym wapieniu o grubości 7,6 cm. Z kolei pod nim znajduje się 15-centymetrowa warstwa skał wulkanicznych, a niżej 91 cm piasku. Wszystko to leży na betonowej płycie. Taka budowa sprawia, że piłka po uderzeniu zwalnia i odbija się wysokim koźłem, co wymusza długie wymiany, grę z głębi kortu oraz specyficzną pracę nóg opartą na ślizganiu. Wielu mistrzów, jak choćby John McEnroe, Boris Becker czy Martina Hingis, nigdy nie wygrało w Paryżu.



DLA OCZU I PODNIEBIENIA

Paryż, w przeciwieństwie do Londynu, nie ma jednego dania tradycyjnie związanego z French Open. Ale francuska kuchnia zadowoli najbardziej wybrednych. Wśród przekąsek sprzedawanych na Stade Roland Garros prym zwykle wiedzie croque monsieur, czyli francuska zapiekana kanapka. Na jej „nadzieniu” najczęściej składają się gotowana szynka, ser Gruyère lub Emmentaler oraz sos beszamelowy. Całość zapieka się na złoty kolor i serwuje z zieloną sałatą.



MONEY, MONEY, MONEY Ostatnio sporo się mówi o tym, że tenisiści chcieliby nieco inaczej rozliczać się z organizatorami turniejów, w których biorą udział. Trzeba przyznać, że w przypadku French Open przewidziane nagrody pieniężne robią spore wrażenie i co ważne – są równe dla kobiet i mężczyzn. Za grę w półfinale można zarobić 750 tys. euro, wicemistrzowie otrzymają 1,4 mln euro, a na konto zwycięzców wpłynie 2,8 mln euro, czyli blisko 12 mln złotych. Jest więc o co się bić.



POWIEDZ „NIE” CIĘŻKIM NOGOM



Pani Maria podczas wizyty u swojej przyjaciółki Zosi, zauważyła, że ta porusza się z imponującą łatwością, pomimo że wcześniej często narzekała, że czasami nie może wstać nawet z łóżka. Utrudnione były tak proste czynności jak chodzenie czy wejście po schodach. Zaintrygowana zapytała co takiego stosuje Zosia. Ta z uśmiechem pokazała jej nowy krem z apteki **Kolastaw**.

Bardzo bogaty skład w tym np. kwas hialuronowy, kolagen, elastyna, żywokost czy olejek CBD, bardzo zaciekałi Panią Marię i postanowiła sama spróbować. Już po krótkim czasie poczuła różnicę zupełnie jak Zosia! W końcu mogła razem chodzić na ulubione spacerunki z kijkami. Teraz z dumą obie polecają **Kolastaw** bliskim, wiedząc, że naprawdę pomagają przy wszelkim dyskomforcie!

Nowoczesny krem kolagenowo-hialuronowy z Apteki

Produkt Kolastaw otrzymał prestiżowy tytuł Superproduktu Świata Kobiety 2024, przyznany przez jury tego miesięcznika



zawiera **PONAD 250 SUBSTANCJI** biologicznie aktywnych!

»»» Dobre wchłanianie, szybkie działanie! »»»

- ✓ **Usuwa/zmniejsza obrzęki i opuchnięcie***
- ✓ **Daje ulgę zmęczonym nogom***
- ✓ **Zmniejsza widoczność zmian naczyniowych, tzw. „pajączków”***
- ✓ **Łagodzi uczucie dyskomfortu skóry suchej***
- ✓ **Jest wydajny w użyciu**
- ✓ **Poprawia kondycję skóry nóg***



Dostępny w Aptekach i Zielarniach

Kolastaw jest dostępny w Aptekach i Zielarniach. Możesz go także zamówić telefonicznie **+48 123 510 773** z dostawą do domu lub przez stronę internetową **WWW.NOVAFARM.COM.PL** Specjalna zniżka z kodem: **KOLASTAW****

*badania aplikacyjne: <https://novafarm.com.pl/badania-aplikacyjne/>, **zniżka obowiązuje tylko przy zamówieniach telefonicznych i na stronie. Novafarm tel: 616 350 824, www.novafarm.com.pl ul. Tadeusza 1, 43-382 Bielsko-Biała

REKLAMA

wydarzenie

polsat
HIT FESTIWAL

22-24 MAJA

Kayah i Dawid Kwiatkowski
wykonają swój wspólny
przebój.

POLSAT HIT FESTIWAL 2026

W rytmie lata

Już w ten weekend Sopot stanie się stolicą polskiej muzyki. Na scenie Opery Leśnej pojawi się ponad 150 gwiazd, a widzów czekają trzy wieczory wypełnione gorącymi przebojami, niezapomnianymi evergreenami, jubileuszami i solidną dawką humoru. Polsat Hit Festiwal 2026 tradycyjnie rozkręci lato!

Grzegorz Skawiński i Waldemar
Tkaczyk zapraszają na swój
jubileusz 50-lecia współpracy
artystycznej.

Tatiana Okupnik
zaśpiewa swoje
przeboje, bez których
trudno wyobrazić
sobie udaną
domówkę.


DZIEŃ DRUGI

Opera Leśna zamieni się w największą domówkę w Polsce, a widzowie koncertu „Gdzie się podziały tamte prywatki?” znów poczują klimat potańcówek z dawnych lat. Na scenie wystąpią m.in. Tatiana Okupnik, Wanda i Banda, Wilki i Ich Troje. Będzie sentymentalnie, energetycznie i głośno od pierwszej zwrotki! Chwilę później rozpocznie się koncert „Zostawili nam piosenki”. Najpiękniejsze utwory Kory, Marka Grechuty, Violetty Villas, Ryszarda Riedla i Ireny Jarcokiej przypomną Julia Wieniawa, Piotr Rogucki oraz Wiktor Waligóra.

Wiktor Waligóra
wykona utwory,
które na stałe
zapisaly się
w historii
polskiej muzyki.

➔ POLSAT HIT FESTIWAL 2026 SO 23.05 godz. 19.55 POLSAT

10 TELETYDZIEŃ




Justyna Steczkowska tej nocy zaśpiewa ze Skolimem piosenkę „Mamacita”.

Natalia Szroeder będzie gwiazdą koncertu upamiętniającego Krzysztofa Krawczyka.

DZIEŃ PIERWSZY


Przygotujcie się na eksplozję dźwięków! Koncert „Radiowy Hit Roku” otworzy Oskar Cyms, a na scenie pojawią się Dawid Kwiatkowski, Kayah, Wiktor Dydula i inne gwiazdy, które podbiły polski eter. Jubileusz 50-lecia będą świętować Grzegorz Skawiński i Waldemar Tkaczyk, przypominając przeboje KOMBI, KOMBII oraz O.N.A. Nie zabraknie zespołu Enej, który uczci 15-lecie zwycięstwa w „Must Be The Music”. Wzruszeń dostarczy koncert poświęcony pamięci Krzysztofa Krawczyka „To już 5 lat” z udziałem Natalii Szroeder i Miuosha. Jednym z wyjątkowych momentów będzie też premierowe wykonanie utworu „Mamacita” Justyny Steczkowskiej i Skolima.

➔ **POLSAT HIT FESTIWAL PT 22.05**
godz. 19.55 POLSAT



Wanda Kwietniewska z zespołem Wanda i Banda zaprosi nas na domówkę.

fot. AKPA (9), East News




Kabaret Moralnego Niepokoju spojrzy na codzienność z humorem i dystansem.


DZIEŃ TRZECI

Trudno wyobrazić sobie finał festiwalu bez kabaretów – od lat to właśnie śmiech i satyra w wielkim stylu zamykają sopocką imprezę. Tak będzie i tym razem. Wideo-wisko „Sopocki Hit Kabaretowy. Tu i Teraz” tradycyjnie zgromadzi największe gwiazdy polskiej sceny kabaretowej. O dobrą zabawę zadbają formacje, których nikomu nie trzeba przedstawiać: Kabaret Ani Mru-Mru, Kabaret Młodych Panów, Kabaret Moralnego Niepokoju, Kabaret K2 czy Kabaret Czesuaf. Zapowiada się wieczór pełen celnych żartów, kulturowych skeczów i śmiechu, który poniesie się daleko poza Operę Leśną.

➔ **POLSAT HIT FESTIWAL 2026**
ND 24.05 godz. 20.00 POLSAT



Jak zaczynać lato, to tylko z Kabaretem Ani Mru-Mru.



Kabaret Młodych Panów ponownie rozbawi sopocką publiczność do łez.

ULUBIENIEC Papież Pius IX (Paolo Pierobon) ze względu na rozgłos szybko zainteresował się sprawą Edgarda – chłopiec stał się jego oczkiem w głowie.

PORWANY

Narzucona wiara

Ta sprawa była jedną z wielu. Ale to właśnie porwanie Edgarda Mortary odbiło się szerokim echem na całym świecie. Być może nawet nieco przyspieszyło upadek Państwa Kościelnego. Ale wiele kosztowało bliskich chłopca.

A JEDNAK KSIĄDZ Ojciec Pius Edgardo Mortara (po prawej) ze swoją matką Marianną. Podobno duchowny przez lata próbował nawrócić swoją rodzicielkę.



➔ **PORWANY WT 26.05 godz. 22.25 ALE KINO+**

Przez dziesiątki lat w Państwie Kościelnym (istniało w latach 755-1870 w środkowych Włoszech) obowiązywało prawo, zgodnie z którym odbierano rodzicom sekretne ochrzczone żydowskie dzieci. Wprawdzie przez setki lat Żydzi mieszkali w specjalnie wyznaczonych gettach i nie mogli zatrudnić chrześcijańskich służących, ale nie przestrzegano tego zbyt radykalnie. To właśnie katolickie pomoce domowe z bardzo różnych przyczyn decydowały się czasem na udzielenie sakramentu

chrztu żydowskim podopiecznym. A gdy o takim fakcie dowiadywał się inkwizytor, odbierał dziecko siłą. Bo przecież Kościół uznawał te dzieci za chrześcijan.

Chrzest ze strachu

Edgardo, szóste z ośmiorga dzieci żydowskiego kupca Salomona „Momolo” Mortary i jego żony Mariany, przyszedł na świat 27 sierpnia 1851 roku w Bolonii. Kilka miesięcy później rodzina zatrudniła nową służącą – Annę „Ninę” Morisi, 14-letnią katoliczkę z pobliskiej wioski San Giovanni in Persiceto. Dziewczyna była niepiśmienna, za to pracowita, ale jak się okazało cztery

lata później – niezbyt rozsądna. Większość pracodawców na wieść o ciąży służącej rozstawało się z nią. Ale nie rodzina Mortara. Opłacili Ninie pobyt w domu położnej, a gdy urodziła, przyjęli ją znowu na służbę. Pracowała dla nich jeszcze dwa lata, potem zatrudniła się w innej rodzinie, a później wyszła za mąż i wróciła w rodzinne strony.

Minał rok i Mortarowie pewnie już zapomnieli o Ninie. Aż nagle 23 czerwca 1858 roku, chwilę po zmierzchu, rozległ się łomot do ich drzwi. Gdy Momolo je otworzył, ujrzał oddział papieskich karabinierów pod dowództwem marszałka

Pietra Lucidiego i brigadierza Giuseppe Agostiniego, którzy zażądali wydania sześciolatniego Edgarda. Powodem miał być potajemny chrzest chłopca, którego udzieliła mu służąca. Niebawem wyszło na jaw, że to Nina ochrzciła Edgardo, gdy ten miał parę miesięcy – chłopiec zachorował, a ona bała się, że umrze.

Ironia losu

Niestety, na nic się zdały interwencje u inkwizytora Bolonii – Piero Feletti stwierdził, że tylko wykonuje rozkazy... Choć Momolo był załamany, postanowił działać. Dzięki informacjom, które wysyłał do Żydów



STRACH I NIEDOWIERZANIE Gdy marszałek Lucidi (Bruno Cariello) zażądał wydania Edgarda, Mortarowie (Barbara Ronchi, Fausto Russo Alesi) nie mogli uwierzyć w jego słowa.

TRUDNE ODWIEDZINY Rodzice twierdzili, że przerażony chłopiec chciał wracać do domu, zaś urzędnicy kościelni zapewniali, iż dziecko jest zadowolone z pobytu w Domu Katechumenów.

REKLAMA

ZOOM

TELEWIZJA, KTÓRA POKAZUJE WSZYSTKO

DAJ SIĘ WCIĄGNĄĆ



EKSPERYMENT: ODSIADKA



KOBRA – ODDZIAŁ SPECJALNY



MAGIA NAGOŚCI. CZECHY



POD POKŁADEM

z innych części Włoch, o sprawie dowiedziała się również Europa Zachodnia. Rząd Państwa Kościelnego, z papieżem Piusem IX na czele, początkowo zamierzał zlekceważyć całą sprawę, ale w tej sytuacji musiał się nieco ugiąć. Wprawdzie chłopiec nie wrócił do rodziny, za to – co było absolutnie niezwykle – bliscy mogli odwiedzać go w rzymskim Domu Katechumenów.

Według relacji rodziny, początkowo Edgardo chciał wrócić do domu. Z czasem jednak zaczął interesować się naukami Kościoła katolickiego i – jak donosiły

prawicowe media – szybko zapragnął się nawrócić. Co więcej, podobno starał się również nawrócić własnych rodziców. Choć brzmi to mało przekonująco, faktem pozostaje, że Edgardo został nowicjuszem w zakonie św. Augustyna, przyjmując imię papieża i stając się Piusem Edgardo Mortarą. Gdy po likwidacji Państwa Kościelnego rodzina ponownie podjęła starania o jego powrót, Edgardo oświadczył, że pragnie pozostać przy wierze katolickiej. Zmarł w 1940 roku w jednym z belgijskich klasztorów.

HANNA MIŁKOWSKA



ODDAŁ ŻYCIĘ KOŚCIOŁOWI
Po wyświęceniu ojciec Pius Edgardo Mortara (Leonardo Maltese) zajął się pracą misyjną.



Dorota i Bartek cieszą się każdą chwilą spędzoną z Frankiem.

M jak miłość

Rodzina Lisieckich się powiększa. Natalia musi stawić czoło byłej partnerce Mikołaja. Niezrównoważona kobieta grozi im bronią.

TVP 2, 20.55 PO ODC. 1936
Dorota i Bartek mają powód do radości. Decyzją sądu nastoletni Franek dołącza oficjalnie do ich rodziny. Postanawiają to wspólnie uczcić. Joanna wciąż stara się walczyć z uczuciem do Artura. W końcu daje za wygraną. Decyduje się odejść

z przychodni i całkowicie zerwać kontakt z lekarzem. Kilka godzin później doktor Rogowski zjawia się u niej w domu i wyznaje miłość. Oboje nie mogą dłużej oszukiwać Marii. Tymczasem związek Natalii i Adama dotyka kolejny kryzys. Niezdecydowana kobieta ku roz-

paczy narzeczonego po raz trzeci przesuwają termin ślubu. Prosi o wsparcie babcię, zwierza się też ze swoich rozterek Bartkowi i mimo to ma coraz większe wątpliwości, czy ślub z Karskim to dobry pomysł. Hania dochodzi do zaskakujących wniosków, które tłumaczą niepewność mamy.



CHCESZ WIEDZIEĆ JESZCZE WIĘCEJ?

CZYTAJ ŚWIATSERIALI

Przyczynę widzi w jej spotkaniach z dyrektorem Lipińskim, do którego Natalia wyraźnie ma słabość. Kobieta strofuje córkę, ale jednocześnie umawia się z nowym przyjacielem na kawę i proponuje mu podwiezienie. Pod domem Mikołaja policjantka natyka się na Darię, jego dawną partnerkę. Okazuje się, że niezrównoważona psychicznie była ukochana najpierw zdemolowała samochód Mikołaja pod szkołą, a teraz zjawiała się u niego z pistoletem w rękę. Pragnie zemścić się na nim za porzucenie. Gdy Mostowiakówna próbuje ją unieszkodliwić, nagle pada strzał... **60 min**



Filigranowa blondynka...



...stanowi zagrożenie dla Lipińskiego...



oraz jego nowej przyjaciółki.

Klan

Judyta ma dość pretensji zięcia. Kornel zostaje zdemaskowany.

TVP 1, 18.00 PT ODC. 4721
Pacjent Rafalskiego rezygnuje z terapii, która według niego nie przynosi efektów. Krzysztof i Lutka proponują Chojnickiemu wyjazd do Włoch. **35 min**

PO ODC. 4722
Tola skarży się koleżance na nadopiekuńczość ojca. Leopold ostrzega Ulę, że romans Kornela z Ostrą jest prawdziwy. **35 min**

WT ODC. 4723
Monika niepokoi się o Daniela, który po awanturze nie wrócił na noc. Rutka wciąż ma pretensje do teściowej. **35 min**



Igor nie dogaduje się z matką Irminy.

SR ODC. 4724
Daniel wręcza matce oraz Kai kwiaty i je przeprosza. W domu Kazuniów trwają przygotowania do powrotu Bożenki. **35 min**

CZ ODC. 4725
Po kolejnej kłótni z zięciem Judyta postanawia wyjechać. W hotelu Czesiek nakrywa Kornela z Ostrą. Brajan dostaje szansę na rozwój zawodowy. **35 min**

Na Wspólnej

Monika i jej bliscy przechodzą trudne chwile. Mariusz trafia do szpitala.

TVN, 20.15 PO ODC. 4217
Po ostatnich wydarzeniach Monika jest w rozrypcie. Uspokaja ją dopiero rozmowa z ojcem.



Wsparcie ojca okazuje się bezcenne.

Eliza nie może uzyskać informacji o stanie Bartka. Mężczyzna czeka na operację. **35 min**

WT ODC. 4218
Remigiusz oświadcza się Brygidzie. Ich matki potajemnie planują sprzedaż rodzinnej firmy Bożydara. Jarek spędza noc z klientką. **35 min**

SR ODC. 4219
Mariusz traci przytomność i trafia do szpitala. Julka wagaruje. Wraca do domu pod wpływem narkotyków. **35 min**

CZ ODC. 4220
Sandra przejmuje władzę w redakcji, ale Smolny skutecznie ją ucisza. Po kłótni z ojcem Julka ucieka do Leona. **35 min**



Dziennikarka z dumą prezentuje Złote Pióro.

Barwy szczęścia

Weronika zdobywa prestiżowe wyróżnienie. Stański i Różańska biorą ślub w Las Vegas.

TVP 2, 20.05 PT ODC. 3386

Rano Ewa i Romeo odbierają lawinę wiadomości od Eli i Aldony. Weronika jedzie na galę. **40 min**

PO ODC. 3387

Dominika kupuje Feel Good. Bruno namawia Karolinę na spontaniczny ślub w Las Vegas. **35 min**

WT ODC. 3388

Justin uważa, że deepfake z nim i Reginą to sprawka Karoliny. Kobieta wyznaje prawdę



Bruno pożałuje pochopnej decyzji.

mężowi. Weronika zdobywa prestiżową nagrodę dziennikarską, co wyraźnie budzi zazdrość Modrzyckiego. **35 min**

SR ODC. 3389

Bogumił opuszcza szpital. Planuje pozew przeciwko Borysowi i Aldonie. Lucyna ukrywa, że Wilk jest jej synem. **35 min**

CZ ODC. 3390

W pracy Renata znajduje schowane wcześniej przez siebie leki. Romeo i Ewa biorą ślub w tajemnicy przed rodzinami. **35 min**

Pierwsza miłość

Córeczka Jadzi zaczyna się inaczej zachowywać. Jurek decyduje, że konieczna jest hospitalizacja.

Polsat, 18.00 PT ODC. 4222

Bartek kontynuuje poszukiwania Kazanowej. Rozwiesza plakaty. Cierpiąca na wadę serca córeczka Jadzi zaczyna dziwnie oddychać. Jurek stwierdza, że musi pilnie trafić do szpitala. **50 min**

SR ODC. 4225

Julka pragnie lepiej poznać ojca. Kacper odradza Marysi organizowanie ich spotkania, bo mężczyzna miewa napady agresji. **50 min**

CZ ODC. 4226

Policjanci weryfikują trop z telefonu. Biorą pod lupę nastoletniego syna Zenka. **50 min**

PO ODC. 4223

Melka i Laura badają zaginięcie bezdomnego Marcinka. Sprawą interesuje się Łucja. Julita i Florek konfrontują się podczas praktyk. Marek żąda usunięcia ich ze stażu. **50 min**

WT ODC. 4224

Do We-Medu przybywa ojciec Floriana i zastępca dyrektora Okręgowej Izby Lekarskiej. Interweniuje w sprawie syna. **50 min**



Doktor zauważa niepokojące objawy.

Na dobre i na złe

Doktor Malewicz składa zawiadomienie na policji.

TVP 2, 20.55 SR ODC. 995

Do szpitala w Leśnej Górze trafia chłopak po próbie samobójczej, uratowany przez współlokatorkę. Gdy stan młodego pacjenta nagle się pogarsza, Julka i doktor Jakubek rozpoczynają dramatyczną walkę o jego życie. Z problemami borykają się także Gloria i Beger. Ich pacjentka zmagą się z powikłaniem po wszczępieniu



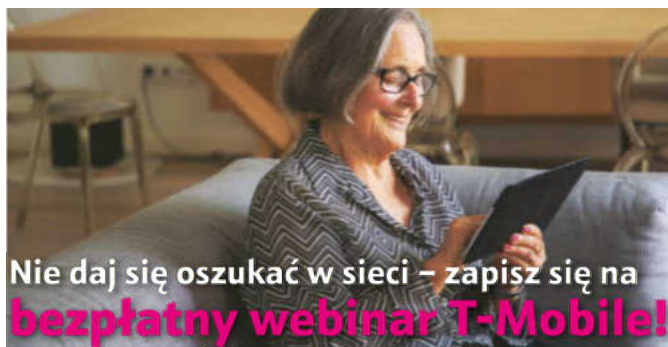
Lekarka stawia czoło przeszłości.

bajpasów – w stencie powstaje zakrzep. Maria w końcu zgłasza na policji gwałt, a Dobrego niespodziewanie odwiedza w szpitalu jego żona Dorota. Blanka po pracy spotyka się z zaprzyjżnioną pacjentką, Zużą. Do Leśnej Góry wraca prawnik Maciej, który wcześniej zwrócił uwagę pielęgniarki Majki. **60 min**



Gloria przeżywa niepowodzenie.

REKLAMA



Nie daj się oszukać w sieci – zapisz się na **bezpłatny webinar T-Mobile!**

Czy zdarzyło Ci się zastanawiać, co jest prawdą w internecie, a co sprytnym oszustwem? W dzisiejszym świecie nowych technologii łatwo się pogubić – dlatego T-Mobile zaprasza na bezpłatne webinary, które pomogą Ci poczuć się pewniej i bezpieczniej online.

Podczas spotkania w prosty i przystępny sposób dowiesz się, jak:

- rozpoznawać fałszywe wiadomości (fake newsy),
- bronić się przed oszustwami w internecie,
- odróżniać prawdę od manipulacji,
- zrozumieć, czym jest sztuczna inteligencja (AI) i jak działa.

Spotkanie ma pomóc lepiej zrozumieć cyfrową rzeczywistość i korzystać z niej bez obaw.

Webinar odbędzie się 28 maja o godz. 10:00. Udział jest bezpłatny, jednak obowiązują wcześniejsze zapisy. Rejestracja możliwa jest za pomocą kodu QR – wystarczy uruchomić aparat w telefonie i skierować go na kod, aby przejść do formularza zgłoszeniowego. →





Lombard. Życie pod zastaw 18

TV Puls, 19.00 PT ODC.1009

Diler Mazur jest dłużny szefowi, Klausowi, mnóstwo pieniędzy. Choć od lat pracuje dla gangstera, ten wydaje na niego wyrok śmierci. Chce w ten sposób pokazać, że nie warto mu się narażać. Najemnicy podkładają bombę pod samochodem. Nieświadomy podstęp Mazur jedzie do lombardu, aby zastawić auto. Kazimierz udaje się do sądu, by zeznawać w sprawie Kapicy. Dostaje zaskakujące wiadomości. Alicja też czeka na swoją rozprawę. Liczy, że wywalczy opiekę nad Tosią. Andżela idzie do przedszkola. Wychowawczynie oznajmia, że ktoś już odebrał Igora. **60 min**



Powrót

TVP 1, 20.30 PT ODC. 5

Zoja nabrała przekonania, że jej ojciec żyje. Była tak zdeterminowana, aby poznać prawdę w sprawie jego tajemniczego zmartwychwstania, że zdecydowała się poprosić o pracę w piekarni. Zyskała już pewność. Teraz chce, aby ojciec wrócił do domu i swojego dawnego życia. Tymczasem stopniowo poszerza się grono osób, do których dotarła informacja o tym, co spotkało Jana po śmierci. Niebawem w jego nowym miejscu pracy pojawia się agent ABW, który zabiera mężczyznę na przesłuchanie. Wypytuje o przebieg wydarzeń. Starostecki jednak nie potrafi mu tego racjonalnie wyjaśnić. **60 min**



Komisarz Alex 25

TVP 1, 20.25 SO ODC. 319

Zostaje znalezione ciało zaginionej 35-letniej Magdy Siewierskiej. Stróża prawa wszczynają śledztwo. Głównym podejrzanym jest mąż kobiety, Tomasz. Chociaż dowody obciążające mężczyznę są jednoznacznie, funkcjonariusze nabierają wątpliwości, czy faktycznie to on zabił żonę. Kluczową rolę w rozwikłaniu zagadki odgrywa Alex, który szybko wpada na trop prawdziwego sprawcy i uparcie podąża jego śladem. Ta determinacja wystawia owczarka na niebezpieczeństwo. Zespół inspektora Gancarza musi zrobić wszystko, by ocalić mu życie. Rozpoczyna się wyścig z czasem. **60 min**



OSTATNI

Wojna zastępcza

TVP 1, 20.25 ND ODC. 13 Budyń wyjawia współpracownikom, że był szantażowany, a presja ze strony wroga zmusiła go do milczenia. Wyznanie sprawia, że zespół decyduje się na śmiały, chociaż obciążony ryzykiem plan przejścia groźnych ładunków. Trop prowadzi grupę do opuszczonego portu nad rzeką. Niebawem dochodzi tam do decydującego starcia. Wspierani przez Bohdana i Nastię agenci podejmują desperacką próbę przechwycenia pocisków i udaremnienia nuklearnego ataku planowanego przez Smirnoffa. Spoczywa na nich ogromna odpowiedzialność. Od powodzenia tej akcji zależy bowiem życie tysięcy ludzi. **60 min**

Ranczo 3



TVP 1, 8.50

PT-CZ ODC.36-41

Dzięki gorliwości Dudy w składaniu wniosków Unia przyznała gminie 15 milionów euro. Proboszcz postanawia doprowadzić żyjącą w Wilkowyjach parę do zawarcia małżeństwa. Przed ołtarzem stoją Michałowa i Japycz oraz Lucy i Kusy. **60 min**

Policjantki i Policjanci



TV 4, 19.00

PT-CZ ODC.1430-1434

Miłosz i Emilia interweniują w sprawie 10-letniego Antka, który brał udział w niebezpiecznym internetowym wyzwaniu. Trop prowadzi do patostreamera. Marek nie stawia się w pracy. Jego miejsce zajmuje Natalia, co zaskakuje Darię. **60 min**

Rodzinka.pl



TVP 2, 20.00

SO ODC.313

Kuba nie ustaje w staraniach, by uratować związek z Sonią. Ludwik odbywa szczerą rozmowę z Natalią. Nagle pojawia się podejrzenie, że Magda właśnie zaczęła rodzić. Zofia robi odważny krok – proponuje Kacprowi, by razem zamieszkali. **30 min**

Alternatywy 4



TVP 1, 8.55

ND ODC.7

Gospodarz wciąż organizuje nowe zajęcia dla mieszkańców. Lokatorzy mają dość tyranii. Majewski, Balcerek, Kofek, Kotek i prof. Dąb-Rozwadowski zawiązują spisek. Pod pismem o odwołanie Anioła podpisuje się wiele osób. **65 min**

La Promesa – pałac tajemnic



TVP 2, 15.05

PT-CZ ODC.396-400

Jana postanawia opowiedzieć Manuelowi o swojej przeszłości. Abel wywiera presję na Jimenie, by wyznała prawdę o udawanej ciąży. Maria oskarża Verę o kradzież pieniędzy. **55 min**

Szpital św. Anny



TWN, 16.50

PT-CZ ODC.31-35

Kaja rozmawia z Zytą o liście z Okręgowej Izby Lekarskiej oraz problemach z zarzutami. Zosia i Filip szukają się do ślubu. Niespodziewanie kobieta dowiaduje się, że ich dom weselny sponął. **65 min**

Grantchester 10



Ale kino+, 20.10

ND ODC.5, 6

Alphy pomaga Leonardowi, który jest podejrzany o zabójstwo strażnika. Geordie nie wie, czy może ufać oskarżonemu. Partnerzy prowadzą też śledztwo dotyczące śmierci lidera zespołu rockowego. **120 min**

FBI: International 4



AXN, 21.05

PO ODC.6

W Maroku znikają amerykańscy wolontariusze fundacji Guided Hand. Zespół Fly Team przybywa na miejsce, żeby wesprzeć lokalną policję. Szybko wychodzi na jaw, że za porwaniem stoi rosyjski najemnik. **60 min**

Akacyjowa 38



TVP 1, 18.35

PT-CZ ODC.874-878

Jaime grozi Samuelowi, że doniesie na niego policji. Ten w przepływie złości dusi ojca. Diego prosi Felipe, by mu zagwarantował, że po jego wyjeździe zabójca Martina zostanie zastrzelony. **55 min**

To nie jest zagadka kryminalna



CANAL+ PREMIUM, 21.00 PT ODC.4

Do majątku West Dean przyjeżdżają kolejne osoby. Gdy Quant i Thistlethwaite próbują połączyć fakty, z cienia wyłania się zamaskowana postać. Może ona zwiastować zagrożenie. **55 min**

Kontyngent



CANAL+ PREMIUM, 21.00 PO ODC.3

Forss i jego ludzie przybywają do miasta Vareš. W miejscowej szkole są przetrzymywani mużlanie. Z czasem sytuacja staje się coraz bardziej napięta. Dowódcy muszą podjąć trudne decyzje. **45 min**

Dzielnica strachu 10



PULS 2, 22.00

PO-CZ ODC.444-447

Śledczy badają okoliczności zabójstwa. Trop prowadzi do chorej na schizofrenię dziewczyny. Policjanci chcą też wiedzieć, dlaczego auto młodej kobiety stanęło w ogniu. Ofiara sponąta. **60 min**



Uroczysko

TV 4, 20.00 PO ODC. 257 Policjanci wracają do sprawy zabójstwa Malwiny Loski. Znajdują błędy w dawnym śledztwie. Wkrótce Filip dostaje anonimową wiadomość. **WT ODC. 258** Madzia znika tuż przed spotkaniem oazy. Marek zaczyna działać na własną rękę. Zuzi i Filip nie wiedzą, kto chciał zabić ich na przystań. **SR ODC. 259** Alex znajduje ciało mężczyzny w bagażniku porzuconego auta. System Schengen nie pozwala ustalić jego tożsamości. Trop prowadzi do rzadkiej trucizny. **CZ ODC. 260** Lekarz przekazuje złe wieści o Julii, której stan gwałtownie się pogarsza. Równolegle trwa proces zatrzymanego pisarza, a Olek zbliża się do Laury. **30 min**



Sprawiedliwi – Wydział Kryminalny

TV 4, 20.30 PO ODC. 1036 Kaleta wybudza się ze śpiączki. Nina wie, że skorumpowany Owczar będzie chciał go uciszyć. Z pomocą dr Jankowskiej ukrywa kolegę. **WT ODC. 1037** Kalicka i Kłos kierują podejrzenia dotyczące Dobrego Doktora do dziennikarza Nałazka. Chronią też Hanżów, bo jeden z nich może być celem zabójcy. **SR ODC. 1038** Rosa i Walczak dostają kadr z monitoringu, który pokazuje Głowackiego i prawdziwego sprawcę, Muchę, na miejscu zbrodni. Chcą oczyścić Piotra z zarzutów. **CZ ODC. 1039** Górską ustala, że jej mieszkanie co siedem lat staje się sceną zbrodni. Garda poszukuje zaginionej Wiktorii. **60 min**



Na sygnale

TVP 2, 21.55 PO ODC. 910, 911 Leon zaprasza Różę na randkę, ale jego stan nagle się pogarsza. Trafia pod opiekę Vicka. Alek chce się przekonać, czy dzięki Wiesławie zapomniał o Julce. Spędza z byłą narzeczoną dyżur. Medycy interwenują w skateparku. **WT ODC. 912** Medycy walczą o życie chłopaka, który zatrutę się nieznaną substancją, by zdobyć popularność w sieci. Jego wyczyn śledzą miliony internautów. Sytuację ratuje Wiktor. **SR ODC. 913, 914** Romek pracuje jako konsultant medyczny na planie filmowym. Gwiazdor produkcji wstrzykuje sobie adrenalinę, co prowadzi do zaburzeń rytmu serca i wymaga szybkiej reakcji. **60 min**



Ojciec Mateusz 35

TVP 1, 21.20 CZ ODC. 450 Biskup prosi proboszcza, aby zajął się sprawą siostry Łucji, która cierpi na niezidentyfikowane zaburzenia. Ksiądz musi ustalić, czy potrzebuje ona interwencji duchowej lub egzorcyzmów. Tymczasem ktoś grozi hipnoterapeucie Stefańskiemu. Żąda, aby mężczyzna zamknął swój gabinet. Ekspert nie traktuje jednak tych wiadomości poważnie. Postanawia nie zgłaszać sprawy organom ścigania. Wkrótce zostaje zamordowany. Policja natychmiast wszczynając śledztwo, które ujawnia zaskakujące powiązania zmarłego z lokalnym zgromadzeniem. Okazuje się, że zakonnica była kiedyś jego pacjentką. **60 min**

Pan Mama

TVP 2, 18.20 ND ODC. 56 Sylwek planuje romantyczną randkę dla siebie i Patrycji. Nie wszystko jednak idzie zgodnie z planem. Sprawę komplikują zaraźliwy wirus i zacinające się drzwi balkonowe. Bruno, mimo wysokiej gorączki, zaskakuje swoich bliskich. **35 min**

Sprawiedliwi. Trójmiasto

TV 4, 21.30 PO-CZ ODC. 153-156 Patrycja i Maksym badają serię zabójstw. Ofiarom usunięto mięśnie i organy. Wszystkie były klientkami dietetyczki Anety Brylskiej. Na plaży policja znajduje ciało funkcjonariusza. Szreder działa poza procedurami, by ująć morderców. **70 min**

Co się stało z Gracie Darling

Ale kino+, 20.10 SR ODC. 5, 6 Tablica pamiątkowa Leviego odsłania tragiczną historię. Rodzi się pytanie, dlaczego Darlingowie trzymali ją w tajemnicy. Joni i Jay przeprowadzają seans spirytystyczny. Rzuci on nowe światło na sprawę zniknięcia Gracie. **120 min**

Okrutna miłość

TVP 2, 22.55 PO ODC. 3, 4 Dochodzi do tragicznego zdarzenia, które wstrząsa opinią publiczną. Śledczy odsłaniają kulisy burzliwego związku Ruth i Davida. Ellis staje przed sądem w atmosferze skandalu. Obrona próbuje udowodnić, że Ruth była ofiarą przemocy. **110 min**

FBI: Most Wanted 4

AXN, 22.05 PO ODC. 9 Znana psychiatra dziecięca zostaje porwana przez krewnego byłej pacjentki. Zespół rozpoczyna poszukiwania. Okazuje się, że sprawca przed laty był oskarżony o molestowanie przyrodniej siostry Ruthie Denham. **55 min**

Rekrut 8

AXN, 21.05 WT ODC. 5 Aaron wraca do Mid-Wilshire, by wesprzeć grupę zadaniową. Dzięki jego pomocy policja przenika do zamkniętej sieci przestępców. Wesley ogłasza start w wyborach na prokuratora okręgowego. **60 min**

Zabójca broń 3

AXN, 21.05 SR ODC. 2, 3 Podczas śledztwa w sprawie gangu Surenos Murtaugh dochodzi do wniosku, że współpraca z Cole'em była błędem. Później partnerzy wpadają na trop oszustwa. Zwycięzcy loterii stają się celem grupy przestępczej. **115 min**

Agenci NCIS

AXN, 21.05 CZ ODC. 15 Zespół bada sprawę śmierci podoficera. Śledztwo ujawnia, że mężczyzna potajemnie wspierał wdowę, pomagając jej finansowo i będąc dla nich oparciem. Trop prowadzi do ośrodka, w którym kobiety go poznały. **55 min**

Tropiciel

FX, 22.00 PO ODC. 15 Colter Shaw przemierza kraj jako łowca nagród. Wykorzystuje swoje niezwykłe umiejętności, żeby pomagać osobom prywatnym oraz organom ścigania w rozwiązywaniu kolejnej zagadki. **60 min**

Półbrat

HBO, 21.00 WT ODC. 5 Ruben coraz wyraźniej odczuwa narastające problemy w swoim związku. W tym samym czasie Niall podejmuje impulsywną decyzję. Pochopny krok pociąga za sobą poważne konsekwencje. **65 min**

Matlock

FX, 22.00 SR ODC. 8 Olympia broni opiekunki ze szkoły, do której uczęszczają jej dzieci. Kobieta została oskarżona o poważne przewinienie. Maty poszukuje najważniejszego dokumentu związanego ze sprawą Wellbrea. **55 min**

Paradise

FX, 22.00 CZ ODC. 4 Nękań przez demony przeszłości Pace wyrasta na bezwzględnego najemnika. W podziemnym świecie próbuje zbliżyć się do Collinsa i jego dzieci. Ten jednak podejrzewa, że Pace przyczynił się do śmierci Bradforda. **65 min**



PREMIERA 22.05

Ranczo Duttonów

➔ SERIAL NEOWESTERN

Czas na kolejny, wyczekiwany spin-off „Yellowstone”! Beth (Kelly Reilly) i Rip (Cole Hauser) próbują zbudować wspólną przyszłość z dala od rancza Yellowstone. Po dramatycznych wydarzeniach w Montanie wyruszają do Teksasu. Ale na ranczu Rio Paloma też nie

brak wyzwań – muszą zmierzyć się z bezwzględną konkurencją, gotową na wszystko, by chronić swoje imperium. Wśród rywali wyróżnia się Beulah Jackson (Annette Bening). Wkrótce okazuje się, że na południu Teksasu więzy krwi są silniejsze niż w Montanie, a cena przetrwania – niezwykle wysoka.



CHCESZ
WIEDZIEĆ
WIĘCEJ?
CZYTAJ
NETFILM

skySHOWTIME



PREMIERA 27.05

Spider-Noir

➔ SERIAL SUPERBOHATERSKI

Legenda Hollywoodu w roli najsłynniejszego bohatera komiksów Marvela, czyli Nicolas Cage jako słynny „Pająk” – w alternatywnej wersji Spider-Mana poznajemy historię prywatnego detektywa z Nowego Jorku lat 30., Bena Reilly'ego. Po osobistej tragedii

Reilly porzucił swoje heroiczne alter ego i skupia się na tym, by przetrwać kolejny dzień. Tylko wyjątkowa sprawa może skłonić go do ponownego założenia maski. W celu zapewnienia wyjątkowego doświadczenia podczas oglądania serial będzie dostępny w dwóch wersjach: czarno-białej oraz kolorowej.

PREMIERA 23.05

Rocznica

➔ THRILLER

W trakcie przyjęcia z okazji 25. rocznicy ślubu Ellen (Diane Lane) i Paul (Kyle Chandler) poznają nową dziewczynę syna. Okazuje się, że Liz (Phoebe Dynevor) to dawna studentka Ellen, wydana przed laty z uczelni za radykalne poglądy. Pozornie uroczą i delikatną, skrywa

mroczną naturę i chorobliwie ambicje. Z czasem dziewczyna coraz mocniej wpływa na rodzinę swojego chłopaka, zaczyna również promować kontrowersyjną ideologię, która jej zdaniem ma całkowicie odmienić Amerykę. Film jest anglojęzycznym debiutem polskiego reżysera Jana Komasy.



prime video

CANAL+

JESZCZE WIĘCEJ
VOD
DO WYBORU



PREMIERA 28.05

Cztery pory roku 2

➔ **SERIAL KOMEDIODRAMAT**

Grupa przyjaciół – Kate (Tina Fey), Jack (Will Forte), Danny (Colman Domingo) i Claude (Marco Calvani) – kontynuuje tradycję wspólnych wyjazdów o różnych porach roku. Po bolesnej stracie jednego z członków paczki, Nicka (Steve Carell), wydaje się, że nic nie będzie już

takie samo. Ale puste miejsce po zmarłym nieoczekiwanie zajmuje jego ciężarna dziewczyna, Ginny (Erika Henningsen). Przyjaciele, wśród których jest była żona Nicka, Annie (Kerri Kenney-Silver), nie od razu to akceptują. Czas pokazuje jednak, że nic nie dzieje się bez przyczyny.

NETFLIX

JUŻ DOSTĘPNY

Miniaturowa żona

➔ **SERIAL KOMEDIOWY**

Pozornie idealne małżeństwo Lindy i Lesa Littlejohnów (Elizabeth Banks, Matthew Macfadyen) przeżywa kryzys. Uznana pisarka i pochłonięta badaniami naukowców coraz bardziej odczuwają brak wzajemnego wsparcia i utratę równowagi w związku. Kiedy pewnego dnia

Les, pracujący nad projektem miniaturyzacji, przynosi do domu prototyp pewnego urządzenia, dochodzi do wypadku, w wyniku którego Linda... kurczy się do 15 centymetrów wzrostu. Les obiecuje żonie, że stworzy antidotum i przywróci jej dawne wymiary, ale kolejne próby nie kończą się najlepiej.



**HBO
max**

PREMIERA 22.05

Panie przodem

➔ **KOMEDIA**

Damien Sachs (Sacha Baron Cohen) ma pieniądze, władzę i nieprzystojne więc powodzenie u płci przeciwnej. Kiedy przekonany o własnej doskonałości mężczyzna przygotowuje się do kolejnego zawodowego awansu, los sprawia mu jednak życiowego psikusa. Otóż Sachs trafia do świata równoległego,

w którym zostaje sprowadzony do roli szaraka. W innej rzeczywistości rządzą bowiem silne i niezależne kobiety, odporne na jego urok osobisty. I tak też dowodzenie biurem, w którym to Damien do niedawna brylował, przejmuje nieczuła na jego flirciarskie teksty Alex Fox (Rosamund Pike).



NETFLIX

TELETYDZIEŃ 19



JUŻ DOSTĘPNY

Brat

➔ **DRAMAT**

Dawid (Filip Wiłkomirski) ma tylko 14 lat, a już spoczywa na nim duża odpowiedzialność. Odkąd jego ojciec, Marcel (Jacek Braciak), trafił do więzienia, chłopiec opiekuje się młodszym bratem Michałem (Tytus Szymczuk) i próbuje wspierać matkę Agnieszkę (Agnieszka

Grochowska). Kobieta unika myślenia o przyszłości i o tym, co się wydarzy, gdy jej mąż wyjdzie na wolność. Kiedy pewnego dnia Agnieszka poznaje nowego trenera syna, Konrada (Julian Świeżewski), zaczyna odzyskiwać nadzieję na lepsze jutro, choć jej synowie nie od razu potrafią to zrozumieć.

prime video

Pod redakcją Joanny Paształańskiej

Pod redakcją Joanny Paształańskiej

Pod redakcją Joanny Paształańskiej

Pod redakcją Joanny Paształańskiej

PRZYRODA I PODRÓŻE

Bezzałogowe misje kosmiczne docierają w najróżniejsze zakamarki Układu Słonecznego, ukazując nam światy całkowicie inne od ziemskiego.

Nasz hit

Układ Słoneczny

PO BBC Earth, 19.45 Diamentowy deszcz, ogromne wulkany, eksplodujące oceany, gigantyczne wiry pyłowe to tylko niektóre z zadziwiających zjawisk, które omówi i wyjaśni znakomity fizyk Brian Cox.

Po sukcesie programów telewizyjnych takich jak „Planety” i „Przygody w czasie i przestrzeni”, Brian Cox powraca z nowym, pięcioodcinkowym serialem: „Układ Słoneczny”. Popularny fizyk spróbuje uchylić rąbka tajemnicy na temat niezwykłych wydarzeń, które codziennie mają miejsce na planetach i księżycach naszego systemu planetarnego. Jak mówi sam Cox: „Żyjemy w złotej erze eksploracji. Statki kosmiczne właśnie w tej chwili

krążą wokół lub na powierzchni pięciu z ośmiu planet naszego Układu Słonecznego”. Stąd obraz najbliższego Ziemi kosmosu zmienia się dosłownie z roku na rok, a wiedza na jego temat wciąż jest aktualizowana.

Góry pokryte metalem

W pierwszym odcinku serii poznamy planety i księżyce pokryte wulkanami, w szczególności Wenus, gdzie wulkanów jest mnóstwo i to bardzo aktywnych. W kolejnych częściach uczony

opowiada o najbardziej interesujących warunkach atmosferycznych, jakie zauważono na ciałach niebieskich sąsiadujących z Ziemią. Odwiedza krajobrazy stworzone przez wiry pyłowe, góry pokryte metalicznym szronem i deszcze monsunowe na jednym z księżyców. Ponadto profesor Cox przedstawi widoczne zamrożone tereny Układu Słonecznego, w tym karłowatą planetę, na której unoszą się góry litego lodu, a także niesamowity, czarno-biały księżyc.

Zjednoczone Stany...

ND National Geogr. Wild, 14.00



Poznamy dzikich mieszkańców USA i dowiemy się, jak i kiedy zobaczyć ich na własne oczy. Niezwykłe migracje zwierząt odbywają się tuż obok ludzi, niezadko na ich podwórkach.

20 TELETYDZIEŃ

Peru. Życie na 4000 metrów

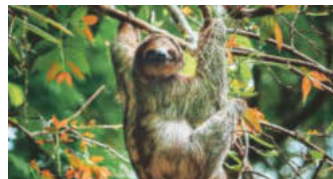
WT TVP Dokument, 22.15



Mieszkańcy miasta La Rincónada, położonego na wysokości 5300 m. borykają się deficytem tlenu w powietrzu. Miliony turystów przybywają tu co roku, by podziwiać Machu Picchu.

Historia leniwca

SR TVP 1, 12.55



W lasach Gujany odkrywamy strategię przetrwania leniwców białogardłych. Okazuje się, że ich pozornie spokojny tryb życia jest dostosowany do egzystencji w trudnych warunkach.

HISTORIA I BIOGRAFIE

Miles Davis i jego muzyka

SO TVP Kultura, 14.40



Artysta zyskuje w filmie portret wielowymiarowy – jako innowator jazzu i autor muzycznych eksperymentów. Dokument przywołuje znane i mniej oczywiste fakty z jego życia.

Nicolas Cage: Szalony...

ND Ale kino+, 17.00



Opowieść o jednym z największych gwiazdorów kina. Kulturowa rola w „Dzikości serca” zapewniła mu miejsce wśród sław, a wybitna kreacja w „Zostać Las Vegas” przyniosła Oscara.

Inkowie: Powstanie...

PO National Geographic, 17.00



Inkowie wznosili imponujące miasta, a dzięki ekspansji militarnej stworzyli imperium w Andach. Złota era skończyła się nagle, pozostawiając jednak wiele niewiadomych.

Gestapo. Policja terroru

CZ Fokus TV, 23.00



Gestapo było tajną policją działającą na terenie III Rzeszy. W jej skład wchodziły dziesiątki tysięcy agentów, których zadaniem było zduszanie w zarodku wszelkich przejawów oporu.

CZŁOWIEK I SPOŁECZEŃSTWO

Życie na pustkowiu 12
PT BBC Earth, 20.55



Ben Fogle tym razem odwiedza byłego korespondenta wojennego, który uciekł od miejskiego zgiełku na wyspę na Jeziorze Wiktorii. Próbuje zrozumieć powody takiej decyzji.

Inwigilacja. Dla dobra ogółu
SO TVP Dokument, 20.05



Chińczycy znajdują się pod nadzorem. Władze dzięki cyfrowym technologiom śledzą każdy krok obywateli. Autorzy filmu opowiadają o licznych nadużyciach, odśladując ich mechanizmy.

Z ust royalsów
WT TVP Dokument, 20.05



Nicola, ekspertka od czytania z ruchu warg, analizuje archiwalne nagrania, na których został uwieczniony książę Harry. Okazuje się, że w wieku dziesięciu lat interesował się girlsbandami.

Psychodeliczna terapia
WT Planeta+, 22.00



Substancje psychodeliczne w XX wieku zostały uznane za nielegalne. Dziś wracają do laboratoriów i klinik, gdzie naukowcy badają ich potencjał w terapii uzależnień, depresji, stanów lękowych.

DOM I KUCHNIA

Eva Longoria...
PT CANAL+ KUCHNIA, 20.15



Aktorka udaje się na żyzne ziemie stanu Jalisco, do krainy tequili, zespołów mariachi i charros – meksykańskich kowbojów. Tradycyjna kuchnia łączy się tu z nowoczesnymi smakami.

Kuchnia jak u mamy
SO Food Network, 12.20



Benedetta Rossi, popularna we Włoszech blogerka kulinarna, ujawnia swoje przepisy na przepyszne dania. W jej menu znajdują się tradycyjne włoskie potrawy oraz egzotyczne smaki.

Ogród Marthy Stewart
ND HGTV, 12.40



Martha Stewart zabierze widzów do swojego ogrodu. Podzieli się swoją ogromną wiedzą dotyczącą opieki nad roślinami. Pokaże triki przydatne przy urządzaniu zielonych przestrzeni.

Ugotowani
SR TVN Style, 20.50



Mama, barman, drifter i kapitan to uczestnicy pojedynku w Trójmieście. Każdy z nich stara się zachwyć konkurentów swoimi daniami i zdobyć tytuł najlepszego gospodarza.

MOTORYZACJA I TECHNIKA

Zholowani: ciężarówki...
PT CANAL+ 360, 19.50



Kolejna odsłona serii, w której widzowie mogą zobaczyć, jak wygląda codzienna praca osób zajmujących się pomocą drogową dla najcięższych pojazdów – tirów, cystern, koparek.

Drogi z piekła rodem
SO WP, 11.05



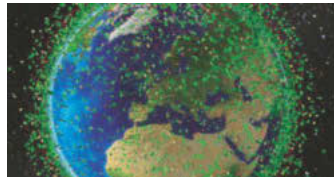
W programie nagrania z kamer i telefonów. Uchwyciły one najbardziej ryzykowne i nieprzewidywalne sytuacje na drogach. Zobaczymy m.in. brawurowe manewry i poważne wypadki.

Makro inżynieria
ND National Geographic, 20.00



W skład francuskiej marynarki wojennej wchodzi nie tylko okręty i łodzie podwodne. Armia ma do dyspozycji także samoloty. Twórcy serii zaprezentują wybrane maszyny.

Śmieci na orbicie
SR Planeta+, 19.45



Skutkiem ubocznym eksploracji kosmosu są śmieci krążące wokół Ziemi. Fragmenty zużytych rakiet stanowią zagrożenie dla satelitów, misji załogowych i systemów komunikacyjnych.

MOCNE OPOWIEŚCI

Demony Hollywood 2
PT ID, 21.00



Producenci serii oraz byli goście ujawniają kulisy jednego z najpopularniejszych talk-show w USA. Pojawiają się między innymi oskarżenia o molestowanie i wątki kazirodstwa.

Ciemna strona świata
SO National Geographic, 23.00



Narkotyczny koktajl na bazie fentanylu sieje spustoszenie w USA. Skala zagrożenia jest przerażająca. Dziennikarka Mariana van Zeller udaje się do Sinaloa, by zbadać sprawę.

Droga bez powrotu...
ND Fokus TV, 22.00



W Szwecji wzrasta poziom przemocy, a wojny gangów są powszechne. Gangsterzy rekrutują dzieci jako zabójców. Zobaczymy jak mafie wykorzystują system, by wybierać swoje ofiary.

Łowcy sensacji
PO TVP Dokument, 20.00



Media prześcigają się w polowaniu na newsy. Los Angeles jest ulubionym rewirem łowców sensacji. Dokument pokazuje, jakie ryzyko podejmują reporterzy, by zdobyć najlepszy materiał.

FAMILIJNY

KOMEDIA

KOMEDIA ROMANTYCZNA

DRAMAT



Fantastyczne zwierzęta i jak je znaleźć

PT TVN Fabuła, 20.00

Rok 1926. Magiczne stworzenia i energia pochodząca z nieznanego źródła wywołują chaos w Nowym Jorku. Prequel serii o przygodach Harry'ego Pottera.
175 min Wlk. Bryt./USA 2016 reż. D. Yates, wyk. E. Redmayne, K. Waterston, A. Sudol



Bad Boys

PT Polsat Film, 22.50

Udany debiut reżyserski Michaela Baya, twórcy „Transformers”. Dwaj policjanci – malkontent Marcus i kobieciarz Mike – w ciągu trzech dni muszą odzyskać narkotyki skradzione z posterunku.
150 min USA 1995 reż. M. Bay, wyk. W. Smith, M. Lawrence, T. Leoni, T. Karyo, M. Macaulay



Nigdy nie mów nigdy

PT TVP 1, 21.30

Zpracowana Ama skrycie marzy o wielkim uczuciu. Wbrew swoim zasadom umawia się na randkę z klientem. Znakomita obsada i ścieżka dźwiękowa z utworami między innymi Gaby Kulki.
115 min Polska 2009 reż. W. Pacyna, wyk. A. Dereszowska, J. Wiczorkowski, E. Olszówka



Orzeł. Ostatni patrol

PT Kino Polska, 20.00

Maj 1940 r. Załoga polskiego torpedowego okrętu podwodnego rusza na tajną misję na Morzu Północnym. Między członkami ekipy narastają konflikty. Cztery nagrody na festiwalu w Gdyni.
130 min Polska 2022 reż. J. Bławut, wyk. T. Ziętek, M. Kościukiewicz, A. Pawlicki

NA FAKTACH



Hotel Transylwania 2

SO Polsat, 11.35

Pełen humoru horror dla najmłodszych. Drakula martwi się o wnuka, który nie wykazuje cech wampira. Hrabia prosi o pomoc przyjaciół. Zleca im, by zorganizowali maluchowi obóz szkoleniowy.
105 min USA 2015 reż. G. Tartakovsky, dub. T. Borkowski, A. Mrozińska, P. Ciołkosz, K. Drac



Na noże

SO TVP 1, 21.25

Dzień po 85. urodzinach ginie zamożny pisarz. Krewni liczą na spadek. Prowadzący śledztwo detektyw sądzi, że mężczyźni zabiłi kogoś z bliskich. Daniel Craig w kryminalnej historii na wesoło.
140 min USA 2019 reż. R. Johnson, wyk. D. Craig, C. Evans, A. de Armas, J. L. Curtis



Jak w niebie

SO TVN, 16.55

Pełna ciepła opowieść w reżyserii Marka Watersa, twórcy m.in. „Zakręconego piątku”. Po wypadku Elizabeth zapada w śpiączkę. Jej duch wraca do domu, gdzie zastaje młodego wdowca Davida.
125 min USA 2005 reż. M. Waters, wyk. R. Witherspoon, M. Ruffalo, D. Logue, D. Spivey



Dziewczyna influencerka

SO PULS 2, 22.55

Zosia odkrywa zdradę partnera. Przyjmuje propozycję Violi. Za pieniądze sponsorów obie kobiety wyruszają w podróż. Na ekranie, oprócz zawodowych aktorów, zobaczymy internetowe sławy.
120 min Polska 2024 reż. S. Gonera, wyk. K. Reznar, O. Kalicka, M. Banasiuk, K. Wodka



Sonic. Szybki jak błyskawica

ND TVN 7, 17.55

Obdarzony niezwykłymi umiejętnościami niebieski jeźdźca nowego przyjaciela, Toma. Łączą siły, aby powstrzymać złego geniusza. Adaptacja popularnej serii gier wideo.
125 min USA/Jap./Kan. 2020 reż. J. Fowler, wyk. J. Marsden, J. Carrey, T. Sumpter, A. Pally



Usłane różami

ND TVP 1, 21.25

Laureatka dwóch Cezarów, Catherine Frot, w roli właścicielki firmy sprzedającej kwiaty. Jej biznes boryka się z trudnościami. Kobieta zatrudnia outsiderów. Okazuje się to strzałem w dziesiątkę.
105 min Francja 2020 reż. P. Pinaud, wyk. C. Frot, M. Omerta, F. Bouyahmed, O. Côte



Materialiści

ND HBO, 20.00

Lucy wdaje się w relację z Harrym i odświeża znajomość z byłym chłopakiem. W efekcie zaczyna kwestionować swoje poglądy na temat miłości. Przewrotna komedia w gwiazdorskiej obsadzie.
115 min USA/Finlandia 2025 reż. C. Song, wyk. D. Johnson, C. Evans, P. Pascal, Z. Winters



Lektor

ND STOPKLATKA, 20.00

Hanna nawiązuje romans z dużo młodszym Michałem. Po latach chłopak trafia na proces nazistowskich zbrodniarzy. Wśród oskarżonych jest była kochanka. Adaptacja prozy Bernharda Schlinka.
160 min Niemcy/USA 2008 reż. S. Daldry, wyk. R. Fiennes, K. Winslet, D. Kross, S. Lothar

PREMIERA W TV

PIĄTEK

SOBOTA

NIEDZIELA

SENSACJA I THRILLER



Krocząc wśród cieni

PT TV Puls, 20.00

Prywatny detektyw Matt Scudder przyjmuje zlecenie od mafiosa, który chce odnaleźć morderców żony. Trafia na ślad podobnych zbrodni. Adaptacja kryminału autorstwa Lawrence'a Blocka.

135 min USA 2014 reż. S. Frank, wyk. L. Neeson, M. Compton, P. McDade, L. Acuna Jr.

AKCJA I PRZYGODA



Aquaman

PT TVN, 20.00

Jason Momoa wciela się w potomka władczynie mitycznej Atlantydy. Tylko on może powstrzymać przyrodniego brata przed zniszczeniem świata ludzi. By zapobiec wojnie, musi odnaleźć magiczny trójząb.

190 min USA/Australia 2018 reż. J. Wan, wyk. J. Momoa, A. Heard, W. Dafoe, P. Wilson, L. Lin

HORROR I SF



Kruk

PT STOPKŁATKA, 22.30

Klasyk kina grozy. Przed Halloween Shelly i jej narzeczony Eric zostają zamordowani. Dusza mężczyzny poprzysięga zabójcom zemstę. Po roku powraca on do świata żywych, by zrealizować swój plan.

120 min USA 1994 reż. A. Proyas, wyk. B. Lee, L. Bai, R. Davis, E. Hudson, M. Wincott, S. Shinas

KLASYKA



Bez znieczulenia

PT TVP Kultura, 22.10

Dziennikarz Jerzy Michałowski wraca do kraju. Żona oświadcza, że od niego odchodzi. Mężczyzna nie może się z tym pogodzić. Film obnaża problemy społeczne późnych lat 70.

125 min Polska/Francja 1978 reż. A. Wajda, wyk. Z. Zapisiewicz, E. Dałkowska, A. Seweryn



Sicario

SO TVP Kultura, 20.00

Młoda agentka FBI bierze udział w tajnej operacji CIA, której celem jest schwytanie szefa meksykańskiego kartelu narkotykowego. Znakomicie zrealizowany mroczny dreszczowiec.

130 min USA/Meksyk/Hongkong 2015 reż. D. Villeneuve, wyk. E. Blunt, B. Del Toro, J. Brolin



Dziewiąty legion

SO STOPKŁATKA, 22.40

W górach Szkocji zaginął rzymski legion. Syn jego dowódcy przybywa do Brytanii, by wyjaśnić zagadkę. Adaptacja powieści Rosemary Sutcliff. Nie tylko dla miłośników starożytności.

135 min Wielka Brytania/USA 2011 reż. K. Macdonald, wyk. C. Tatum, J. Bell, I. Göz



Zbuntowana

SO Kino TV, 22.00

Kontynuacja historii rebeliantki stworzonej przez pisarkę Veronicę Roth. Naznaczona piętnem niezgodnej Tris zmagają się z konsekwencjami swojej decyzji. Jej działania wpłyną na losy świata.

135 min USA 2015 reż. R. Schwentke, wyk. S. Woodley, K. Winslet, J. Courtney, M. Phifer



Kingsajz

SO Kino Polska, 20.00

Groteskowa fantazja na temat totalitaryzmu, a zarazem satyra na peerelowską rzeczywistość. Krasnoludek Adaś zostaje uwięziony przez tyrana. Na pomoc wyrusza jego przyjaciel Olo.

135 min Polska 1987 reż. J. Machulski, wyk. J. Stuhr, J. Chmielnik, K. Figura, G. Heromiński



Przerwany lot

ND TV Puls, 20.00

Pilot Brodie ląduje awaryjnie na filipińskiej wyspie. Rebelianci porywają większość pasażerów i załogi. Zaczyna się walka o życie. Gerard Butler w typowej dla siebie roli bezwzględniego twardziela.

130 min Wlk. Bryt./USA 2023 reż. J. Richet, wyk. G. Butler, M. Colter, T. Goldwyn, Y. An



Godzilla kontra Kong

ND TVN 7, 20.00

Widowisko łączące uniwersum ogromnego jaszczura i gigantycznego goryla. Godzilla sieje spustoszenie na świecie. Atakuje konwój, w którym przewożony jest Kong. Dochodzi do konfrontacji bestii.

150 min Australia/Indie/Kanada 2021 reż. A. Wingard, wyk. A. Skarsgard, B. Buckley



Resident Evil: Afterlife

ND AXN, 22.30

Milla Jovovich jako nieustraszona Alice, która prowadzi grupę ludzi do Arkadii, miasta wolnego od epidemii wirusa zmieniającego ludzi w zombi. Okazuje się, że celem ich podróży jest... statek.

110 min Niemcy/Francja/Wlk. Bryt. 2010 reż. P. W. S. Anderson, wyk. M. Jovovich, A. Larter



Wielki Szu

ND TVN, 22.15

Oszust karciany ogrywa miejscowego potentata. Młody taksówkarz Jurek błaga, by został jego nauczycielem. Błyskotliwe dialogi, wybitne kreacje Jana Nowickiego i Andrzeja Pieczyńskiego.

125 min Polska 1982 reż. S. Chęciński, wyk. J. Nowicki, A. Pieczyński, L. Niemczyk, G. Treła

FAMILIJNY



Jak wytresować smoka
PO HBO, 9.10
 Wikingowie od pokoleń walczą ze stworzeniami, które pustoszą ich wyspę. Nastoletni syn wodza zaprzyjaźnia się z jedną ze skrzydlatych bestii. Nominowana do dwóch Oscarów animacja twórców „Shreka”.
95 min USA 2010 reż. D. DeBlois, C. Sanders, dub. M. Damiński, J. Kamińska, M. Rzeczek

KOMEDIA



Szpica
PO STOPKLATKA, 22.00
 Księgowy odkrywa, że jest na celowniku najbardziej zabójczej organizacji najemników na świecie. Prosi o pomoc tajną firmę ochroniarską, którą zarządza Tang Huanting – w tej roli najśłynniejszy chiński aktor Jackie Chan.
140 min Chiny 2020 reż. S. Tong, wyk. J. Chan, Y. Yang, L. Ai, Q. Mu, R. Xu, J. Lou, E. Hourani

KOMEDIA ROMANTYCZNA



W deszczowy dzień w Nowym Jorku
PO TVP Kobieta, 22.30
 Gatsby chce pokazać ukochanej Nowy Jork. Wizyta odbiega od jego wyobrażeń. Mieszanka komedii, farsy i groteski, czyli niepodrabialny styl laureata czterech Oscarów Woody'go Allena.
95 min USA 2019 reż. W. Allen, wyk. T. Chalamet, E. Fanning, L. Schreiber, S. Smith

DRAMAT



41 dni nadziei
PO TVN 7, 20.00
 Twórca „Everestu” przedstawia kolejną dramatyczną walkę z żywiołem. Tami i Richard ruszają w rejs. Udaje im się przeżyć sztorm, ale łódź jest w ruinie, a ranny mężczyzna nie może zeglować. Jego partnerka przejmuje stery.
130 min USA/Islandia/Hongkong 2018 reż. B. Kormákur, wyk. S. Woodley, S. Clafin



W pustyni i w puszczy
WT Kino Polska, 10.40
 Egzotyczna przygoda na motywach powieści Henryka Sienkiewicza. Egipt. Staś i Nel, dzieci europejskich inżynierów, zostają porwane. Trafiają w ręce przywódcy muzułmanów. Udaje im się uciec. Muszą odnaleźć drogę do domu.
145 min Polska 2001 reż. G. Hood, wyk. K. Sawka, A. Fidusiewicz, A. Żmijewski, K. Imiela



Sąsiedzi 2
WT Kino TV, 22.30
 Kontynuacja przeboju z 2014 roku o rozrywkowych sąsiadach z piekła rodem. Przez nowe mieszkanki okolicy Radnerowie mają problem ze sprzedażą domu. Proszą o pomoc dawnego wroga, który się zmienił.
105 min USA/Chiny 2016 reż. N. Stoller, wyk. S. Rogen, Z. Efron, R. Byrne, C. G. Moretz



50 pierwszych randek
WT Super Polsat, 21.00
 Adam Sandler i Drew Barrymore po raz drugi razem na ekranie. Spotkali się już na planie „Od wesela do wesela”. Henry zakochuje się w Lucy, która cierpi na zanik pamięci krótkotrwałej. Każdego dnia zabiega o nią od nowa.
120 min USA 2004 reż. P. Segal, wyk. A. Sandler, D. Barrymore, R. Schneider, S. Astin



Porwany
WT Ale kino+, 22.25
 Rok 1858. Żydowski chłopiec Edgardo zostaje uprowadzony przez żołnierzy papieża Piusa IX. Rodzice stawiają czoło kościelnym hierarchom, którzy walczą o zachowanie prestiżu i autorytetu. Nominacja do Złotej Palmy w Cannes.
155 min Włochy/Fr. 2023 reż. M. Bellocchio, wyk. P. Pierobon, F. R. Alesi, B. Ronchi, E. Sala



W 80 dni dookoła świata
ŚR Ale kino+, 15.55
 Adaptacja powieści Juliusza Verne'a. XIX wiek. Ekscentryczny wynalazca Phileas Fogg podejmuje wyzwanie rzuczone przez londyńskich naukowców. Zamierza okrążyć kulę ziemską w niecałe trzy miesiące.
140 min USA/Irlandia 2004 reż. F. Coraci, wyk. J. Chan, S. Coogan, C. De France, R. Fyfe



Kiler
ŚR TVN, 20.50
 Kierowca taksówki zostaje wzięty za osławionego płatnego mordercę. Ściga go policja, a gangsterzy zlecają mu mokrą robotę. Za kamerą stanął twórca „Seksmisji”. Znakomita kreacja aktorska Cezarego Pazury.
135 min Polska 1997 reż. J. Machulski, wyk. C. Pazura, M. Kożuchowska, J. Stuhr, J. Rewiński



Dobry rok
ŚR Kino TV, 20.00
 Zachwycająca wizualnie pochwała nieśpiesznego życia według powieści Petera Mayle'a. Londyńczyk dziedziczy posiadłość w Prowansji. Początkowo chce ją sprzedać. W nowym miejscu znajduje jednak radość i miłość.
155 min USA/Wlk. Bryt. 2006 reż. R. Scott, wyk. R. Crowe, A. Finney, M. Cotillard, A. Cornish



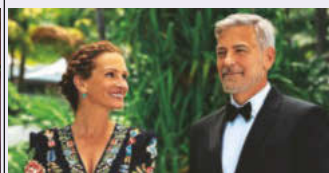
Fucking Bornholm
ŚR TVP Kultura, 20.00
 Maja jak co roku udaje się z rodziną i przyjaciółmi na kemping. Pewien incydent wywołuje kryzys, obnażając prawdę o ich relacjach. Film reżyserki „Skrzydlatych świni” został doceniony na MFF w Karłowych Warach.
110 min Polska 2022 reż. A. Kazejka, wyk. A. Grochowska, M. Stuhr, G. Damiński, J. Polak



Wakacje Jasia Fasoli
CZ TV Puls, 20.00
 Pechowiec wygrywa tygodniowy pobyt w Cannes. Od początku podróży przesładuje go pech. Rowan Atkinson w swojej życiowej roli – największej fajtlapy w historii Anglii.
120 min Wlk. Bryt./Fr. 2007 reż. S. Bendelack, wyk. R. Atkinson, S. Pemberton, L. Atkinson



Równi goście
CZ TVN 7, 22.15
 Los Angeles, lata 70. Ginie aktorka porno. Jej ciotka wynajmuje detektywa. Wchodzi mu w drogę prowadzący to samo śledztwo Healy. Kino kumpelskie z gwiazdorską obsadą.
145 min USA 2016 reż. S. Black, wyk. R. Crowe, R. Gosling, A. Rice, M. Bomer, M. Qualley



Bilet do raj
CZ Polsat, 21.50
 Na ekranie gwiazdorski duet znany z „Ocean's Eleven: Ryzykowna gra”. Rozwodnicy leżą na Bali, by powstrzymać córkę przed ślubem. Mogą na nowo przemyśleć własną relację.
135 min USA/Japonia/Wlk. Bryt. 2022 reż. O. Parker, wyk. J. Roberts, G. Clooney, K. Dever



Bogowie
CZ TVN, 22.00
 Lata 80. XX w. Kardiochirurg Zbigniew Religa, w tej roli świętny Tomasz Kot, rzuca wyzwanie systemowi. Toczy walkę, by przeprowadzić pionierską w kraju operację transplantacji serca.
140 min Polska 2014 reż. Ł. Palkowski, wyk. T. Kot, P. Głowacki, S. P. Warszawski, W. Solarz

SENSACJA I THRILLER



Szybko i wściekle

PO Polsat, 20.30

Czwarta odsłona naładowanego akcją cyklu. Mistrz nielegalnych wyścigów samochodowych chce wyjaśnić w Los Angeles sprawę śmierci ukochanej. Trafia na ślad króla heroiny, który rekrutuje nowych kurierów do kartelu.

145 min USA/Japonia 2009 reż. J. Lin, wyk. V. Diesel, P. Walker, J. Brewster, M. Rodriguez

AKCJA I PRZYGODA



Sanktuarium

PO TVN, 22.00

Grupa pętwonurków eksploruje największy system jaskiń na świecie. Gdy burza odcina im wyjście na powierzchnię, rozpoczyna się walka o przetrwanie. Wciągający dreszczowiec wyprodukowany przez Jamesa Camerona.

130 min USA/Australia 2011 reż. A. Grierson, wyk. I. Gruffudd, R. Wakefield, R. Roxburgh

HORROR I SF



Książd

PO Super Polsat, 23.35

Wojna z wampirami doprowadziła do spustoszenia Ziemi. Ocalali schronili się w twierdzach. Wojownik Ivan dowiaduje się, że upiory porwały jego siostrzenicę. Rusza jej na ratunek. Adaptacja komiksu Min-Woo Hyunga.

105 min USA 2011 reż. S. C. Stewart, wyk. P. Bettany, K. Urban, C. Plummer, L. Collins

KLASYKA



Nikita

PO TV 4, 22.40

Skazana na śmierć narkomanka zostaje pracującą na zlecenie rządu zabójczynią. Dzieło twórcy „Leona zawodowca” Luca Bessona. Na podstawie filmu powstały dwa seriele.

140 min Francja/Włochy 1990 reż. L. Besson, wyk. A. Parillaud, T. Karyo, J. Anglade, J. Reno



Droga bez odwrotu

WT TV Puls, 20.00

Połączenie kina sensacyjnego i poruszającego dramatu. W wyniku splotu niefortunnych zdarzeń Maben musi uciekać wraz z córką przed brutalnymi policjantami. Znajduje sojusznika, który sam ma poważne kłopoty.

155 min USA 2023 reż. N. Crocker, wyk. G. Hedlund, W. Fitzgerald, R. Hurst, M. Gibson



Prometeusz

WT Polsat, 22.40

Załoga statku kosmicznego bierze udział w ekspedycji, której celem jest wyjaśnienie pochodzenia ludzkości. Czeka ją konfrontacja z obcymi. Pierwszy od czasu „Łowcy androidów” film SF w reżyserii Ridleya Scotta.

165 min USA/Wlk. Bryt. 2012 reż. R. Scott, wyk. N. Rapace, M. Fassbender, C. Theron



Constantine

WT TVN 7, 22.10

Na motywach komiksu „Hellblazer”. Egzorcysta John posiada dar rozpoznawania aniołów i demonów, które ukrywają się pod ludzkimi postaciami. Policjantka Angela prosi go o pomoc w sprawie śmierci siostry.

150 min USA/Niem. 2005 reż. F. Lawrence, wyk. K. Reeves, R. Weisz, S. LaBeouf, D. Hounsou



Jutro nie umiera nigdy

WT TVP 1, 21.20

Magnat medialny Carver dąży do wywołania światowego konfliktu. James Bond ma zaledwie 48 godzin na pokrzyżowanie zbrodniczych planów szaleńca. Efektowne kino akcji pełne technicznych gadżetów.

130 min USA/Wielka Brytania 1997 reż. R. Spottiswoode, wyk. P. Brosnan, J. Pryce



Dar

SR TVN 7, 20.00

Debiut reżyserski aktora Joela Edgertona, który również pojawia się w jednej z głównych ról. Simon spotyka dawnego kolegę. Zaczyna on przysyłać jemu i żonie prezenty. Stają się one coraz bardziej niepokojące.

140 min USA/Australia/Chiny 2015 reż. J. Edgerton, wyk. J. Bateman, R. Hall, J. Edgerton



Mroczny rycerz powstaje

SR TVN Fabuła, 20.00

Terrorysta dąży do zniszczenia Gotham. Tylko Batman może go powstrzymać. Trzecia odsłona losów Człowieka Nietoperza według Christophera Nolana, którego „Oppenheimer” zdobył 13 nominacji do Oscara.

205 min USA/Wlk. Bryt. 2012 reż. C. Nolan, wyk. C. Bale, T. Hardy, A. Hathaway, G. Oldman



Duchy kanionu

SR STOPKLATKA, 20.00

Syn Bronny znajduje podczas wycieczki kamienie z tajemniczymi znakami. Zabiera je ze sobą. Nieświadomie budzi demona. W jednej z ról gwiazda horrorów „Silent Hill” i „Pitch Black” Radha Mitchell.

115 min USA 2016 reż. G. Mclean, wyk. K. Bacon, R. Mitchell, D. Mazouz, L. Fry, M. Walsh

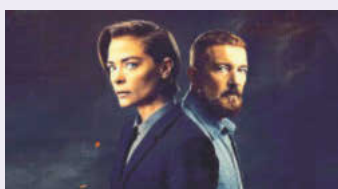


Nie ma mocnych

SR Polsat, 20.30

Druga część komediowego tryptyku, który przeszedł do historii polskiego kina. Pawlak martwi się o losy gospodarstwa. Nadzieję pokłada we wnuczce. Chce wydać ją za męża. We wsi pojawia się obiecujący kandydat.

130 min Polska 1974 reż. S. Chęciński, wyk. W. Hańcza, A. Dymna, J. Janeczek, W. Kowalski



Kryptonim Banshee

CZ STOPKLATKA, 20.00

Płatna morderczyni odkrywa, że jej kolejnym celem ma być przyjaciel i dawny mentor. W głównej roli męskiej zobaczymy nominowanego do Oscara za „Ból i blask” Antonio Banderasa.

120 min USA 2022 reż. J. Keeyes, wyk. A. Banderas, J. King, T. Flanagan, L. Panek



Johnny English: Nokaut

CZ TV Puls, 22.00

Trzecia misja asa wywiadu, w którego wcielił się Rowan Atkinson. Będący już emerytem agent powraca do służby, by zmierzyć się z cyberprzestępcą. Musi oswoić się z technologią.

110 min Wlk. Bryt./USA/Fr. 2018 reż. D. Kerr, wyk. R. Atkinson, B. Miller, K. Eldon, A. James



Pamięć absolutna

CZ Super Polsat, 21.00

Douglas poddaje się procedurze wszczepienia wspomnień. Staje się poszukiwanym przez policję renegatem. Remake kinowego hitu z 1990 roku. Według prozy Philipa K. Dicka.

150 min USA/Kanada 2012 reż. L. Wiseman, wyk. C. Farrell, K. Beckinsale, J. Biel, B. Nighy



Człowiek z żelaza

CZ TVP Kultura, 21.10

Dziennikarz Winkel ma skompromitować opozycjonistę z Gdańska. Rezygnuje z realizacji programu. Nagrodzony Złotą Palmą, nominowany do Oscara ważny rozdział historii.

160 min Polska 1981 reż. A. Wajda, wyk. J. Radziwiłowicz, K. Janda, M. Opania, B. Linda



Hubert Hurkacz
do tej pory
nie dotarł
w paryskim
turnieju dalej
niż do czwartej
rundy.

Iga Świątek
walczy
o swój siódmy
wielkoszlemowy
triumpf.

Jannik Sinner
przegrał z Carlosem
Alcarazem w finale
French Open 2025.

TENIS
• **TURNIEJ FRENCH OPEN W PARYŻU**

Wielka gra na mączce

➔ **MECZ 1. RUNDY ND 24.05**
godz. 11.00 EUROSPORT 1

Królową kortów ziemnych jest Iga Świątek. W latach 2020-2024 nikt nie miał co tego żadnych wątpliwości. W ubiegłym roku jednak Polka straciła ten tytuł. W jego odzyskaniu mają jej pomóc nowy szkoleniowiec Francisco Roig oraz treningi pod okiem Rafaela Nadala, który przez lata uchodził za króla mączki.

Zwiastuny sukcesu

Raszynianka nie najlepiej rozpoczęła sezon startów na swojej ulubionej nawierzchni. Ćwierćfinał turnieju w Stuttgarcie i trzecia runda zawodów w Madrycie to wyniki dużo poniżej jej możliwości. Dopiero postawa Świątek w Italian Open dała samej tenisistce i fanom nadzieję na to, że piąty triumf we French Open jest możliwy. Tym bardziej, że jej główna

Rusza drugi wielkoszlemowy turniej w sezonie. To impreza, która nie zrywa z tradycją i pozostaje szczególnie bliska sercu Igi Świątek.

rywalka, Aryna Sabalenka, przechodziła w ostatnich tygodniach kryzys formy. Białorusinka pozostaje jednak niekwestionowaną liderką rankingu WTA i nie można jej lekceważyć, tak samo jak broniącej tytułu Coco Gauff i zawsze groźnej Jeleny Rybakiny. Świątek nie będzie jedyną Polką w głównej drabince French Open. Znajdą się w niej też Magda Linette i Magdalena Fręch.

Polskie niewiadome

W rywalizacji mężczyzn zobaczymy Huberta Hurkacza i Kamila Majchrzaka. Pierwszy z nich spróbuje udowodnić, że treningi pod okiem Gilles'a Cervary przynoszą oczekiwane efekty, choć poprzednie występy Wrocławianina na kortach ziemnych na to nie wskazywały. Drugi zaś

długo leczył kontuzję i jego forma pozostaje niewiadomą. Turniej singlistów będzie uboższy niż rok temu. Zabraknie bowiem obrońcy tytułu, Carlosa Alcaraza. Spowodowaną kontuzją absencją Hiszpana spróbuje wykorzystać Jannik Sinner. Włoch liczy na swój pierwszy triumf na kortach Rolanda Garrosa.

Pod prąd

125. edycja French Open zaszerwuje graczom rekordową pulę nagród – 61,7 mln euro (zwycięzcy turniejów singlowych dostaną po 2,8 mln). Organizatorzy zapłacą uczestnikom więcej, ale pozostaną wierni tradycji. Nie zastąpią bowiem sędziów liniowych elektronicznym systemem wyłapywania autów (ELC), na co zdecydowali się gospodarze innych turniejów

wielkoszlemowych. – *Naszą ambicją nie jest powtarzanie wszystkiego, co zrobiono gdzie indziej* – mówiła w wywiadach dyrektorka paryskiego czempionatu, Amelie Mauresmo. Zapewniała też, że jej priorytetem będzie zapewnienie prywatności tenisistom poza kortem. Wszystko po to, by uniknąć sytuacji z Australian Open, kiedy kamery śledziły graczy na każdym kroku. To nie jedyny ułkon w stronę aktorów sportowego spektaklu. Dostali oni też zgodę na używanie podczas meczów urządzeń monitorujących ich parametry fizyczne. Organizatorzy French Open nie poddają się trendom i oczekiwaniom kibiców. Stawiają na komfort tenisistów, licząc, że ci w rewanżu dadzą na korcie prawdziwy show. **TJ**

Decydująca rozgrywka

➔ **BAYERN MONACHIUM**
– **VFB STUTTGART SO 23.05**
godz. 19.35 SUPER POLSAT

Dominacja Monachijczyków w Bundeslidze nie podlega żadnej dyskusji. Inaczej sprawa ma się jednak z rozgrywkami DFB-Pokal, w których Bayern triumfował ostatnio w sezonie 2019/2020. W pięciu kolejnych edycjach krajowego pucharu Die Roten udało się dotrzeć najdalej do ćwierćfinału. Od odczaro-

wania tych rozgrywek, i przy okazji przypieczętowania zdobycia podwójnej korony, świeżo upieczonych mistrzów Niemiec dzieli już tylko decydująca batalia z VfB Stuttgart. Ekipa Die Schwaben powraca na Stadion Olimpijski w Berlinie ze świadomością, że czeka ją znacznie trudniejsze zadanie niż w ubiegłym roku, kiedy sięgnęła po trofeum kosztem trzecioligowej wówczas Armii Bielefeld (4:2). **TJ**



Mikael Ishak
strzelił dla Lecha
już ponad
120 goli.

PIŁKA NOŻNA
• **PKO BP EKSTRAKLASA**

Ta ostatnia sobota

➔ **MECZ 34.**
KOLEJKI SO 23.05
godz. 17.25 TVP SPORT

Małe różnice punktowe pomiędzy klubami Ekstraklasy, zarówno tymi zagrożonymi spadkiem, jak i liczącymi się w grze o europejskie puchary, sprawiają, że finałowa kolejka sezonu może obfitować w emocje i zwroty akcji. Pragnący w dobrym stylu przypieczętować obronę tytułu Lech podejmie Wisłę Płock. Za plecami Kolejorza toczy się będzie rywalizacja o pozostałe lokaty na podium. Wicemistrzostwo znajduje się w zasięgu m.in. Górnik. Zdobywca Pucharu Polski musi stanąć na wysokości zadania w meczu z Radomiakiem, licząc jednocześnie na potknięcie Jagiellonii

w spotkaniu z Zagłębiem oraz Rakową w meczu z Arką. W dolnych rejonach tabeli mający nóż na gardle Widzew zrobi wszystko, by pokonać Piastę i zapewnić sobie utrzymanie w elicie. Podobny cel ma Lechia. Gdańszczanie zwieńczą ligową kampanię konfrontacją z zegnającym się z Ekstraklasą Bruk-Betem Termalicą Niecieczą. **TJ**



W sierpniu 2025 roku Bayern pokonał VfB 2:1 w meczu o Superpuchar Niemiec.

Michael Olise to najdroższy piłkarz Bayernu. Jest warty ok. 140 mln euro.

FORMUŁA 1 • GRAND PRIX KANADY

W pogoni za młokosem

➔ **5. RUNDA ND 24.05**
godz. 21.55 ELEVEN SPORTS 1

Andrea Kimi Antonelli ma dopiero 19 lat, a już zastąpił na torze największych mistrzów. Wygrał trzy wyścigi z rzędu i jest liderem klasyfikacji generalnej kierowców – najmłodszym w historii F1. Przed nim rywalizacja na Circuit Gilles Villeneuve. To właśnie tu rok temu Włoch po raz pierwszy stanął na podium

grand prix. Zwyciężył wówczas jego kolega z zespołu Mercedes-a George Russell. Brytyjczyk wydaje się głównym konkurentem Antonelliego w walce o triumf w Montrealu. Znajdujący się tu tor dobrze kojarzy się nie tylko zawodnikom niemieckiego teamu, ale też polskim fanom sportów motorowych. W 2008 roku Robert Kubica odniósł tu swoje jedyne zwycięstwo w Formule 1. **TJ**



Andrea Kimi Antonelli zastąpił w zespole Mercedes-a Lewisa Hamiltona.

George Russell wygrał dotychczas sześć wyścigów F1.



Maksym Chłań odgrywa w tym sezonie ważną rolę w drużynie z Zabrza.

PIŁKA NOŻNA

SO	Betclitc 2. Liga TVP Sport
12.40	Mecz: Podhale Nowy Targ – Warta Poznań
SO	Liga włoska Eleven Sports 1
14.55	Mecz 38. kolejki
SO	Liga niemiecka Eleven Sports 2
15.20	Mecz 34. kolejki
SO	PKO BP Ekstraklasa CANAL+ Sport 3
16.00	Multiliga+
SO	PKO BP Ekstraklasa CANAL+ 360
17.25	Mecz 34. kolejki
SO	PKO BP Ekstraklasa CANAL+ PREMIUM
17.25	Mecz 34. kolejki
SO	PKO BP Ekstraklasa CANAL+ Sport
17.25	Mecz 34. kolejki
SO	PKO BP Ekstraklasa CANAL+ Sport 2
17.25	Mecz 34. kolejki
SO	PKO BP Ekstraklasa CANAL+ Sport 5
17.25	Mecz 34. kolejki
SO	PKO BP Ekstraklasa TVP Sport
17.25	Mecz 34. kolejki
SO	Liga niemiecka Eleven Sports 2
18.20	Mecz 34. kolejki
SO	Puchar Niemiec Super Polsat
19.35	Mecz finałowy: FC Bayern Monachium – VfB Stuttgart
SO	Liga włoska Eleven Sports 2
20.40	Mecz 38. kolejki
SO	Liga hiszpańska CANAL+ Sport
20.55	Mecz 38. kolejki
ND	Liga włoska Eleven Sports 1
12.25	Mecz 38. kolejki
ND	Liga hiszpańska CANAL+ Sport
13.55	Mecz 38. kolejki
ND	Liga włoska Eleven Sports 1
14.55	Mecz 38. kolejki
ND	Liga niemiecka Eleven Sports 2
15.20	Mecz 38. kolejki
ND	Liga hiszpańska CANAL+ Sport
16.10	Mecz 38. kolejki
ND	Betclitc 1. Liga TVP Sport
16.25	Multi 1 liga
ND	Liga angielska CANAL+ Extra 1
16.55	MultiPremier League

ND	Liga angielska CANAL+ Extra 2
16.55	Mecz 38. kolejki
ND	Liga angielska CANAL+ Extra 3
16.55	Mecz 38. kolejki
ND	Liga angielska CANAL+ Extra 4
16.55	Mecz 38. kolejki
ND	Liga angielska CANAL+ Extra 5
16.55	Mecz 38. kolejki
ND	Liga angielska CANAL+ Extra 6
16.55	Mecz 38. kolejki
ND	Liga angielska CANAL+ Extra 7
16.55	Mecz 38. kolejki
ND	Liga hiszpańska Eleven Sports 2
18.25	Mecz 38. kolejki
ND	Puchar Portugalii TVP Sport
19.15	2. połowa meczu finałowego: Sporting CP – SCU Torreense
ND	Betclitc 2. Liga TVP 3
19.25	Mecz: Olimpia Grudziądz – Hutnik Kraków
ND	Liga hiszpańska Eleven Sports 2
20.55	Mecz 38. kolejki
SR	Mecz towarzyski TVP 1; TVP Sport
20.25	Mecz Gwiazd: Polska – Reszta Świata
SR	Liga Konferencji UEFA Polsat Sport Premium 1
20.50	Mecz finałowy: Crystal Palace FC – Rayo Vallecano



CZ	Betclitc 1. Liga TVP Sport
17.25	Półfinałowy mecz barażowy
CZ	Betclitc 1. Liga TVP Sport
20.25	Półfinałowy mecz barażowy

BOKS

PT	BKFC 89: Palm Desert CANAL+ Sport
3.00	J. Herring – N. Maness
SO	PZB Suzuki Boxing Night w Mielcu TVP Sport
21.00	Gala boks olimpijskiego

FORMUŁA 1

PT	Grand Prix Kanady Eleven Sports 1
18.25	Sesja treningowa
PT	Grand Prix Kanady Eleven Sports 1
22.25	Kwalifikacje do sprintu
SO	Grand Prix Kanady Eleven Sports 1
17.55	Sprint
SO	Grand Prix Kanady Eleven Sports 1
21.55	Sesja kwalifikacyjna
ND	Grand Prix Kanady Eleven Sports 1
21.55	Wyścig

HOKEJ

PT	NHL TVP Sport
2.05	Mecz 3. rundy fazy play-off
SO	Mistrzostwa świata – Szwajcaria 2026 Polsat Sport 3
12.15	Mecz: Łotwa – USA
SO	Mistrzostwa świata – Szwajcaria 2026 Polsat Sport 3
20.10	Mecz: Norwegia – Szwecja
ND	Mistrzostwa świata – Szwajcaria 2026 Polsat Sport 1
16.10	Mecz: Wielka Brytania – Łotwa
ND	Mistrzostwa świata – Szwajcaria 2026 Polsat Sport 2
16.10	Mecz: Dania – Włochy
ND	Mistrzostwa świata – Szwajcaria 2026 Polsat Sport 2
20.10	Mecz: Słowacja – Kanada
PO	Mistrzostwa świata – Szwajcaria 2026 Polsat Sport 1
16.10	Mecz: USA – Węgry
PO	Mistrzostwa świata – Szwajcaria 2026 Polsat Sport 2
16.10	Mecz: Czechy – Norwegia
PO	Mistrzostwa świata – Szwajcaria 2026 Polsat Sport 2
20.10	Mecz: Słowenia – Włochy
PO	Mistrzostwa świata – Szwajcaria 2026 Polsat Sport 1
20.10	Mecz: Niemcy – Wielka Brytania

WT	Mistrzostwa świata – Szwajcaria 2026 Polsat Sport 2
12.10	Mecz: Węgry – Łotwa
WT	Mistrzostwa świata – Szwajcaria 2026 Polsat Sport 1
12.15	Mecz: Norwegia – Dania
WT	Mistrzostwa świata – Szwajcaria 2026 Polsat Sport 2
16.10	Mecz: USA – Austria
WT	Mistrzostwa świata – Szwajcaria 2026 Polsat Sport 1
16.10	Mecz: Szwecja – Słowacja
WT	Mistrzostwa świata – Szwajcaria 2026 Polsat Sport 3
20.05	Mecz: Szwajcaria – Finlandia
WT	Mistrzostwa świata – Szwajcaria 2026 Polsat Sport 2
20.10	Mecz: Czechy – Kanada



CZ	Mistrzostwa świata – Szwajcaria 2026 Polsat Sport 1; Polsat Sport 2
16.10	Mecz ćwierćfinałowy
CZ	Mistrzostwa świata – Szwajcaria 2026 Polsat Sport 2; Polsat Sport 3
20.10	Mecz ćwierćfinałowy
CZ	NHL TVP Sport
2.05	Mecz 3. rundy fazy play-off

KOLARSTWO

PT	Giro d'Italia Eurosport 1
12.30	13. etap: Alessandria – Verbania
SO	Giro d'Italia Eurosport 1
12.45	14. etap: Aosta – Pila
ND	Giro d'Italia Eurosport 2
14.00	15. etap: Voghera – Mediolan
WT	Giro d'Italia Eurosport 2
13.30	16. etap: Bellinzona – Cari

WT Tour de Pologne TVP Sport

- 18.30 Prezentacja trasy
- SR** Giro d'Italia Eurosport 2
- 12.00 17. etap: Cassano d'Adda – Andalo
- CZ** Giro d'Italia Eurosport 2
- 13.00 18. etap: Fai della Paganella – Pieve di Soligo

KOSZYKÓWKA MĘCZYZN

- SO** ORLEN Basket Liga Polsat Sport 2
- 20.10 5. mecz ćwierćfinałowy fazy play-off: WKS Śląsk Wrocław – AMW Arka Gdynia
- SO** NBA TVP Sport
- 2.00 Mecz 3. rundy fazy play-off
- ND** ORLEN Basket Liga Polsat Sport 3
- 17.25 Mecz ćwierćfinałowy fazy play-off
- ND** Euroliga Polsat Sport 3
- 19.55 Mecz finałowy fazy play-off
- PO** NBA TVP Sport
- 2.00 Mecz 3. rundy fazy play-off
- WT** ORLEN Basket Liga Polsat Sport 1

- 20.10 Mecz półfinałowy fazy play-off
- SR** ORLEN Basket Liga Polsat Sport 1

- 20.10 Mecz półfinałowy fazy play-off
- SR** NBA TVP Sport
- 2.00 Mecz 3. rundy fazy play-off
- CZ** ORLEN Basket Liga Polsat Sport 1

- 20.05 Mecz półfinałowy fazy play-off

LEKKOATLETYKA

- SO** Diamentowa Liga w Xiamenie Polsat Sport 1
- 13.00 Stadium
- ND** Lisek w domu. Mityng Skoku o Tytce w Dusznikach 2026 TVP Sport
- 13.15 6. edycja

PIŁKA NOŻNA KOBIEC

- SO** ORLEN Ekstraliga TVP Sport
- 10.25 Mecz: Śląsk Wrocław – Czarni Sosnowiec

PIŁKA RĘCZNA MĘCZYZN

- SO** ORLEN Superliga Polsat Sport 3
- 15.00 Mecz o 3. miejsce: REBUD KPR Ostrowia Ostrów Wielkopolski – PGE Wybrzeże Gdańsk
- ND** ORLEN Superliga Polsat Sport 1
- 12.30 Mecz finałowy: ORLEN Wisła Płock – Industria Kielce

SIATKÓWKA KOBIEC

- PT** Mecz towarzyski Polsat Sport 1
- 17.00 Polska – Turcja
- PT** Mecz towarzyski Polsat Sport 3
- 20.00 Włochy – Serbia
- SO** Mecz towarzyski Polsat Sport 1
- 17.00 Polska – Serbia
- ND** Mecz towarzyski Polsat Sport 1
- 20.00 Włochy – Polska



SIATKÓWKA MĘCZYZN

- PT** Mecz towarzyski Polsat Sport 3
- 17.00 Serbia – Bułgaria
- PT** Mecz towarzyski Polsat Sport 1
- 19.30 Polska – Ukraina
- SO** Mecz towarzyski Polsat Sport 2
- 17.00 Serbia – Ukraina
- SO** Mecz towarzyski Polsat Sport 1
- 19.30 Polska – Bułgaria

TENIS

- PT** Turniej WTA w Strasburgu CANAL+ Sport 2
- 14.00 Mecz półfinałowy gry pojedynczej
- PT** Turniej ATP w Hamburgu Polsat Sport 2; Polsat Sport Premium 1
- 15.30 Mecz półfinałowy gry pojedynczej
- PT** Turniej WTA w Strasburgu CANAL+ Sport 2
- 16.00 Mecz półfinałowy gry pojedynczej
- PT** Turniej ATP w Hamburgu Polsat Sport 2; Polsat Sport Premium 1
- 17.30 Mecz półfinałowy gry pojedynczej

- SO** Turniej WTA w Strasburgu CANAL+ Sport 2
- 14.00 Mecz finałowy
- SO** Turniej ATP w Hamburgu Polsat Sport 2
- 14.30 Mecz finałowy
- ND** Turniej French Open w Paryżu Eurosport 1
- 11.00 Mecz 1. rundy gry pojedynczej
- ND** Turniej French Open w Paryżu Eurosport 1
- 14.00 Mecz 1. rundy gry pojedynczej
- ND** Turniej French Open w Paryżu Eurosport 1
- 16.00 Mecz 1. rundy gry pojedynczej
- ND** Turniej French Open w Paryżu Eurosport 1; Eurosport 2
- 17.45 Mecz 1. rundy gry pojedynczej
- ND** Turniej French Open w Paryżu Eurosport 1
- 20.00 Mecz 1. rundy gry pojedynczej
- PO** Turniej French Open w Paryżu Eurosport 1; Eurosport 2
- 10.30 Mecz 1. rundy gry pojedynczej
- PO** Turniej French Open w Paryżu Eurosport 1
- 14.00 Mecz 1. rundy gry pojedynczej
- PO** Turniej French Open w Paryżu Eurosport 1; Eurosport 2
- 16.00 Mecz 1. rundy gry pojedynczej
- PO** Turniej French Open w Paryżu Eurosport 1; Eurosport 2
- 18.00 Mecz 1. rundy gry pojedynczej
- PO** Turniej French Open w Paryżu Eurosport 1
- 20.00 Mecz 1. rundy gry pojedynczej
- WT** Turniej French Open w Paryżu Eurosport 1
- 11.00 Mecz 1. rundy gry pojedynczej
- WT** Turniej French Open w Paryżu Eurosport 1
- 14.00 Mecz 1. rundy gry pojedynczej
- WT** Turniej French Open w Paryżu Eurosport 1
- 16.00 Mecz 1. rundy gry pojedynczej
- WT** Turniej French Open w Paryżu Eurosport 1;
- 17.45 Mecz 1. rundy gry pojedynczej

- WT** Turniej French Open w Paryżu Eurosport 1
- 20.00 Mecz 1. rundy gry pojedynczej
- SR** Turniej French Open w Paryżu Eurosport 1
- 11.00 Mecz 2. rundy gry pojedynczej
- SR** Turniej French Open w Paryżu Eurosport 1
- 14.00 Mecz 2. rundy gry pojedynczej
- SR** Turniej French Open w Paryżu Eurosport 1; Eurosport 2
- 16.00 Mecz 2. rundy gry pojedynczej
- SR** Turniej French Open w Paryżu Eurosport 1; Eurosport 2
- 18.00 Mecz 2. rundy gry pojedynczej
- SR** Turniej French Open w Paryżu Eurosport 1
- 20.00 Mecz 2. rundy gry pojedynczej
- CZ** Turniej French Open w Paryżu Eurosport 1
- 11.00 Mecz 2. rundy gry pojedynczej
- CZ** Turniej French Open w Paryżu Eurosport 1
- 14.00 Mecz 2. rundy gry pojedynczej
- CZ** Turniej French Open w Paryżu Eurosport 1
- 16.00 Mecz 2. rundy gry pojedynczej
- CZ** Turniej French Open w Paryżu Eurosport 1; Eurosport 2
- 17.45 Mecz 2. rundy gry pojedynczej
- CZ** Turniej French Open w Paryżu Eurosport 1
- 20.00 Mecz 2. rundy gry pojedynczej

ŻUŻEL

- SO** Metalkas 2. Ekstraliga CANAL+ Sport 5
- 13.30 Mecz: Polonia Piła – ZKS Stal Rzeszów
- ND** Metalkas 2. Ekstraliga CANAL+ Sport 5
- 14.30 Mecz: Cellfast Wilki Krosno – Hunters PSŻ Poznań
- ND** Metalkas 2. Ekstraliga CANAL+ Sport 5
- 17.00 Mecz: Moonfin Malesa Ostrów Wlkp. – INNPRO ROW Rybnik
- ND** PGE Ekstraliga CANAL+ Sport
- 19.15 Mecz: Gezet Stal Gorzów – ORLEN OIL Motor Lublin

AQUAMAN • PATRICK WILSON

Czuję się jak szpieg

Aktor, który jest twarzą współczesnego horroru, nie zwalnia tempa. Mnóstwo czasu spędza na planie filmowym. A gdy potrzebuje ciszy, wraca do zwyczajnego życia u boku rodziny.



Gwiazda na topie

Patrick Wilson z żoną Dagmarą oraz synami Kassianem i Kalinem.

➔ **AQUAMAN PT 22.05 godz. 20.00 TVN**

Dobra passa przystojnego 52-lataka trwa. Właśnie dołączył do obsady trzeciego sezonu serialu „The Last of Us” (HBO Max). Wciela się w Jerry’ego – ojca Abby (Kaitlyn DeVe), jednej z najbardziej kontrowersyjnych postaci w tej historii. To nie koniec intrygujących propozycji. W nowej, serialowej odsłonie thrilleru „Przylądek strachu” z 1991 zagra Toma Bowdena, którego uporządkowane życie zamienia się w koszmar za sprawą owładniętego żądzą zemsty psychopaty (Javier Bardem).

Stylowy gość

Patrick Wilson należy do grona aktorów, których twarz zna niemal każdy, ale nazwisko już niekoniecznie. A przecież od lat gra w kinowych hitach („Aquaman”, „Midway”, „Jay Kelly”) i serialach („Watchmen”, „Fargo”). Przypomina trochę gwiazdorów starego Hollywood, którzy nie potrzebowali skandali, by przyciągać uwagę. Elegancki i obdarzony hipnotyzującą aurą, mówi o sobie: – Jestem stylowym gościem, który woli nie rzucać się w oczy.

Zanim trafił do świata blockbustów, dał się poznać jako człowiek

teatru i musicalu. Studiował śpiew, występował na Broadwayu, zdobywał nominacje do nagrody Tony. Ma mocny, klasycznie wykształcony głos, co zaskakuje wielu fanów. – A czegoż się spodziewaliście po synu piosenkarki i nauczycielki emisji głosu? Śpiewam! Codziennie! W kuchni, wannie i samochodzie. Mam to we krwi – wyjaśnia. – Tak jest, to moja mama, Mary Kay Wilson, zaszczepiła we mnie miłość do śpiewu...

Hollywood długo nie wiedziało, co z nim zrobić. Był „za normalny” na ekscentrycznego gwiazdora i jednocześnie zbyt wyrazisty, by zostać romantycznym amantem. Dlatego jego kariera rozwijała się powoli: – Czułem się jak szpieg, zmierzający do celu bocznymi drogami – mówi. Dopiero z czasem został specjalistą od postaci, które pod elegancją powierzchwności kryją moralne pęknięcia. Wykorzystał to James Wan, obsadzając go w rolach Eda Warrena w serii horrorów „Obecność” i Josha Lamberta w cyklu grozy „Naznaczony”.

Największe marzenie

Wilson nieprzypadkowo cieszy się sympatią w Polsce. Od 2005 roku jest mężem Dagmary

Domińczyk („Sukcesja”), pochodzącej z Kielc. Poznali się na uniwersytecie w Pittsburghu, choć wtedy każde z nich układało sobie życie u boku kogoś innego. Los połączył ich ponownie kilka lat później. – Dorastałem na Południu, w szczęśliwym domu, dlatego zawsze ważne były dla mnie tradycyjne wartości. Dagmara przyszła na świat w Polsce. Ogromne znaczenie mają dla niej korzenie i bliscy. Oboje marzyliśmy o rodzinie i to nas do siebie zbliżyło – opowiada aktor. Doczekali się dwóch synów, Kassiana i Kalina, z których są naprawdę dumni!

Patrick jest człowiekiem wyjątkowo lubianym w branży. – Słyszałem, że mój spokój udziela się kolegom. Cóż, coś w tym jest. Nigdy się nie unoszę, a jeśli ktoś się spóźnia, kaprysi albo wpada w szał, jestem pierwszy do łagodzenia sporów – wyjaśnia.

Te cechy na pewno przyciągnęły mu się na planie emocjonalnego rollercoastera, jakim jest „Przylądek strachu” (premiera 5 lipca na platformie Apple TV). Wilson bowiem nie tylko potrafi grać facetów, którzy zachowują zimną krew, gdy grunt zaczyna im się usuwać spod nóg, lecz także sam taki jest.

MACIEJ MISIORNY



– Jeśli ktoś rozpoznaje mnie na ulicy, to zwykle nie dlatego, że widział mnie w filmie. Częściej myśli: Hej, czy ten facet nie był ostatnio moim kelnerem? – mówi z uśmiechem.



W filmie „Aquaman” Jason Momoa i Patrick Wilson wcieliili się w braci, których konflikt decyduje o losach świata.

Finał
sezonu

Kazimierz i jego pracownicy nie mają pojęcia, że w aucie klienta zainstalowana jest bomba!

LOMBARD. ŻYCIE POD ZASTAW

Sądny dzień...

➔ **LOMBARD. ŻYCIE POD ZASTAW** PT 22.05 godz. 19.00 TV PULS

Nadejdzie dzień rozprawy, na której Kazimierz (Zbigniew Buczkowski) ma zeznawać w sprawie Kapicy. Czekając na swoją kolej, Barski otrzyma serię wiadomości, które bardzo go poruszają. Czy ktoś spróbuje wpłynąć na jego zeznania? Natomiast Andżelikę (Dominika Skoczylas)

czeka prawdziwy koszmar na jawie. Gdy pójdzie po synka do przedszkola, zdziwiona wychowawczyni powie jej, że Igorek już został odebrany... Tymczasem diler Mazur będzie chciał zastawić w lombardzie samochód, by zdobyć pieniądze na spłatę długu u mafii. Nie ma pojęcia, że gangster Klaus kazał zainstalować w jego aucie bombę, by się go spektakularnie pozbyć... **PM**

KOCHAM CIĘ, POLSKO!

Kto wygra to starcie?

➔ **KOCHAM CIĘ, POLSKO!** PT 22.05 godz. 20.45 TVP 2

Tym razem szykuje się wyjątkowa rywalizacja! Po jednej stronie, w drużynie Michała Koterskiego, wystąpią: Michalina Sosna, Janek Dąbrowski i Paulina Chylewska – czyli silna ekipa prowadzących „The Voice Kids”. Po drugiej zaś, w zespole Filipa Gurłacza, znajdą się: Beata Tadla i Łukasz Nowicki,

których znamy m.in. z „Pytania na śniadanie”, a także Robert Janowski – gospodarz teleturnieju „Jaka to melodia?”. Czy prowadząca Marzena Rogalska nie okaże się stronnicza w przyznawaniu punktów? Wszak z Łukaszem Nowickim tworzy wyjątkowo zgrany duet w magazynie śniadaniowym, a i prywatnie przyjaźnią się od lat. Przekonajmy się! **MJ**

Finał
edycji

Czy drużyna Filipa Gurłacza ma szansę na wygraną?

KOBRA – ODDZIAŁ SPECJALNY

Na celowniku

➔ **KOBRA – ODDZIAŁ SPECJALNY** PT 22.05 godz. 21.10 ZOOM

Młoda matka, Nina (Karin Hanczewski), i jej córka stają się celem zawodowego snajpera. Okazuje się, że ma to prawdopodobnie związek z przypadkowo podsłuchaną przez kobietę rozmową. Jeżeli chcą powstrzymać zabójcę, policjanci Semir i Paul (Erdogan Atalay, Daniel Roesner)

muszą najpierw odkryć, jakie cenne informacje niechęcy zdobyła Nina. Nie mają za wiele czasu... Początkowo „Kobra...” powstała jako miniserial, ale rekordowa oglądalność zachęciła twórców do kontynuacji. Łącznie nakręcono niemal 400 odcinków o pracy niemieckich stróżach prawa. W Zoom TV przygodę z serialem rozpoczniemy od 22. sezonu. **JK**

Na
faktach

W roli dowódcy, kapitana Jana Grudzińskiego, wystąpił Tomasz Żiętek.

ORZEŁ. OSTATNI PATROL

Pod powierzchnią

➔ **ORZEŁ. OSTATNI PATROL** PT 22.05 godz. 20.00 KINO POLSKA

Czy mierzący 84 metry długości torpedowy okręt podwodny może nagle przepaść bez śladu? Tak się stało na przełomie maja i czerwca 1940 roku gdzieś na Morzu Północnym. Do dziś nikt nie zdołał ustalić, jaki los tak naprawdę spotkał ORP Orzeł oraz jego załogę – mimo

wielokrotnych (i nadal kontynuowanych) poszukiwań nie udało się także odnaleźć wraku jednostki. Próbę rekonstrukcji wydarzeń, które mogły rozegrać się na pokładzie w ostatnich dniach przed zatonięciem okrętu, podjął reżyser i scenarzysta Jacek Bławut. Jego film nagrodzono m.in. czterema statuetkami podczas festiwalu w Gdyni w 2022 roku. **JK**

Kultowy
serial

Serial wyróżniają efektywne sceny akcji.

TVP 1 TVP 1 DV3 T2

- 5.05 Wykrywacz kłamstw** – pr. publicyst., Pol. 2025-2026
- 5.25 Pytanie dnia** – program publicystyczny, Polska 2026
- 5.45 Reporterzy** – magazyn reporterów
- 5.55 Oko na świat** – magazyn, Polska 2024-2026
- 6.20 Akacyjowa 38** (863) – telenowela, Hiszpania 2015
- 7.00 Transmisja mszy świętej z Sanktuarium Matki Bożej na Jasnej Górze**
- 7.30 Agape blisko Ciebie** – mag. religijny, Polska 2023-2025
- 8.00 Serwis Info** – pr. inform., Pol.
- 8.10 Pogoda Info**
- 8.15 Makłowicz w podróży** – magazyn kulin., Polska 2012
- 8.50 Ranczo 3** (36) – serial obyczajowy, Polska 2008
- 9.50 Komisarz Alex 4** (45) – serial kryminalny, Polska 2013
- 10.40 Ojciec Mateusz 12** (150) – serial kryminalny, Pol. 2014
- 11.30 Okrasa łamie przepisy** – magazyn kulin., Polska 2026
- 12.00 Serwis Info** – pr. inform., Pol.
- 12.10 Agrobiznes** – magazyn rolniczy
- 12.30 Agropogoda**
- 12.40 Magazyn rolniczy**
- 13.00 Natura w Jedyńce: Grenlandzkie olbrzymy. Kraina piźmowoiłów i niedźwiedzi polarnych** – film dokumentalny, Hiszpania 2025 (patrz obok)
- 14.00 Złoty chłopak** (296) – serial obyczajowy, Turcja 2022
- 15.00 Serwis Info** – pr. inf., Polska
- 15.15 Reporterzy** – magazyn reporterów
- 15.35 Gra słów. Krzyżówka** – teleturniej, Pol. 2019-2026
- 16.05 Dziedzictwo** (926) – serial obyczajowy, Turcja 2020
- 17.00 Teleexpress, Pogoda**
- 17.25 Jaka to melodia?** – teleturniej muzyczny
- 18.00 Klan** (4721) – telenowela, Polska 2026
- 18.35 Akacyjowa 38** (874) – telenowela, Hiszpania 2015
- 19.30 Program informacyjny 19.30**
- 19.55 Pytanie dnia** – program publicystyczny, Polska 2026



13.00 DOKUMENT

Grenlandzkie olbrzymy. Kraina piźmowoiłów...
Wyprawa na wyspę wyróżniającą się unikalną bioróżnorodnością. Znajdziemy tu m.in. piźmowoiła, największego roślinożercę regionu oraz jego głównego wroga, niedźwiedzia polarnego. Te dwa gatunki symbolizują wytrzymałość i dzielność Arktyki. **60 min**



20.30 KOMEDIOWY

Powrót (5)
Zoja chce, aby jej ojciec (Bartłomiej Topa, zdj.) wrócił do domu. Stopniowo poszerza się również grono osób, które wiedzą o jego powrocie do życia. Niebawem w piekarni pojawia się agent ABW, a Starostecki trafia na przesłuchanie. Mężczyzna nie potrafi jednak wyjaśnić tego, co mu się przydarzyło. **60 min**

TVP 2 TVP 2 DV3 T2

- 4.30 Na dobre i na złe** (878): Obietnica – serial obyczajowy, Polska 2026
- 5.30 M jak miłość** (1761) – serial obyczajowy, Polska 2023
- 6.20 Anna Dymna – spotkamy się** – talk-show
- 6.50 Barwy szczęścia** (3385) – serial obyczajowy, Polska 2026
- 7.30 Pytanie na śniadanie – pobudka** – magazyn, Polska 2026
- 7.55 Pytanie na śniadanie**
- 11.40 Operacja zdrowie** (81) – magazyn med., Polska 2025
- 12.15 Andrzej Wajda – Notatki** (2): Daniel Olbrychski – cykl reportaży, Polska 2026
- 12.30 Koło fortuny** – teleturniej, Polska 2024
- 13.15 Panna młoda** (102) – serial obyczajowy, Turcja 2024
- 14.05 Va banque** – teleturniej, Polska
- 14.35 Na sygnale** (908): Strefa śmierci – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2026
- 15.05 La Promesa – pałac tajemnic** (396) – serial obyczajowy, Hiszpania 2022 (patrz obok)
- 16.00 Koło fortuny** – teleturniej, Polska 2024
- 16.35 Familiada** – teleturniej
- 17.20 Panna młoda** (103) – serial obyczajowy, Turcja 2024
- 18.15 Va banque** – teleturniej, Polska
- 18.50 Jeden z dziesięciu** – teleturniej
- 19.25 Barwy szczęścia** (3385) – serial obyczajowy, Polska 2026
- 19.55 Domowe patenty 2** (5) – magazyn poradnikowy, Polska 2026



15.05 OBYCZAJOWY

La Promesa – pałac tajemnic (396)
Za namową Teresy Lope wyjaśnia Verze, dlaczego tak zależy mu, by odnowiła relację z ojcem. Maria zwraca się Janie (Ana Garcés, zdj.) i Teresie ze swoich lęków. Ignacio przekonuje Petrę, że zbliża się do Margarity, by uderzyć w Cruz i zemścić się za śmierć syna. **55 min**



20.45 ROZRYWKA

Kocham Cię, Polsko! (11)
W drużynie Michała Koterskiego wystąpią: Michalina Sośna, Janek Dąbrowski i Paulina Chylewska. W zespole Filipa Gurlacza znajdują się z kolei Beata Tašla, Łukasz Nowicki i Robert Janowski. Gościem muzycznym wydania będzie Majka Jeżowska. Prowadzi Marzena Rogalska (zdj.). **95 min**

- 20.05 Barwy szczęścia** (3386) – serial obyczajowy, Polska 2026
- 20.45 Kocham Cię, Polsko!** (11) – program rozrywkowy, Polska 2026 (patrz obok)
- 22.20 Postaw na milion** – teleturniej, Polska
- 23.15 To jest grane** (92) – program muzyczny, Polska 2026
- 23.45 Kaznodzieja z karabinem** – dramat biograficzny, USA 2011, reż. Marc Forster, wyk. Gerard Butler, Michelle Monaghan, Kathy Baker, Michael Shannon (patrz obok)
- 1.55 Miłość w chmurach** – komedia romantyczna, Niemcy 2017, reż. André Erkau
- 3.30 Akacyjowa 38** – telenowela, Hiszpania 2015
- 4.20 Rodzinka.pl** – serial kom., Polska 2025 **4.45**



23.45 BIOGRAFICZNY

Kaznodzieja z karabinem
Sam (Gerard Butler, zdj.), były członek gangu, wychodzi z więzienia. Postanawia odkupić swoje winy. Wyrusza do Sudanu, by pomóc dzieciom wykorzystywanym jako żołnierze. **130 min**

POLSAT DV3 T2

- 6.00 Nowy dzień z Polsat News** – program informacyjny
- 8.00 halo tu polsat** – magazyn, Polska 2026
- 11.30 Gliniarze** (793-795) – serial paradokumentalny, Polska 2023
- 14.40 Dlaczego ja?** (1573): Złe oko – serial paradokumentalny, Polska 2026
Po niemal dwóch dekadach małżeństwa Anna słyszy od męża, że odchodzi on do kochanki, z którą ma romans od trzech lat. Zdrżgotana kobieta obwinia o wszystko amulet i popada w depresję. Wdaje się w znajomość z Wojciechem, który ją odurza i okrada. Nieprzytomną znajduje w parku taksówkarz. **70 min**
- 15.50 Wydarzenia**
- 16.15 Pogoda**
- 16.20 Interwencja** – magazyn reporterów
- 16.30 Na ratunek 112** (1170) – serial paradokumentalny, Polska 2026
Po powrocie ze stażu Julia odkrywa, że rodzice się rozwiedli, a ojciec ułożył sobie życie z Ireną. Lojalna wobec matki dziewczynka postanawia rozbić ten nowy związek. Wprowadza się do taty i wykorzystuje łęk jego partnerki przed pajakami. **30 min**
- 17.00 Gliniarze** (1210): Po weselu się zagoi – serial paradokumentalny, Polska 2026
Kelnerka domu weselnego znajduje nad ranem rannego świadka pana młodego. Adam i Olga próbują odtworzyć wydarzenia z minionej nocy. Z pokoju państwa młodych zniknęły koperty z pieniędzmi. Śledczy muszą rozstrzygnąć, czy kradzież ma związek z pobiciem. **60 min**
- 18.00 Pierwsza miłość** (4222) – serial obyczajowy, Polska 2026 (patrz obok)
- 18.50 Wydarzenia**
- 19.20 Gość „Wydarzeń”** – program publicystyczny
- 19.25 Sport, Pogoda**
- 19.55 Polsat Hit Festiwal 2026** (1-3): Radiowy hit roku; Krzysztof Krawczyk. To już 5 lat – koncert, Polska 2026 (patrz obok)
Na scenie sopockiej Opery Leśnej wystąpi ponad 150 wykonawców. Grzegorz Skałwiński i Waldemar Tkaczyk będą świętować 50-lecie pracy artystycznej. **240 min**
- 23.55 Gierek** – film biograficzny, Polska 2021, reż. Michał Węgrzyn, wyk. Michał Koterski, Małgorzata Kożuchowska, Jan Frycz, Cezary Żak, Agnieszka Wędołocha (patrz obok)
- 3.15 Nasz nowy dom** (354): Sokoly – reality show, Polska 2025
- 4.35 Kabaretowa Ekstraklasa** (79) – program rozrywkowy, Polska 2017



18.00 OBYCZAJOWY

Pierwsza miłość (4222)
Szanse na odnalezienie Kazanowej są nikłe. Mimo to Bartek angażuje się w rozwieszanie plakatów Jadzia (Aleksandra Sroka, zdj.) wierzy w niewinną wdzięczną Waldka. Ma jednak większy problem niż szukanie obrazzonego męża. Martwi się o zdrowie córki. **50 min**



19.55 KONCERT

Polsat Hit Festiwal 2026 (1-3)
Widzów czeka zabawa w rytmie największych przebowów eteru. Wśród artystów, którzy je zaśpiewają, są Oskar Gmys (zdj.), Roxie Węgiel i Kayah. W holdzie Krzysztofowi Krawczykowi wystąpi m.in. Edyta Goniał, Andrzej Smolik, Maciej Małeńczuk, Andrzej Piaseczny oraz Sławek Uniatoński. **240 min**



23.55 BIOGRAFICZNY

Gierek
Lata 70. XX wieku. Edward Gierek (Michał Koterski, zdj.) zostaje I sekretarzem KC PZPR. Dąży do rozwoju gospodarczego Polski. Prominenci powiązani z ZSRR widzą w ambitym polityku zagrożenie. **200 min**

- 20.10 Sport, Pogoda**
- 20.30 Powrót** (5) – serial komediowy, Polska 2022 (patrz obok)
- 21.30 Nigdy nie mów nigdy** – komedia obyczajowa, Polska 2009, reż. Wojciech Pacyna, wyk. Anna Dereżowska, Jan Wieczorkowski, Edyta Olszówka, Robert Więckiewicz (patrz obok)
- 23.25 Wojna zastępcza** (12): Śluzak – serial szpiegowski, Polska 2025
- 0.20 Bogowie ulicy** – dramat kryminalny, USA 2012, reż. David Ayer
- 2.10 Wszystko na sprzedaż** – dramat psychologiczny, Polska 1968, reż. Andrzej Wajda
- 3.55 Demony i smoki** – film dokumentalny, Dania/Szwecja 2024 **4.45**



21.30 KOM. OBYCZ.

Nigdy nie mów nigdy
Odnosząca sukcesy Ama (Anna Dereżowska, zdj.) jest singielką. Wbrew zasadom umawia się na randkę z klientem, Markiem (Jan Wieczorkowski, zdj.). To odmienna jej życie. **115 min**

TVN DV3 T2

TVN DV3 T2

TV PULS DV3 T2

TVN 7 DV3 T2

5.40 Uwaga! – magazyn reporterów
5.55 Ukryta prawda (1645) – serial paradokumentalny, Polska 2024
 Ewa martwi się o córkę, kiedy ta postanawia zaadoptować chorą na mukowiscydozę czterolatkę. Chce ją odwieść od tej decyzji, ale kobieta jest zdeterminowana. **55 min**



7.45 MAGAZYN

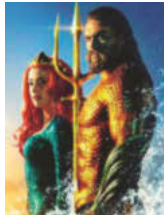
6.50 Kuchenne rewolucje (12) – program rozrywk., Pol. 2025

7.45 Dzień Dobry TVN – magazyn (patrz obok)

11.25 Kuchenne rewolucje (10, 7) – program rozrywkowy, Pol. Waledek przez lata pracował w wielu różnych restauracjach. Skromny budżet i pasja pozwoliły mu otworzyć bar z pierogami. Z biegiem czasu sytuacja finansowa lokalu stawała się coraz gorsza. **135 min**

13.40 Ukryta prawda (1615, 1616, 1691) – serial paradokumentalny, Polska
 Ada przyjeżdża do Warszawy z Wielkiej Brytanii, gdy dowiaduje się o śmierci swojego ojca Michała, uznanego i bogatego chirurga plastycznego. Niestety, nie miała z nim najlepszego kontaktu. **190 min**

Dzień Dobry TVN
 W każdym wydaniu programu inna para prowadzących, między innymi Damian Michałowski i Paulina Kruplińska (oboje na zdj.), w luźnej atmosferze wita z widzami nowy dzień. Poranny magazyn wypełnia interesujące rozmowy z gośćmi, pasjonujące reportaże, ciekawostki i porady. **220 min**



20.00 FILM SF

16.50 Szpital św. Anny (31) – serial obyczajowy, Polska 2025

Ratownicy otrzymują wezwanie do wycieku gazu. Poszkodowane zostały dwie przyrodnie siostry. Ojczym oskarża starszą z nich o wywołanie awarii. Kaja rozmawia z Zytą o problemach z zarzutami. **65 min**

17.55 Detektywi (328) – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2026
 42-letni mężczyzna po utracie firmy oraz narzeczonej popada w alkoholizm. Traci niemal wszystko. Gdy zostaje znaleziony martwy, policja uznaje to za samobójstwo. Jego siostra nie daje temu wiary. **65 min**

19.00 Fakty

19.30 Sport, Pogoda

19.50 Uwaga! – magazyn reporterów

20.00 Aquaman – film s.f., USA/Australia 2018, reż. James Wan, wyk. Jason Momoa, Amber Heard, Willem Dafoe, Patrick Wilson (patrz obok)
 Losy bohatera uniwersum DC Comics, w którego wciela się znany z „Gry o tron” Jason Momoa. **190 min**

Aquaman
 Władca podwodnej krainy chce zjednoczyć królestwa Atlantyd. Zamierza również pozbyć się ludzi, którzy szkodzą środowisku. Powstrzymać go próbuje przyrodni brat, Aquaman (Jason Momoa, zdj.). By tego dokonać, z pomocą księżniczki Mery (Amber Heard, zdj.) rusza na poszukiwania magicznego trójzębu. **190 min**

23.10 DRAMAT SF

23.10 Jądro Ziemi – dramat s.f., Wielka Brytania/USA 2003, reż. Jon Amiel, wyk. Aaron Eckhart, Hilary Swank, Tcheky Karyo, Stanley Tucci (patrz obok)

1.45 Śmieszak dla zwierzaków: Początki – horror, USA 2023, reż. Lindsey Anderson Beer

3.30 Kuba Wojewódzki (12) – talk-show, Polska 2026

4.45 Uwaga! – magazyn reporterów

5.00 Nauka jazdy 5 (4) – program rozrywkowy, Polska 2022

Jądro Ziemi
 Na świecie dochodzi do niewyjaśnionych katastrof. Okazuje się, że jądro planety przestało się obracać. Mjr Rebecca Childs (Hilary Swank, zdj.) ma dotrzeć do wnętrza Ziemi i wrócić je w ruch. **155 min**

6.00 Policjanci z Miami (18, 19): Labirynt: Stworzeni dla siebie – serial kryminalny, USA 1985

8.00 Kobra – oddział specjalny (10, 11): Vendetta, część 2; Krwawa forsą – serial sensacyjny, Niemcy 2015

10.00 Triumf miłości (159, 160) – serial obyczajowy, Meksyk 2010

12.00 Nie igraj z aniołem (80) – serial obyczajowy, Meksyk 2008

Juan Miguel pragnie ożenić się z Blanką. Adwokat pyta kobietę, czy inny lekarz może potwierdzić jej problemy psychiczne. Marichuy decyduje się na ślub z Leopoldem. Ten chce uznać dziecko partnerki. Mercedes pyta Rocio o przyszłość jej związku. **60 min**

13.00 Wspaniałe stulecie (14) – serial kostiumowy, Turcja 2012-2013

14.00 Dzielnica strachu 10 (477-ost.): Koszmar z ulicy Wiązów – serial kryminalny, Polska 2025-2026

Ola i Rafał prowadzą śledztwo dotyczące brutalnego pobicia biznesmena. Sprawa wiąże się z zaginięciem kobiety oraz przestępczymi porachunkami na Gorczaku. Dagmara odmawia zeznawania przeciwko Jamesowi, co pogarsza sytuację Noconia. **60 min**

15.00 Lombard. Życie pod zastaw 13 (717, 718) – serial obyczajowy, Polska 2023
 Włamywacz Jano naucza tego fachu Juniara, syna swojego zmarłego kolegi. Współpracuje z nimi Mia. Zespół planuje skok na lombard. Beton kontaktuje się z Ziemińskim, żeby przekazać mu, jakie są efekty przesłuchań Aleksa i Docenta. **120 min**

17.00 Kurierzy (1) – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2023, wyk. Marcin Borchart, Patryk Cebulski

18.00 Lombard. Życie pod zastaw 18 (1008, 1009) – serial obyczajowy, Polska 2026 (patrz obok)



18.00 OBYCZAJOWY

Lombard. Życie pod zastaw 18 (1008, 1009)
 Rehabilitant Bartek ratuje życie pacjentce. W internecie pojawiają się nienawistne komentarze. Na wizytę przychodzi Lolek (Jerzy Górski, zdj.). Sprawdza, dlaczego gabinet świeci pustkami. Jedźrej napada przed lombardem na Michała. **120 min**



20.00 DRAM. KRYM.

Krocząc wśród cieni
 Byli policjant Matt Scudder (Liam Neeson, zdj.) pracuje jako prywatny detektyw. Zmaga się z demonami przeszłości. Przyjmuje zlecenie handlarza narkotyków pragnącego odnaleźć morderców swojej żony. Scudder trafia wkrótce na ślad podobnych zbrodni, za które odpowiadają dwaj psychopaci. **135 min**



22.15 THRILLER

Demaskator
 Agent Travis Block wpada na trop tajnego programu FBI wymierzonego w obywateli USA. Z pomocą dziennikarki Miry Jones (Emmy Raver-Lampman, zdj.) próbuje odkryć prawdę. **120 min**

5.20 Ten moment (20): Taniec ze śmiercią – serial paradokumentalny, Polska 2015-2016

5.55 Szkoła (667-669) – serial paradokumentalny, Polska 2019

8.45 Ukryta prawda (1302, 1374, 1375) – serial paradokumentalny, Polska

11.55 W-11 – Wydział Śledczy (993-995) – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2013

14.00 Detektywi (88) – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2024

15.00 Szpital św. Anny (124) – serial obyczajowy, Polska 2026
 Łukasz zdobywa dowody obciążające Streckera i razem z Zytą składa zeznania. Maciek przyjmuje 60-latkę z podejrzeniem ostrego niedokrwienia nogi. Stan mężczyzny szybko się pogarsza. **60 min**

16.00 Sędzia Anna Maria Wesołowska 6 (14, 15) – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2019

Osiemnastoletni Bartek pół roku temu przeniósł się z rodzicami z Wrocławia do Warszawy. Jego nowi koledzy wymyślają sobie ryzykowne wyzwania. Jedną z zabaw ma tragiczny finał. Mikołaj zostaje utopiony w kanale. **120 min**

18.00 Sekrety życia (24) – serial paradokumentalny, Polska 2023

Rozwidzona Anna traci pracę. Zmartwiona nastoletnia córka stara się jej pomóc. Opuściła lekcje w szkole i treningi. Wpada w jeszcze większe kłopoty, gdy pojawia się jej uzależniony od narkotyków ojciec. **60 min**

19.00 Ukryta prawda (1495) – serial paradokumentalny, Polska 2023

Ewa przepisuje mieszkanie na siostrzenicę Paulinę w zamian za rentę, po czym jedzie do sanatorium. Kiedy wraca, przekonuje się, że zamki zostały zmienione, a jej rzeczy przeniesiono do piwnicy. To początek kłopotów. **60 min**

22.00 Zawsze jest czas na miłość – komedia obyczajowa, USA/Wlk. Bryt./Belgia 2017, reż. Joel Hopkins, wyk. Diane Keaton, James Norton, Brendan Gleeson (patrz obok)

22.15 Królowa przetrwania 3 (12) – reality show (patrz obok)

23.35 Czyja to kochanka? – komedia romantyczna, Francja/Włochy/Belgia 2006, reż. Francis Veber, wyk. Daniel Auteuil, Kristin Scott Thomas, Virginie Ledoyen (patrz obok)

1.20 Hotel Paradise 12 (48)

2.20 Żyjąc z potworem 7 (11) – serial dokumentalny

3.20 Usterka 12 (1) – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2019, wyk. Daniel Górka



20.00 KOM. OBYCZ.

Zawsze jest czas na miłość
 Londyńskie przedmieścia. Osamotniona wdowa Emily (Diane Keaton, zdj.) postanawia pomóc sąsiadowi, uchodzącemu za dziwaka Donaldowi (Brendan Gleeson). Mężczyzna dostał nakaz eksmisji. Choć dużo ich różni, z czasem zbliżają się do siebie. **135 min**



22.15 REALITY SHOW

Królowa przetrwania 3 (12)
 Nadchodzi decydująca walka o 100 tysięcy zł. Zanim zapadnie werdykt, uczestniczki stają do próby wytrzymałości, która wyłoni najlepszą czwórkę. Potem kobiety ruszają na Lwią Skalę, gdzie czekają je finałowa misja i trzy zadania pod okiem Małgorzaty Rozenek-Majdan (zdj.). **80 min**



23.35 KOMEDIA

Czyja to kochanka?
 Żonaty milioner Pierre (Daniel Auteuil, zdj.) zostaje sfotografowany z kochanką. By uniknąć skandalu, płaci parkingowe (Gad Elmaleh), aby udawał jej partnera. **105 min**

TVP 3 TVP 3 DVB-T

12.30 Rosół polski (36) – mag.
13.00 Agrobiznes – mag.
13.30 Niebezpieczne związki
14.20 Niezwykłe miejsca
14.30 Program informacyjny 14.30
15.00 Koronka do Miłosierdzia Bożego – pr. religijny
15.20 Serwis Info Dzień – inf.
15.30 Program lokalny
19.30 Dlaczego krowa...
19.45 Kryminalna siódemka
20.00 Dziennik regionów
20.13 Gość Regionów – publ.
20.30 Ktokolwiek widział, ktokolwiek wie – mag.
21.00 Program lokalny
22.00 Dziennik regionów
22.20 Pierwsza Druga w Trójce – mag. pikarski

TVP POLONIA TVP POLONIA

12.10 M jak miłość (1923)
13.00 Tańczmy, jak nam miłość gra
13.50 Polonia 24 Tygodnik
15.00 Serwis Info – pr. inform.
15.10 Wszystko przed nami (87) – serial obycz., Polska
15.40 Turystyczna jazda
16.00 Ryszard Szurkowski – wysięc przez życie
17.00 Teleexpress
17.20 Gra słów. Krzyżówka
17.50 Teleexpress Extra – inf.
18.15 Górna półka smaku (3)
18.45 Panorama
19.20 Polacy światu
19.30 Program informacyjny 19.30
19.55 Pytanie dnia – pr. publ.
20.10 Sport, Pogoda

TV 4 DVB-T2

6.00 Strażnik Teksasu (17, 18) – serial sensacyjny
7.55 Bogaty dom – biedny dom (117) – reality show, Polska 2024
8.55 Policjantki i Policjanci (442, 443) – serial obycz.
10.55 Na ratunek 112 (1171, 470) – paradok., Pol.
11.55 Diaczego ja? (1529, 1530) – serial paradowydokumentalny, Polska
13.55 Trudne sprawy (1109-1111) – serial paradowydokumentalny, Polska
16.55 Łowcy skarbów. Kto da więcej? (532) – reality show, Polska 2025
18.00 Policjantki i Policjanci (1429, 1430) – obycz., Pol.

PULS 2 DVB-T2

8.30 Myszka Miki: Frajdomek 2 – anim.
8.50 Masza i Niedźwiedź 5
9.20 Bing – serial animowany
9.35 Basia – serial animowany
10.00 Jeżyk i Przyjaciele
10.25 Spidey i superkumple
11.25 Dinopociąg 3 – anim.
11.50 Smerfy – serial anim.
13.00 Gumisie 6 – serial anim.
14.00 Kacze opowieści
15.00 Miraculous: Biedronka i Czarny Kot 4 – anim.
16.00 Fineasz i Ferb 2 – anim.
17.00 Marta mówi 2 – anim.
17.35 Superkoty – serial anim.
18.00 Blue – serial animowany
18.15 Bing – serial animowany
18.45 Masza i Niedźwiedź 5
19.00 Kacze opowieści

TVP ROZRYWKI TVP ROZRYWKI

6.10 Zakochaj się w Polsce (204) – magazyn
6.40 Gra słów. Krzyżówka
7.10 Okrasa łamie przepisy
8.15 Familiada – teleturniej
8.50 Va banque – teleturniej
9.20 Kolo fortuny – telet., Pol.
9.55 Program rozrywkowy
10.05 Makłowicz w podróży
10.40 Postaw na milion
12.35 Familiada – teleturniej
13.15 Tygrysy Europy (5)
14.15 Pan Mama (22, 23)
15.30 Kabaretomania (24, 27) – pr. rozr., Polska
17.25 Va banque – teleturniej
18.00 Kolo fortuny – telet., Pol.
18.40 Okrasa łamie przepisy
19.45 Makłowicz w podróży
20.20 Postaw na milion

TTV HD DVB-T2

6.50 Diabelnie boskie 2 (15)
7.20 Ukryta prawda (1187)
8.20 Kartoteka 9 (19, 20)
10.30 Detektywi w ciemno 3 (10)
13.30 Zakup w ciemno 4 (9)
14.30 Kartoteka 5 (4)
16.45 Express – pr. inform.
16.58 Pogoda, Sport
17.05 Życie na krydycie 8 (23, 24) – reality show, Pol.
18.05 Zakup w ciemno extra (11) – reality show, Polska
18.45 Damy i wieśniaczki. PL 10 (10) – fab.-dok., Pol.
19.45 Express, Pogoda – inf.
20.05 Idź na całość 2 (27)
21.05 Zakup w ciemno extra (34) – reality show, Polska
21.45 Express, Pogoda – inf.



22.30 Złoty chłopak (157)
Seyran dowiaduje się, że Pe-lin przez cały czas przebywała w posiadłości. Czuje się oszukana. Dziewczyna w złości mówi o wszystkim Halisowi. **60 min**

23.30 Kryminalna siódemka
23.55 Panorama
0.25 Program informacyjny 19.30
0.45 Panorama dnia – pr. inf.
1.20 Kryminalna siódemka
1.40 Dziedzictwo (812) – serial obycz., Turcja 2020
2.30 Niebezpieczne związki
3.20 Program informacyjny 19.30

TVP 3 jest wspólnym pasmem programowym lokalnych stacji telewizyjnych: Białystok, Bydgoszcz, Gdańsk, Katowice, Kraków, Lublin, Łódź, Poznań, Rzeszów, Szczecin, Warszawa, Wrocław



20.25 Na dobre i na złe (989)
Blanka próbuje pomóc młodej matce, która urodziła wcześniaka i walczy o to, by pozostała trójką jej dzieci miała szansę na poród w terminie. Maria spotyka odrzuconego kiedyś kochanka. **50 min**

21.15 Na sygnale (639, 640)
21.25 Mazurska Noc Kabaretowa: Rejs miłości (3)
23.15 Panorama
23.45 Matki, żony i kochanki (11) – serial obycz., Polska
0.40 Rodzinka.pl (255) – kom.
1.10 Polskie opowieści (5)
1.30 Program informacyjny 19.30
1.55 Pytanie dnia – pr. publ.
2.05 Sport, Pogoda



20.00 Gala Polskiej Ligi Siatkówki - podsumowanie sezonu 25/26 - Polska 2026
W zeszlizorocznym wydarzeniu nagrody otrzymali m.in. Wilfredo Leon (zdj.) oraz Agnieszka Kąkolowska. Tegoroczna gala zapewni widzom kolejne emocje. **160 min**

22.40 Aniołki Charliego: FILM Zawrotna szybkość – film sens., USA 2003, wyk. Cameron Diaz
0.50 STOP Drogowka – mag.
1.50 Love Island. Wyspa miłości (46)
2.55 Śmierć na 1000 sposobów (2) – dok.
3.25 Lubię disco! (278) – muz.



20.00 FILM Naga broń 2 1/2: Kto obroni prezydenta? – USA 1991
Drebin (Leslie Nielsen, zdj.) bada sprawę porwania fizyka. Sprawca działa na zlecenie potentatów energetycznych. Drebin nie wie, że jego była ukochna jest związana z porywaczem. **110 min**

21.50 Jeniec: Tak daleko, jak nogi poniosą – dramat przygodowy, Niemcy 2001
0.15 Lombard. Życie pod zastaw 4 (150-153) – serial obycz., Pol. 2019
4.25 Niesamowite! (15) – serial dokumentalny, Pol.
5.00 Kręcimy z gwiazdami 3 (7) – pr. rozr., Polska 2013



22.15 Tygodnik Moralnego Niepokoju - The Best of (38) – Polska
Wybór najlepszych skeczy Roberta Górskiego (zdj.) i spółki. Kultowe scenki ukazują codzienne sytuacje w krzywym zwierciadle i przypominają, za co widzowie ich kochają. **35 min**

22.50 Do śmiechu! (63) – rozr., Polska 2024-2026
23.45 Kabaret. Super Show Dwójki (2) – pr. rozr., Pol.
0.50 Kolo fortuny – teleturniej, Polska 2025
2.10 Życie to kabaret: Tak to robota, czyli kabaretowy przegląd zawodów (2) – rozr., Pol.



22.00 Damy i wieśniaczki. PL 10 (5) – Polska 2025
Monika z Rudnej zamieni się miejscami z Agatą z Krakowa. Zazna wygód i luksus, zaś Agata doświadczy ciężkiej pracy. Konfrontacje tych dwóch światów przyniesie wiele niespodzianek. **60 min**

23.00 Gogglebox. Przed telewizorem 23 (5)
0.00 Gogglebox. Przed telewizorem 22 (14)
1.00 Diabelnie boskie 3 (21, 22) – reality show, Pol.
1.55 Damy i wieśniaczki. Za granicą (5, 6) – fab.-dok.
3.55 Sędzia Anna Maria Wesołowska (500) – serial fabularno-dokum.

TVP 3 TVP 3 PROGRAMY LOKALNE

BIAŁYSTOK 16.55 Strefa otwarta
17.25 Pozdrawiam was ciepłotko
17.55 Kreatywni po godzinach
18.05 Przystanek Kultura
18.30 Obiektyw
18.50 Sport, Pogoda
19.00 Bez kantów
21.00 Wykrywacz kłamstw
21.20 Pilna sprawa
21.30 Obiektyw
BYDGOSZCZ 17.00 Fach ze hej
17.30 Klub Kultura
18.15 Języczek u wagi
18.30 Zbliżenia
19.00 Rozmowa dnia
19.20 Woda bydgoska
21.00 Rozmowa dnia
21.20 Ekspert ZUS odpowiada
21.30 Zbliżenia
21.45 Sport, Pogoda
GDANSK 17.30 Do brzegu
17.50 Polacy na morze
18.15 Czyżewskiego 42
18.30 Panorama
19.00 Zawodowcy
21.00 Bezgranicznie: Karaś i Frej
21.15 Czyżewskiego 42
21.30 Panorama
KATOWICE 17.00 Nasza strona miasta
17.15 Dzień z bliska
17.30 Chodźmy do teatru
17.50 Święta wojna
18.15 Protokół rozbieżności
18.30 Aktualności
19.00 Wieczorne wiadomości sportowe
19.10 Gramy dla was
21.15 Protokół rozbieżności
21.30 Aktualności
KRAKÓW 17.10 Msza święta dla chorych
18.01 Etno Malopolski
18.30 Kronika
18.55 Tematy dnia
19.12 Turystyczna jazda
21.03 Wykrywacz kłamstw
21.30 Kronika
21.45 Tematy dnia
LUBLIN 17.55 PGE – kampania edukacyjno-informacyjna
18.10 Zobacz, co słychać
18.30 Panorama lubelska
19.00 Magazyn sportowy
19.15 Scena jest Twoja
21.02 Zdarzenia
21.15 Gość „Panorama”
21.30 Panorama lubelska

ŁÓDŹ 17.10 Babskim okiem
17.30 Pracownia reportażu
17.45 Wykrywacz kłamstw
18.05 Za szybą
18.15 Konkretnie
18.30 Łódzkie wiadomości dnia
18.50 Sport, Pogoda
19.00 Ostatni mistrzowiec
21.10 Zapraszamy do nas
21.30 Łódzkie wiadomości dnia
POZNAŃ 17.00 Wspólne populudnie
17.30 Teleskop
17.44 Wspólne populudnie z naturą
18.30 Teleskop
19.00 Reportaż
21.02 Wykrywacz kłamstw
21.22 Litera | Sztuka
21.30 Teleskop
RZESZÓW 17.02 Kalejdoskop filmowy
17.10 Msza święta dla chorych
18.01 Popoludnie z TVP 3
18.30 Aktualności
19.00 Rusz się, człowieku
19.13 Podkarpackie tablice i inskrypcje
21.00 Wykrywacz kłamstw
21.30 Aktualności
SZCZECIN 17.30 Calkiem niezła historia
17.45 Wito odkrywa Polskę
18.10 Zwierzolubni
18.30 Kronika
18.52 Spiczer
19.07 MediaLab
21.00 Zeszlizolubni
21.10 Spieście dnia
21.30 Kronika
21.50 Rozmowa dnia
WARSZAWA 17.18 MediaLab
17.35 Reagujemy
18.00 Zawsze na temat
18.30 TKW
18.42 Kurier Mazowiecki
19.00 Gwiazdorska kuchnia
Ani 2 21.00 Mody polskie
21.30 Kurier Warszawski i Mazowska
WROCLAW 17.09 Interwencja
17.35 Wrocław się zmienia
17.46 Magazyn Dolnośląski
18.00 Przyszłość jest teraz
18.14 Magazyn ku kulturze
18.30 Fakty
18.58 Rozmowa „Faktów”
19.11 Wj swoim czasie
21.02 Magazyn ku kulturze
21.16 Rozmowa „Faktów”
21.30 Fakty

TVP HD TVP HD

8.55 Ojciec Mateusz 13 (170, 171) – krym., Pol. 2015
10.45 Gra słów. Krzyżówka
11.20 Na sygnale (565, 566)
12.25 Ojciec Mateusz 2 (30)
13.20 Komisarz Alex 22 (275)
14.15 Ranczo 7 (91) – obycz., Pol.
15.15 Ranczo 8 (92) – obycz., Pol.
16.05 Domowe patenty 2
16.10 Postaw na milion – telet.
17.10 Okrasa łamie przepisy
17.45 Makłowicz w podróży
18.20 Ojciec Mateusz 21 (272)
19.20 Ranczo 9 (115) – obycz.
20.10 Rodzinka.pl (235, 236)
21.25 Ojciec Mateusz 35 (447)
22.20 Ojciec anioła – dramat
FILM obyczajowy, USA 2001
0.15 PiTbul (17-19) – sens., Pol.
3.20 Czarne złoto – dram. hist., **FILM** Francja/Włochy/Katar 2011

11.45 Zagadki doktora Blake'a 4 (4) – serial krym.
12.55 Shakespeare i Hathaway: Prywatni detektywi (9, 10) – krym.
14.50 Ojciec Brown 4 (9) – krym.
15.50 Lewis 9 (6) – serial krym.
16.55 My Life is Murder 3 (6)
17.50 Morderstwa w Midsomer 12 (9, 10) – serial krym., Wlk. Bryt.
19.50 Śmierć pod palmami 10 (5) – serial kryminalny
21.00 Ojciec Brown 13 (6)
22.00 Śmierć z dala od palm 4 (2) – serial krym., Wlk. Bryt.
23.15 Shakespeare i Hathaway: Prywatni detektywi (9, 10) – krym.

TVP KULTURA TVP KULTURA DVB-T2

12.50 Niezwykła podróż Georgesa Méliasa – dok.
14.10 Porte des Lilas – dramat
FILM kryminalny, Francja 1957
16.00 Piosenka jest dobra na wszystko. Wspomnienie o Jerzym Wasowskim (1, 2) – koncert, Polska 1985
18.05 Tygodnik kulturalny
18.55 Dzień, w którym umarła gwiazda rocka – dok.
19.30 Video Killed the Radio Star – serial dok., Wlk. Bryt.
20.00 Wieczór kinomana
20.05 Niewiniątka – film
FILM obyczajowy, USA 1961
22.05 Czwartkowy klub filmowy – magazyn filmowy
22.10 Bez zniecierlienia – dram.
FILM obycz., Pol./Fr. 1978

12.20 Lato na Long Island – komedia romantyczna, Niemcy 2009
14.15 Inga Lindström: Po prostu tylko miłość – dram. obycz., Niem. 2023
16.05 Szkoła nad morzem: Zakaz całowania – komediodramat, Niemcy 2025
18.00 Zwierzni doktor Mertens (99) – obycz.
19.00 Górski lekarz (103)
20.00 Rejs ku szczęściu – Podróż poślubna na Cyklady – film obyczajowy, Niemcy 2019
21.55 Lato w Kapsztadzie – melodramat, Niemcy 2010
23.50 Górski lekarz (103)

arFena ANTENA HD DVB-T2

11.35 Kabaretowy szal – rozr.
12.40 Winnice miłości (57)
13.50 Wojciech Ciejrowski - bosko przez świat (81, 82) – cykl reportaży, Pol.
14.55 Cieżarówka przez śniegi 2 (5, 6) – serial dok.
16.50 77 TV 2 (8) – pr. rozr., Polska
17.50 77 TV 5 (17) – pr. rozr., Pol.
18.50 Astrid i Raphaëlle: Kryminalne Geniuszki (2)
19.58 Znasz na pogodę – pr. inf.
20.00 Morderstwa we Francji Miami (160, 161) – krym.
20.00 Pont-Aven – film kryminalny, Francja 2022
22.00 Morderstwa we Francji FILM - Porquerolles – film kryminalny, Francja 2022
0.00 Na własną rękę – thriller, Kanada 2012
1.40 Kabaretowy szal (8, 17)

7.00 Dwóch i pół 11 (9-12)
8.55 Przyjaciele 8 (21-24)
10.55 Przyjaciele 9 (1, 2) – kom.
11.55 Teoria wielkiego podrywy 10 (8-13) – kom.
14.30 Dwóch i pół 11 (13-16)
16.25 Przyjaciele 9 (3-8) – kom.
19.30 Teoria wielkiego podrywy 10 (14-19) – kom.
22.00 The Office PL (3, 4) – kom.
23.05 Comedy Club 7 (1, 2)
0.05 Miasteczko South Park 20 (8, 9)
1.00 Pochodniczy 4 (11, 12)
2.00 Śmiech nigdy nie będzie 3 (9, 10) – program rozrywk.
3.00 Miasteczko South Park 20 (5-7)
4.30 Comedy Club 7 (8-10)

6 TV 6 DVB-T2

6.55 Policjantki i Policjanci (641, 642) – serial obycz.
8.55 Kobryna - oddział specjalny (185, 186)
10.55 48h. Zaginięni (246-248)
13.55 Policjantki i Policjanci (1165) – serial obycz., Polska
14.55 Kobryna - oddział specjalny (187, 188)
17.00 Magnum: Detektywi z Hawajów 5 (87) – sens.
18.00 Strażnik Teksasu (19, 20)
20.00 CSI: Kryminalne zagadki Miami (160, 161) – krym.
21.55 Kości (69, 70) – serial krym.
23.50 Oczy szeroko zamknięte – thriller erotyczny, USA/Wielka Brytania 1999
3.10 Krejzi patrol (49-51)
4.40 Kochane pieniądze (30)
5.45 Telezakupy TV Okazje

8.45 Detektywi (462, 463)
9.50 Prawo Agaty (7) – obycz.
10.50 Szpital św. Anny (58)
11.50 Druga szansa (3, 7, 8)
13.55 Prawo Agaty (6) – obycz.
14.55 Detektywi (464, 465)
15.55 Seriale 4 – magazyn film.
16.35 Kino Buzz Top 5 – mag.
16.50 Mój książę z bajki – kom.
FILM przyz., Fr./Belgia 2020
19.50 Szpital św. Anny (38)
20.00 Fantastycznie zwierzęta – film
FILM i jak je znaleźć – film fantasy, Wlk. Bryt./USA 2016
22.55 Dzień Bastylki – dramat
FILM sensacyjny, Wielka Brytania/Francja/USA 2016
0.45 Zabajczą broń – film
FILM sensacyjny, USA 1987

STOPKLATKA

6.00 Kabinetowe hity (5)
6.50 Złoty interes 2 (3) – rozr.
7.50 Wojciech Cejrowski – boso przez świat
9.00 Robert Makłowicz (214, 188) – mag. kulin.
10.40 Pyszne dania w 10 minut z Julią Oleś (2)
10.55 Doktor z alpejskiej wioski – nowy rozdział (5, 6) – serial obyczajowy
13.00 Katastrofy w przestworzach (7, 8, 5) – serial dok., Kan.
16.00 MacGyver 2 (17, 18) – serial sens., USA/Kanada
18.00 Wojny magazynowe: Kanada 2 (12, 13)
19.10 Wojny kontenerowe 3 (3, 4) – serial dokum., USA



20.00 Wreszcie piątek: **FILM** Twister – USA 1996, reż. Jan de Bont
Jo (Helen Hunt, zdj.) bada trąbę powietrzną. Kiedy nadchodzi wiadomość o zbliżającym się do Oklahomy tornadzie, wyrusza w zagrożony rejon, by zdobyć ważne informacje. **150 min**

22.30 Kruk – horror, USA 1994, **FILM** wyk. Brandon Lee, Ling Bai
0.30 Shutter – Widmo **FILM** – horror, USA/Japonia/Tajlandia 2008
2.30 Waleśa. Człowiek **FILM** z nadziei – film biograficzny, Polska 2013
5.25 Węgry – film krótkometraż., Pol. 2024

POLSAT 2

5.50 Wydarzenia
6.30 Nasz nowy dom (260)
7.30 Na ratunek 112 (859, 860) – paradok., Pol.
8.30 Sekrety rodziny (282-284) – paradok., Pol.
11.30 Trudne sprawy (1206) – serial paradokumentały
12.30 Dlaczego ja? (1462, 1463) – paradok.
14.30 Świat według Kiepskich (364-368) – serial kom., Polska 2011
17.00 48h. Zaginięci (89, 90) – serial kryminalny, Polska
19.00 Gliniarze (1135) – serial paradokumentały, Pol.
20.00 Ślad (38) – serial krym.
21.00 Gliniarze (1067) – serial paradokumentały, Pol.



22.00 Zakładnik z Wall Street – USA 2016
Nadawany na żywo program o finansach przerywa uderzenie meczycyżna, który stracił swoje wszystkie gospodarstwa. Grozi, że zabije gospodarza, Lee Gatesa (George Clooney, zdj.). **120 min**

0.00 22 Jump Street **FILM** – kom. krym., USA 2014
2.30 Wydarzenia
3.10 Ewa gotuje (497) – mag.
3.40 Interwencja – mag.
4.00 Strzelnica Navala (2)
4.55 Interwencja – mag.
5.10 Drwale i inne opowieści Bieszczadu (167) – serial dokum., Pol.
5.30 Telezakupy TV Okazje

TVP SERIALE

5.55 Rodzinka.pl (69) – kom.
6.30 Na sygnale (451, 452)
7.40 Ojciec Mateusz (1) – serial kryminalny, Polska 2008
8.40 Komisarz Alex 24 (298)
9.30 Rodzinka.pl (70) – kom.
10.05 Klan (1419) – telen., Pol.
10.35 Ranczo 6 (69) – obycz.
11.25 Rodzinka.pl (111, 312)
12.25 Pan Mama (49) – kom.
13.05 Zaraz wracam 2 (129)
13.40 Ojciec Mateusz 27 (352, 353) – serial krym.
15.35 Komisarz Alex 24 (299)
16.25 Na sygnale (453, 454)
17.35 Ranczo 6 (70, 71) – obycz.
19.30 Ojciec Mateusz 27 (354)
20.25 Ojciec Mateusz (2) – krym., Polska 2008



21.30 Ranczo 6 (72, 73) – Pol. Wiewiółka i Hadziukowa postanawiają zatrudnić Francescę do ochrony domu weselnego. Tymczasem Hadziuk wykrywa u siebie nieuleczalną chorobę. Zielenka Zofia wysłała go do lekarza. **110 min**

23.20 Ojciec Mateusz 27 (355) – serial kryminalny, Polska
0.20 Nigdy nie mów nigdy **FILM** – komedia obyczajowa, Polska 2009
2.15 Oficer (13-ost.) – serial sensacyjny, Polska 2005
3.20 Zatkota szpiegów 2 (12) – szpiegowski, Pol. 2025
4.10 Klan (1419) – telen., Pol.
4.45 Zaraz wracam 2 (129) – serial obycz., Pol. 2025

KINO POLSKA

6.00 Polska z góry. Zamki, dworki, pałace 3 (4) – serial dokumentalny
6.25 Och! Kabaret 3 (7) – rozr.
7.15 Polska z góry. Zamki, dworki, pałace 3 (5) – serial dokumentalny
7.45 Polska Kronika Filmowa – serial dokum.
7.55 Tama – etiuda film., 2024
8.30 Basia sama w domu **FILM** – komedia, 2021
10.30 Skradziona kolekcja **FILM** – komedia krym., 1979
12.25 Pan Wołodyjowski **FILM** – film historyczny, 1968
15.50 C.K. Dezerterzy (2-ost.) **FILM** – kom., Pol./Węgry 1985
17.20 Stawka większa niż życie (10, 11) – wojenny



20.00 Orzeł. Ostatni patrol **FILM** – 2022, reż. Jacek Bławut
1940 r. Polski okręt podwodny ORP „Orzeł” realizuje misję na Morzu Północnym. Między członkami załogi, którą dowodzi kapitan Grudziński (Tomasz Żiętek, zdj.), narastają konflikty. **130 min**

22.10 Kamienie na szaniec **FILM** – dramat wojenny, 2014, wyk. Tomasz Żiętek
0.35 Drogówka – dramat **FILM** kryminalny, 2013
3.20 Przemasz, czy tu biją? – film sensacyjny, 1976
5.15 Lebenj – krótkometraż.
5.45 Te cholerne peonie – etiuda filmowa, 2023

AXN

6.00 CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 10 (4, 5) – serial kryminalny, USA/Kanada 2009
7.30 Dr House 3 (23, 24) – serial obycz., USA 2007
9.25 Castle 7 (14, 15) – serial krym., USA 2014-2015
11.20 Detektyw Monk 2 (7, 8) – serial kryminalny, USA
13.20 Doktor Larsen (1, 2) – serial obycz., USA 2025
15.20 Agenci NCIS 15 (1, 2) – serial sensacyjny, USA
17.10 Kryminalne zagadki Las Vegas (1, 2) – serial kryminalny, USA/Kanada
19.10 Castle 7 (16, 17) – serial kryminalny, USA 2014-2015



21.05 Olimp w ogniu – USA **FILM** 2013, reż. Antoine Fuqua
Prezydent USA (Aaron Eckhart, zdj.) zostaje zakładnikiem terrorystów. Do walki z nimi rusza były agent Banning (Gerard Butler, zdj.), który po wypadku został odsunięty od obowiązków. **145 min**

23.30 Resident Evil – horror **FILM** s.f., Niemcy/USA/Fr. 2002
1.30 Castle 7 (16, 17) – krym.
3.20 FBI 2 (15) – serial krym.
4.10 Walker. Strażnik Teksasu (15) – krym.
5.05 Kryminalne zagadki Las Vegas (1) – serial kryminalny, USA/Kanada 2000, wyk. William Petersen

CANAL+ PREMIUM

10.00 Miss kokregro **FILM** podkoszulka – komedia, Polska 2002
11.00 Dahomej – film dokum.
12.10 Łąpu-capu **FILM** – komedia, Polska 1999
12.15 Kiler-ów 2-óch **FILM** – film dokumentalny, USA 1999
14.10 Cat's Eyes (3) – serial przygodowy, Francja 2024
15.10 Prawda czy fałsz. Psychologia trumpszmu – film dok.
16.45 Holiday – komedia **FILM** romantyczna, USA 2006, wyk. Cameron Diaz
19.00 Łąpu-capu **FILM** – thriller, USA/Niemcy/Czechy 2002, wyk. Matt Damon, Franka Potente



21.00 To nie jest zagadka kryminalna (4)
Do rezydencji przyjeżdżają kolejne osoby. Wywołuje to konflikty. Gdy Quant i Thistlethwaite próbują polączyć fakty w całość, z cienia wyłania się zamaskowana postać. **55 min**

21.55 Wrooklyn Zoo – dramat **FILM** obyczajowy, Polska 2024
0.00 Skok stulecia – film **FILM** sensacyjny, USA 2018
2.15 Nie chcemy innej ziemi **FILM** 3.00 Malc i lala **FILM** 4.15 Pieniądże to nie wszystko – komedia, Polska 2001

CANAL+ FILM

12.00 Kaskader – komedia **FILM** sensacyjna, USA 2024
14.05 Battleship: Bitwa **FILM** o Ziemię – film s.f., USA/Japonia 2012
16.15 Krucjata Bourne'a **FILM** – thriller, USA/Niemcy 2004
18.00 Saga „Zmierzyć”: Przed świtem. Część 1 – film fantasy, USA 2011
19.55 Łąpu capu – rozr., Pol. 2026
20.00 Niebezpieczne zwierzęta – thriller, Australia/USA/Kanada 2025
21.35 Tak się poznaliśmy **FILM** – kom. romant., USA 2023
23.10 Rust. Legenda Zachodu **FILM** – western, USA 2024
1.25 Julia wraca do domu **FILM** – dram. obycz., Niem./Kanada/Polska 2002

13 ULICA

6.25 Astrid i Raphaëlle 6 (3, 4) – krym., Fr./Bel./Szwajcaria
8.35 Kapitan Marleau 7 (4) – serial kryminalny, Fr. 2022
10.35 Agenci NCIS: Los Angeles 13 (19, 20) – krym.
12.25 Motyw 3 (13) – sens., Kan.
13.20 Motyw 4 (1) – krym., Kan.
14.15 Astrid i Raphaëlle 6 (5, 6)
16.20 Kapitan Marleau 7 (5) – serial kryminalny, Fr. 2022
18.20 Agenci NCIS: Los Angeles 13 (21, 22) – sens.
20.10 Motyw 3 (13) – krym., Kan.
21.05 Motyw 4 (1) – krym., Kan.
22.00 Podróżnik (1) – serial krym.
23.55 Dorwać Cartera – film **FILM** sensacyjny, USA 2000
2.00 Kapitan Marleau 7 (5) – serial kryminalny, Fr. 2022
4.00 Astrid i Raphaëlle 6 (3, 4)

POLSAT FILM

6.00 Jedziemy na ryby! (16)
6.55 Na ratunek 112 (854)
7.25 Doktor Martin (2) – obycz.
8.30 Przyjaciółki (259, 260)
10.25 Świat według Kiepskich (104, 105, 229, 230, 183, 184) – serial kom., Polska
14.05 Nagi peryskop **FILM** – komedia, USA 1996
16.10 S.W.A.T. Jednostka **FILM** specjalna – film sensacyjny, USA 2003
18.40 Men in Black: **FILM** International – komedia s.f., Chiny/USA 2019
21.00 Nikt – film sensacyjny, **FILM** USA/Japonia/Chiny 2021
22.50 Bad Boys – komedia **FILM** sensacyjna, USA 1995
1.20 Ślad (92-95) – serial krym.
1.50 Na ratunek 112 (816)

HBO

12.40 Na planie 23 (21) – mag.
13.05 Zgadnij kto – komedia **FILM** romantyczna, USA 2005
14.50 Przyjaźń dla dorosłych **FILM** – komedia, USA 2024
16.15 Fantastyczne zwierzęta: **FILM** Zbrodnie Grindelwalda – film fantasy, Wielka Brytania/USA 2018
18.25 Dzień Bastylli – dramat **FILM** sensacyjny, Wielka Brytania/Francja/USA 2016
20.00 I.S.S. – thriller s.f., USA **FILM** 2023, wyk. Ariana DeBose
21.35 Mrużnij dwa razy **FILM** – thriller, USA 2024
23.15 Człowiek w ogniu **FILM** – dramat sensacyjny, USA/Wielka Brytania 2004
1.45 Zniknięcia – horror, USA **FILM** 2025, wyk. Julia Garner

WARNER TV

8.05 JAG – Wojskowe Biuro Śledcze (17) – serial sens.
9.00 Bajer z Bel-Air 2 (16, 17)
10.00 Zaj głośno serca (87)
11.05 Pełna chata 5 (19, 20)
12.05 JAG – Wojskowe Biuro Śledcze (18, 19) – sens.
13.55 Bajer z Bel-Air 2 (16-19)
15.15 Pełna chata 5 (19-22)
17.55 Facet z ogłoszenia **FILM** – kom. romant., USA 2005
20.00 Czarnowiec z Eastwick **FILM** – horror kom., USA 1987
22.20 Kryptonim U.N.C.L.E. **FILM** – komedia sensacyjna, USA/Wielka Brytania 2015
0.45 Pocalunek smoka – dram. **FILM** sens., USA/Francja 2001
2.40 Rzekła tajemnic – dramat **FILM** sensacyjny, USA 2003
5.20 Cudotwórca (7) – kom.

ALE KINO+

9.25 The Hero – film krótkometr.
10.00 Co się zdarzyło w Mount Affinity? 2 (3, 4) – krym.
12.15 Vera 11 (5) – serial krym.
14.10 Stan wyjątkowy **FILM** – komedia, Czechy 2024
16.15 Porwanie Heinekena **FILM** – dramat sensacyjny, Belgia/Holandia/USA 2015
18.15 Vera 11 (6) – serial krym.
20.10 Gunman: Odkupienie **FILM** – film sensacyjny, USA/Hiszp./Wielka Brytania 2015
22.25 Ostatni klient – thriller, **FILM** Dania 2022, wyk. Signe Egholm Olsen, Anton Hjejle
0.25 Zabić, jak to łatwo **FILM** powiedzieć – thriller, USA 2012, wyk. Brad Pitt
2.15 Planeta Singli. Osiem historii (5) – serial kom.

SCI FI

6.00 Odrodzeni (10) – serial s.f.
7.00 SurrealEstate 3 (8-10) – serial grozy, Kanada 2025
10.00 Medium 7 (4, 5) – krym.
11.50 Czardziejki 6 (22, 23)
13.40 Grimm 3 (19, 20) – fantasy
15.30 Medium 7 (6, 7) – krym.
17.20 Czardziejki 7 (1, 2) – serial fantasy, USA 2004
19.10 Grimm 3 (21, 22) – fantasy
21.00 Sahara – film przygodowy, **FILM** USA/Hiszpania/Niemcy. 2005
23.30 Krzyżowy ogień – film **FILM** sensacyjny, USA 2011
1.30 Świat triasu **FILM** – horror s.f., USA 2018
3.20 Czardziejki 7 (1, 2) – serial fantasy, USA 2004
5.10 Odrodzeni (10) – serial s.f.

PARAMOUNT NETWORK

6.00 Elementary (23, 24)
7.30 Elementary 3 (1, 2) – krym.
9.20 Co wiecie o swoich **FILM** dziadkach? – komedia, USA 2017, wyk. Will Ferrell
11.25 Transformers 3 **FILM** – film s.f., USA 2011
14.45 Cast Away: Poza **FILM** światem – dramat przygodowy, USA 2000
17.50 Pompeje – film katastrof., **FILM** Kanada/Niemcy/USA 2014
20.00 Nieoczekiwana zmiana **FILM** miejsc – kom., USA 1983
22.30 Immortals. Bogowie **FILM** i herosi – film fantasy, USA 2011, wyk. Luke Evans
1.20 Projekt: Monster – film **FILM** katastroficzny, USA 2008

FX

10.05 CSI: Kryminalne zagadki Miami (20, 21) – krym., USA
11.55 CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku (1, 2)
13.45 Agenci NCIS (1, 2) – sens.
15.35 FBI (14) – serial kryminalny
16.30 CSI: Kryminalne zagadki Miami (22, 23) – krym., USA
18.20 Z archiwum X (15) – s.f.
19.15 FBI (15) – serial kryminalny
20.10 CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku (3, 4)
22.00 Grey's Anatomy: Chirurgi (11) – obycz.
22.55 Rambo 2 – film **FILM** sensacyjny, USA 1985
0.55 Z archiwum X (15) – s.f.
1.55 Zabójcze umysły 13 (13-15) – serial kryminalny

KINO TV

8.35 Zagadki kryminalne panny Fisher (11, 12) – serial krym., Australia
11.00 Panna Scarlet i komisarz 2 (3, 4) – krym.
13.10 Poirrot (1, 2) – serial krym.
15.15 Zagadki kryminalne panny Fisher (13) – krym.
16.40 Zagadki kryminalne panny Fisher 2 (1) – krym.
17.50 Panna Scarlet i komisarz 2 (5, 6) – krym.
20.00 Uprawdżona 3 – sens., **FILM** Francja/Hiszpania/USA 2014
22.15 Jeden gniewny **FILM** człowiek – thriller, USA/Wielka Brytania 2021
0.45 Kamienne Pięści – dram. **FILM** biograf., Panama/USA 2016

CANAL+ SERIALE

9.45 Łąpu capu – rozr., Pol. 2025
9.55 Mozart. Narodziny geniusza (3) – film dokum.
11.00 Naruto (13-15) – anime
12.30 Hollywood Buzz – mag.
13.05 Cat's Eyes (5, 6) – przyg.
14.55 Pisarze. Serial na krótko 2 (4) – kom., Pol.
15.10 Naziści po wojnie – globalna infotracja (1-3)
18.10 Wszystko, czego nie zdążyliśmy powiedzieć (7-9) – serial komediowy, Fr.
20.00 Kłangor 2 (1, 2) – krym.
21.50 Łąpu capu – rozr., Pol. 2025
22.00 Parzy w ogniu. Paris Has Fallen (1, 2) – serial sens.
23.40 Koniec lata (1, 2) – krym.
1.45 Zmijowisko (7) – krym.

CANAL+ 360

14.00 Okrety wojenne (5) – dok.
15.00 Nepal – z zachodu na wschód – film dokum.
16.00 Hot Roads – Najniebezpieczniejsze drogi świata 2 (5) – serial dokum.
17.00 Zholowani: ciężarówka w opalach 7 (9) – dok.
18.00 Porzucone konstrukcje (6) – serial dokum., Wlk. Bryt.
18.55 Okrety wojenne (4) – dok.
19.50 Zholowani: ciężarówka w opalach 7 (10) – dok.
20.50 Kolej przez świat (2)
21.55 Pokonani (4) – serial krym.
22.55 Łowy tajemnic Bałtyku (7) – serial dokum., Pol. 2020
23.45 Polska z góry: Stadiony (4) – serial dokum., Pol. 2024

TLC

9.00 Wyzwanie – pierwsze dziecko

10.00 Wiza na miłość: dalsze losy 8 – reality show, USA

11.00 Rodzina 10+ 8 (5) – rozr.

12.00 Wiza na miłość: znowu do wzięcia 5 (10)

13.00 Bawić się jak amizje 7

15.00 Wiza na miłość: dalsze losy 8 – reality show, USA

16.00 Historie wielkiej wagi

18.00 Pokonać otyłość (1)

19.00 Wiza na miłość – oczami bohaterów 6

20.00 Kiedy dzieci mają dzieci 7: Jakie testy muszą zrobić? – dok.



21.00 Premiera: Wiza na miłość: Wielka Brytania 3 – reality show

22.00 Wiza na miłość: Single na polowaniu

23.00 Dr Pryszczyla 5

1.00 Kiedy dzieci mają dzieci 7

2.00 Wiza na miłość: Wielka Brytania 3 – reality show

POLSAT CAFÉ

6.00 Oszukane (38, 39) – serial paradokumentalny

8.00 Komisarz Mama (22)

9.00 Drugie życie sukni ślubnej (25) – rozr., Pol.

9.30 Hell's Kitchen – Piekielna Kuchnia (51, 52) – reality show, Pol.

12.30 Bogaty dom – biedny dom (107, 108)

14.30 Kolacja w ciemno (77, 78) – pr. rozr., Polska

16.30 Hell's Kitchen – Piekielna Kuchnia (15)

18.00 Nasz nowy dom (314, 315) – reality show

20.00 Randka w ciemno (8)



21.00 Kolacja w ciemno (98) – pr. rozrywk., Pol. 2025

22.00 Gry małżeńskie (212, 172) – reality show

0.00 Love Island. Wyspa miłości (30, 31)

2.05 Gry małżeńskie (173, 174) – reality show

4.00 Zdrady (60, 61) – serial paradokumentalny, Pol.

TVN STYLE

5.15 Czas na zmianę (7)

5.45 Damy i wiesniaczki. Litwa (17, 18) – pr. rozr.

7.35 Zgłoś remont 11 (8)

8.35 Pojedynk na podróże (7) – pr. rozr., Polska 2024

9.35 I nie opuszczę Cię aż do ślubu (4)

10.20 Pouklądani (1, 2) – rozr.

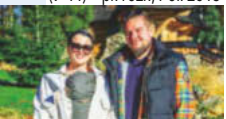
11.25 Ugotowani (5, 6)

13.30 Kuchenne rewolucje (5, 4) – pr. rozr., Pol. 2017

15.35 Babski biznes (7) – rozr.

16.40 Jestem z Polski 16 (35) – serial dokum., Pol. 2025

17.45 Kuchenne rewolucje (9-11) – pr. rozr., Pol. 2018



20.50 Bitwa o gości (10)

21.50 Jestem z Polski 16 (37, 36) – serial dokum.

23.45 Niezwykłe Stany Prokopa (4) – rozr., Pol.

0.45 Skąd pochodzę? (10-ost.) – serial dokum.

2.00 Pojedynk na podróże (6) – pr. rozr., Polska 2023

3.00 Apetyt na miłość (4)

DISCOVERY CHANNEL

7.00 Na krańcu Alaski

8.00 Gorączka złota: zapomniane kopalnie

9.00 Gorączka złota: rzeka skarbów: Na jedną kartę

10.00 Klan z Alaski

11.00 Przetwac nad Jukonem

12.00 Fani czterech kólek 15

13.00 Nagi instyntyk przetrwania 11

15.00 Złomowisko PL 3 (8)

16.00 Budowa na końcu świata 8

17.00 Nic do zgłoszenia (4)

18.00 Truckerki (7)

19.00 Złomowisko PL 7 (4, 5)



21.00 Sambilistki (8)

22.00 Bimbrowicy 14

23.00 Nagi instyntyk przetrwania 12

0.00 Fani czterech kólek: w trasie 2

1.00 Hot rod wg Kindiga (10-ost.) na warsztat (10) – serial dok.

3.00 Królowie asfaltu 9 (7)

TVP HISTORIA

7.55 Flesz historii (762)

8.30 Pogranicze w ogniu (7)

9.40 Saga przastarej puszczy

10.45 Historia kuchni polskiej (11) – mag. kulin.

11.35 Świat w filizance herbaty (2) – serial dok.

12.40 Juliusz Cezar, narodziny dyktatury (1)

13.40 Film dokumentalny

13.55 Królowie (20) – hist., Pol.

14.35 Pogranicze w ogniu (8)

15.40 Sensacje XX wieku – program historyczny

17.40 Czas honoru (59)

18.30 Encyklopedia II wojny światowej

19.20 Królowie (59) – hist., Pol.



20.00 Foxcatcher – dramat biograficzny, USA 2014

22.15 Kto zabił sekretarza generalnego ONZ? – film dokumentalny

0.25 Sensacje XX wieku – program historyczny

2.40 Encyklopedia II wojny światowej: M – Maginota Linia – dok.

FOKUS TV

10.00 Gwiazdy lombardu (37-40) – reality show, USA

12.00 Wielkie konstrukcje III Rzeczy (2) – dok.

13.00 Poszukiwacze historii (10, 11)

14.00 Inżynierowie Hitlera: budowniczowie III Rzeczy (5, 6) – dok.

16.00 Premiera: Dorwać tuńczyka (15, 1) – dok.

18.00 Rolnicy. Podlasie (18, 19) – serial dokum.

20.00 Starożytni kosmici. Ostateczny dowód (8)

21.00 Niezwykłe osiągnięcia starożytności (8) – dok.



22.00 Premiera: Operacja Overlord – alianci atakują (1, 2) – film dok.

0.00 Salwador: Gangi, superwładza i „najfajniejszy dyktator świata” – dok.

1.00 Rolnicy. Podlasie (50-53) – serial dok., Pol.

5.00 Kolowrotek (12, 1)

METRO

8.35 Szpital (719, 720) – paradok.

10.35 Sędzia Anna Maria Wesołowska 6 (27, 28)

12.35 Anatomia piękna 2 – rozr.

13.35 Zapiski na życie 4 (13)

14.35 Zapukaj do moich drzwi (143) – telen., Turcja 2020

15.45 The Floor – teleturniej, Pol.

16.00 Ciężarówka przez RPA

18.00 Prawo Agaty 4 (10) – obycz.

19.00 Kartoteka 9 (25) – fab.-dok.

20.00 Wściekły Nick – film

FILM kryminalny, Niem./Turcja 2016

22.40 Kong: Wyspa Czaszki – film przygodowy, USA/Chiny 2017

1.05 Strazacy 24h – pr. rozr., Pol.

1.45 Formula E: ePrix Monako – podsumowanie

2.50 Szkoła (812) – paradok., Pol.

ZOOM

8.00 Strażnik Teksasu 7 (22, 23)

9.50 MacGyver (15, 16) – sens.

11.55 Pułapki umysłu: Pamięć

13.00 Wojny magazynowe: Kanada – reality show, Kan.

14.15 Sensacje XX wieku – hist.

16.45 Wojciech Ciejrowski – bosu przez świat

20.00 Eksperyment: Odsiadka

21.10 Kobra – oddział specjalny (1) – serial sensacyjny, Niemcy

22.15 Dynamo: Więcej niż magia

23.15 Magia nagości. Niemcy

0.15 Magia nagości.

Norwegia 4 – pr. rozrywk.

1.20 Magia nagości. Polska – Najsmaczniejsze kaski

2.30 I love kabaret – pr. rozr., Pol.

5.50 I love kabaret EXTRA

FOOD NETWORK

10.55 10 zadań specjalnych Michela Morana 6 – pr. rozr.

12.05 Człowiek, ogień i wyżerka 6 – magazyn kulin.

13.10 Posiekani na śniadko

14.10 Dziwaczne potrawy – dok.

15.05 Kulinarne podróże z Guyem Fierim – mag.

16.10 Kuchenne rewolucje – rozr.

17.15 Magda gotuje internet

17.50 Apetyt na miłość – pr. rozr.

18.50 Wakacyjny turniej wypieków 2 – telet. kulin.

19.50 Pojedynk na grille

20.50 Bójka na plaży – serial dok.

21.55 Dzwonkowe potrawy – dok.

22.55 Akcja: Restauracja!

23.55 Człowiek kontra jedzenie

1.30 Pyszne miejscówki – mag.

DISCOVERY SCIENCE

6.00 Zwykłe rzeczy – niezwykle wynalazki 16

8.00 The Ocean Race: Żeglarska obsesja (2) – dok.

9.00 Gwiezdne bitwy

11.00 W sieci eksperymentów

13.00 Gigantyczne konstrukcje według Hammonda – rozr.

15.00 Jak działa wszechświat?

18.00 Zwykłe rzeczy – niezwykle wynalazki 16

21.00 DNA epoki lodowcowej – film dokumentalny, 2019

23.00 Kosmiczna mapa skarbów: Wrak na mielinie; Skarb i tragedia – serial dok.

1.00 Jak działa wszechświat?

4.00 Tajemnice ładowania na Księżycu

NATIONAL GEOGRAPHIC

12.00 Przetwarzanie w kanadyjskiej dziczce

13.00 Wojna widziana z powietrza

15.00 Strzegac granic

17.00 Imperium Mongołów: Historia Czngis-chana

18.00 Włoczenia zia: Mao Zedong

19.00 Zaginione okręty II wojny światowej

20.00 Katastrofa w przestworzach

21.00 CIA: Tajemnice i szpiedzy

22.00 Tajemnice Secret Service

23.00 Czarnobyli: Świadkowie tragedii: Poświęcenie – dok.

0.00 II wojna światowa: Historia przed trybunałem

1.00 CIA: Tajemnice i szpiedzy

BBC EARTH

12.10 Błękitna Planeta 2 – dok.

13.25 Pociągami przez starożytny Egipt – dok.

14.25 W okowach mrozu: Kanada 2 – serial dokum.

15.25 Życie na pustkowiu UK

16.25 Wielkie koty 2/47 2 – dok.

17.40 Skarby przeszłości i ich tajemnice 3 – serial dokum.

18.40 Błękitna Planeta 2: Kulisy 19.45 Amerykańskie Południe

20.55 Życie na pustkowiu 12

21.55 W okowach mrozu: Kanada 2 – serial dokum.

22.55 Zabójcza pogoda 6 – dok.

0.00 Tsunami w święta – dok.

1.00 Skarby przeszłości i ich tajemnice 3 – serial dokum.

2.00 W okowach mrozu 10

WP

11.00 Porzucone budowle 8

12.00 Wariaci za kierownicą 5

13.00 Makłowicz w podróży

14.05 Pokochaj lub sprzedaj Vancouver 3: Julie & Bernard

16.00 Pokochaj lub sprzedaj Vancouver 5

16.57 Pogoda

17.00 Komisarz Cassandre: Zbrodnie w Alpach 5 (3)

19.00 Policjanci z sąsiedztwa 4

21.00 Policjanci w akcji (1)

21.57 Pogoda

22.00 Mistrzowie Kabaretu 15

23.00 Mistrzowie Kabaretu 16

0.00 Kabaretowy śmiech grupowy – pr. rozr., Pol. 2021

1.00 Mistrzowie Kabaretu 9

NOWA TV

9.30 Całkiem nowe lata miodowe (1) – serial kom.

10.00 Miodowe lata (9) – kom.

10.30 Wzięnie – serial dokum.

12.00 Polrot 5 (2, 3) – serial krym.

14.00 Świat według Kiepskich (275, 276) – serial kom., Polska

15.00 Świat według Bundaych (48-53) – serial komedijowy

18.00 Całkiem nowe lata miodowe (15) – serial kom.

18.40 Miodowe lata (48-50)

21.00 Zdrady (98) – paradok., Pol.

22.00 Ślad (9, 10, 100) – krym., Pol.

1.00 Łowca pedofilów – dok.

3.00 TV okazje

3.50 Wehikuł czasu

4.00 Sala operacyjna

HGTV HOME & GARDEN

10.00 Letnia chata na lata – rozr.

10.55 Zarobić na remoncie 8

11.25 Zarobić na remoncie 9

11.55 Uratuj swój ogród 8 – mag.

12.55 Nowa Maja w ogrodzie 4

13.55 House Hunters – Poszukiwacze domów 3

15.05 Mieszkanie na miarę 2

16.00 Mieszkanie na miarę

17.00 Polowanie na ogród 6 – program rozrywkowy

18.15 Weekendowa metamorfoza 4 – pr. rozr.

20.10 Będzie pięknie – pr. rozr.

21.15 Zgłoś remont 11 – pr. rozr.

22.10 House Hunters – Poszukiwacze domów 5

0.15 Sprzątaczk (1-3) – obycz.

TRAVEL CHANNEL

6.00 Nowe życie na Bahamach

8.05 Walka o bagaż – serial dok.

10.10 Nieoczywiste miejsca

12.15 Wyprawa w nieznanne: Tropem Yeti – serial dokum.

13.20 Oblicza Azji – serial dokum.

14.20 Człowiek kontra jedzenie

14.55 Niezwykłe Stany Prokopa

17.00 Złotka z Alaski – serial dok.

19.00 Ed Stafford poza cywilizacją – serial dokum.

21.05 Nagi instyntyk przetrwania

22.35 Kobieta na krańcu świata

0.55 Wyprawa w nieznanne: Tropem Yeti – serial dokum.

1.55 Oblicza Azji – serial dokum.

3.00 Złotka z Alaski – serial dok.

5.05 Człowiek kontra jedzenie

NATIONAL GEOGRAPHIC WILD

10.00 Weterynarz do zadań specjalnych

11.00 Masai Mara: sekrety natury: Przebudzenie – dok.

12.00 Królestwo drapieżników

13.00 Najdziwniejsze gatunki

14.00 Katavi – utracony raj Afryki: Okkupienie – dok.

15.00 Porażka drapieżnika

16.00 Olsnielajęca Ameryka: Południowy Zachód

17.00 Ratując zryfą – film dokum.

18.00 Dzika Północ Europy

19.00 Zwierząt w amoku

20.00 Niezwykłe żywioły

21.00 Przewidywana planeta Ziemia: Przetwarzanie – dok.

POLSAT WIASAT HISTORY

10.05 Ramzes: władca Egiptu

11.00 Wojna światowa: 1914-1945

12.05 Tajne bronie II wojny światowej: Bomby – dok.

13.15 Czarni faraonowie – dok.

14.25 Przywódcy III Rzeczy

16.45 Czarni faraonowie – dok.

17.55 Wojenne fabryki 3

20.00 Tajne bronie II wojny światowej: Bomby – dok.

21.15 Naszci: korzenie zia

23.15 Ramzes: władca Egiptu

0.15 Wojenne fabryki 3

1.10 Tajne bronie II wojny światowej: Bomby – dok.

CANAL+ KUCHNIA

15.45 Włoska kuchnia Gino...

16.40 Po prostu Jamie: szybko i łatwo – magazyn kulinarny

17.35 David Rocco w zaciszu domowej kuchni – dok.

18.30 Jakubiak rozgryza Tajlandię i Kambodżę

18.55 Nie tylko kimchi – mag.

19.25 M jak mięso 10 – mag. kulin.

20.15 Eva Longoria w poszukiwaniu meksykańskich smaków

21.15 Anthony Bourdain – miejsca nieznanne 9 – dok.

0.45 Bitwa na smaki: David vs Matteo

CANAL+ DOMO

12.50 Gardeners' World 16

14.00 Cudotwórcy 7 – mag.

15.00 Kupcie sobie zamek! 2

15.55 Porządki must być – dok.

16.50 Gardeners' World 16

18.00 Uczeczka na wieś 25 – dok.

19.00 Wielkie projekty: Nowa Zelandia 9 – serial dokum.

20.00 Daleko od miasta 10 – dok.

21.00 Cudotwórcy 7 – mag.

22.00 Wielkie projekty: transformacje – serial dok.

23.05 Pomocy! Kupiliśmy włoskę – serial dokum.

0.45 Cudotwórcy 6 – mag.

1.35 Remont w 48h 9 – mag.

SUPER POLSAT

11.30 Twoja Twarz Brzmi Znajomo – pr. rozr., Pol. 2023

13.30 Bitwa o palety

14.30 Hell's Kitchen – Piekielna Kuchnia 5 – reality show, Pol.

16.00 Ninja Warrior Polska – reality show, Polska 2022

17.55 Świat według Kiepskich (497, 498) – serial komedijowy

19.00 Rolniczki – serial dokum.

20.00 Sporty walki: NOC MMA 14: Turck (IIV)

0.00 Nie odychaj 2

FILM – thriller, USA 2021

2.00 Backdoor. Wyjście awaryjne (1) – serial kom.

TVP KOBIECI

13.00 Daję słowo – Maciej Orłoś 2 – talk-show

13.55 Latające rzeki Amazonii

15.00 Blisko – rozmowy z Aleksandrą Piotrowską

15.30 Ojciec Mateusz 28 (359, 360) – serial kryminalny

17.25 Sekrety dzikich kwiatów

19.30 Tak to leciało! – telet. muz.

19.30 Miłość i nadzieja (251)

20.30 Wichrowe wzgórze (232)

21.30 La Promesa – pałac tajemnic (236) – serial obycz.

22.30 Księżniczka na Manhattanie – komedia romantyczna, Kanada/USA 2022

PLANETE+

12.15 Dokąd dzisiaj? 4 – dok.

13.25 Portugalia na dziko – dok.

13.40 Planeta Kalifornia (1) – dok.

14.50 Ile kosztuje triceratops?

15.50 Niezwykłe podróże koleją 3 – serial dokum.

16.55 Afryka z góry – serial dok.

18.05 Na targach świata 2: Peru

18.45 Normanowie na Sycylii

19.45 Jamie Lee Curtis. Wolny duch Hollywoodu – dok.

20.50 Niezwykłe podróże koleją 14 – serial dokum.

22.00 Surfing. Historia nieznanna

23.10 First Person Shooter. Idź, strzelaj, kombinuj – dok.

TVP DOKUMENT

13.50 Najwspanialsze ikony natury: Wiatr – serial dokum.

14.55 Sekrety dzikich kwiatów

15.55 Zdumiewające ciał człowieka (2) – film dokum.

17.00 Pociągami dookoła świata: Kanada – cykl dok.

17.55 Książę William. Życie w fotografiach – film dok.

18.50 Niebezpieczne drogi

20.00 Moda na sportowo – dok.

21.05 Kroniki Hitlera

22.10 Barbara Włodarczyk zaprasza – magazyn

22.15 Wyzwania: wszystko albo nic – film dok., Wlk. Bryt./Fr.

TVP SPORT

10.15 Ryszard Szurkowski – wysiść przez życie – film dokumentalny, Pol.

11.30 Strongman: Liga Mistrzów 2025 – Węgry

12.30 Piłka nożna: Puchar Portugalii – półfinał: Sporting CP – FC Porto

14.40 Piłka nożna: Puchar Portugalii: Porto – Sporting

16.55 Ring TV Sport – mag.

17.50 Sportowe ABC – mag.

18.05 Koszykówka mężczyzn: NBA – mecz 3. rundy fazy play-off

20.05 Strongman: Liga Mistrzów 2025 – Bulgaria

EUROSPORT 1

7.00 Tenis: Turniej French Open w Paryżu – mecz finałowy

8.30 Kolarstwo: Giro d'Italia – 12. etap: Imperia – Novi Ligure

10.00 Triathlon: T100 World Tour – Gold Coast

11.30 Kolarstwo: Wyścig Baku-Chankendi – podsumowanie

12.30 Kolarstwo: Giro d'Italia – 13. etap: Alessandria – Verbania (live)

17.45 Biegi górskie: GT World Series – Zegama-Aizkorri – Podsumowanie

POLSAT SPORT 1

6.00 Tenis: Turniej ATP w Hamburgu – ćwierćfinał gry pojedynczej

9.00 Kosa na Kose – mag.

10.00 Siatkówka mężczyzn – mecz towarzyski: Polska – Serbia

12.30 Gala Polskiej Ligi Siatkówki – podsumowanie sezonu 25/26

14.30 Koszykówka mężczyzn: ORLEN Basket Liga – faza play-off

17.00 Siatkówka kobiet – mecz towarzyski: Polska – Turcja (live)

TVP ABC

10.00 Ugotuj nam bajkę

10.20 Przygody Bolka i Lolka

10.45 Reksio

11.05 Małe i duże przygody Miffy

11.35 Stacyjkowo

11.55 Strażak Sam

12.05 Strażak Sam 6

12.25 Domisie

13.00 Zaczarowany świat...

13.20 Szczęśliwa Maja

13.50 Lupin wśród bajek

14.05 Nawet nie wiesz, jak bardzo Cię Kocham

14.45 Yakari

15.15 Al-chemik

15.35 Mała Marinette

MINIMINI+

12.25 Blaze i megamaszynny 2

12.50 Moje urodziny

13.00 Blaze i megamaszynny 2

13.30 Koci domek Gabi

13.56 Moje urodziny

14.03 Kicia Kocia

14.22 Cloudy & Stormy

14.45 Gazu, pieski, gazu! 2

15.16 Baranek Shaun

15.36 Jeżyk Happy

15.55 Mały Charlie

16.05 Mega Ekspres

16.30 Ciekawski George 4

17.00 Strażak Sam 16

17.25 Staś i fajna Babcia

17.50 Moje urodziny

17.56 Smerfy

TVN 24

7.30 Jeden na jeden – poranny wywiad TVN 24

8.00 Serwis informacyjny, Prognoza pogody

10.00 Serwis informacyjny, Prognoza pogody

11.00 Serwis informacyjny, Prognoza pogody

12.00 Serwis informacyjny, Prognoza pogody

14.00 Serwis informacyjny, Prognoza pogody

15.00 15 na żywo

16.00 Fakty po południu

18.00 Tak jest – pr. publicyst.

19.15 Serwis informacyjny

19.25 Fakty po Faktach

20.55 Socca: Mistrzostwa Europy – Tirana 2026: Polska – Bulgaria (live)

22.05 Boks: MB Boxing Night 28: Sunday of Pain

23.00 Sportowy wieczór

23.35 Boks: Gala w Las Vegas – podsumowanie

1.00 Boks: Gala w Leeds: C. Simpson – T. Williamson

18.15 Triathlon: T100 World Tour – Singapur

20.00 Alcaraz – Sinner the new Down Town of Tennis – mag. tenisowy

21.00 Kolarstwo: Wyścig Baku-Chankendi

22.00 Kolarstwo: Giro d'Italia

0.00 Snooker: Turniej Welsh Open w Llandudno

19.30 Siatkówka mężczyzn – mecz towarzyski: Polska – Ukraina (live)

23.00 Siatkówka mężczyzn – mecz towarzyski: Polska – Serbia

1.00 Tenis: Turniej ATP w Hamburgu – półfinał

4.00 Tenis: Turniej ATP w Hamburgu – półfinał

16.05 Kosmo-kumple

16.35 Tygrysek Percy i jego opowieści

17.05 Dino Ranczo

17.30 Piotruś Królik

18.00 Nowe przygody Piotrusia Pana

18.25 Leo da Vinci

19.00 44 Koty

19.25 Ernest i Celestyna

18.25 Leśna rodzina: Piwonie

18.50 Baczne oczka

19.05 Kicia Kocia

19.25 Mały Charlie

19.36 Jeżyk Happy

19.52 Basia 2

20.05 Wierszki domowe

20.35 Dolina Muminków 4

21.31 Trojczki

22.07 Hello Kitty: Super styl

20.00 Bez kitu – pr. publicyst.

21.00 Polska i świat

22.00 Szkoła kontaktowe

23.00 Dzień po dniu

23.40 Biznes – pr. publicyst.

0.00 Fakty po Faktach

0.45 Bez kitu – pr. publicyst.

1.50 Tak jest – pr. publicyst.

2.45 Nowa Maja w ogrodzie

3.15 Szkoła kontaktowe

CANAL+ SPORT

11.15 Piłka nożna: PKO BP Ekstraklasa – mecz: Wisła Płock – Górnik Zabrze

13.30 Piłka nożna: Liga hiszpańska – mecz: Sevilla FC – Real Madryt CF

15.45 Premier League Stories (41)

16.20 Premier League: The Big Interview (41)

17.00 The Big Pete (6)

17.45 Odprawa przedmeczowa

20.00 Premier League Preview

20.30 Sporty walki: ONE Fight Night 43: T. Kai – S. Gasanov

23.45 Magazyn Ligi Mistrzów UEFA

0.15 Piłka nożna: Liga hiszpańska: Atletico – Girona

EUROSPORT 2

12.30 Tenis: Turniej French Open 2025 – finał gry pojedynczej kobiet: A. Sabalenka – C. Gauff

14.30 Triathlon: T100 World Tour – Singapur

16.30 Tenis: Turniej French Open 2025: J. Sinner – C. Alcaraz

19.00 Kolarstwo: Wyścig Baku-Chankendi – podsumowanie

20.00 Kolarstwo: Giro d'Italia: Alessandria – Verbania

21.00 Golf: The CJ Cup Byron Nelson – 2. runda (live)

1.00 Kolarstwo: Giro d'Italia: Alessandria – Verbania

1.30 Snooker: Turniej Welsh Open w Llandudno – mecz finałowy: Barry Hawkins – Jack Lisowski

POLSAT SPORT 2

6.00 Tenis: Turniej ATP w Hamburgu – ćwierćfinał gry pojedynczej

8.30 Tenis: Turniej ATP w Hamburgu – ćwierćfinał gry pojedynczej

11.00 Hokej: MŚ – Szwajcaria 2026

12.30 Piłka nożna z archiwum

13.30 Tenis: Turniej ATP w Hamburgu – półfinał (live)

17.30 Tenis: Turniej ATP w Hamburgu – półfinał (live)

20.30 Piłka ręczna kobiet: ORLEN Superliga Kobiet (live)

23.00 Tenis: Turniej ATP w Hamburgu – półfinał

1.00 Sporty walki: FEN 54 w Pile: Gracjan Wyroślak – Maksim Grabovich 17.05.2024

NICKELODEON

8.40 Harmidom 4

9.30 Wylde Pak – zakrecona paka 2

9.55 Grzmotomocni: Tajniacy

10.25 Niebezpieczny Henryk 4

11.20 That Girl Lay Lay

11.50 Harmidom 4

12.45 Harmidom 3

13.05 SpongeBob Kanciastoporty 10

14.30 Harmidom 10

15.00 Harmidom

15.30 Smerfy

16.00 SpongeBob Kanciastoporty 9

16.25 SpongeBob Kanciastoporty 12

16.40 Patryk Rozgwiazda Show 3

TELETOON+

7.52 W Papierowym Porcie 2

8.20 Kumple z dżungli na ratunek! 3

8.47 Gadający Tom i przyjaciele 3

9.25 Dodo

9.55 Charlotte i trzy muszkieterki

10.26 Angelo rządzą

10.52 Siostro 2

11.22 Polly Pocket 6

12.16 Charlotte i trzy muszkieterki

12.45 Kumple z dżungli na ratunek! 3

13.39 Polly Pocket 6

14.22 Dinuś i Lusja

14.50 Siostro 2

15.19 Polly Pocket 6

TVP Info... TVP INFO

15.45 Panorama

16.00 Dzień w godzinę

17.00 Teleexpress

17.15 Teleexpress Extra

17.35 Panorama

17.42 Wykrzywacz kłamstw

18.00 Panorama

18.30 Forum

19.10 Serwis Info Wieczór

19.30 Program informacyjny 19.30

20.18 Kłamstwo nie przejdzie

21.00 Kwiatki polskie

21.45 Panorama

22.10 Oko na świat

22.30 Program informacyjny 19.30

22.45 112. Magazyn kryminalny

23.00 Panorama dnia

CANAL+ SPORT 2

8.00 Tenis: Turniej WTA w Strasburgu – ćwierćfinał

10.00 Tenis: Turniej WTA w Strasburgu – ćwierćfinał

12.00 Tenis: Turniej WTA w Strasburgu – ćwierćfinał

14.00 Tenis: Turniej WTA w Strasburgu – półfinał (live)

16.00 Tenis: Turniej WTA w Strasburgu – półfinał (live)

18.15 Tenis: Turniej WTA w Strasburgu – półfinał

20.30 Tenis: Turniej WTA w Strasburgu – półfinał

22.45 Tenis: Turniej WTA w Strasburgu – półfinał

1.00 Piłka nożna: PKO BP Ekstraklasa: Korona – Widzew

ELEVEN SPORTS 1

12.00 Piłka nożna: Liga włoska – mecz: Genoa CFC – AC Milan

14.00 Piłka nożna: Liga niemiecka – mecz: Bayern – 1. FC Köln

16.05 Formula 2: Grand Prix Kanady – sesja treningowa (live)

17.05 Magazyn sportowy

17.40 Magazyn sportowy

18.10 Formula 1: Grand Prix Kanady – sesja treningowa (live)

19.55 Formula 2: GP Kanady – mecz kwalifikacyjny (live)

20.45 Magazyn sportowy

21.20 Magazyn sportowy

22.00 Formula 1: GP Kanady – kwalifikacje do sprintu (live)

0.00 Piłka nożna: Liga niemiecka

2.00 Piłka nożna: Liga włoska

POLSAT SPORT 3

6.00 Hokej: MŚ – Szwajcaria 2026

8.30 Piłka nożna z archiwum

10.30 Piłka nożna z archiwum

13.00 Piłka ręczna mężczyzn: ORLEN Superliga

15.00 Piłka nożna z archiwum

17.00 Siatkówka mężczyzn – mecz towarzyski: Serbia – Bulgaria (live)

20.00 Siatkówka kobiet – mecz towarzyski: Włochy – Serbia (live)

22.45 Sześć Superligi

23.00 Handball Arena

2.00 Sporty walki: Babilon MMA 43 w Skiermiewicach: Mateusz Makarowski – Krzysztof Mendlewski 22.03.2024

NICK JR.

8.20 Pan Krokodyl

8.45 Barbapapa i jego rodzinka 2

9.40 Tim Rex wśród gwiazd

10.10 Przygodzi Misia Paddingtona

11.00 Małe Królestwo Bena i Holly

11.30 Dora

11.55 Rubble i jego ekipa

12.45 Psi Patrol 3

13.40 Barbapapa i jego rodzinka

14.30 Barbapapa – szczęśliwa rodzinka

14.45 Zwierzęce zagadki

15.15 Rogata ekipa 4

16.00 Małe Królestwo Bena i Holly

DISNEY JUNIOR

8.00 Spidey i superkumple

8.30 Klub Myski Miki Plus

9.00 Klub przyjaciół Myszki Miki

10.00 Blue 3

11.00 Superkoty 2

11.30 Psia Brygada 2

12.00 Jej Wysokość Zosia 4

12.30 Blue 3

13.00 Blue

13.30 Klub Myski Miki Plus

14.00 Superkoty 2

15.00 Iron Man i super ekipa

15.30 Spidey i superkumple

16.00 Blue 3

17.00 Klub Myski Miki Plus

17.30 Jej Wysokość Zosia 3

18.00 Spidey i superkumple

POLSAT NEWS

8.00 Nowy dzień

10.00 W rytmie dnia

12.50 Wydarzenia 12:50

13.30 W rytmie dnia

15.30 Sport

15.50 Wydarzenia 15:50

16.10 Więcej „Wydarzeń”

16.30 Punkt widzenia Jankowskiego

18.00 Najważniejsze pytania

19.15 Gość „Wydarzeń”

19.50 Debatą Gozdyry

21.50 Wydarzenia wieczorne

23.20 Dzień na świecie

23.30 Obraz dnia

0.00 Najważniejsze pytania

1.25 Punkt widzenia Jankowskiego

CANAL+ SPORTS 5

9.00 Żużel: Metalikas 2. Ekstraliga: Polonia Bydgoszcz – Orzeł

11.45 Premier League: The Big Interview (41)

12.25 Premier League Stories (41)

13.00 Dart: Elten Safety Shoes Darts Open w Riesie (live)

17.15 Ekstrapaka

18.25 Premier League: The Big Interview (41)

19.00 Dart: Elten Safety Shoes Darts Open w Riesie (live)

23.30 Sporty walki: ONE Friday Fights 155

2.45 Premier League Preview

ELEVEN SPORTS 2

10.00 Formula 1

12.00 Piłka nożna: Liga niemiecka – mecz: Bayern – 1. FC Köln

14.00 Piłka nożna: Liga włoska – mecz: Pisa SC – SSC Napoli

16.00 Piłka nożna: Liga niemiecka – mecz: Eintracht – Stuttgart

18.00 Full Impact (37)

18.30 Bundesliga Weekly (39)

19.00 Piłka nożna: Liga włoska

21.00 Piłka nożna: Liga hiszpańska

23.00 Magazyn sportowy

23.30 Magazyn sportowy

0.00 Piłka nożna: Liga francuska – Multiplex

2.40 LaLiga Best 11

POLSAT PLAY

6.00 Niezwykłe pociągi

7.00 Truckersi przez Australię

8.00 Dorwać tuńczyka

9.00 Wojny magazynowe

10.00 Wojny kontenerowe

11.00 Hardkorowy lombard

14.00 Polacy za granicą

16.00 Złomiarze

18.05 Poszukiwacze historii – serial dokumentalny

20.05 Chłopaki do wzięcia – serial dokumentalny

22.00 Zawód glina – serial dokumentalny

23.05 Łowca pedofilów

4.10 Starożytni kosmici

TURBO TVN TURBO

12.15 Naprawy nie do naprawy

13.00 Zawodowi handlarze

14.30 Wojny samochodowe

16.30 Jeździć, obserwować

18.00 Raport Turbo

18.15 Jeździć, obserwować

19.00 Prawko na świecie. Jazda bez zasad

19.45 Moto Kombat

20.30 Mobilni mechanicy

21.15 Duda kontra Szafrański

22.00 Raport Turbo

22.15 Z drugiej ręki

23.00 Zawodowi handlarze

23.45 Moto Fachury

0.25 Wojny samochodowe

TVS

6.00 Telesprzedaj

10.05 Dzisiaj w regionie

10.20 Przy muzyce po Śląsku

10.50 Wochebiatki TV

11.10 Dzisiaj w regionie

11.20 Muzyczne dzień dobry

12.55 Klachy i Lachy

14.35 Przy muzyce po Śląsku

15.10 Muzyczne podróże

16.15 Śląska karuzela

18.00 Koncert zyczeń

19.05 Koncert w TVS

21.05 Koncert w TVS

22.55 Szlagierowa lista

0.55 Program kulinarny

3.00 Pasma ciekawostek

TRWAM TV TRWAM

17.30 Łączy nas historia

18.05 Informacje dnia

18.15 Westerplatte młodych

19.00 Warto zauważyć... – w mijającym tygodniu

19.30 Brat Franciszek

20.00 Informacje dnia

20.20 Różaniec

20.50 Miłośnik Ojczyzna

21.00 Apel Jasnogórski

21.20 Informacje dnia

21.40 Polski punkt widzenia

22.00 Kapłani zesłanych – dok.

23.00 Jan Ledóchowski. Część druga: katolik i polityka

23.30 Regal

Urodzinowy koncert ma być pełen niespodzianek i gości specjalnych. Przygotowania do wydarzenia możemy podglądać w TVN już od godz. 16.50.



W momencie rozpadu w 2003 roku O.N.A. miała na koncie m.in. pięć Fryderyków.



AGNIESZKA CHYLIŃSKA 50

Szaleć tak przez całe życie

– Myślałam, że zapał, wiara w ludzi i w sens mojego bycia na scenie z czasem wyblakną. Tak nie jest – zapewnia piosenkarka. I zaprasza na wspólną zabawę z okazji swoich 50. urodzin!

Gwiazda estrady



Jury „Mam talent!” współtworzy od samego początku, czyli od 2008 roku.

Otwarcie mówi o tym, że macierzyństwo jest dla niej źródłem radości, ale też ciągłym wyzwaniem.



➤ AGNIESZKA CHYLIŃSKA 50 SO 23.05 godz. 19.45 TVN

Dawno temu była grzeczną dziewczynką, która dobrze się uczyła i najbardziej ze wszystkiego lubiła czytać książki. Chodziła co niedzielę do kościoła. A potem, nie wiedząc kiedy, to uroczę i niesprawiające kłopotów dziecko, przeobraziło się w zbuntowaną i pyską nastolatkę. – Od samego początku walczyłam o swoje. Trochę na przekór. Ja pochodzę z domu – tata historyk oraz mama nauczycielka. Kiedy prosili: załóż czapkę, to ja nie zakładałam. I z takim nastawieniem weszłam też we wczesną dorosłość – wspominała po latach Agnieszka Chylińska, która lada chwila skończy 50 lat.

Scena czy szkoła?

W liceum już wiedziała, jaką drogą chce podążać. Jej marzeniem była muzy-

ka i temu chciała podporządkować swoje życie. Zaczęła więc występować z zespołem Second Face, który wkrótce został supportem znanej w Polsce grupy Skawalkera. I tak, niebawem, sama dołączyła do Skawalkera, który pracując nad pierwszą płytą w nowym składzie, przekształcił się w O.N.A.

Wyglądało to obiecująco, ale nie z perspektywy szkoły. Agnieszka zaczęła opuszczać się w nauce. Pod koniec trzeciej klasy była zagrożona z kilku przedmiotów. Przez kilka tygodni ślezała nad książkami w nadziei, że uda jej się poprawić oceny. Gdy jednak dotarło do niej, że sprawa jest przesądzona, rozżalona rzuciła naukę.

Oczywiste było, że ta decyzja nie spodoba się jej rodzicom. Postawili jej ultimatum: albo wróci do szkoły, albo zacznie sama na siebie zarabiać. – Wedle matki byłam artystką

ze spalonego teatru, a ojca bardzo rozczarowałam. Nie mogłam pojąć tego, że mnie nie wspierali. Byłam pełna kompleksów, potrzebowałam telefonu od matki, która by powiedziała: – Córeczko, dasz radę – opowiadała po latach. Musiało minąć wiele lat i musiała sama zostać matką, żeby zrozumieć i docenić troskę rodziców.

Gdy pojawiły się pierwsze informacje o O.N.A., mało kto wiedział, co to za grupa. Debiut na opolskim festiwalu w 1995 r. stał się sporym wydarzeniem. Grzegorz Skawiński i Waldemar Tkaczyk byli już świetnie znani dzięki zespołowi Kombi. Debiutująca Agnieszka Chylińska wносиła zaś niesamowitą energię.

Kolejne utwory natychmiast stawały się przebojami, a młodziutka wokalistka szybko zwróciła na siebie uwagę. Nie tylko głosem, ale i osobowością. W 1997 roku,

odbierając wraz z zespołem Fryderyka, „pozdrowiała” ze sceny dawnych nauczycieli: – Nienawidzę was! – krzyknęła, a swoje przesłanie podkreśliła dodatkowo soczystym przekleństwem.

Nie mówi sobie dość

Od tego czasu nieco się uspokoiła. Dziś rozwija solową karierę, pisze książki dla najmłodszych, występuje w programach telewizyjnych i spełnia się jako żona oraz matka trojga dzieci: Ryszarda, Estery i Krystyny.

Ale na scenie cały czas szaleje. Także 50. urodziny postanowiła spędzić z fanami swojej muzyki. Obchodzić je będzie 23 maja w Atlas Arenie w Łodzi. – Wy i ja. Impreza mojego życia – zapowiada urodzinowy koncert. Bilety już dawno wyprzedane, ale dzięki transmisji w TVN razem z wokalistką świętować może cała Polska. **ILE, JK**

Komplikacje i niespodzianki

➔ RODZINKA.PL SO 23.05
godz. 20.00 TVP 2

Kuba (Adam Zdrójkowski) walczy o swój związek z Sonią (Helena Englert). Tymczasem Ludwik (Tomasz Karolak) decyduje się na szczerą rozmowę z Natalią (Małgorzata Kożuchowska), którą niespodziewanie przerywa alarmujące podejrzenie, że Magda (Olga Kalicka) zaczęła rodzić. Adela (Klara Bielawka) przypadkowo staje się świadkiem rozmowy Jana (Krzysztof Dracz) z Boskim. Z kolei Zofia (Emilia Dankwa) zbiera się na odwagę i proponuje Kacprowi (Mateusz Pawłowski), by wspólnie zamieszkali. Chłopak i jego bracia spędzają razem wieczór, okazując sobie wzajemnie wsparcie. Wszak każdego z nich czekają nie lada wyzwania. **BD**



Boscy są przejęci, że lada chwila mogą ponownie zostać dziadkami.

Finał sezonu

Czy Kacper zdecyduje się zamieszkać z Zofią?



Tarantino na rzymskiej premierze „Pewnego razu w Hollywood” (2019).

MAKING TARANTINO: PORTRET INTYMNY

Skąd się biorą geniusze

➔ MAKING TARANTINO: PORTRET INTYMNY SO 23.05
godz. 14.25 ALE KINO+

Zdobył dwa Oscary – za „Pulp Fiction” i „Django” – co ciekawe, za scenariusze, nie za reżyserię. Zastąpił też tym, że już lata temu zapowiedział, że jego kariera reżyserska zamknie się w 10 filmach, po czym on sam przejdzie na emeryturę, by uniknąć spadku formy. Są jednak

wątpliwości, jak te filmy liczyć – tylko te samodzielne czy także te, które współtworzył? Według drugiej wersji jest ich dziewięć. Sam reżyser na razie zwrócił się w stronę teatru... Dokument pokazuje inspiracje Quentina Tarantino oraz jego drogę twórczą, od samouka – tak, porzucił szkołę, mając lat 16 – do wielkiej gwiazdy współczesnego kina. **KS**

NA NOŻE

Jak u Agathy Christie

➔ NA NOŻE SO 23.05
godz. 21.25 TVP 1

Już dawno Maryla Rodowicz śpiewała „Bo to, co nas podnieca, to się nazywa kasa” i rodzina Thrombeyów nie okazała się pod tym względem wyjątkowa. Uzdolniony tatuś i dziadek, pisząc książki kryminalne, zbił spory majątek i pomnożył go, zakładając wydawnictwo, a dzieci i wnuczka spędzały

czas, oczekując na swoją część spadku. I gdy już było blisko, 85-letni spadkodawca został zamordowany, co sprawę mocno skomplikowało. Wydało się bowiem, że cały majątek przypadnie osobie, która do rodziny nie należy! Każdy więc, łącznie z tą osobą, miał motyw... Czy przybyły na miejsce detektyw Benoit Blanc (Daniel Craig) wykryje sprawcę? **KS**



Detektyw i spadkobierczynie – czy rozwikłają sprawę?

TVP 1

- 4.55 Wykrywacz kłamstw** – program publicystyczny, Polska 2025-2026
- 5.15 Pytanie dnia** – program publicystyczny, Polska 2026
- 5.35 Reporterzy** – magazyn reporterów
- 5.50 Oko na świat** – magazyn, Polska 2024-2026
- 6.20 Balans bieli** – program religijny, Polska 2025
- 7.00 Transmisja mszy świętej z Sanktuarium Matki Bożej na Jasnej Górze**
- 7.40 Rok w ogrodzie** (1166)
- 8.05 Rok w ogrodzie extra** (439)
- 8.20 Pełnosprawni** (653) – magazyn dla niepełnosprawnych
- 8.55 Ranczo 3** (37): Zrozumieć kobietę – serial obyczajowy, Polska 2008
- 9.55 Komisarz Alex 4** (46): Znak szatana – serial kryminalny, Polska 2013
- 10.55 Ojciec Mateusz 12** (151): Zakochany Marczak – serial kryminalny, Polska 2014
- 11.55 Gwiazdy w południe:**
- FILM Gwiazda szeryfa** – western, USA 1957, reż. Anthony Mann
- 13.35 Życie lasu. Wielcy roślinożercy** – film dokumentalny, Polska 2024
- 14.15 Domowe patenty 2** (5) – magazyn poradnikowy, Polska 2026
- 14.25 Okrasa lamie przepisy** – magazyn kulin., Polska 2025
- 15.00 Ojciec Mateusz 35** (449): Awizo – serial kryminalny, Polska 2026
- 16.05 Dziedzictwo** (927) – serial obyczajowy, Turcja 2020
- 17.00 Teleexpress, Pogoda**
- 17.35 Omnibus – szycy i mądrzy** – teleturniej, Polska 2026
- 18.05 Omnibus – szycy i mądrzy – dogrywka** – teleturniej, Polska 2026
- 18.20 Przed ekranem** – magazyn
- 18.35 Jaka to melodia?** – teleturniej muzyczny
- 19.30 Program informacyjny 19.30**
- 19.55 Pytanie dnia** – program publicystyczny, Polska 2026



20.25 KRYMINALNY

Komisarz Alex 25 (319)
Odkryto ciało zaginionej Magdy. Podejrzanym jest mąż kobiety. Policjanci nie są jednak przekonani o jego winie. Kluczową rolę w śledztwie odgrywa Alex, który podąża tropem mordercy. Ekipa Gancarza (Olaf Lubaszenko, zdj.) musi ocalić owczarkę. **60 min**



21.25 KOM. KRYM.

Na noże
Dzień po 85. urodzinach autor powieści kryminalnych Thrombey (Christopher Plummer) zostaje znaleziony martwy w swojej posiadłości. Jego córka Linda (Jamie Lee Curtis, zdj.) i inni krewni liczą na spadek. Detektyw Blanc (Daniel Craig), przesłuchując uczestników imprezy, odkrywa rodzinne tajemnice. **140 min**

TVP 2

- 5.10 Barwy szczęścia** (3382, 3383) – serial obyczajowy, Polska 2026
- 6.25 M jak miłość** (1934) – serial obyczajowy, Polska 2026
- 7.30 Pytanie na śniadanie – pobudka** – magazyn, Polska 2026
- 7.55 Pytanie na śniadanie**
- 11.30 Górna półka smaku** (4) – magazyn kulinarny, Polska 2026
- 12.10 W poszukiwaniu dobrego filmu** – magazyn, Polska 2024-2026
- 12.45 Kolekcja:** Wojciech Fangor – cykl felietonów, Polska 2025
- 13.05 Panna młoda** (103) – serial obyczajowy, Turcja 2024
- 14.00 Familiada** – teleturniej
- 14.35 Koło fortuny** – teleturniej, Polska 2024
- 15.15 Szansa na sukces. Opole 2026** (3): Raz, Dwa, Trzy – widowisko, Polska 2025
Na kanapie jurorskiej zasiada dziś członkowie zespołu Raz, Dwa, Trzy. Do największych przebojów grupy należą „Trudno nie wierzyć w nic”, „Czarna Inez” czy „Jutro możemy być szczęśliwi”. **65 min**
- 16.20 Na dobre i na złe** (994): Przegana sprawa – serial obyczajowy, Polska 2026
Dr Homolka podejmuje się leczenia ciężarnej. U płodu wykryto szybko rosnący guz kręgosłupa. Profesor Falkowicz natrafia na zabawną aplikację diagnostyczną, w której wykrzystano jego głos. **60 min**
- 17.20 Panna młoda** (104) – serial obyczajowy, Turcja 2024
Ranny Cihan walczy o życie, a lekarze nie dają rodzinie pewności, czy uda się go uratować. Gülsüm odkrywa, że Beyza upozorowała ciążę. Siemem ustala, kto namówił Hancer do użycia broni. **55 min**
- 18.15 Va banque** – teleturniej, Polska
- 18.50 Słowo na niedzielę**
- 19.00 Informacje kulturalne**
- 19.25 Rodzinka.pl** (312): Acani – serial komediowy, Polska 2026



20.00 KOMEDIOWY

Rodzinka.pl (313)
Kuba nie ustaje w staraniach, żeby uratować swoją związek z Sonią. Ludwik odbywa rozmowę z Natalią. Nagle pojawia się podejrzenie, że Magda zaczęła rodzić. Zofia (Emilia Dankwa, zdj.) proponuje Kacprowi, by razem zamieszkał. Ten spędza wieczór z braćmi. **30 min**



20.30 WIDOWISKO

Wielka sława to żart – Benefis Wiesława Ochmana
Wybitny tenor Wiesław Ochman (zdj.) słynie nie tylko z muzycznego kunsztu, lecz także z poczucia humoru i scenicznych anegdot. Podczas benefisu artyści widowzie poznają również jego pasję do malarstwa. Wieczór uświetnią m.in. Eleni i Grażyna Brodzińska (zdj.). **135 min**

20 **TVP 1**

- 20.05 Sport, Pogoda**
- 20.25 Komisarz Alex 25** (319) – krym., Pol. 2026 (patrz obok)
- 21.25 Hit na sobotę: Na noże** – komedia kryminalna, USA 2019, reż. Rian Johnson, wyk. Daniel Craig, Chris Evans, Ana de Armas (patrz obok)
- 23.45 Dziewczyna w sieci**
- FILM pająka** – dramat sensacyjny, Niemcy/Wielka Brytania/Kanada 2018, reż. Fede Alvarez, wyk. Claire Foy, LaKeith Stanfield, Sylvia Hoeks, Beau Gadsdon (patrz obok)
- 1.45 Nigdy nie mów nigdy** – komedia obyczajowa, Polska 2009, reż. Wojciech Pacyna
- 3.40 Jaka to melodia?** – teleturniej muzyczny
- 4.25 Polskie parki narodowe** – dok., Polska 2022 **▶ 4.50**



23.45 DRAM. SENS.

Dziewczyna w sieci pająka
Hakerka Lisbeth (Claire Foy, zdj.) trafia na celownik służb ze Szwecji i USA, a także płatnych najemników z Rosji. Potrzebuje pomocy byłego kochanka (Sverrir Gudnason). **120 min**

TVP 2

- 20.00 Rodzinka.pl** (313): Don Giovanni – serial komediowy, Polska 2026 (patrz obok)
- 20.30 Wielka sława to żart – Benefis Wiesława Ochmana** (1, 2) – widowisko, Polska 2026 (patrz obok)
- 22.45 Gabi Drzewiecka zaprasza** – talk-show
- 23.40 Kino relaks: Rodziny się nie wybiera** – komedia, Francja 2018, reż. Dany Boon, wyk. Dany Boon, Line Renaud, Laurence Arné, Valérie Bonneton (patrz obok)
Pamiętany z „Jeszcze dalej niż Północ” Dany Boon w podwójnej roli – reżysera i głównego bohatera. **110 min**
- 1.30 Kaznodzieja z karabinem** – dramat biograficzny, USA 2011, reż. Marc Forster
- 3.35 Rodzinka.pl** – serial kom., Polska 2025 **▶ 4.30**



23.40 KOMEDIA

Rodziny się nie wybiera
Projektanta wnętrz, Valentina, odwiedza ją matka (Line Renaud, zdj.), ojciec oraz brat z żoną i córką. W zagadkowy sposób mężczyzna traci pamięć. Sądzi, że ma siedemnaście lat. **110 min**

POLSAT

- 5.10 Disco Gramy** – program muzyczny, Polska 2026
- 6.00 Nowy dzień z Polsat News** – program informacyjny
- 8.00 halo tu polsat** – magazyn, Polska 2026
- 11.00 Ewa gotuje** (573) – magazyn kulinarny, Polska 2026
Na śniadanie Ewa Wachowicz robi bezglutenową ciabattę. Na obiad ugotuje wegetariańskie curry z rzodkiewką. Na deser będą rurki z bitą śmietaną. Okazuje się, że ten przeboj PRL-u ma wielowiekową tradycję. Jego pierwowzór opisano już bowiem w pierwszej polskiej książce kulinarnej w 1682 roku. **35 min**
- 11.35 Hotel Transylwania 2** – film animowany, USA 2015, reż. Genndy Tartakovsky (patrz obok)
- 13.20 Gruby i chudy 2: Rodzina Klumpów** – komedia, USA 2000, reż. Peter Segal
Prof. Sherman Klump (Eddie Murphy) i Denise Gaines (Janet Jackson) planują ślub. Tymczasem alter ego naukowca, Buddy Love, chce ukraść wynalazony przez niego eliksir młodości. Zdesperowany wykładowca pragnie pozbyć się intruza. **150 min**
- 15.50 Sami swoi** – komedia, Polska 1967, reż. Sylwester Chęciński
Kresy Wschodnie przed II wojną światową. Między Kargulami a Pawlakami wybuchają sąsiedzkie kłótnie. Jasiiek by uniknąć więzienia, ucieka do USA. Po latach wraca do kraju. Zastaje obie rodziny żyjące w przyjaźni. Brat Kazimierz (Wacław Kowalski) opowiada mu historię sporu i pojednania. **100 min**
- 17.30 Awantura o kasę** – teleturniej, Polska 2026
- 18.50 Wydarzenia**
- 19.15 Prezydenci i premierzy** – program publicystyczny, Polska
- 19.30 Sport, Pogoda**



11.35 ANIMOWANY

Hotel Transylwania 2
Drakula martwi się o wnuka, Dennisa, który nie wykazuje cech wampira. Wraz z przyjaciółmi zabiera chłopca na obóz szkoleniowy, by nauczyć go sztuki straszenia. Tymczasem nieświadomi tego rodzice chłopca, Mavis i Jonathan, wyruszają w podróż do świata ludzi. **105 min**



19.55 KONCERT

Polsat Hit Festiwal 2026 (4-6)
Imprezowe hity zapiewają m.in. Wilki, Ich Troje oraz Piersi. W rolę wodziorów wcielią się Paulina Sykut-Jeżyńska i Krzysztof Ibisz (oboje na zdj.). Następnie melomani usłyszą utwory gigantów sceny, którzy wędrowali, w tym Kory, Grzegorz Cichowski, Ryszard Reda i Marka Grechuta. **135 min**



23.50 PRZYGDOWY

Kraven Łowca
Obdarzony nadludzką siłą Sergiej Krawi-now (Aaron Taylor-Johnson, zdj.), syn gangstera, tropi bandytów. Czeka go konfrontacja z porwaczem przyrodniego brata, który też posiada nadprzyrodzoną moc. **155 min**

TVN DV3 T2

TV PULS DV3 T2

TVN 7 DV3 T2

- 5.40 Uwaga!** – magazyn reportażowy
- 5.55 Ukryta prawda** (1646) – serial paradokumentalny, Polska 2024
- 6.50 Pogromcy chaosu** (3) – program rozrywk., Pol. 2025 Dorota Szelągowska i Agnieszka Witkowska zaprowadzą porządek w 38-metrowym mieszkaniu trzyosobowej rodziny. Nadmiar różnorodnych przedmiotów zapełnił szafy oraz piwnicę. **55 min**
- 7.45 Dzień Dobry TVN** – magazyn
- 11.25 Na Wspólnej** (4213-4216) – serial obyczajowy, Polska 2026 Kalina dowiaduje się, że Kasia odkryła jej romans z Łukaszem. Próbuje ją zastraszyć, jednak bezskutecznie. Darek oferuje Łukaszowi współpracę za wolność, a Sławek bada sprawę zaginięcia Mirskiej. **120 min**
- 13.25 Ciężarówką przez Malezję** (4) – serial dokumentalny, Polska 2025 Dawid rozpoczyna podróż w Kota Bharu na wschodzie Malezji, gdzie mieszkają muzułmanie. Przemierzając ciężarówką wybrzeże półwyspu Malajskiego, odkrywa lokalne zwyczaje. Zwiedza również wyspę Tioman. **70 min**
- 14.35 Gremliny 2** – horror komediowy, USA 1990, reż. Joe Dante, wyk. Zach Galligan, Phoebe Cates, John Glover, Robert Prosky (patrz obok) **FILM**
- 16.50 Agnieszka Chylińska 50** (1) – koncert, Polska 2026
- 16.55 Jak w niebie** – komedia romantyczna, USA 2005, reż. Mark Waters Zabiegana Elizabeth (Reese Witherspoon) w drodze na randkę ma wypadek, po którym zapada w śpiączkę. Jej duch wraca do domu, gdzie zastaje młodego wdowca Davida (Mark Ruffalo). **125 min**
- 19.00 Fakty**
- 19.25 Agnieszka Chylińska 50** (2) – koncert, Polska 2026
- 19.30 Sport, Pogoda**
- 19.45 Agnieszka Chylińska 50** (3) – koncert, Polska 2026 (patrz obok)
- 22.00 Kiler** – komedia sensacyjna, Polska 1997, reż. Juliusz Machulski, wyk. Cezary Pazura, Małgorzata Kożuchowska, Jerzy Stuhr, Janusz Rewiński (patrz obok) **FILM**
- 0.15 Teściowie 2** – komedia, Polska 2023, reż. Kalina Alabrudzińska, wyk. Maja Ostaszewska, Izabela Kuna
- 2.20 Szpital św. Anny** (96) – serial obyczajowy, Pol. 2026
- 3.20 Uwaga!** – magazyn reportażowy
- 3.35 CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 12** (9) – serial kryminalny, USA 2011
- 4.40 Nauka jazdy 5** (18) – pr. rozrywk., Polska 2022
- 5.10 Kto was tak urządził?** – magazyn



14.35 HORROR KOM.

Gremliny 2
Billy (Zach Galligan) i Kate (Phoebe Cates, zdj.) odkrywają laboratorium Cathetera (Christopher Lee), gdzie przeprowadzane są badania nad nowym pokoleniem gremlinów. Stworzył się niebezpieczniejsze od swoich poprzedników. Billy i Kate z pomocą Girma podejmują z nimi walkę. **135 min**



19.45 KONCERT

Agnieszka Chylińska 50 (3)
W Atlas Arenie w Łodzi odbędzie się wyjątkowy koncert z okazji 50. urodzin Agnieszki Chylińskiej (zdj.). To wieczór pełen wzruszeń, muzycznym niespodzianek i spotkań z zaproszonymi gośćmi. Na scenie pojawią się specjalne atrakcje przygotowane z myślą o publiczności. **135 min**



22.00 KOM. SENS.

Kiler
Jurek (Cezary Pazura, zdj.) pracuje jako taksówkarz. Przy padkiem zostaje uznany za płatnego zabójcę i trafia do więzienia. Odbija go gangster Siara (Janusz Rewiński), by zlecić mu mokrą robotę. **135 min**

- 6.00 Kobra – oddział specjalny** (7): Gdzie jest Semir? – serial sensacyjny, Niemcy 2015 Alex zastaje w domu Semira zamaskowanego przestępcę, który go obezwadnia i ucieka. Mimo intensywnych poszukiwań nie udaje się ustalić miejsca pobytu zaginionego policjanta. Na liście podejrzanych znajduje się m.in. sąsiad Gerkhana. **60 min**
- 7.00 Zaklinaczka duchów 3** (53, 54) – serial fantasy, USA 2007-2008 Melinda i Jim opiekują się małą Beccą. Okazuje się, że również jest ona obdarzona darem widzenia duchów. Gordon przypomina sobie własne dzieciństwo. Stara się pomóc dziewczynce i jej rodzicom w rozumieniu tej niezwykłej umiejętności. **120 min**
- 9.00 Tak! jest świat 11** – program informacyjny, Polska 2026 Anna Bogusiewicz podsumowuje kluczowe wydarzenia minionego tygodnia z kraju oraz ze świata. Wyjaśnia, jak wpływają na codzienne życie Polaków, pozwalając dzięki temu lepiej zrozumieć bieżącą sytuację. **60 min**
- 10.00 Lombard. Życie pod zastaw 13** (714-718) – serial obyczajowy, Polska 2023 Wdowiec Wacław Dudek zajmuje się produkcją bimbru, z czego utrzymuje córkę studentkę. Otrzymuje zamówienie na 30 litrów alkoholu od myśliwych. Niestety, razem z pomocnikiem, bratankiem Markiem, zmaga się z awarią destylatora. **300 min**
- 15.00 Lombard. Życie pod zastaw 18** (1005-1009) – serial obyczajowy, Polska 2026 Dziennikarka Anna chce przeprowadzić wywiad z Kazimierzem z okazji dziesięciolecia jego biznesu. Cyprjan jest szefem firmy, nad którą wisi widmo bankructwa. Rozwiązaniem okazuje się małżeństwo jego córki. **300 min**
- 20.00 Mocne sobotnie kino: Cudzoziemiec** – film sensacyjny, Wielka Brytania/Chiny/USA 2017, reż. Martin Campbell, wyk. Katie Leung, Jackie Chan, Rufus Jones, Mark Tandy (patrz obok) Trzymające w napięciu kino akcji reżysera między innymi dwóch produkcji o Jamesie Bondzie z „GoldenEye” i „Casino Royale”. **130 min**
- 22.10 Ultimatum** – dramat kryminalny, USA/Francja/Hiszpania 2023, reż. Nimród Antal, wyk. Jack Champion, Liam Neeson, Embeth Davidtz (patrz obok) **FILM**
- 0.00 Odsiecz** – thriller, Kanada/USA 2021, reż. Edward Drake, wyk. Bruce Willis, Rob Gough, Anna Hindman, Trevor Gretzky (patrz obok) **FILM**
- 1.55 Zobacz to!**



20.00 SENSACYJNY

Cudzoziemiec
Córka Quana (Jackie Chan, zdj.) ginie w zamachu. Mężczyzna postanawia sam znaleźć sprawców. Na własną rękę nawiązuje kontakt z wiceministrem rządu Irlandii Północnej (Pierce Brosnan) i zmusza go do ujawnienia tożsamości ludzi, którzy zabili mu dziecko. **130 min**



22.10 DRAM. KRYM.

Ultimatum
Berlin. Finansista Matt Turner (Liam Neeson) odwozi dzieci do szkoły. Odbiera telefon od prześladowcy, który informuje go, że w aucie znajduje się bomba. Matt musi słuchać poleceń szantażysty, żeby ocalić siebie oraz bliskich. Na początku film skontaktować się z żoną, Heather (Embeth Davidtz, zdj.). **110 min**



0.00 THRILLER

Odsiecz
Miasteczko w Georgii. Bandyci biorą na zakładnika szanowanego lekarza. Chcą uzyskać od niego informacje o pewnej kobiecie. Szeryf Watts (Bruce Willis, zdj.) musi zająć się sprawą przed FBI. **115 min**

- 5.10 Szkoła** (670) – serial paradokumentalny, Polska 2019
- 6.00 Wiza na miłość: pierwsze spotkanie 2** (12) – program rozrywkowy, USA 2018
- 6.55 Nowe Zwariowane Melodie** (9-11) – serial animowany, USA 2018
- 7.40 Batman i Robin** – film przygodowy, USA/Wielka Brytania 1997, reż. Joel Schumacher Tajemniczy Mr Freeze (Arnold Schwarzenegger) zamraża Gotham City. Człowiek Nietoperz (George Clooney) z pomocą dzielnego Robina (Chris O'Donnell) postanawia rozprawić się z przestawcą i jego asystentką, Trującym Bluszczem (Uma Thurman), która zabija pocalunkiem. **160 min**
- 10.20 Ukryta prawda** (1366) – serial paradokumentalny, Polska 2022
- 11.20 Mówię Wam 4** (14) – program kulturalny, Polska 2026
- 12.30 Ukryta prawda** (1367-1369) – serial paradokumentalny, Polska 2022
- 15.30 Detektywi** (311, 312): Zareczyny; Narzeczona – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2026 Narzeczony Malwiny nie zjawia się na obiedzie zareczynowym. Kobieta zwraca się z prośbą o pomoc do przyjaciółki, detektyw Katarzyny Kowalik. W mieszkaniu zaginionego śledczy znajdują jego ранnego koleżę, który twierdzi, że doszło do porwania. **125 min**
- 17.35 Kong: Wyspa Czaszki** – film przygodowy, USA/Chiny 2017, reż. Jordan Vogt-Roberts, wyk. Tom Hiddleston, Samuel L. Jackson, Brian Larson, John C. Reilly (patrz obok) Losy monstrum, które zabiło i otarowało na ekranach kin w 1933 roku. Film zdobył nominację do Oscara za efekty specjalne, a całkowity zysk wyniósł ponad 550 milionów dolarów. **145 min**
- 20.00 Elita złodziei** – film kryminalny, Finlandia/USA 2021, reż. Renny Harlin, wyk. Pierce Brosnan, Tim Roth, Nick Cannon, Rami Jaber (patrz obok) **FILM**
- 22.15 Równi goście** – komedia sensacyjna, USA 2016, reż. Shane Black, wyk. Russell Crowe, Ryan Gosling, Angourie Rice, Matt Bomer (patrz obok) Kino kumpelskie z doskonałą obsadą oraz wciągającym scenariuszem. **145 min**
- 0.40 Wygrać ze śmiercią** – film sensacyjny, USA 1990, reż. Bruce Malmuth
- 2.45 Żyjąc z potworem 7** (12) – serial dokumentalny
- 3.40 Fachowcy** (10) – serial paradok., Pol. 2017
- 4.20 Dorota was urządzi!** (6) – program rozrywk., Pol. 2016



17.35 PRZYGODOWY

Kong: Wyspa Czaszki
Rok 1973. Żołnierz James (Tom Hiddleston, zdj.) dołącza do ekspedycji, która eksploruje wyspę na Pacyfiku. Członkowie grupy szybko orientują się, że pełen tajemnic ląd jest królestwem ogromnego goryla. Ich misja staje się dramatyczną walką o życie. **145 min**



20.00 KRYMINAL

Elita złodziei
Richard (Pierce Brosnan, zdj.) ucieka z więzienia. Zawija sojusz z Oddziałem Łotrów, który zajmuje się okradaniem bogatych i rozdawaniem biednym. Ich celem jest skarbiec złota. Należy on do Schultza (Tim Roth), który wzbogacił się na praniu brudnych pieniędzy. Członkowie szajki układają plan napadu. **135 min**



22.15 KOM. SENS.

Równi goście
Ginie aktorka. Ciotka nie wierzy w jej śmierć. Oplaca prywatnego detektywa (Ryan Gosling, zdj.), by odnalazł dziewczynę. Wkrótce spotyka on na swej drodze mięśniaka do wynajęcia (Russell Crowe). **145 min**

TVP 3 **TVP 3** **DG 17**

10.25 Gwiazdorska kuchnia Ani – magazyn kulinarny
11.00 Daję słowo – Maciej Orłós 2 (40) – talk-show
11.55 Film dokumentalny
12.50 Pierwsza Druga w Trójce – mag. pikarski
13.00 Całkiem niezła historia
13.25 Wiosna na ROD'os
14.00 O milimetr – magazyn
14.30 Program lokalny
15.00 Koronka do Miłosierdzia Bożego – dr. religijny
15.20 Program lokalny
19.30 Wiosna na ROD'os
20.00 Dziennik regionów
20.13 Gość Regionów – publ.
20.30 Ktokolwiek widział, ktokolwiek wie – mag.
21.00 Program lokalny

TVP POLONIA **TVP POLONIA**

11.55 Stawiam na Tolka Banana (2, 3) – obycz.
13.10 Jak to się mówi, czyli Kasia u Bralczyka (63)
13.45 Na dobre i na złe (989)
14.40 Na sygnale (639, 640)
15.40 Okrasa łamie przepisy
16.10 Tajemnice kulturowych seriali (6) – serial dok.
17.00 Telexpress
17.25 M jak miłość (1924)
18.15 54. KFPP w Opolu – Wariata tańczy – 50 lat na scenie. Jubileusz Maryli Rodowicz
19.10 Kabaretowe Naj – rozr.
19.30 Program informacyjny 19.30
20.05 Sport, Pogoda

TV 4 **DG 17**

6.00 Łowcy skarbów. Kto da więcej? (179) – reality show, Polska 2023
7.00 Galileo (1108, 1109) – pr. popularnonaukowy
9.05 Jesteśmy dla dzieci – magazyn
9.30 Galileo (1132) – program popularnonaukowy
10.30 Mini Galileo (13) – pr. popularnonaukowy
10.50 Galileo (1196, 1197) – pr. popularnonaukowy
12.50 Mini Galileo (17) – pr. popularnonaukowy
13.05 Hot Shots! – komedia **FILM** sensacyjna, USA 1991, wyk. Charlie Sheen
14.55 Policjanci i Policjanci (1416-1420) – obycz., Pol.

puls 2 **DG 17**

5.50 Ale numer! 18 (6) – rozr.
6.35 Śmierć – serial anim.
7.35 Kacze opowieści
8.40 Uprowadzona
FILM księżniczka – film animowany, Ukraina 2018
10.15 Wielka bitwa Asterixa **FILM** – film anim., Fr./RFN 1989
12.00 Boso przez świat
13.55 Gwiazdy Mazurskiej Nocy Kabaretowej (10, 11) – pr. rozr., Polska
15.55 Duch w butelce – baśń **FILM** filmowa, Niemcy 2021
17.25 Najpiękniejsze baśnie: Księżniczka i skryba – baśń film., Czechy 2014
19.00 Asterix podbija Amerykę – film anim., Niem./Francja 1994

TVP ROZRYWKI **TVP ROZRYWKI**

9.30 Koło fortuny – telet., Pol.
10.05 Tańcząca ze światem – Malta (3) – magazyn
10.40 Szansa na sukces. Opole 2026 2 (1)
11.45 To jest grane (92) – muz.
12.20 Prywatne życie zwierząt 14 (1) – przyrod.
12.45 Muzeum Polskiej Piosenki (30) – rozr., Pol.
13.00 Daję słowo – Maciej Orłós 2 (9) – talk-show
13.55 Postaw na milion
15.45 Va banque – teleturniej
17.00 Koło fortuny – telet., Pol.
17.35 Domowe patenty 2 (5)
17.45 Szansa na sukces. Opole 2026 2 (2)
18.50 Do śmiechu! (78) – rozr.
19.40 Program rozrywkowy

TTV HD **DG 17**

7.45 Damy i wieśniaczki. PL 10 (5) – fab.-dok., Pol.
8.45 Gogglebox. Przed telewizorem 24 (13)
9.45 Express, Pogoda – inf.
10.05 Nic do zgłoszenia 6 (1)
11.05 Nic do zgłoszenia 4 (6)
12.05 Zakup w ciemno extra (6) – reality show, Polska
12.35 Zakup w ciemno 7 (6-8)
15.45 Express, Pogoda – inf.
16.05 Idź na całość 2 (29)
17.05 Zakup w ciemno extra (4) – reality show, Polska
17.45 Express, Pogoda – inf.
18.05 Zakup w ciemno 7 (5)
19.05 Zakup w ciemno extra (5) – reality show, Polska
19.45 Express, Pogoda – inf.
20.00 Idź na całość 2 (28)

PROGRAM INFORMACYJNY

22.00 Dziennik regionów
 Reportery zbierają najważniejsze informacje z ośrodków regionalnych. Dotyczą one ostatnich wydarzeń politycznych, kulturalnych oraz gospodarczych. **30 min**
22.30 Kryminalna siódemka – magazyn
23.00 O milimetr – magazyn
23.30 Regiony na TAK – mag.
23.55 Panorama
0.25 Serwis Info Wieczór
1.05 Całkiem niezła historia
1.15 Turystyczna jazda
1.35 Sprawa dla reportera
2.25 Daję słowo – Maciej Orłós 2 (40) – talk-show

SZPIEGOWSKI

20.20 Zatoką szpiegów (2)
 Franz dowiaduje się, że jego ojcem jest Polak Kurkowski. Wkrótce Engel informuje go o tym, że namierzył polskiego szpiega, brata więźnia, który otrulił się podczas przesłuchania. **55 min**
21.15 Sanatorium miłości 8 (10) – reality show, Polska
22.10 Daję słowo – Maciej Orłós 2 (40) – talk-show
23.00 Tajemnica Enigmy (6)
23.45 Laskowik & Malicki – niedziela wieczór
0.40 M jak miłość (1924)
1.30 Program informacyjny 19.30
1.55 Pytanie dnia – pr. publ.
2.00 Sport, Pogoda

KRYMINALNY

20.00 Sprawiedliwi – Wydział Kryminalny (1032-1035) – Polska 2026
 Kalicka i Klos badają sprawę zabójstwa prawnika Konstantego Kuttnera, którego ciało znaleziono w apartamencie z głową zanurzoną w wiadrze alkoholu. **240 min**
0.00 Gwiazdy Kabaretu (178, 176) – program rozrywkowy, Polska 2026
2.05 STOP Drogówka – magazyn policyjny
3.15 Interwencja – mag.
3.25 Lubię disco! (279) – program muzyczny
4.25 Top 10 – lista przebojów – pr. muz.
5.30 Teleszkup TV Okazje

KOMEDIA

20.45 Nic do ocienienia – Francja **FILM** 2010, rez. Dany Boon
 Dwaj celnicy, Belg Ruben (Benoit Poelvoorde, zdj.) i Francuz Mathias (Dany Boon, zdj.), są pełni uprzedzeń etnicznych. Trafiają do jednego patrolu. Ich współpraca okazuje się pełną trudności. **130 min**
22.55 Dziewczyna
FILM influencera – dramat obyczajowy, Polska 2024
0.55 Wstydlive choroby 7 (1, 2) – serial dokum., Wielka Brytania 2013
3.00 Lombard. Życie pod zastaw 4 (154, 155) – serial obycz., Pol. 2019
5.00 Kręcimy z gwiazdami 3 (8) – pr. rozr., Polska 2013

ROZRYWKI

20.05 Życie to kabaret: Marzenia Marcina Dańca 2024 (1, 2) – Pol.
 Autorski program satyryka, który od kilku dekad wprawia polską publiczność w świetny humor. Jego gośćmi będą m.in. Andrzej Sikorowski, Andrzej Grabowski i Hanna Sleszyńska. **115 min**
22.00 Postaw na milion – teleturniej, Polska
0.00 Koło fortuny – telet., Pol.
1.20 Kabaret. Super Show Dwójki 3 (33) – rozr., Pol.
2.20 Kabaret Potem przedstawia – 15 sztuk – pr. rozrywk., Pol. 1998
3.15 Kabaretomania (22, 23) – pr. rozr., Polska

ROZRYWKI

21.00 Gogglebox. Przed telewizorem 22 (13)
 Konrad Mariański, Krzysztof Ufnal i Jakub Feliński (wszyscy na zdj.) zobaczą m.in., jak zakończy się historia „Porządne człowieki”. Poznają także dalsze losy bohaterów „M jak miłość”. **60 min**
22.00 Orzeł czy reszka? 3 (8) – program podróżniczy
23.00 Gogglebox. Przed telewizorem 21 (4)
0.00 Gogglebox. Przed telewizorem 24 (13)
1.00 Diabeł nie boskie (1, 2)
1.55 Zapakuj do moich drzwi (114, 115) – telen.
3.55 Detektywi (124) – serial fab.-dokum., Polska 2024

TVP 3 **TVP 3 PROGRAMY LOKALNE**

BIAŁYSTOK 16.40 Tamte lata, tamte dni **17.05** Historia niezapisane **17.20** Klub seniora **17.30** Astroarium **17.55** Dorastały **18.15** Ze zdrowiem na ty **18.30** Obiektyw **18.50** Sport, Pogoda **19.00** Świadkowie czasu **21.00** Kwartet **21.30** Obiektyw **BYDGÓSCZ** 16.30 Nad Drwęcą **16.45** Po obu stronach Wisły **17.00** Bliznę nieba **17.30** Eko-opcja **17.45** Pokochaj Grudziądz! **18.00** Filmowe kujawsko-pomorskie **18.30** Zbliżenia **18.57** Kulturalnie mówiąc **21.00** Raport naukowy **21.30** Zbliżenia **21.45** Sport, Pogoda **GDANSK** 17.00 Drogi wolności **18.00** Adwokaci w szuce **18.30** Panorama **19.00** Do brzegu **21.31** Panorama **21.43** Pogoda **KATOWICE** 16.45 Misja interwencja **17.15** Na KONCu świata **17.30** Relacje **17.45** Zdarzyło się **18.00** Rączka gotuje **18.30** Aktualności **18.55** Pogoda, Sport **19.12** Zielowa apteka **21.30** Aktualności **KRAKÓW** 16.30 Turystyczna jazda **16.41** Pełnosprawni **17.05** Makłowicz w podróży **17.30** Zdrowie dla Ciebie **17.45** Krzemionki **30**. Przystanek reportaż **18.00** Kulturalnie mówiąc **18.30** Kronika **18.55** Kronika kulturalna **19.06** Bohaterowie małych ojczyzn **21.00** Moda na język polski **21.30** Kronika **LUBLIN** 16.45 Afisz **17.12** Kwadrans samorządowy **17.30** Tydzień w polityce **18.10** Zawód leśnik **18.30** Panorama lubelska **19.00** Lubelskie Obserwatorium Rynku Pracy **19.10** Język wagi **21.30** Panorama lubelska

ŁÓDŹ 17.00 Wesołe lata Telewizji **KRAKÓW** 17.30 Jazz Kwadrans **17.45** Babskim okiem **18.00** ABC pacjenta **18.19** Teatr Wielki za kulis **18.30** Łódzkie wiadomości dnia **18.50** Sport, Pogoda **19.00** Kulturalnie po Łodzi i regionie **21.30** Łódzkie wiadomości dnia **21.50** Za szybą **POZNAŃ** 17.53 Ewa i jej goście **18.16** Teleskop **18.50** Medycyna i ty **19.05** Kurier akademicki **21.31** Teleskop **21.50** Wiadomości sportowe **RZESZÓW** 17.01 Stacja Rzeszów **Główny 17.16** Koncert **17.46** Z życia regionu **18.00** Podkarpackie destynacje kulinarne z historią w tle **18.13** Odkrywamy Podkarpackie **18.30** Aktualności **19.00** Z życia regionu **19.13** Liczy się państwo **21.00** Opowieści z duszą **21.30** Aktualności **SZCZECIN** 17.20 Powrót do przeszłości **17.30** Bohaterki **18.00** Twórcze horyzonty **18.30** Kronika **18.52** Polacy, którzy zmienili świat medycyny **19.06** Nie taki straszny **19.19** Muzeum Polskiej Piosenki **21.00** Smaki świata po polsku **21.30** Kronika **21.50** Wokół nas **WARSAWA** 17.15 Daję słowo – Maciej Orłós **21.01** Informacje z Mazowsza **18.16** Filmowe spotkania **18.30** TKW **18.42** Kurier Mazowiecki **19.00** Weterani sportu **19.16** Retro Wawa **21.00** Bohaterki **21.30** Kurier Warszawy i Mazowsza **WROCŁAW** 17.00 Przyszłość jest teraz **17.15** Drogi wiary **17.49** Kulturalnie mówiąc **18.14** W swoim czasie **18.30** Fakty **18.54** Pogoda **19.05** Magazyn ku kulturze **21.31** Fakty

TVP HD **TVP HD**

7.55 Rodzinka.pl (129, 130)
8.55 Ojciec Mateusz 13 (172, 173) – krym., Pol. 2015
10.45 Czy wiesz, że? (272) – dok.
11.20 Na sygnale (567, 568)
12.25 Ojciec Mateusz 3 (31)
13.20 Komisarz Alex 22 (276)
14.15 Ranczo 8 (93, 94) – obycz.
16.10 Postaw na milion – telet.
17.10 Okrasa łamie przepisy
17.45 Makłowicz w podróży
18.05 Ojciec Mateusz 21 (273)
19.20 Ranczo 9 (116, 117)
21.25 Ranczo 10 (118) – obycz.
22.20 Hit Man – komedia **FILM** sensacyjna, USA 2023
0.25 PitBull (20-22) – sens., Pol.
3.25 Kochająk Pabla, FILM nienawidząc Escobara – dramat biograficzny, Hiszpania/Bulgaria 2017

KULTURA **TVP KULTURA** **DG 17**

11.30 Droga (5) – serial obycz.
12.45 G. F. Händel – Muzyka na wodzie i Muzyka ogni sztucznych – widowisko
14.05 23. Millennium Docs Against Gravity 2026
14.40 Miles Davis i jego muzyka – film dokum., USA
16.50 Tamte lata, tamte dni
17.30 Porte des Lilas – dramat **FILM** kryminalny, Francja 1957
19.20 Dzień z życia artysty – talk-show
20.00 Sciaro – dram. krym., USA/**FILM** Meksyk/Hongkong 2015
22.10 Klub Jazzowy – koncert **23.25 Wybuch** – thriller, USA **FILM** 1981, rez. Brian De Palma
1.20 Dobry tytuł – mag. kult.
1.55 Niewiniątka – film **FILM** obyczajowy, USA 1961

afena ANTENA HD **DG 17**

8.30 Wojciech Czajkowski – boso przez świat (74-83) – cykl reportaży, Pol.
13.55 Australijski poszukiwacz złota 6 (19, 20, 1, 2) – dok., Australia
17.55 Polska. Największe dylematy – program publicyst.
18.55 77 TV 5 (26) – pr. rozr., Pol.
19.58 Czas na pogodę – pr. inf.
20.00 Morderstwa we Francji
FILM – Plaza Omaha – film kryminalny, Fr./Belgia 2018
22.00 Zbrodnia ukryta
FILM w walizkach: Historia Melanie McGuire – film kryminalny, USA 2022
23.55 Mroczny lokator **FILM** – horror, USA 2022
4.05 77 TV 4 (5, 7) – pr. rozr., Pol.
4.25 Kabaretowy szal – rozr.

TV 6 **DG 17**

6.00 Jeżdżąc smoków: Obroncy Berk – anim.
7.30 #Jestem M. Misfit – kom. **FILM** romant., Polska 2019
9.15 Cobra Kai (1-4) – przyg.
11.30 Magnum: Detektyw z Hawajów 5 (84-86) – serial sensacyjny, USA
14.25 Poirot (5, 6) – serial krym.
16.45 Columbo (5, 6) – krym.
20.00 CSI: Kryminalne zagadki Miami (162, 163) – krym.
21.55 Kości (71, 72) – serial krym.
23.50 Next – thriller s.f., USA **FILM** 2007, rez. Lee Tamahori, wyk. Nicolas Cage
1.55 Krejzi patrol (52) – krym.
2.25 Kochane pieniądze (31-33) – serial paradokum.
5.30 SuperLudzie Extra – mag.
5.45 Teleszkup TV Okazje

STOPKLATKA D3 12P
6.00 Komisarz Rex 14 (3-6) - serial kryminalny, Austria/Niemcy/Wł. 2013
10.00 Hudson i Rex 6 (14, 15) - krym., Kan. 2023-2024
11.55 Top Dog. Niemcy (1) - reality show, Niemcy 2021
14.20 Klamka, kłamca - komedia, USA 1997, wyk. Jim Carrey, Maura Tierney
16.10 Poszukiwany, poszukiwana - komedia, Polska 1972, wyk. Wojciech Pokora, Jolanta Bohdal
17.45 Marley i ja - komedia, USA 2008, wyk. Owen Wilson, Jennifer Aniston

POLSAT 2
5.50 Wydarzenia
6.30 Nasz nowy dom (261) - reality show, Pol. 2022
7.30 Ewa gotuje (570, 571) - magazyn kulinarny
8.30 Z klimatem i z pasją - program publicystyczny
9.00 Dlaczego ja? (1358-1362) - serial paradokumentalny, Polska
14.00 Sekrety rodziny (128) - serial paradokumentalny
15.05 Więzienie kobiet (66-69) - serial dok., Pol.
17.00 Nasz nowy dom (358) - reality show, Pol. 2025
18.10 Jeszcze większe dzieci - komedia, USA 2013, wyk. Adam Sandler, Kevin James

TVP SERIALE
5.45 Na sygnale (898, 899)
6.40 U Pana Boga w ogródku (1) - serial komediowy, Polska 2008
7.30 Na sygnale (900-904)
10.20 Na dobre i na złe (993)
11.20 Komisarz Alex 25 (318) - krym., Polska 2026
12.10 Rodzinka.pl (311, 312)
13.20 Ojciec Mateusz 27 (347, 348) - serial krym.
15.15 U Pana Boga w Królowym Moście (10) - serial obycz., Polska
16.15 Ranczo 6 (67) - obycz.
17.15 Czerdziestolatek (10)
18.15 Na sygnale (905-907)
19.50 U Pana Boga w Królowym Moście (11) - serial obycz., Polska

KINO POLSKA
6.00 Dom w cenie mieszkania (1, 2) - mag.
6.50 Polska Kronika Filmowa - serial dokum.
7.20 Podróże kapitana Klipera (1, 2) - anim.
7.40 Reksio (2, 5, 22, 25) - serial animowany
8.40 Syn szczęścia - film krótkometrażowy, 2024
9.00 Siedem zyczeń (5, 6) - serial przygodowy, 1985
12.00 Janosik - film przygodowy, 1974, wyk. Marek Perepeczek
14.55 1920 Bitwa Warszawska - dramat wojenny, 2011
17.35 Seksmisja - komedia s.f., 1983, wyk. Jerzy Stuhr

AXN
6.15 Saga „Zwierzch”: Przed świtem. Część 1 - film fantasy, USA 2011, wyk. Kristen Stewart, Anna Kendrick
8.10 Rekrut 8 (4) - serial kryminalny, USA 2026
9.10 FBI: Most Wanted 4 (8) - serial kryminalny, USA 2022
10.05 Detektyw Monk (12, 13) - serial kryminalny, USA 2002
12.05 Detektyw Monk 2 (1-3) - serial kryminalny, USA 2003
15.05 CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 10 (6-10) - serial kryminalny, USA/Kanada 2009

CANAL+ PREMIUM
6.00 Łąpu capu - dramat obyczajowy, Pol./Dania/Fr. 2013
7.25 Robin i obrońcy królestwa - przyg., Włk. Bryt./Irlandia 2024
9.05 Mikołaj i ekipa - film anim., Hiszp./Kanada 2024
10.35 Łąpu capu - 10.50 Chopin, Chopin! - dram. biograf., Pol. 2025
13.05 Saga „Zwierzch”: Przed świtem. Część 2 - film fantasy, USA 2011
15.00 Saga „Zwierzch”: Przed świtem. Część 2 - film fantasy, USA 2012
16.55 Piłka nożna: PKO BP Ekstraklasa - wstęp do meczu (live)

THRILLER
20.00 Czerwony smok - USA/FILM Niemcy/Włochy 2002
Emerytowany agent FBI Will Graham (Edward Norton, zdj.) kilka lat wcześniej stanął oko w oko z seryjnym zabójcą, Hannibalem Lecterem. Teraz ponownie musi się z nim zmierzyć. 160 min
22.40 Dziewiąty legion - dramat przygodowy, Wielka Brytania/USA 2011
0.55 Nagi instykt 2 - thriller erotyczny, USA/Niemcy 2006, wyk. Sharon Stone
3.15 I znowu zgryzeszylismy, dobry Boże! - komedia, Francja 2019
5.40 Zakalec - dramat obyczajowy, Polska 2024

KOMEDIA KRYMINALNA
20.15 22 Jump Street - USA 2014, reż. Phil Lord
Policjanci Schmidt (Jonah Hill, zdj.) i Jenko (Channing Tatum, zdj.) biorą udział w tajnej akcji na terenie kolektu. Szybko tracą dystans do swojej pracy i zaprzyjaźniają się ze studentami. 135 min
22.30 Być jak Kazimierz Deyna - film obyczajowy, Polska 2011
0.40 Przykiadny obywatel - thriller, Wielka Brytania/Norwegia/Kanada 2019
3.10 Wydarzenia
3.50 Interwencja - mag.
4.00 Ewa gotuje (498) - mag.
4.35 SuperLudzie (7) - serial dokumentalny, Polska

KRYMINALNY
20.50 Ojciec Mateusz 27 (349, 350) - Polska 2022
Ze względu na Danusię do Sandomierza powraca Adam, który opuścił miasto po śmierci matki. Proboszcz namawia go, by spróbować pojednać się z ojcem. Tymczasem pod plebanią parkuje luksusowy samochód. 115 min
22.45 Ranczo 6 (68, 69) - obycz.
0.30 Gra z Cieniem (5, 6) - serial kryminalny, Polska
2.20 Pitbull (12) - serial sensacyjny, Polska 2007
3.20 Oficer (13-ost.) - serial sensacyjny, Polska 2005
4.25 Rodzinka.pl (134, 135) - serial komediowy, Polska 2015

KOMEDIA
20.00 Kingsajz - 1987, reż. FILM Juliusz Machulski
Krasnoludek, który odkrył skład eliksiru powiększającego, zostaje uwieczniony przez chciwego tyra, Kilkujadka. Na pomoc wyrusza jego wierny przyjaciel, Olo (Jacek Chmielnik, zdj.). 135 min
22.15 Jeszcze raz - komedia romantyczna, 2008, wyk. Anna Antonowicz
0.10 Ach śpij, Kochanie - film kryminalny, 2017
2.35 Czekaj na nas świat - komediadramat, 2006, wyk. Sebastian Pawlak
4.25 Jesteśmy razem - dok.
5.50 Tego się nie robi kotu - film krótkometraż., 2022

SENSACYJNY
20.00 Londyn w ogniu - Włk. FILM Bryt./USA/Bulgaria 2016
Terrorystki atakują stolicę Anglii podczas pogrzebu brytyjskiego premiera. Agent Banning (Gerard Butler, zdj.) musi zapewnić bezpieczeństwo prezydentowi USA (Aaron Eckhart, zdj.). 120 min
22.00 Resident Evil 2: Apokalipsa - horror s.f., Niemcy/Fr./Włk. Bryt. 2004
23.45 Resident Evil: Afterlife - horror, Niemcy/Francja/Wielka Brytania 2010
1.45 Ghostbusters - film Pogromcy duchów - komedia, USA/Australia 2016, wyk. Kristen Wiig
4.10 FBI: International 4 (5)

PIŁKA NOŻNA
17.25 PKO BP Ekstraklasa (live)
W najciekawszym spotkaniu ostatniej kolejki Wisła Płock podejmie Lecha Poznań, który po tym meczu chciałby rozpocząć świętowanie mistrzostwa. 135 min
19.40 MTV Unplugged: Maryla Rodowicz - thriller, USA 2025, wyk. Diane Lane, Kyle Chandler
22.50 Cicha noc, śmierci noc - horror, USA 2025
0.30 Wcielenie zła: Akta Epstein - film dokum.

13 ULICA
6.00 Falszerstwo (5) - krym., Fr.
6.50 Kapitan Marleau 7 (1) - serial kryminalny, Fr. 2022
8.50 Motyw 3 (6-13) - serial kryminalny, Kanada 2015
16.05 Motyw 4 (1) - krym., Kan.
17.00 Blue Ridge (5, 6) - serial kryminalny, USA 2024
19.00 Chicago P.D. 13 (5) - serial kryminalny, USA 2025
20.00 Niepokojące zaginięcia - film kryminalny, Fr. 2019
22.00 Swatka na tropie: zabójcze zaręczyny - film kryminalny, USA 2019
23.50 Uwieszona moc - film s.f., USA 2022, wyk. Bruce Willis, Michael Rooker
2.05 Podróżnik (1) - serial krym.
4.00 Kapitan Marleau 7 (2) - serial kryminalny, Fr. 2022

POLSAT FILM
8.00 Sąsiedzi (33) - serial anim.
8.15 Była sobie Ziemia (14-16)
9.50 Klipski i inne zjawiska pogodowe - film animowany, USA 2009
11.40 Garfield - film familijny, USA 2004
13.25 Siostry - komediadramat, FILM USA 2005
16.05 Percy Jackson: Morze potworów - film przygodowy, USA 2013
18.25 Ewolucja planety małp - film s.f., USA/Wielka Brytania/Kanada 2014
21.00 Nieziszczalni 3 - film sens., USA/Bulgaria/Fr. 2014
23.40 Glass - thriller, USA/Chiny FILM 2019, wyk. James McAvoy
2.20 Ślad (7, 96, 97) - krym., Pol.
5.20 Na ratunek 112 (817)

HBO
9.40 A potem się zobaczy - komedia, Włochy 2025
11.20 Wtroczenie - komediadramat, FILM s.f., Niemcy 2024
13.10 Gerta Schirch (1, 2) - dramat historyczny, Czecho/Niemcy 2025
16.05 Fantastyczne zwierzęta: Tajemnicze Dumbledore'a - film fantasy, Wielka Brytania/USA 2022
18.25 Noc w zoo - film animowany, Kanada 2024
20.00 La Grazia - dramat obyczajowy, Włochy 2025
22.15 Fachowiec - film sensacyjny, Włk. Bryt./USA 2025
0.10 Marsjanin - film s.f., USA/FILM Włk. Bryt./Jordania 2015
2.30 Elizjum - dramat s.f., USA FILM 2013, wyk. Matt Damon

WARNER TV
9.10 Nowy Jork, nowa miłość - komedia, USA 2004
10.55 Taxi 2 - komedia
12.35 Taxi 3 - komedia
13.50 Sensacyjna, Francja 2000
14.15 Superman 2: Wersja reżysera Richarda Donnera - film przyg., Włk. Bryt./USA 2006
17.15 Raport Pelikana - film sensacyjny, USA 1993
20.00 Miłość jak narkotyk - kom. romant., USA 1997
22.00 Wrogie niebo 4 (4, 5) - s.f.
23.45 Przynęta - film sensacyjny, FILM USA/Kanada 2000
2.10 Dziewczyna w każdym porcie - kom., USA 1952
4.00 Czarowny kwiecień - film obycz., USA 1935

ALE KINO+
9.00 Pogrzeb panieństwa 9.50 King Kong - film przygodowy, USA 1976
12.30 Między światami - dram. psychologiczny, USA 2010
14.25 Making Tarantino: portret intymny - dok., Fr.
15.40 Grantchester 10 (3, 4)
17.45 Moi synowie - dramat polityczny, Francja/Bel. 2024
20.10 Sztuka zbrodni - sens., FILM Włk. Bryt./USA/Niemcy 2020
22.20 Ostatni oddział - dramat wojenny, Francja/Bel. 2023
0.45 Zielone piekło - dramat obycz., Fr./Belgia/USA 2024
3.05 Planeta Singli. Osem historii (6) - serial kom.
3.55 Skowyt - film krótkometr.
4.30 Warszawa, Holandia
4.50 Król (6) - serial sensacyjny

CANAL+ FILM
11.45 Łąpu capu - rozr., Pol. 2026
11.50 Elizabeth Taylor. Zbuntowana supergwiazda (1-3) - dok.
14.10 Mamma Mia! - kom. muz., FILM USA/Włk. Bryt./Niemcy 2008
16.00 Zgred - dramat obyczajowy, Polska 2025
17.25 Gorzko - film krótkometr.
17.55 Warcraft: Początek - film fantasy, Chiny/Kanada/Japonia 2016
19.55 Łąpu capu - rozr., Pol. 2026
20.00 Zdążyć przed śmiercią - western, USA 2025
21.45 Świat do rozwiązania - thriller, USA/Niemcy 2023
23.35 Rozgrzeszenie - thriller, USA 2024
1.25 Innego końca nie będzie - film obyczajowy, Pol. 2024

SCI FI
6.00 Medium 6 (20-22) - krym.
9.00 Grimm 3 (13-16) - fantasy
12.50 Most do Terabithii - film familijny, USA 2007, wyk. Josh Hutcherson
14.45 A.X.L. - film przygodowy, FILM USA 2018
16.45 Rollerball - film s.f., USA/FILM Niemcy/Japonia 2002
18.45 Zielony Szerszeń - komedia sens., USA 2011
21.00 Uciec, ale dokąd? - film sensacyjny, USA 1993
23.00 Powietrze - dramat s.f., USA 2015
1.00 28 dni później - horror, FILM Włk. Bryt./USA/Francja 2002
3.10 SurrealEstate 3 (3-5) - serial grozy, Kanada 2025

PARAMOUNT NETWORK
8.00 Plan B - komedia romantyczna, USA 2010
10.20 Czy to ty, czy to ja? - film familijny, USA 1995
12.30 Goonies - film przygodowy, USA 1985
15.00 Dzieci zagłady - film katastroficzy, USA 1998
17.30 Bumblebee - film s.f., FILM Chiny/USA 2018
20.00 Top Gun - film sensacyjny, FILM USA 1986, wyk. Tom Cruise
22.30 Immortals. Bogowie i herosi - film fantasy, USA 2011, wyk. Luke Evans
0.30 10 Cloverfield Lane - thriller, USA 2016
2.35 Zapowiedź - thriller, USA/FILM Włk. Bryt./Australia 2009

FX
5.00 Tropiciel (14) - serial krym.
6.00 Matlock (17) - serial krym.
6.55 FBI (11, 12) - serial krym.
8.45 CSI: Kryminalne zagadki Miami (14-16) - serial krym.
11.30 CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku (13, 14) - serial kryminalny, USA
13.20 Agenci NCIS 8 (22-24) - serial sensacyjny, USA
16.05 Z archiwum X (11-13) - s.f.
19.00 Dzień Niepodległości - film s.f., USA 1996
22.00 Olimp w ogniu - thriller, USA 2013
0.25 Na krawędzi - film sens., FILM USA/Francja/Wł. 1993
2.45 Paradise (3) - serial krym.
3.45 Tropiciel (14) - serial krym.

KINO TV
8.15 Cztery pancerni i pies (3, 4) - wojenny, Pol. 1966
10.50 Flicka - film familijny, FILM USA/Wielka Brytania 2006
12.45 K-9 - komedia kryminalna, USA 1989
14.50 Znaczer - dramat obyczajowy, Polska 1981
17.40 RoboCop - film s.f., USA FILM 2014, wyk. Joel Kinnaman
20.00 12 godzin - film sensacyjny, USA 2012
22.00 Zbuntowana - film s.f., USA 2015
0.15 Obóz integracyjny - komedia sens., Portoryko/USA/Wielka Brytania 2013
2.10 3000 mil do Graceland - film sensacyjny, USA 2001

CANAL+ SERIALE
9.45 Łąpu capu - rozr., Pol. 2026
9.55 Maledywny Wodny królestwo Oceanu Indyjskiego (1-3) - serial dok.
13.30 Cat's Eyes (2) - przyg., Fr.
14.30 Naruto (19-21) - anime
16.05 Łąpu capu - rozr., Pol. 2026
16.30 ABBA. Wbrew wszystkiemu (1, 2) - dok.
18.15 13 posterunek 2 (29-31)
20.00 Konflikt (1, 2) - serial sens.
21.40 Łąpu capu - rozr., Pol. 2026
22.00 Pokonani (1, 2) - krym.
23.45 Belfer (9, 10) - krym., Pol.
1.50 Miłość i seks w Korei Południowej - film dok.
2.55 Pisarze. Serial na krótko 2 (4) - kom., Pol.
3.10 Hollywood Buzz - mag.

CANAL+ 360
12.00 Rafael Nadal: Król czerwonej ziemi - dok.
13.00 W trasie z Normanem Reudusem (6) - serial dok.
14.00 Co poszło nie tak 4 (6)
15.00 Kolejny przysięt świat (1, 2)
16.55 Polska z góry: Stadion (8) - serial dokum., Pol. 2024
17.25 Piłka nożna: PKO BP Ekstraklasa (live)
19.50 Sung Kang - szybki i dociekliwy (5) - dok.
20.50 Born Racers. Młodzi i szybki (3) - serial dokum.
21.55 Porzucone konstrukcje (15) - serial dok., Włk. Bryt.
23.00 Wykrzywać historię 5 (2)
0.00 Co poszło nie tak 4 (4)
1.00 Misja Afganistan (11)

TLC

8.00 **Baldwinowie**
9.00 **Bitwa na wiosny: USA** (2)
10.00 **Mój chłopak jest maminsynkiem 2** – rozr.
11.00 **Kiedy dzieci mają dzieci 5** (11): Czas, aby dorosnąć – serial dokum.
12.00 **Mali ludzie, wielka rodzina 11**
13.00 **Rodzina 10+** 8 (4) – rozr.
14.00 **Klinika urody gwiazd** (5-8) – serial dokum., Pol.
16.00 **Wiza na miłość: Wielka Brytania 3** – reality show
17.00 **Wiza na miłość: pierwsze spotkanie 8** (21) – pr. rozr., USA 2025

POLSAT CAFÉ

6.00 **Przyjaciółki** (47, 48) – serial obycz., Pol. 2014
8.00 **Bogaty dom – biedny dom** (109, 131)
10.00 **Polacy za granicą – miłość** (5, 6): Ateny; Nadrenia Północna-Westfalia – serial dokum.
12.00 **Shopping Queens. Królowe Zakupów** (35, 36) – pr. rozr., Polska
14.00 **Ani słowa pannie młodej** (3, 4) – dok., Pol.
16.00 **Kołażyca w ciemno** (79, 80) – pr. rozr., Polska
18.00 **Nasz nowy dom** (316, 317) – reality show

TVN STYLE

5.30 **Związki z modą** (8-ost.)
6.20 **Co za tydzień** – mag.
6.50 **Ugotowani** (2)
7.45 **Dzieci Dobry TVN** – mag.
11.30 **Dzieci świata** (8-ost.)
12.00 **Jestem z Polski** (5) – serial dokum., Pol. 2018
13.05 **Jestem z Polski 15** (5, 2) – serial dokum., Pol. 2025
15.05 **Babski biznes** (7) – rozr.
16.05 **Ostre cięcie 11** (4) – rozr.
17.05 **Złoty remont 11** (9) – pr. rozrywk., Pol. 2026
18.05 **Bitwa o gości** (10) – reality show, Pol. 2026
19.05 **Kuchenne rewolucje** (12, 13) – pr. rozr., Polska

DISCOVERY CHANNEL

7.00 **Budne skarby 2** (3)
8.00 **Poranna złota 16** (23)
10.00 **Łowcy opali 8**
11.00 **Celnicy na straży Szwecji 4** (1)
12.00 **Wyścigi po antyki**
13.00 **Złomowisko PL** (8, 9)
15.00 **Nic do ukrycia** (3)
16.00 **Lotnisko** (7)
17.00 **Nagi instynkt przetrwania 11** (6): Bez nóg, bez problemu
18.00 **Vantara – azyli dla zwierząt**
19.00 **Największe napady świata**
20.00 **Bimbrownicy 14**

TVP HISTORIA

10.30 **Historia polskiego sportu** (3): Ku wyzynom
11.30 **Wszystkie kolory świata 2**
12.35 **Najwspanialsze góry Afryki** (2) – cykl dokum.
13.40 **Archeologia** – film dok.
14.00 **Ex Libris** – magazyn
14.30 **Gangsterzy i filantropi**
FILM – film sens., Polska 1963
16.00 **Flesz historii** (762)
16.25 **Świątynie świata** (4)
17.30 **Rodzina Polanieckich** (5) – serial obycz., Polska
19.05 **Zabójcza nauka** (2)
20.05 **Zapomniane karty historii** (4) – serial dok.

FOKUS TV

9.00 **Premiera: Niezwykłe pociągi** (3, 4) – dok., Kan.
11.00 **Premiera: Najpotężniejsze 2** (1, 2) – serial dok.
13.00 **Rolnicy. Podlasie** (38-40) – serial dok., Pol.
16.00 **Najpiękniejsze domy na wsi** (4) – serial dok.
17.00 **Premiera: Wielkie wyścizkowiec** (3)
18.00 **Najniebezpieczniejsze drogi do szkoły** (4)
19.00 **Premiera: Jak to wyjaśnić 2** (12) – dok.
19.25 **Top 10 Największe tajemnice świata** (10) – serial dok., USA/Czechy

19.00 **Premiera: Wiza na miłość: pierwsze spotkanie, pościelowe rozmowy 8** (21)
20.00 **Upadli idole: Nick i Aaron Carter**
21.00 **Premiera: Boysbandy: mroczna strona sławy**
23.00 **Lekarze od twarzy**
0.00 **Dr Pryszczyla 5**

20.00 **Love Island. Wyspa miłości** (273-275) – reality show, Polska 2023
23.00 **Gry małżeńskie** (175)
0.00 **Love Island. Wyspa miłości** (32, 33)
2.00 **Gry małżeńskie** (176, 177) – reality show
4.00 **Zdrady** (62, 63) – serial paradokumentalny, Pol.

21.05 **Królowa przetrwania 3** (12-ost.) – reality show
22.30 **Skok na głęboką wodę** (11-ost.) – pr. rozr., Polska
23.35 **Ślub od pierwszego wejrzenia 11** (13, 14-ost.) – reality show
1.45 **Ślub last minute** (1) – pr. rozrywk., Pol. 2023
2.45 **Apetyt na miłość** (5)

21.00 **Fani czterech kółek – samochody marzeń:** Tony: land rover 2A
22.00 **Łowcy opali 8**
23.00 **W oku cyklona: inwazja rekinów 2** (1)
0.00 **Teorie spiskowe pod lupą: Weather Weapons**
1.00 **Potwory z Alaski**
2.00 **Łowcy staroci 11**

21.10 **Polowanie na Gmy**
FILM – dramat obyczajowy, Polska 2022
23.15 **Foxcatcher** – dramat
FILM biograficzny, USA 2014, wyk. Steve Carell, Channing Tatum
1.40 **Świadkowie Putina** – film dokumentalny, Łotwa/Szwajcaria/Czechy

20.00 **Tajemnice piramid** (1)
21.00 **UFO. Zaginione dowody** (7, 8) – dok., USA
23.00 **Premiera: Poza kontrolą: Dlaczego zatonął „Kursk”** – dok.
0.00 **Premiera: Przestępcze podziemie** (8) – dok.
1.00 **Rolnicy. Podlasie** (1-4)
5.00 **Koło wrotek** (2, 3) – mag.

METRO

6.45 **Poranna złota 9** – dok.
7.40 **Klan z Alaski** – serial dokum.
9.40 **The Floor** – teleturniej, Pol.
10.50 **Złomowisko PL 5** – dok.
12.55 **Gwiazdy Lumpesków**
13.55 **No to lecę!** – pr. rozr., Polska
14.55 **Niezwykłe Stany**
16.00 **Kryminalni** (7, 1, 8) – krym.
19.25 **Magda gotuje internet**
20.00 **W krzywym zwierciadle: Europejskie wakacje** – komedia, USA 1985
22.00 **Kolekcjoner** – thriller, USA
FILM 1997, wyk. Morgan Freeman
0.20 **Kuba Wojewódzki**
1.30 **Szpital** (717) – paradok., Pol.
2.30 **Szkoła** (813, 807) – paradok.
4.20 **Nowa Maja w ogrodzie 3**

ZOOM

6.00 **Kojak** (12, 13) – serial krym.
8.00 **Kajakubiarz rozryzga Włochy**
9.30 **Wojciech Ciejrowski – bosu przez świat**
12.50 **Sensacje XX wieku** – hist.
15.10 **Cztery pancerni i pies** (7, 8) – serial wojenny, Polska
17.15 **Wielki skok Gangu Olsena**
FILM – komedia, Dania 1972
19.25 **Kabaretowe przeboje 4**
20.20 **G. J. Jane** – dram. obycz., USA
FILM USA/Wielka Brytania 1997
23.00 **Adam szuka Ewy. Niemcy 3** – pr. rozr., Niemcy
0.00 **Magia nagosci. Niemcy**
1.05 **Magia nagosci. Polska** – Najsmaczniejsze kąski
2.20 **I love kabaret** – pr. rozr., Pol.
5.45 **I love kabaret EXTRA**

FOOD NETWORK

7.55 **Dziwaczne potrawy** – dok.
9.50 **MasterChef** – pr. rozrywk.
11.20 **Dzieciście mistrzostwa wypieków: słodkie duety**
12.20 **Kuchnia jak u mamy** – mag.
13.30 **Śródziemnomorski przepis na zdrowie** – mag.
14.35 **Molly gotuje na farmie**
15.45 **Kobieta na Dzikim Zachodzie** – magazyn kulin.
16.50 **Indyjskie smaki Maneet**
17.50 **Wiosenny turniej wypieków** – reality show
18.50 **Dziwaczne potrawy** – dok.
19.45 **Człowiek kontra jedzenie**
21.15 **Kuchenne rewolucje** – rozr.
23.25 **Gdzie zjeść we Włoszech**
1.40 **Morderca kuchnia**
3.40 **Sąsiedzi kontra sąsiedzi**

DISCOVERY SCIENCE

8.00 **Poszukiwacze dinozaurów**
10.00 **Jak to jest zrobione?**
12.00 **Jak to jest zrobione – samochody marzeń 2**
12.30 **Jak to jest zrobione – samochody marzeń 3**
14.00 **Autostrada spotkań z UFO**
16.00 **NASA – archiwum tajemnic**
18.00 **Jak to jest zrobione?**
20.00 **Autostrada spotkań z UFO**
22.00 **Tajemnice Alaski**
0.00 **Śladami Wielkiej Stopy**
2.00 **Zaginione miejsca**
4.00 **Jak to jest zrobione – samochody marzeń 2**
4.30 **Jak to jest zrobione – samochody marzeń 3**

NATIONAL GEOGRAPHIC

8.00 **Co poszło nie tak**
10.00 **Katastrofa w przestworzach**
16.00 **Car SOS: VW Golf GTI Mk1**
17.00 **Sztuka obrony: Wojny w Europie**: Polska – dok.
18.00 **Żelazna kurtyna: Życie pod radziecką okupacją**
19.05 **UFO: Przelomowe śledztwa**
19.55 **Miasta w liczbach: Berlin**
20.00 **Wyprawa na dno**
21.00 **Zaginione skarby Biblii: Tajemnice wiary**
23.00 **Ciemna strona świata**
1.00 **Alarm na lotnisku: Peru**
2.00 **Wyprawa na dno**
4.00 **Wielkie konstrukcje III Rzeszy**

BBC EARTH

10.10 **Wielkie koty 24/7 2** – dok.
11.25 **Malownicze trasy kolejowe** – serial dokum.
12.25 **W okowach mrozu: Kanada 2** – serial dokum.
13.25 **Ziemia widziana z orbity**
14.25 **Brytyjskie fabryki 10** – dok.
15.35 **Starożytne mocarstwa**
16.40 **Azja: Kultury produkcji**
16.55 **Amerkańskie Południe**
17.55 **Siedem światów, jedna planeta** – serial dokum.
21.00 **Ziemia widziana z orbity**
22.05 **W okowach mrozu: Kanada 2** – serial dokum.
23.05 **Wielkie koty 24/7 2** – dok.
0.25 **Zabójcza pogoda 6** – dok.
1.30 **Chirurgia: kwestia życia i śmierci 2** – serial dokum.

WP

11.00 **Pogoda**
11.05 **Drogi z piekła rodem** – dok.
12.05 **Pokochaj lub sprzedaj 6**
13.00 **Pokochaj lub sprzedaj Quebec 4** – reality show, Kan.
14.00 **Pokochaj lub sprzedaj Vancouver 3**
15.00 **Policjanci z sąsiedztwa 5**
16.52 **Pogoda**
17.00 **Policjanci z sąsiedztwa 5**
17.55 **Strażacy z sąsiedztwa 2**
18.55 **Policjanci w akcji** (1)
20.00 **Policjanci z sąsiedztwa 5**
21.54 **Pogoda**
22.00 **Mistrzowie Kabaretu**
23.00 **Przebojowe kabarety**
0.00 **Mistrzowie Kabaretu 2**
1.00 **Mistrzowie Kabaretu 5**

NOWA TV

6.20 **TV okazje**
6.55 **Wielki czas**
7.30 **Intencja – taka jest Polska** (571) – mag.
8.20 **Frieren. U kresu drogi** (13, 14) – serial anime, Japonia
9.30 **Dragon Ball Z Kai 2** (43-49)
13.00 **One Punch Man** (11, 12)
14.00 **Co ludzie powiedzą?** 5 (31-33) – kom., Wlk. Bryt. 1995
16.00 **Miodowe lata** (45-49)
19.45 **Poirot** (3-6) – krym., Wlk. Bryt.
0.00 **Ślad** (68) – serial kryminalny
1.00 **Łowca pedofilów** – dok.
3.00 **TV okazje**
3.50 **Wielki czas**
4.00 **Sala operacyjna**
5.00 **Pod lupą MIGACZ**

HGTV HOME & GARDEN

8.55 **Uratuj swój ogród 5** – mag.
10.00 **Z miłości do ogrodu 4**
12.05 **Odtłotowy ogród 2** – mag.
11.35 **Weekendowa metamorfoza 4** – pr. rozr.
12.40 **Będzie pięknie** – pr. rozr.
13.40 **Weekendowa metamorfoza 3** – pr. rozr.
14.40 **Para w remont 2**
16.35 **House Hunters – Poszukiwacze domów 9**
18.50 **Złoty remont 11** – pr. rozr.
19.50 **Weekendowa metamorfoza 4** – pr. rozr.
20.45 **Mieszkanie na miarę 2**
22.35 **Mieszkanie na miarę**
23.35 **Letnia chata na lata** – rozr.
0.30 **Sprzątaczkii** (4-6) – obycz.

TRAVEL CHANNEL

6.00 **Mój przyjaciel grizzly** – serial dokumentalny
8.05 **Dziwaczne potrawy: Smakowite miasta 8** – dok.
10.10 **Niezwykłe Stany Prokopa**
12.15 **Baseny z rozmachem**
14.20 **Ciełzarzka przez Stany**
15.55 **Człowiek kontra jedzenie**
18.00 **Dziwaczne potrawy: Smakowite miasta** – serial dok.
20.05 **Nagi instynkt przetrwania** – serial dokumentalny
22.05 **Afryka Express** – reality show
23.40 **Grenlandia – wyspa skarbów** – serial dokum.
1.45 **Hotelowe rewolucje** – dok.
4.55 **Człowiek kontra jedzenie**

NATIONAL GEOGRAPHIC WILD

13.00 **Critter Fixers** – zwierzęcy cudotwórcy: najlepsze z najlepszych
14.00 **Zimowe królestwo**
15.00 **Pamiętnik lamparta** – dok.
16.00 **Śladem wielkich kotów**
17.00 **Zaginiony raj w Afryce**
18.00 **Dzikie maluchy z amerykańskich parków narodowych** – film dokum.
19.00 **Najdziwniejsze cuda ewolucji: Ocei imperium**
20.00 **Europa z powietrza**
21.00 **Najdziwniejsze zwierzęta świata: Zabójcze i podstępne**
22.00 **Zabójcze węże: Brazylia**
23.00 **Europa z powietrza**
0.00 **Niezwykły dr Pol**

POLSAT WIASAT HISTORY

8.00 **Tajne bazy nazistów 4**
10.00 **Świta Hitlera**
13.30 **Tajne bronie II wojny światowej**
19.00 **Naziści: korzenie zła**
21.00 **Życie prywatne przywódców Rzeszy: Dwór** – dok.
22.00 **Najgroźniejsi ludzie Hitlera**
23.55 **Kleopatra: tajemnicza władczyni: Walka o tron w poszukiwaniu zaginionych wikingów**
2.00 **Zaginione miasta Biblii** (1) – film dokum., Wielka Brytania
2.55 **Grobowce Egiptu: Imhotep, twórca piramid**
4.45 **Zakazana historia 7**

CANAL+ KUCHNIA

14.45 **Dzień dobry, obiad 2**
15.40 **Zgrillowani 2** – mag. kulin.
16.05 **M jak mięso 10** – mag. kulin.
16.55 **Jamie Oliver: gotuj sezonowo** – magazyn kulin.
17.55 **Kajakubiarz rozryzga Madere** – magazyn kulinarny
18.50 **Włoska kuchnia Gino: Dla rodziny** – serial dokum.
19.50 **Kulinarna mapa Wielkiej Brytanii** – serial dokum.
20.15 **Planeta słodczy** – dok.
20.45 **Ziemia, ogień i smak** – dok.
21.40 **Mistrzowie przekąsek w akcji** – Nowa Zelandia
22.35 **M jak mięso 10** – mag. kulin.

CANAL+ DOMO

16.00 **Patent na zieleni** – mag.
16.30 **Tomasz Pagowski. Remont u Ciebie 8** – mag.
17.05 **Mielokreacje** – mag.
17.35 **Dom w miesiąc 2** – dok.
18.00 **Daleko od miasta 11** – dok.
19.00 **Podzielić M2** – mag.
20.00 **Projekty marzeń – Nowa Zelandia** – serial dokum.
21.00 **Wielkie projekty: Szwecja 5** – serial dokum.
22.00 **Kupiliśmy sobie zamek – damy radę 2** – serial dok.
22.55 **Wieskie domy do liftingu 2** – serial dokum.
23.45 **Stylowo o wnętrzach**

SUPER POLSAT

9.50 **Ac Ventura: Psi detektyw** – kom., USA 1994
11.30 **Świat według Kiepskich** (81, 28, 56, 61, 38, 50, 29)
14.50 **Ziomiarz** – serial dokum.
16.50 **Świat według Kiepskich** (578-580, 137, 89) – kom., Pol.
19.35 **Piłka nożna: Puchar Niemiec – mecz finałowy: Bayern – Stuttgart (live)**
21.50 **Serena** – dramat obycz., FILM USA/Francja/Czechy 2014
0.05 **Backdoor. Wyścig awaryjne** (2) – serial kom.
0.35 **Świat według Kiepskich** (115, 111, 408-411) – kom.

TVP KOBIECI

12.30 **Pięknie przyprowadź**
13.00 **Sanatorium miłości 8**
14.00 **Rodzinka.pl** (120, 121)
15.00 **Taneczka ze światem** – Tunesja – magazyn
15.30 **Ojciec Mateusz 28** (361, 362) – serial kryminalny
17.25 **Taniec – kultura czy życie**
18.30 **Ania Rusowicz na dobry wieczór** – widowisko
19.30 **Miłość i nadzieja** (252)
20.30 **Wichrowe wzgórze** (233)
21.30 **Na przekór losowi** (1)
22.40 **Śpieg, który mnie rzucił**
FILM – komedia sensacyjna, USA/Kanada/Niemcy 2018

PLANETE+

12.30 **Świat z góry 11**
13.35 **Zdumiewający świat grzybów** – film dokum.
14.40 **Stawy nad Brenne. Czujnym okiem kamery**
15.50 **Dzikie psy** (2) – film dokum.
17.00 **Najdziwniejsze ostepy Europy**
18.00 **Ogień. Azjatycka tradycja**
18.40 **Polska z góry. Zamki, dworki, pałace 4**
19.45 **Komenski. Edukacja tworzy człowieka** – dok.
20.50 **Niezwykłe życie Buffy Saint-Marie** – film dokum.
22.40 **Keanu Reeves. Mesjasz popkultury** – film dokum.

TVP DOKUMENT

13.45 **Tacy byliśmy** (10)
14.15 **Podróż pelikanów – tajemnica australijskiego outbacku** – film dokum.
15.10 **Dzika Praga** – film dokum.
16.10 **Giza. Architektura kosmosu?** – film dokum., Fr.
17.15 **Magiczny Adriatyk**
18.15 **Adam Strzembosz. Pierwszy sędzia Rzeczypospolitej** – dok.
19.25 **Wspólna sprawa** – reportaż
20.05 **Inwigilacja. Dla dobra ogółu** – dok., Hol./Niem. 2023
21.55 **Sędziowie pod presją**
23.00 **Woi** – film dokum., Pol. 1977

TVP SPORT

5.50 Sportowy wieczór
15.10 Piłka nożna: Puchar Anglii – mecz finałowy: Chelsea – Manchester City

8.20 Hokej: NHL – mecz 3. rundy fazy play-off

9.50 Niezwykłe historie Białe-Czerwonych
10.25 Piłka nożna kobiet: ORLEN Ekstraliga – mecz: Śląsk Wrocław – Czarni Sosnowiec (live)

12.40 Piłka nożna: Betclac 2. Liga: Podhale Nowy Targ – Warta Poznań (live)

14.55 Futsal: FOGO Futsal Ekstraklasa (live)

EUROSPORT 1

9.15 Kolarstwo górskie: PS w Yongpyong

10.00 Triathlon: T100 World Tour – Singapur

11.00 Kolarstwo górskie: PS w Nowym Mieście na Morawach – short track kobiet (live)

12.00 Kolarstwo górskie: PS w Nowym Mieście na Morawach – short track mężczyzn (live)

12.45 Kolarstwo: Giro d'Italia: Aosta – Pila (live)

18.00 Wspinaczka: Zawody World Series w Bernie – bouldering kobiet (live)

POLSAT SPORT 1

6.00 Siatkówka mężczyzn: PlusLiga – faza play-off

8.00 Siatkówka mężczyzn: PlusLiga – faza play-off

10.00 Magazyn Polskiego Sportu – mag. sportowy

12.00 Siatkówka kobiet: Polska – Turcja

13.00 Lekkoatletyka: Diamentowa Liga w Xiamenie (live)

15.00 Siatkówka mężczyzn – mecz towarzyski: Polska – Ukraina

17.00 Siatkówka kobiet – mecz towarzyski: Polska – Serbia (live)

TVP ABC

10.20 Przygody Bolka i Lolka
10.45 Reksio
11.05 Male i duże przygody Miffy
11.35 Stacyjkowo
11.55 Strażak Sam 6
12.05 Strażak Sam
12.25 Domisie
13.05 Hulaho
13.20 Pszczółka Maja
13.50 Lupin wśród bajek
14.05 Nawet nie wiesz, jak bardzo Cię Kocham
14.40 Zakari
15.15 Wierzycki Czytali
15.35 Mała Marinette
16.05 Kosmo-kumple

MINIMINI+

10.51 Basia
11.02 Basia 2
11.20 Marta mówi
11.50 Mały Charlie
12.20 Smerfy
12.55 Baranek Shaun
13.21 Kicia Kocia 2
13.37 Robotkowo
14.00 Bing
14.20 Strażak Sam 16
14.45 Looloo Kids
15.01 Gazu, pieski, gazu!
15.28 Kicia Kocia
15.45 Jeżyk Happy
16.02 Marta mówi
16.30 Mega Ekspres
16.56 Ciekawski George 5

TVN 24

8.00 Serwis informacyjny, Prognoza pogody
9.50 Kadr na Kino – mag.
10.00 Serwis informacyjny, Prognoza pogody
12.00 Serwis informacyjny, Prognoza pogody
14.00 Serwis informacyjny, Prognoza pogody
15.30 Ranking Mazura
16.00 Fakty po południu
18.00 Dwie strony
19.00 Kadr na Kino – magazyn filmowy
19.15 Serwis informacyjny
19.25 Fakty po Faktach
20.00 Superwizjer – mag.

17.00 Piłka nożna: PKO BP Ekstraklasa (live)

20.30 Sportowy wieczór

21.00 Boks: PZB Suzuki Boxing Night w Mielcu (live)

23.55 Kamera TVP Sport

0.35 Boks: Gala w Montrealu – waga superlekką: A. Bysarlanov – S. Lipinets

1.30 NBA Action – mag.

20.00 Best of French Open – magazyn sportowy

21.00 Triathlon: T100 World Tour – Pampeluna

22.00 Kolarstwo: Giro d'Italia – 14. etap: Aosta – Pila

23.00 Kolarstwo górskie: Zawody PS w Nowym Mieście na Morawach – short track kobiet

19.30 Siatkówka mężczyzn – mecz towarzyski: Polska – Bułgaria (live)

23.00 Siatkówka mężczyzn – mecz towarzyski

1.00 Tenis: Turniej ATP w Hamburgu – półfinał gry pojedynczej

4.00 Tenis: Turniej ATP w Hamburgu – półfinał

16.35 Tygrysek Percy i jego opowieści

17.05 Dino Ranczo

17.30 Piotruś Królik

17.40 Piotruś Królik 2

18.00 Nowe przygody Piotrusia Pana

18.25 Leo da Vinci

19.00 44 Koty

19.25 Ernest i Celestyna

17.55 Barbie i Teresa
FILM – przepis na przyjaźń – film anim., USA 2025

18.59 Kicia Kocia
19.20 Baczne oczka
19.40 Smerfy
20.08 Cloudy & Stormy
20.35 Dolina Muminków 3
21.01 Wierszyki domowe
21.31 Edzio i Lusja

21.00 Ranking Mazura
21.30 Serwis informacyjny, Prognoza pogody
22.00 Szkoła kontaktowe
23.00 Dzień po dniu
0.00 Fakty po Faktach
0.40 Superwizjer – mag.
1.45 Ranking Mazura
2.15 Nowa Mają w ogrodzie
2.45 Fakty po Faktach

CANAL+ SPORT

7.00 Piłka nożna: PKO BP Ekstraklasa: Radomiak Radom – Lech Poznań

9.10 Piłka nożna: Liga hiszpańska

11.15 Premier League Review

12.30 Premier League Preview

13.00 Dart: Eliten Safety Shoes Darts Open w Riesie (live)

17.25 Piłka nożna: PKO BP Ekstraklasa (live)

19.45 Champions Pack

20.55 Piłka nożna: Liga hiszpańska (live)

23.00 Boks: BKFC 89: Palm Desert: Jamel Herring – Nate Maness

1.15 Premier League: The Big Interview (41)

2.00 Piłka nożna: PKO BP Ekstraklasa

EUROSPORT 2

12.00 Triathlon: T100 World Tour – Pampeluna (live)

16.00 Wspinaczka: Zawody World Series w Wujiang – prowadzenie kobiet i mężczyzn

17.00 Wspinaczka: Zawody World Series w Wujiang – finały i meczyczyn – finały

18.00 Kolarstwo górskie: Zawody Pucharu Świata w Nowym Mieście na Morawach – short track kobiet i mężczyzn

19.00 Golf: The CJ Cup Byron Nelson – 3. runda (live)

0.00 Kolarstwo: Giro d'Italia – 14. etap: Aosta – Pila

POLSAT SPORT 2

6.00 Tenis: Turniej ATP w Hamburgu – mecz półfinałowy gry pojedynczej

8.30 Tenis: Turniej ATP w Hamburgu – mecz półfinałowy gry pojedynczej

11.00 Piłka nożna z archiwum

14.30 Tenis: Turniej ATP w Hamburgu – mecz finałowy gry pojedynczej (live)

17.00 Siatkówka mężczyzn – mecz towarzyski: Serbia – Ukraina (live)

20.10 Koszykówka mężczyzn: ORLEN Basket Liga: WKS Śląsk Wrocław – Arka (live)

22.30 Tenis: Turniej ATP w Hamburgu

1.00 Sporty walki: FEN

NICKELODEON

8.35 SpongeBob Kanciastopory 11
9.55 Marsupilamki
10.55 Haddadom 4
12.20 Grzmotomocni: Tajniacy 2
13.15 Niebezpieczni Henryk
14.15 That Girl Lay Lay 2
15.10 Harmidom 8
16.00 Patryk Rozgwiazda Show 3
16.30 Patryk Rozgwiazda Show 3
16.45 Marsupilamki
17.25 SpongeBob Kanciastopory 15
17.45 SpongeBob Kanciastopory 13
18.15 Grzmotomocni: Tajniacy 2
19.10 That Girl Lay Lay
20.00 Harmidom 3

TELETOON+

8.25 Angelo rządzi
8.50 Siostry 2
10.16 Barbie: Dreamhouse Adventures 2
11.39 Biuro detektywistyczne Lassego i Mai 2
12.26 Osmar
13.00 Gadający Tom i przyjaciółe 3
13.54 Kumple z dżungli na ratunek! 3
14.48 Siostry 2
15.30 Gus, Miły – wielki rycerz 2
16.30 Dinus i Lusja
16.58 Kumple z dżungli – na ratunek!
17.25 Charlotte i trzy muszkieterki
17.54 Siostry 2

TVP Info_ TVP INFO

14.30 Serwis Info Dzień
15.30 Troche kultury
16.00 Dzień w godzinę
17.00 Telexpress
17.15 Telexpress Extra
17.35 Panorama
17.42 Sprawdzamy
18.00 Panorama
18.20 Telepłotki
18.30 Kiedys to bylo...
19.00 Serwis Info Wieczór
19.30 Program informacyjny 19.30
20.18 Co ludzie powiedzą?
21.00 Serwis Info Wieczór
21.15 Kłd bezpieczeństwa
21.45 Panorama
22.10 Oko na Wschód
22.30 Stan wyborczy

CANAL+ SPORT 2

8.00 Tenis: Turniej WTA w Strasburgu – półfinał

10.00 Tenis: Turniej WTA w Strasburgu – mecz półfinałowy gry pojedynczej

12.00 Tenis: Turniej WTA w Strasburgu – półfinał

14.00 Tenis: Turniej WTA w Strasburgu – finał (live)

16.40 8 wspaniałych (4)

17.25 Piłka nożna: PKO BP Ekstraklasa (live)

19.35 Tenis: Turniej WTA w Strasburgu – półfinał

21.45 Tenis: Turniej WTA w Strasburgu – finał

0.00 Tenis: Turniej WTA w Strasburgu – półfinał

ELEVEN SPORTS 1

7.15 LaLiga Best 11

8.00 Piłka nożna: Liga niemiecka

10.00 Piłka nożna: Liga hiszpańska

12.00 Piłka nożna: Liga włoska

14.00 Magazyn sportowy

14.55 Piłka nożna: Liga włoska (live)

17.00 Magazyn sportowy

17.30 Formula 1: Grand Prix Kanady – sprint (live)

19.25 Magazyn sportowy

20.05 Formula 2: Grand Prix Kanady – sprint (live)

21.15 Formula 1: Grand Prix Kanady – sesja kwalifikacyjna (live)

0.00 Piłka nożna: Liga niemiecka

2.00 Piłka nożna: Liga włoska

POLSAT SPORT 3

6.00 Koszykówka mężczyzn: ORLEN Basket Liga

8.30 Piłka nożna z archiwum

11.00 Handball Arena

12.15 Hokej: Mistrzostwa świata – Szwajcaria 2026 – mecz: Łotwa – USA (live)

15.00 Piłka ręczna mężczyzn: ORLEN Superliga: Ostrowia – PGE Wybrzeże Gdańsk (live)

17.00 Piłka nożna z archiwum

19.00 KOTV Classics

20.10 Hokej: Mistrzostwa świata – Szwajcaria 2026 – mecz: Norwegia – Szwecja (live)

23.00 Hokej: Mistrzostwa świata – Szwajcaria 2026

2.00 Sporty walki: Babilon MMA

NICK JR.

8.20 Pan Krokodyl
8.45 Barbapapa i jego rodzinka 2
9.40 Tim Rex wśród gwiazd
10.10 Przygody Misia Paddingtona
11.00 Male Królestwo Bena i Holly
11.30 Dora
12.45 Rubble i jego ekipa
12.45 Psi Patrol 4
13.40 Barbapapa i jego rodzinka
14.30 Barbapapa – szczęśliwa rodzinka
14.45 Zwierzęce zagadki
15.15 Rogata ekipa 4
16.00 Male Królestwo Bena i Holly

DISNEY JUNIOR

8.00 Spidey i superkumple
8.30 Klub Myszki Miki Plus
9.00 Klub przyjaciół Myszki Miki
10.00 Blue 2
11.00 Superkoty
12.00 Spidey i superkumple 2
12.30 Iron Man i super ekipa
13.00 RoboGobo
13.30 Klub Myszki Miki Plus
14.00 Ariel: Mała Syrenka 2
14.30 Superkoty
15.00 Iron Man i super ekipa
15.30 Spidey i Iron Man: razem w akcji! – anim., USA/Kanada
16.00 Blue
18.00 Jej Wysokość Zosia 2
18.30 Jej Wysokość Zosia

POLSAT NEWS

11.00 W rytmie dnia
12.50 Wydarzenia 12:50
13.30 W rytmie dnia
15.30 Sport
15.50 Wydarzenia 15:50
16.30 Czysta Polska
17.10 Interwencja – taka jest Polska
18.00 W rytmie dnia
18.35 Debata polityczna
19.15 Prezydenci i premierzy
19.50 Dobry wieczór, Polsko
21.50 Wydarzenia wieczorne
22.30 Dzień na świecie
23.30 Obraz dnia
0.00 Interwencja – taka jest Polska
0.55 Wydarzenia wieczorne

CANAL+ SPORTS

12.30 Premier League Preview

13.00 Premier League Stories (41)

13.30 Zużel: Metalkas 2. Ekstraliga – mecz: Polonia Pila – ZKS Stal Rzeszów (live)

16.15 Champions Pack

17.25 Piłka nożna: PKO BP Ekstraklasa (live)

19.30 Dart: Eliten Safety Shoes Darts Open w Riesie (live)

23.15 Sporty walki: ONE Friday Fights 155

1.30 Piłka nożna: PKO BP Ekstraklasa

ELEVEN SPORTS 2

9.40 One Club Man

10.00 Piłka nożna

12.00 Piłka nożna: Liga niemiecka

14.00 Magazyn sportowy

14.40 Magazyn sportowy

15.20 Piłka nożna: Liga niemiecka (live)

17.20 Magazyn sportowy

17.50 Magazyn sportowy

18.20 Piłka nożna: Liga niemiecka (live)

20.40 Piłka nożna: Liga włoska (live)

23.00 Magazyn sportowy

23.30 Magazyn sportowy

0.00 Piłka nożna

POLSAT PLAY

6.00 Gwiazdy lombardu

9.35 Poszukiwacze historii

10.00 Kolaboranci Hitlera

13.30 Fabryki wojny

15.35 Tajna historia XX wieku

16.00 Niezwykłe pociągi

17.00 Polacy za granicą

18.05 Rolnicy – Tak się żyje u nas na wsi

21.05 Wakacje z Bałtykiem – serial dokumentalny

22.00 Polacy za granicą – serial dokumentalny

0.10 Łowca pedofilów

1.50 Jedziemy na ryby!

2.50 Dorwać tuńczyka

TVP TURBO

8.45 Samochód marzeń – kup i zrób

9.45 Naprawy nie do naprawy

10.30 Moto Kombat

11.15 Ciężarówka przez Chile

12.15 Moto Fachury

13.00 Jeździć, obserwować

14.30 Zawodowi handlarze

16.00 Wozy samochodowe

18.00 Ciężarówka przez Stany

19.00 Ciężarówka przez Indie

21.55 Ciężarówka przez Chile

22.55 Naprawy nie do naprawy

1.10 Zawodowi handlarze

1.55 Wypad z kraju

2.40 Megatransporty

T V S

7.05 Kłachy i Lachy
7.40 Koncert życzeń
9.25 Muzyczne dzień dobry
10.05 Przy muzyce po Śląsku
11.00 Kłachy i Lachy
11.20 Spotkanie z balladą
12.35 Przy muzyce po Śląsku
13.35 Kłachy i Lachy
14.00 Szlagierowa lista
16.00 Koncert życzeń
17.50 Przy muzyce po Śląsku
18.25 Kłachy karuzela
19.55 Koncert w TVS
22.00 Koncert w TVS
23.45 Szlagierowa lista
1.40 Pasma ciekawostek

TRWAM

13.20 Ocalić od zapomnienia
13.30 Msza święta z Jasnej Góry
14.20 Muzyczne chwile
14.45 Jak wygrać małżeństwo
15.00 27. Pielgrzymka Młodych z Radiem Maryja
20.00 Informacja dnia
20.20 Różaniec
20.50 Mysiak Ojczyzna
21.50 Apel Jasnogórski
21.20 Informacja dnia
21.40 Polski punkt widzenia
22.00 Warto być ojcem
22.15 Głos serca
23.00 Odpowiedzialni za Kościół

ALEKSANDER

Od Hellady po Indus

Zawojował Egipt i Imperium Perskie, ale serc widzów początkowo nie podbił.

Filmowa opowieść o Aleksandrze Wielkim stała się przebojem, dopiero gdy trafiła na mały ekran.

Historia jednego filmu

Plotki o romansie Jolie i Farrella wybuchają na nowo co kilka lat. Ale ile jest w nich prawdy?



Blond czupryna stanowiła jeden ze znaków rozpoznawczych prawdziwego Aleksandra, ale dziś Farrell żałuje, że w filmie z 2004 roku zgodził się grać w peruce.

➔ **ALEKSANDER ND 24.05**
godz. 20.00 PULS 2

Kiedy umierał, nie miał nawet 33 lat. Wcześniej jednak Aleksander Macedoński zdążył wygrać szereg bitew, rozszerzyć swoje panowanie na tereny od Hellady do Indusu, a przy okazji znacząco wpłynąć na rozwój całej cywilizacji zachodnioeuropejskiej.

Jak to się robi w Hollywood

Choć jego historia ma spory kinowy potencjał, aż do 2004 roku oprócz kilku greckich i indyjskich produkcji powstał o nim zaledwie jeden amerykański film. Dopiero w latach 90. tematem zainteresował się Oliver Stone (w tym samym czasie o ekranowej biografii Aleksandra myślał też Baz Luhrmann – on w głównej roli widział Leonarda DiCaprio). Musiało jednak znów minąć sporo czasu, zanim ukończono scenariusz, a ekipa weszła na plan.

W roli tytułowej Stone (po trwającym 8 godzin castingu!) obsadził Colina Farrella. Co dla nas zupełnie niedostrzegalne, ale dla anglojęzycznej widowni rażące, ze względu na pochodzenie aktora reżyser postanowił, że Aleksander i pozostali Macedończycy będą mówili z irlandzkim akcentem; w filmie standardową grekę „udaje” zaś brytyjski angielski, którym posługuje się m.in. wykształcony w Atenach nauczyciel Aleksandra, Arystoteles (Christopher Plummer).

Matkę władcy, Olimpias, zagrała Angelina Jolie. Media szybko zaczęły plotkować o rzekomym romansie jej i Farrella. Wydawał się on tym bardziej prawdopodobny, że Jolie jest zaledwie o niespełna rok starsza od swojego ekranowego syna! Ta różnica wieku – a raczej jej brak – nie uszła uwa-

dze widzów ani krytyków filmowych...

Filmową rodzinę uzupełnia Val Kilmer jako król Filip II, ojciec Aleksandra. Do tej roli musiał aktor przytyć ponad 20 kg. Przyznawał później, że to oraz charakterystyczna znacznie ograniczająca pole widzenia (Filip w wyniku jednej z bitew stracił prawe oko) okazały się dla niego sporym wyzwaniem.

Za Aleksandra!

Produkcja opowiada głównie o wydarzeniach opisanych już w II wieku przez Flawiusza Arriana, choć na pomysł, żeby

przenieść życie Aleksandra na ekran, Stone wpadł ponoć pod wpływem książki całkiem współczesnego profesora historii, Robina Lane'a Foxa. Badacz zgodził się też być konsultantem na planie, ale od miejsca na liście płac wołał, by pozwolono mu wystąpić jako statysta – w jednej ze scen bitewnych wcielił się w oficera kawalerii. I tak wykładowca z Oksfordu spełnił marzenie o szarży w szeregach dowodzonych przez Aleksandra.

Mimo starań Foxa i pozostałych konsultantów filmowcy traktowali fakty z dużą swobodą. Nie spodobało się to krytykom ani... Grekom. Grupa 25 tamtejszych prawników groziła nawet, że postara się o zakaz dystrybucji filmu w kraju. Ostatecznie jednak do pozwu nie doszło, a obraz trafił na duże ekrany także w Helladzie.

Gwiazdorska obsada, hollywoodzki rozmach, m.in. realistyczne sceny bitew, i kontrowersje związane z produkcją nie pomogły „Aleksandrowi” zawojować kin ani w USA, ani w pozostałych krajach – mimo ogromnego budżetu film zarobił niespełna 170 mln dolarów. Ale ku ogólnemu zaskoczeniu, całkiem nieźle poradził sobie na małym ekranie. Popularność wydań DVD sprawiła, że Stone wypuścił jeszcze trzy inne, nieco bardziej rozbudowane wersje filmu. JK



Panowanie Aleksandra III Macedońskiego, nazywanego też Wielkim, trwało zaledwie 13 lat (336–323 p.n.e.).

Uczucie czy korona?

➔ HARALD I SONJA: MIŁOŚĆ Wbrew REGUŁOM ND 24.05 godz. 17.15 TVP 2

Oparta na faktach historia obecnego króla Norwegii i jego żony Sonji. Harald (Sindre Strand Offerdal) poznaje Sonję Haraldsen (Gina Bernhoft Gørvell) po koniec lat 50. ubiegłego wieku. Przez niemal dekadę następcą tronu i zwykła krawcowa walczą o prawo do zawarcia małżeństwa, ale decyzja w tej sprawie należy do króla Olafa (Anders Baasmo Christiansen), ojca Haralda. Zgodnie bowiem z norweską konstytucją Harald nie może się ożenić bez królewskiej zgody. Ryzykując upadek monarchii, para sprzeciwia się dworowi, rządowi i mediom – z miłości są gotowi na wszystko. Pobierają się dopiero w 1968 roku, a w 1991 roku Harald V wstępuje na tron.

BD



Nowość w TV!

4-odcinkowa seria pokaże skomplikowaną relację króla Olafa z synem.

Księżę Harald pragnie poślubić dziewczynę spoza arystokracji. W imię uczucia ryzykuje skandal i przyszłość norweskiej monarchii.

Finał sezonu



Nastia (Paulina Gałązka) pomoże Arturowi (Mateusz Więclawek) w akcji.

WOJNA ZASTĘPCZA

Kto przechwyci pociski

➔ WOJNA ZASTĘPCZA ND 24.05 godz. 20.25 TVP 1

Agenci z grupy specjalnej wciąż pamiętają swoje początki, gdy ich działania spędzały sen z powiek nauczycielom ze szkoły szpiegowskiej w Kiejkutach. Dziś to już zaprawione w boju asy wywiadu! Choć są skuteczni, raz po raz wpadają w tarapaty. W finałowym odcinku Budyń (Piotr Witkow-

ski) ujawnia zespołowi, że był szantażowany, co prowadzi do podjęcia niebezpiecznej gry o przejęcie ładunków. U boku agentów stają Bohdan (Maciej Pesta) i Nastia (Paulina Gałązka). W starym porcie nad rzeką bohaterowie próbują przechwycić pociski i pokrzyżować plany nuklearnego zamachu przygotowanego przez Smirnofa (Mariusz Bonaszewski). MAM

PRZERWANY LOT

Nieoczekiwany sukces

➔ PRZERWANY LOT ND 24.05 godz. 20.00 TV PULS

Film „Przerwany lot” (2023) to klasyczne kino akcji: samolot trafia w środek burzy, pilot awaryjnie ląduje na wyspie kontrolowanej przez rebeliantów, a pasażerowie walczą o życie. Ale jego siłą okazuje się coś innego – duet Gerard Butler i Mike Colter. Ten pierwszy gra byłego pilota próbującego

zachować zimną krew, ten drugi – więźnia eskortowanego przez policję. Z czasem okazuje się, że właśnie ów niebezpieczny pasażer może stać się jedyną nadzieją na ratunek. Ciekawostka? Hollywood omal nie skasowało filmu, gdy po wybuchu pandemii pojawiły się problemy z ubezpieczeniem planu. Ostatecznie thriller zarobił trzykrotnie więcej niż wynosił jego budżet. MAM



Były pilot RAF-u (Gerard Butler) stawia czoło rebeliantom.

TVP 1

- 5.00 Sprawdzamy** – magazyn, Polska 2024-2026
- 5.25 Sprawa dla reportera** – pr. Elżbiety Jaworowicz
- 6.20 Słownik polsko@polski** (690)
- 6.55 Słowo na niedzielę**
- 7.00 Transmisja mszy świętej z Sanktuarium Bożego Miłosierdzia w Krakowie-Łagiewnikach**
- 8.00 Tydzień** – magazyn rolniczy, Polska
- 8.30 Fascynujące miejsca: Fascynująca Szwajcaria – Jezioro Maggiore** – film dokumentalny, Niemcy 2019 (patrz obok)
- 8.55 Alternatywy 4** (7): Spisek – serial komediowy, Polska 1983
- 10.00 Ojciec Mateusz 12** (152): Niania – serial kryminalny, Polska 2014
- 10.55 Komisarz Alex 25** (319): Psie śledztwo – serial kryminalny, Polska 2026
- 11.55 Między ziemią a niebem** – magazyn
- 12.00 Regina Coeli**
- 12.15 Między ziemią a niebem** – magazyn
- 12.45 Nowe życie: Droga do Kościoła** – cykl reportaży, Polska 2026
- 13.10 BBC w Jedyńce: Planeta zmian** (2-ost.) – film dokumentalny, USA 2022, wyk. Ade Adepitan, Steve Backshall, Liz Bonnin
- 14.25 Dom** (17): Komu gra ta orkiestra – serial obyczajowy, Polska 1997
- 16.05 Dziedzictwo** (928) – serial obyczajowy, Turcja 2020
- 17.00 Teleexpress, Pogoda**
- 17.35 Omnibus – szybcy i mądrzy** – teleturniej, Polska 2026
- 18.10 Omnibus – szybcy i mądrzy – dogrywka** – teleturniej, Polska 2026
- 18.35 Jaka to melodia?** – teleturniej muzyczny
- 19.30 Program informacyjny 19.30**
- 19.55 Pytanie dnia** – program publicystyczny, Polska 2026



8.30 DOKUMENT

Fascynująca Szwajcaria – Jezioro Maggiore
Po południowej stronie Alp leży Ticino – szwajcarska enklawa na granicy z Włochami. Są tu zarówno palmy, jak i lodowce. Góry powstrzymują chłód z Północy, a klimat jest śródziemnomorski. Zwłaszcza nad jeziorem Maggiore. **25 min**



20.25 SZPIEGOWSKI

Wojna zastępcza (13-ost.)
Budyń przynajmniej zespółowi, że jest szantażowany. Zapada decyzja o podjęciu ryzykownej akcji mającej na celu zdobycie ładunków. Bohdan (Maciej Pesta, zdj.) i Nastia wspierają agentów w ostatecznej konfrontacji w starym porcie nad rzeką, gdzie próbują przechwycić pociski. **60 min**

TVP 2

- 4.40 Barwy szczęścia** (3384-3386) – serial obyczajowy, Polska 2026
- 6.25 M jak miłość** (1935) – serial obyczajowy, Polska 2026
- 7.30 Pytanie na śniadanie – pobudka** – magazyn
- 7.55 Pytanie na śniadanie**
- 11.15 Domowe patenty 2** (5) – magazyn poradnikowy, Polska 2026
- 11.25 Jak to się mówi, czyli Kasia u Bralczyka** (66) – magazyn kulturalny, Polska 2026
- 11.55 Wielka sława to żart – Benefis Wiesława Ochmana** (1, 2) – widowisko, Polska 2026
Wydarzenie uświetnili znakomici goście: wnuk tenora Krystian Ochman, Justyna Steczkowska czy Bohdan Łazuka. Gospodarzem był Filip Jaślar. **125 min**
- 14.00 Familiada** – teleturniej
- 14.35 Koło fortuny** – teleturniej, Polska 2024
- 15.10 Szansa na sukces. Opole 2026** (4): Renata Przymek – widowisko, Polska 2025 (patrz obok)
- 16.15 Tak to leciało!** – teleturniej muzyczny, Polska 2025
W programie udział bierze Małgorzata, która śpiewem zajmuje się zawodowo, występując na scenie ze znanym raperem Nowotorem. Dzięki muzycznemu doświadczeniu uczestniczka powalczy o wysoką stawkę. **60 min**
- 17.15 Harald i Sonja: Miłość wbrew regułom** (1): Dziewczyna z ludu – serial obyczajowy, Norwegia 2025
Następca tronu Norwegii, Harald, kończy edukację wojskową i wraca w dorosłość jako przyszyły monarcha. Jego reputacja w mediach pozostawia wiele do życzenia. **65 min**
- 18.20 Pan Mama** (56): Wirus – serial komediowy, Polska 2026 (patrz obok)
- 18.55 Kocham Cię, Polsko!** (11) – pr. rozrywk., Polska 2026



15.10 WIDOWISKO

Szansa na sukces. Opole 2026 (4)
Uczestnicy walczą o udział w konkursie Debiuty podczas 63. Krajowego Festiwalu Polskiej Piosenki w Opolu. Wykonają utwory obecne w studiu Renaty Przymek (zdj.), która oceni ich umiejętności wokalne i interpretacyjne. Program prowadzi Artur Orzech. **65 min**



18.20 KOMEDIOWY

Pan Mama (56)
Sylwester chce przygotować dla Patrycji romantyczną randkę. Staranie ułożony plan zaczyna się sypać, gdy dopada go wirus. Dodatkowo zacinają się drzwi balkonowe. Zmagający się z gorączką Bruno (Miroslaw Tamchuk, zdj.) przechodzi przemianę. Chodzi o błyskotliwie analizować rzeczywistość. **35 min**

20

- 20.05 Sport, Pogoda**
- 20.25 Wojna zastępcza** (13-ost.): Zaślubiny – serial szpiegowski, Polska 2025 (patrz obok)
- 21.25 Zakochana Jedyńka: Usłane różami** – komedia, Francja 2020, reż. Pierre Pinaud, wyk. Catherine Frot, Melan Omerta, Fatsah Bouyahmed, Olivia Côte (patrz obok)
- 23.10 Na noże** – komedia kryminalna, USA 2019, reż. Rian Johnson, wyk. Daniel Craig, Chris Evans, Ana de Armas
- 1.25 Gwiazda szeryfa** – western, USA 1957, reż. Anthony Mann
- 3.00 Dziewczyna w sieci pająka** – dramat sensacyjny, Niemcy/Wielka Brytania/Kanada 2018, reż. Fede Alvarez
- 5.00 Jaka to melodia?** – teleturniej muz. **5.45**



21.25 KOMEDIA

Usłane różami
Firma Eve Vernet (Catherine Frot, zdj.) boryka się z trudnościami. Kobieta zatrudnia pracowników bez doświadczenia. Dzięki grupie outsiderów otwierają się przed nią nowe możliwości. **105 min**

20.20 Postaw na milion

- teleturniej, Polska
- 21.20 Kwiatki polskie duże** – program publicystyczny, Polska 2025-2026
- 22.25 Gwiazdy w akcji: Pojedynek na głosy** – komediodramat, Wielka Brytania 2019, reż. Peter Cattaneo, wyk. Kristin Scott Thomas, Sharon Horgan, Emma Lowndes, Gaby French (patrz obok)
- 0.20 Krucjata 2. Znak bliźniąt** (10) – serial kryminalny, Polska 2024
- 1.10 Rodziny się nie wybiera** – komedia, Francja **FILM**
- 2018, reż. Dany Boon, wyk. Dany Boon, Line Renaud, Laurence Arné
- 2.55 Akcja 38** – telenowela, Hiszpania 2015
- 3.45 Rodzinka.pl** – serial kom., Polska 2025 **4.10**



22.25 KOMEDIODRAM.

Pojedynek na głosy
Partnerki żołnierzy służących w Afganistanie wpadają na pomysł założenia chóru. Na jego czele stają perfekcyjnie Kate (Kristin Scott Thomas, zdj.) i Lisa (Sharon Horgan, zdj.). **115 min**

POLSAT

- 4.40 Disco Gramy** – program muzyczny, Polska 2026
- 5.25 Telezakupy TV Okazje**
- 6.00 Nowy dzień z Polsat News** – program informacyjny
- 8.00 halo tv polsat** – magazyn, Polska 2026
- 12.00 Między nami żywiołami** – film animowany, USA **FILM**
- 2023, reż. Peter Sohn
Miasto Żywiołów zamieszkują przedstawiciele ognia, wody, ziemi i powietrza. Respektują zasadę separacji. Awaria sprawia, że splatają się losy Iskry i Wodki. Wbrew regułom młodzi się zaprzyjaźniają. Wzajemnie odkrywają przed sobą inne oblicze świata. **140 min**
- Super Mario Bros: Film** – film animowany, Japonia/USA 2023, reż. Pierre Leduc (patrz obok)
Pierwszy bohatera serii japońskich gier zapoczątkowanych w latach 80. dla firmy Nintendo. Produkcja była nominowana do Złotego Globu w trzech kategoriach, w tym jako najlepszy film animowany. **115 min**
- 16.15 Nasz nowy dom** (371) – reality show, Polska 2026
Pani Wiesława godzi ożwiązki matki z funkcją sołtysa. Angażuje się w pomaganiu innym. Po śmierci męża samodzielnie wychowuje dwóch synów będących w spektrum autyzmu. Chłopcy potrzebują własnych pokoi, żeby się wyciszyć i skupić. W dodatku zagrożenie dla ich zdrowia stanowią piec oraz kryty eternitem dach. **75 min**
- 17.30 Awantura o kasę** – teleturniej, Polska 2026
Kolejne drużyny stają do rywalizacji, w której liczą się wiedza, refleks oraz strategia. Wygrana licytacja daje prawo do odpowiedzi. **80 min**
- 18.50 Wydarzenia**
- 19.15 Sport, Pogoda**
- 19.35 halo tv polsat:** Niepożegnalna Joanna Kołaczkowska – magazyn, Polska 2026



14.20 ANIMOWANY

Super Mario Bros: Film
Dzielny hydraulik trafia do tajemniczego świata. Musi ocalić Grzybowe Królestwo i brata Luigię, a także uchronić księżniczkę Peach przed małżeństwem z tyranem. Czeka go wiele przygód, w tym pojedynek na arenie z Donkey Kongiem. **115 min**



20.00 ROZRYWKA

Polsat Hit Festiwal 2026 (7-9)
Ostatni dzień tradycyjnie należy do satyryków. Wystąpią między innymi Ani Mru-Mru, Robert Korolczyk (zdj.) i jego koledzy z Kabaretu Młodych Panów, Kabaret Moralnego Niepokoju, K2 czy grupa Czesuaf. W rolę gospodarzy wcielią się Olga Łasak, Marcin „Jabbar” Wójcik i Piotr Gumulec. **235 min**

20.00 Polsat Hit Festiwal 2026

- (7-9): Sopocki Hit Kabaretowy. Tu i teraz – pr. rozrywk., Polska 2026 (patrz obok)
- 23.55 Druhny** – komedia romantyczna, USA 2011, reż. Paul Feig, wyk. Kristen Wiig, Rose Byrne, Melissa McCarthy, Maya Rudolph, Terry Crews (patrz obok)
Film promowany jako kobieca wersja „Kac Vegas”. Współautorką nominowanego do Oscara scenariusza jest Kristen Wiig – odtwórczyni głównej roli. Na złotą statuetkę miała również szansę gwiazda drugiego planu Melissa McCarthy. Za kamerą stanął Paul Feig – reżyser „Pomocy domowej”. **160 min**
- 2.35 Świat według Kiepskich** (571-573) – serial komediowy, Polska 2019-2020



23.55 KOMEDIA

Druhny
Przytłoczona kłopotami Annie (Kristen Wiig, zdj.) zgadza się zostać honorową druhną przyjaciółki. Rywalizuje z Helen (Rose Byrne), która chce przejąć jej rolę. Wraz z grupą kobiet wyruszają do Las Vegas. **160 min**

TVN

- 5.40 Uwaga!** – magazyn reporterów
- 5.55 Ukryta prawda** (1647) – serial paradokumentalny, Polska 2024
- 6.50 Bez kompleksów** (3) – program rozrywk., Pol. 2025
- 7.45 Dzień Dobry TVN** – magazyn
- 11.25 Co za tydzień** – magazyn kulturalny, Polska 2026
- 12.00 Bitwa o gości** (11) – reality show, Polska 2026
- 13.05 Scooby-Doo** – komedia przygodowa, USA/Australia 2002, reż. Raja Gosnell, wyk. Freddie Prinze Jr., Sarah Michelle Gellar, Linda Cardellini, Matthew Lillard, Rowan Atkinson (patrz obok) Fabularna wersja popularnej kreskówki o demaskatorach zjawisk nadprzyrodzonych. Pierwsze odcinki serialu pojawiły się w 1969 roku. **105 min**
- 14.50 Aquaman** – film s.f., USA/Australia 2018, reż. James Wan
Orm (Patrick Wilson), bezwzględny władca podwodnej krainy, planuje zjednoczyć królestwa Atlantyd. Jego celem jest zlikwidowanie rasy ludzkiej, która szkodzi środowisku naturalnemu i tym samym zatrująca mieszkańców oceanów. **190 min**
- 18.00 Kuchenne rewolucje** (11) – program rozrywk., Pol. 2026 Luiza prowadzi w Białymstoku bar HoNoTu z pizzą i makaronami. Lokal na dużym osiedlu miał przyciągać tłumy, tymczasem świeci pustkami. Brakuje pieniędzy nawet na stałą kucharkę. **60 min**
- 19.00 Fakty**
- 19.30 Sport**
- 19.35 Raport Roland Garros** (1) – program sportowy, Polska 2026
- 19.40 Pogoda**



13.05 KOM. PRZYG.

Scooby-Doo

Freddie Prinze Jr.), Daphne (Sarah Michelle Gellar), Velma (Linda Cardellini, zdj.), Shaggy (Matthew Lillard), Rowan Atkinson (patrz obok) Fabularna wersja popularnej kreskówki o demaskatorach zjawisk nadprzyrodzonych. Pierwsze odcinki serialu pojawiły się w 1969 roku. **105 min**



19.45 KOMEDIA

Kilerów 2-óch

Lipski (Jan Englert) i Siara (Janusz Rewiński) chcą przejąć złoto – dar dla fundacji Jerzego Kilera (Cezary Pazura, zdj.). Ponieważ tylko on może odebrać ładunek, znajdują jego sobowtóra. **150 min**

TV PULS

- 5.40 Taki jest świat 11** – program informacyjny, Polska 2026
- 6.05 Kobra – oddział specjalny** (10, 11): Vendetta, część 2; Krwawa forsą – serial sensacyjny, Niemcy 2015
- 8.00 Don Matteo: Boski detektyw 14** (7, 8) – serial kryminalny, Włochy 2024
- 10.05 Zaklinaczka duchów 3** (55, 56) – serial fantasy, USA 2008
- 12.00 Johnny English: Reaktywacja** – komedia przygodowa, Wielka Brytania/USA/Francja 2011, reż. Oliver Parker Fajtlapowaty brytyjski agent (Rowan Atkinson) ma zapobiec zamachowi na życie chińskiego premiera. Wraz z Tuckerem wyrusza do Hongkongu. Wpada na trop złowrogiej organizacji. **145 min**
- 14.25 Naga broń 33 1/3: Ostateczna zniewaga** – kom., USA 1994, reż. Peter Segal, wyk. George Kennedy Porucznik Frank Drebin (Leslie Nielsen) przeszedł na emeryturę i teraz cieszy się urokami życia u boku żony, Jane (Priscilla Presley). Tymczasem ktoś planuje atak terrorystyczny podczas ceremonii wręczenia Oscarów. **90 min**
- 15.55 Powiedz tak** – komedia romantyczna, USA/Niemcy 2001, reż. Adam Shankman Konsultantka ślubna Mary (Jennifer Lopez) zakochuje się w Stevie (Matthew McConaughey), który uratował jej życie. On jest jednak zaręczony, a ona musi przygotować jego wesele. **125 min**
- 18.00 Dziewczyna z Jersey** – komediodramat, USA 2004, reż. Kevin Smith, wyk. Ben Affleck, Liv Tyler, Jennifer Lopez (patrz obok)



18.00 KOMEDIODRAM.

Dziewczyna z Jersey

Żona Olliego (Ben Affleck, zdj.) umiera podczas porodu, a samotnie wychowywanie córki (Rachel Castro) komplikuje mu karierę do tego stopnia, że porzuca pracę i przeprowadza się do ojca. Jego życie się zmienia, kiedy poznaje Mayę (Liv Tyler). **120 min**



20.00 SENSACYJNY

Przerwany lot

Samolot musi lądować awaryjnie na fiipińskiej wyspie. Większość załogi pasażerów zostaje porwana przez rebeliantów. Pilot Brodie Torrance (Gerard Butler, zdj.) rusza im na pomoc. **130 min**

TVN 7

- 5.25 Szkoła** (671) – serial paradokumentalny, Polska 2019
- 6.25 Wiza na miłość: pierwsze spotkanie 2** (13) – program rozrywkowy, USA 2018
- 7.15 Nowe Zwariowane Melodie** (12-14) – serial animowany, USA 2018
- 8.00 Kosmiczny mecz** – film familijny, USA 1996, reż. Joe Pytko, wyk. Michael Jordan, Wayne Knight, Theresa Randle, Manner Washington Królik Bugs i inni bohaterowie kreskówek mają zmierzyć się z obcymi w koszykarskim starciu. Uprawdżają Michale Jordana, żeby zwiększyć szanse na zwycięstwo. Jeśli przegrają, staną się atrakcją weselogo miasteczka na planecie Moran. **115 min**
- 9.55 Ukryta prawda** (1370-1374) – serial paradokumentalny, Polska 2022
- 14.55 Detektywi** (313-315) – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2026 Do śledczych zgłasza się kobieta, której szwagier zniknął, zostawiając córkę. Przerazona dziewczynka nie chce mówić, ale przekonana przez Dębosa podaje dane matki. Paweł Drawicz jest świadkiem brutalnego pobicia **180 min**
- 17.55 Sonic. Szybki jak błyskawica** – film familijny, USA/Japonia/Kanada 2020, reż. Jeff Fowler, wyk. James Marsden, Jim Carrey, Tika Sumpter, Natasha Rothwell (patrz obok) Adaptacja serii gier wideo. Początkowo wyglądał superbohatera miał przypominać ludzko-zwierzęcą hybrydę. Po sprzeciwie fanów zdecydowano się jednak wprowadzić zmiany. **125 min**



17.55 FAMILIJNY

Sonic. Szybki jak błyskawica

Obdarzony nadprzyrodzonymi zdolnościami niebieski jeż zyskuje nowego przyjaciela, Toma Wachowskiego (James Marsden). Łącząc z nim siły, aby powstrzymać złego geniusza, doktora Robotnika (Jim Carrey), chcącego przejąć władzę nad światem. **125 min**



20.00 FILM SF

Godzilla kontra Kong

Zmutowana jaszczurka siebie zniszczenie w kolejnych miastach. Potwór atakuje konwoj, w którym znajduje się gigantyczny goryl. Dochodzi do starcia. **150 min**

REKLAMA

STOPKLATKA

OGLĄDAJ W KAŻDĄ NIEDZIELĘ

NOWY SEZON HUDSON I REX | 12:00
NOWY PROGRAM ROZRYWKOWY TOP DOG | 13:00

- 19.45 Kilerów 2-óch** – komedia, Polska 1999, reż. Juliusz Machulski, wyk. Cezary Pazura, Katarzyna Figura, Janusz Rewiński, Jerzy Stuhr (patrz obok)
- 22.15 Wielki Szu** – dramat sensacyjny, Polska 1982, reż. Sylwester Chęciński, wyk. Jan Nowicki, Andrzej Pieczyński, Leon Niemczyk, Karol Strasburger (patrz obok)
- 0.20 Snake Eyes: Geneza G.I. Joe** – film sensacyjny, USA 2021, reż. Robert Schwentke
- 2.50 Superwizjer** – magazyn reporterów, 2026
- 3.30 Uwaga!** – magazyn reporterów
- 3.50 CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 12** (10) – serial kryminalny, USA 2011
- 4.50 Jak to jest zrobione?** (11) – serial dok., Kan. 2013-2014



22.15 DRAM. SENS.

Wielki Szu

Szuler (Jan Nowicki, zdj.) właśnie wychodzi z więzienia. W hotelu rozgrywa partię pokera ze Stefanem Mikunem (Leon Niemczyk, zdj.). Wygrywa dużą sumę pieniędzy. Panowie umawiają się na rewanż. **125 min**

- 20.00 Niedziela z gwiazdami: Przerwany lot** – film sensacyjny, Wielka Brytania/USA 2023, reż. Jean-François Richet, wyk. Gerard Butler, Mike Colter (patrz obok) Zdjęcia kręcono w Portoryko. Przeciwno pokazywaniu filmu wypowiedział się filipiński aktor i senator Robin Padilla, twierdząc, że buduje on zły wizerunek kraju i odstrasza turystów. Produkcja została wycofana z tamtejszych kin. **130 min**
- 22.10 Iluzja 2** – thriller, Francja/USA/Hongkong 2016, reż. Jon M. Chu, wyk. Jesse Eisenberg, Mark Ruffalo, Dave Franco, Woody Harrelson (patrz obok)
- 0.30 Dorwać gringo** – dramat sensacyjny, USA 2012, reż. Adrian Grunberg
- 2.35 Zobacz to!**



22.10 THRILLER

Iluzja 2

Merritt (Woody Harrelson, zdj.) i jego koledzy przyjmują kolejne zlecenie. Tym razem iluzjoniści mają wykraść czcip, który umożliwi deszyfrację każdego systemu komputerowego na świecie. **140 min**

- 20.00 Godzilla kontra Kong** – film s.f., Australia/Indie/Kanada 2021, reż. Adam Wingard, wyk. Alexander Skarsgard, Brad Buckley, Millie Bobby Brown, Tim Appleton (patrz obok) W tytułowej postaci, dzięki użyciu technologii motion capture, wcielił się kaskaderzy. Na podstawie scenariusza powstała książka, która rozszerza filmowe wątki. **150 min**
- 22.30 72 godziny** – dramat sensacyjny, USA/Francja/Serbia 2014, reż. McG, wyk. Kevin Costner, Amber Heard, Hailee Steinfeld, Connie Nielsen (patrz obok)
- 0.55 Norbit** – komedia, USA 2007, reż. Brian Robbins
- 3.10 Żyjąc z potworem 7** (13)
- 4.10 Dorota was urządzi!** (7, 8) – program rozrywk., Pol. 2016



22.30 DRAM. SENS.

72 godziny

Śmiertelnie chory agent CIA Ethan Renner (Kevin Costner, zdj.) dostaje propozycję. Ma zabić nieuchwytnego dotąd przestępcę. Jeśli podola misji w trzy dni, otrzyma lek, który ocali mu życie. **145 min**

TVP 3	TVP 3	TVP POLONIA	TV 4	PULS 2	TVP ROZRYWKI	TVP ROZRYWKI	TTV HD
7.35 Polska o poranku – inf. 7.45 Pogoda Info 7.47 Polska o poranku – inf. 8.05 Kryminalna siódemka 8.35 Regiony na TAK – mag. 8.55 Wiek to tylko liczba 9.25 Rok w ogrodzie – mag. 9.55 Wiosna na ROD'os 10.30 Tydzień – mag. rolniczy 11.00 Transmisja mszy świętej 11.55 Calkiem niezła historia 12.20 Ktokolwiek widział, ktokolwiek wie – mag. 12.55 Piosenka dla Ciebie 14.00 Rączka gotuje – mag. 14.30 Program lokalny 15.00 Koronka do Miłosierdzia Bożego – pr. religijny 15.20 Program lokalny	11.25 Makłowicz w podróży 11.55 Między ziemią a niebem – magazyn 12.00 Regina Coeli 12.15 Między ziemią a niebem – magazyn 12.50 Słowo na niedzielę 13.00 Transmisja mszy świętej 14.15 Janosik (1, 2) – przyg. 16.10 Budka Suflera 17.00 Teleexpress 17.25 M jak miłość (1925) 18.15 Kabaretoniacy (57) 19.05 Muzyczne NAJ – mag. 19.30 Program informacyjny 19.30 19.55 Pytanie dnia – pr. publ. 20.05 Sport, Pogoda	6.00 Łowcy skarbów. Kto da więcej? (180) – reality show, Polska 2023 7.00 Wielkie tajemnice historii (1, 2) – serial dok. 8.50 Ewa gotuje (472) – magazyn kulinarny 9.20 Galileo (1198, 1199) – pr. popularnonaukowy 11.25 Goście, goście 2 FILM – komedia, Francja 1998 13.50 Aniołki Charliego: Zawrotna szybkość – film sensacyjny, USA 2003, wyk. Cameron Diaz 16.00 8 części prawdy FILM – thriller, USA 2008, wyk. William Hurt, Dennis Quaid 17.55 Uroczysko (251-254) – serial kryminalny, Polska	6.00 Gwiazdy Mazurskiej Nocy Kabaretowej (12) – pr. rozrywk., Pol. 2023 7.00 Tak! jest świat 11 – program informacyjny 7.25 Akcja w ciemno 3 (10-12) – serial dok., USA 8.55 Boso przez świat – cykl reportaży, Polska 2009 10.30 Skapiec – komedia, FILM Francja 1980 12.55 Oskar – komedia, Francja 1967, wyk. Louis de Funes 14.45 Najpiękniejsze baśnie: Następca tronu – baśń filmowa, Czechy 2015 16.45 Sześć łabedzi – film familijny, Niemcy 2012 18.45 Wieloskórka – baśń FILM filmowa, Niemcy 2012	8.15 Górna półka smaku (13) 8.50 Kiedys to było... – mag. 9.30 Koło fortuny – telet., Pol. 10.05 Tańcząca za światem – Malta (4) – magazyn 10.40 Szansa na sukces. Opole 2026 2 (2) 11.45 Postaw na milion 13.40 Prywatne życie zwierząt 14 (2) – przyrod. 14.10 Super Gary. Gotuj z Bosacką! (7) – mag. 14.40 Program rozrywkowy 14.55 Tak to leciało! 15.50 Va banque – teleturniej 17.00 Koło fortuny – telet., Pol. 17.45 Szansa na sukces. Opole 2026 3 (3) 18.50 Do śmiechu! (79) – rozr. 19.50 Moje przeboje (6) – rozr.	10.05 Idź na całość 2 (29) 11.05 Zakup w ciemno 7 (5) 12.05 Zakup w ciemno 4 (5) 13.10 Zakup w ciemno extra (7) – reality show, Polska 13.40 Damy i wiesniaczki. PL 8 (10) – fab.-dok., Pol. 14.40 Gogglebox. Przed telewizorem 24 (13) 15.45 Express, Pogoda – inf. 16.05 Idź na całość 2 (30) 17.05 Życie na kredycie 8 (23) 17.45 Express, Pogoda – inf. 18.05 Życie na kredycie 8 (24) 18.40 Damy i wiesniaczki. PL 10 (5) – fab.-dok., Pol. 19.45 Express, Pogoda – inf. 20.00 Zakup w ciemno 7 (6) 21.00 Gogglebox. Przed telewizorem 24 (13)		

PIĘKA NOŻNA	KRYMINALNY	KRYMINALNY	DRAMAT HISTORYCZNY	ROZRYWKI	DOKUMENT
19.25 Betlic 2. Liga – mecz: Olimpia Grudziądz – Hutnik Kraków (live) Poprzednie starcie Olimpii z Hutnikiem zakończyło się remisem 2:2. Czy tym razem któraś z drużyn zdoła sięgnąć po cenny komplet punktów? 125 min 21.30 Program lokalny 22.00 Dziennik regionów 22.30 Ktokolwiek widział, ktokolwiek wie – mag. 23.00 Kościół z bliska – mag. 23.30 Calkiem niezła historia 23.55 Panorama 0.25 Serwis Info Wieczór 1.05 Ze zdrowiem na Ty (3) TVP 3 jest wspólnym pasmem programów lokalnych stacji telewizyjnych: Białystok, Bydgoszcz, Gdańsk, Katowice, Kraków, Lublin, Łódź, Poznań, Rzeszów, Szczecin, Warszawa, Wrocław	20.20 Komisarz Alex 22 (278) W śmietniku znaleziono ciało kobiety. Śledczy ustalają, że jest to Ukrainka Lena, której zaginięcie zgłosiła matka. Zosia i Gutek odwiedzają dyskotekę, w której pracowała ofiara. 55 min 21.15 Gabi Drzewicka zaprasza – talk-show 22.10 Pułkownik FILM Kwiatkowski – komediodram., Pol. 1995 0.15 Raz na milion lat – piosenki zespołu Republika – koncert, Pol. 0.40 M jak miłość (1925) 1.30 Program informacyjny 19.30 1.55 Pytanie dnia – pr. publ.	20.00 Sprawiedliwi. Trójmiasto (149-152) Pod kołami auta ginie Alejandro Vargas. Okazuje się, że wcześniej ktoś wycał mu z nogi mięsień. Trop prowadzi Patrycję i Maksyma do domu podróżnika. Tymczasem znikła partnerka ofiary. 240 min 0.00 STOP Drogówka – magazyn policyjny 1.00 Wielkie tajemnice historii (3, 4) – serial dok. 2.55 Interwencja – mag. 3.25 Lubie disco! (280) – program muzyczny 4.25 Top 10 – lista przebojów – program muzyczny, Polska 5.30 Telezakupy TV Okazje	20.00 Aleksander – Francja/FILM USA/Niemcy 2004 Rok 331 p.n.e. Oddziały Aleksandra Wielkiego (Colin Farrell, zj.) szkują się do walki z Persami. Pomimo że przewaga wroga wydaje się miażdżąca, młody wodz ma pewien plan. 200 min 23.20 Dzielnica strachu 10 (477, 441-443) – serial kryminalny, Polska 3.20 Lombard. Życie pod zastaw 9 (451) – serial obyczajowy, Polska 2021 4.20 Niesamowicie! (16) – serial dokumentalny, Pol. 5.00 Lombard. Życie pod zastaw 18 (1001) – serial obyczajowy, Polska 2026	20.30 Kocham Cię, Polsko! (11) – Polska W drużynie Michała Koterskiego wystąpiła: Michalina Sosna, Janek Dąbrowski i Paulina Chylewska. W zespole Filipa Gurlacza znajduje się Beata Tadla, Łukasz Nowicki oraz Robert Janowski. 95 min 22.05 Postaw na milion 0.00 Koło fortuny – telet., Pol. 1.20 Kabaret. Super Show Dwójki 3 (34) – rozr., Pol. 2.25 Życie to kabaret: Marzenia Marcina Dańca 2024 (1, 2) – rozr. 4.10 Kabaret Potem przedstawia – Sny i zmyry im. sierżanta Zdyba – pr. rozrywk., Pol.	22.00 Żony Podlasia 4 (8) – Pol. Gala z Krysia nie mają jak dotychczas do Michałowa. Zaczynają marzyć o motocyklu, wspominając młodocię Sylwia, mimo obowiązków, musi zorganizować sesję zdjęciową z udziałem strażaków. 60 min 23.00 Nic do zgłoszenia 4 (6) – serial dokumentalny, Pol. 0.00 Damy i wiesniaczki. PL 10 (5) – fab.-dok., Pol. 1.00 Back to school. Prawdziwy egzamin 2 (8) – program edukacyjny 2.00 SOS. Ekipy w akcji (40, 41) – serial paradok. 4.00 Sędzia Anna Maria Wesołowska (501) – serial fabularno-dokum.

TVP 3	TVP 3 PROGRAMY LOKALNE	TVP HD	TVP KULTURA	TVP KULTURA	afena ANTENA HD	TV 6
BIAŁYSTOK 16.35 Panorama litewska 16.45 Przegląd ukraiński 17.15 Tydzień białoruski 17.21 U źródeł wiary 17.51 Kulturalnie mówiąc 18.15 Białostocki Teatr Lalek 18.30 Obiektyw 18.50 Sport, Pogoda 19.00 Żyjący Kościół 21.30 Obiektyw BYDGOSZCZ 16.00 Eko-opcja 16.15 Spotkania z ekologią 16.30 Agregorej 17.00 Złote lata – senior show 17.45 Jeszcze dzień z życia 18.00 Po oklaskach 18.30 Zbliżenia 18.55 A to historia 21.31 Zbliżenia 21.45 Sport, Pogoda GDANSK 16.00 Modrzewowska 17.00 Do brzegu 17.30 Świat nie jest taki zły 18.00 Droga 18.30 Panorama 18.55 Cały ten sport 21.30 Panorama KATOWICE 15.45 Zdarzyło się 16.00 Aktualności extra 16.15 Schlesien Journal 16.45 Ekoagent 17.05 Wykrzywał kłamstw 17.30 Credo 18.00 Dej pozor 18.30 Aktualności 18.55 Pogoda, Sport 19.10 Gramy dla was 21.30 Aktualności KRAKÓW 16.31 Z górnej polki Telewizji Kraków 17.00 Pogoda w regionie 17.10 Młodzież kontra, czyli pod ostrzałem 18.00 Kronika tygodnia 18.30 Kronika 18.52 Bliziej polityki 19.07 Bezpieczny powiat, bezpieczna gmina 21.30 Kronika LUBLIN 16.05 Który Jesteś 16.20 Konkurencja w TVP 3 Lublin 17.15 Było, nie minęło – kronika zwiadowców historii 17.40 Kulturalnie mówiąc 18.00 Strefa otwarta 18.30 Panorama lubelska 19.05 Scena jest Twoja 21.30 Panorama lubelska 21.45 Magazyn sportowy	ŁÓDŹ 16.30 Prosto z lasu 16.45 ABC pacjenta 17.00 Aktywni seniorzy 17.10 Czytanie puszczy 17.45 Filmowa wiosna w TVP 3 Łódź 18.15 Kawałek fajnego świata 18.30 Łódzkie wiadomości dnia 18.50 Sport, Pogoda 19.05 Ostatni mistrzowie 21.30 Łódzkie wiadomości dnia 21.51 Skarby Łodzi POZNAŃ 16.30 Teleskop. Tydzień 16.43 Barberska dekada 17.00 TalentAsy 18.30 Teleskop 18.50 Opowieści stad 19.03 Reportaż 21.02 Sremski stad 21.31 Teleskop 21.50 Wiadomości sportowe RZESZÓW 16.30 Stacja Rzeszów Główny 16.45 Rusz się, człowieku 17.00 Moda na język polski 17.30 Dokument w TVP Rzeszów 18.15 Podkarpaska scena przebojów 18.30 Aktualności 19.00 Sportowe wydarzenia 21.31 Aktualności SZCZECIN 16.16 Morski Kompas 16.35 Barka 17.00 Twórcze horyzonty 17.26 Muzeum Polskiej Piosenki, czyli historia jednego przeboju 17.35 Arka 18.00 Magazyn sportowy 18.30 Kronika 18.52 Przegląd tygodnia 19.06 Zdrowy Plan 21.30 Kronika 21.50 Wokół nas WARSZAWA 16.28 Dobrego dnia 17.06 Dobrego dnia 17.15 Niedziela z... 18.00 Eksperyment empatia 18.30 TKW 18.42 Kunier Mazowiecki 19.02 Spacerowym okiem 21.30 Kurier Warszawski i Mazowska WROCŁAW 16.13 Agro-Fakty 16.30 Fakty 16.42 Magazyn ku kulturze 16.58 Z Unią na Ty 17.11 W swoim czasie 17.32 Koncert 18.30 Fakty 19.03 Magazyn Dolnośląski 21.31 Fakty	8.55 Ojciec Mateusz 14 (174, 175) – krym., Pol. 2015 10.45 Czy wiesz, że? (273) – dok. 11.20 Na sygnale (569, 570) 12.25 Ojciec Mateusz 3 (32) 13.20 Komisarz Alex 22 (277) 14.15 Ranczo 8 (95, 96) – obycz. 16.10 Postaw na milion – telet. 17.10 Okrasa łamie przepisy 17.45 Makłowicz w podróży 18.20 Ojciec Mateusz 21 (274) 19.20 Ranczo 10 (119-121) 22.20 Bo oszalełem dla niej FILM – komediodramat, Pol. 1980 0.15 Daleko od szosy (4) 1.45 Oczy anioła – dramat FILM obyczajowy, USA 2001 3.35 62. FKPP w Opolu – Trzy ciwiarci Jacka Cygana – urodziny – koncert, Pol. 4.20 Zakochaj się w Polsce	11.15 Pan wierzal, mildordzie? – serial kom., Wlk. Bryt. 12.15 Narodziny brytyjskiego kina – film dok., Wlk. Bryt. 13.35 W poszukiwaniu dobrego filmu – mag. film. 14.15 Panienci z Rochefort FILM – musical, Francja 1967 16.30 Dobry tytuł – mag. kult. 17.15 Niedziela z... – pr. kult. 18.10 Tylko strach – dramat FILM obyczajowy, Polska 1993 20.00 Misja – dramat historyczny, FILM Wielka Brytania 1986 22.15 Kulturalni – magazyn kult. 23.10 Albert Camus i Maria Casares. Autor i jego muza – film dokumentalny 0.25 Afony – film krótkometr. 0.35 Rozwiązanie – film anim. 0.50 Klub Jazzowy – koncert	7.25 Papież: Najpotężniejszy człowiek w historii (5, 6) – serial dokumentalny, USA 9.15 Krzysztof Ziemięc zaprasza – pr. publicyst. 10.05 Zagłada Ziemi – film dok. 12.00 Polska. Największe dylematy – program publicyst. 13.00 gdzie tu coś zjesz? 14.05 Łowcy skarbów 3 (2) 15.00 Łowcy skarbów 2 (1-3) 18.00 77 TV 5 (26, 21) – rozr., Pol. 19.58 Czas na pogodę – pr. inf. 20.00 Alex Hugo – górski detektyw (15, 16) – krym. 0.10 Zagłada Ziemi – film dok. 2.10 Zbrodnia ukryta FILM w walizkach: Historia Melanie McGuire – film kryminalny, USA 2022 3.50 77 TV 3 (13) – pr. rozr., Pol.	6.00 Cobra Kai (1) – serial przygodowy, USA 2018 6.40 Columbo (5, 6) – serial kryminalny 9.50 Poirot (5, 6) – serial krym. 12.05 Brice 3 – komedia FILM przygodowa, Francja 2016 14.00 Policjanci i Policjanci (209-212) – serial obyczajowy, Pol. 2016 18.00 Strażnik Teksasu (23, 24) – serial sensacyjny, USA 20.00 CSI: Kryminalne zagadki Miami (164, 165) – krym. 21.55 Kości (73, 74) – serial krym. 23.50 Domino śmierci – thriller, FILM USA 2019, reż. Ken Sanzel, wyk. Alimi Ballard 5.45 Telezakupy TV Okazje	

BBC FIRST	ROMANCE TV	COMEDY CENTRAL	TVN FABUŁA
9.45 Lewis 7 (5, 6) – serial krym. 11.45 Co ludzie powiedzą? 5 (5-7) – serial kom., Wlk. Bryt. 13.45 Śmierć pod palmami 10 (6) – serial kryminalny 15.00 Ojciec Brown 13 (6) 15.55 Tajemnice Brokenwood 11 (1) – krym. 17.50 Ulica nadziei 5 (2) – krym. 18.45 Ludwik (4) – serial krym. 19.50 Śmierć pod palmami 10 (7) – serial kryminalny 21.00 Tajemnice Brokenwood 11 (2) – krym. 22.55 Dyplomaci (6) – krym. 23.55 Na niebieskich świątach 2 (2) – krym. 1.05 Śmierć pod palmami 10 (7) – serial kryminalny	12.05 Katie Fforde: Powrót nad morze – melodramat, Niemcy 2015 14.00 Canary – o jedno życie mniej (1, 2) – serial krym. 16.15 Rosamunde Pilcher: Niechciana miłość – film obyczajowy, Niemcy 2026 18.05 Katie Fforde: Sercowa sprawa – film obyczajowy, Niemcy 2017 20.00 Rosamunde Pilcher: Miłość jest nieobliczalna – film obyczajowy, Niemcy/Austria 2022 21.55 Szalony dzień – komedia romantyczna, Niemcy 2022 23.50 Inga Lindström: Szalone czasy – obycz., Niem. 2021	6.00 The Office PL 4 (9, 10) 7.10 Teoria wielkiego podrywu 10 (6-19) – kom. 13.30 Tata ma plan 2 (15-17) 14.55 Duchy (9, 10) – fantasy 15.50 Puchaj naszą rodzinke FILM – komedia, USA 2010 17.55 Agent XXL 2 FILM – komedia, USA 2006 20.00 Ilu miałas facetów? FILM – kom. romant., USA 2011 22.15 Colin od rachunków (7, 8) – serial kom., Australia 23.30 Comedy Club 7 (5, 6) 0.30 Miasteczko South Park 20 (5-7) 2.00 Pracochłocy 4 (7-10) 4.00 Śmieśnij się będzie 3 (7-10) – program rozrywk.	10.50 Mój książę z bajki – kom. FILM przyg., Fr./Belgia 2020 13.05 Kompas szkieletora FILM – film familijny, USA 2022 14.55 Zaginione miasto – film przygodowy, USA 2022 17.25 Fantastyczne zwierzęta: Zbrodnie Grindelwalda – film fantasy, Wielka Brytania/USA 2018 20.00 Fantastyczne zwierzęta: Tajemnice Dumbledora – film fantasy, Wielka Brytania/USA 2022 23.05 Szukając sprawiedliwego – film sens., USA 1991 1.10 Zabójcza broń 3 – film sensacyjny, USA 1992 3.35 Andrzej Sołtyś 3 – mag.

STOPKLATKA

6.00 Komisarz Rex 14 (6-9) – serial kryminalny, Austria/Niemcy/Wł. 2013

10.05 Hudson i Rex 6 (16) – serial kryminalny, Kanada 2023-2024

11.00 Hudson i Rex 8 (1, 2) – serial kryminalny, Kanada 2024

13.00 Top Dog. Niemcy (2) – reality show, Niemcy 2021

14.55 Max – film przygodowy, USA 2015, reż. Lee Daniels, wyk. Josh Wiggins, Lauren Graham

17.20 Kamerdyner – dramat biograficzny, USA 2013, wyk. Forest Whitaker, Oprah Winfrey

DRAMAT OBYCZAJOWY



20.00 Lektor – film – Niemcy/USA 2008
Hanna (Kate Winslet, zdj.) wdaje się w romans z młodym Michałem (David Kross, zdj.). Po latach chłopak odkrywa, że była ona nazistowską zbrodniarką. **160 min**

22.40 Powódź – film – sensacyjny, USA/Wielka Brytania/Dania 1998

0.40 Bo we mnie jest seks – film biograficzny, Polska 2021

2.50 Tama – etiuda filmowa, Polska 2024

3.35 Odwyk – film krótkometraż., Pol. 2011

4.15 Sprawa się rypla – komedia, Polska 1984

POLSAT 2

5.50 Wydarzenia

6.30 Sekrety rodziny (129) – serial paradokumentalny

7.30 Z klimatem i z pasją – program publicystyczny

8.00 Sekrety rodziny (130) – serial paradokumentalny

9.00 Trudne sprawy (1242-1246) – serial paradokumentalny, Polska

14.00 Sekrety rodziny (131) – serial paradokumentalny

15.05 Więzieni kobiet (70-73) – serial dok., Pol.

17.00 Nasz nowy dom (359) – reality show, Pol. 2025

18.20 Inwazja: Bitwa o Los Angeles – film s.f., USA 2011, wyk. Aaron Eckhart, Ramon Rodriguez

THRILLER



20.40 Przykłady obywateli – film – Wielka Brytania/Norwegia/Kanada 2019
Nels (Liam Neeson, zdj.) i jego żona (Laura Dern, zdj.) dowiadują się o śmierci syna. Zrozpaczony ojciec nie wierzy, że Złopek przedkował narkotyki. Zamierza odkryć prawdę na własną rękę. **140 min**

23.00 Ucieczka z piekła – thriller, USA/Tajlandia 2015, wyk. Owen Wilson, Lake Bell

1.15 Komisarz Mama (36) – serial kryminalny, Polska

2.20 Wydarzenia

3.15 Jesteśmy dla dzieci – magazyn

3.45 Oblicza Ameryki – mag.

TVP SERIALE

5.50 Na sygnale (906) – serial fabularno-dokum., Polska

6.25 Czerdziestolatek (9, 10) – obcz., Pol. 1975

8.40 Janosik (13-ost.) – przyg.

9.35 U Pana Boga w ogródku (1) – serial komediowy, Polska 2008

10.30 Ranczo 6 (69) – obycz.

11.30 Ranczo 6 Wilkowie – komedia, Polska 2007

13.20 Ojciec Mateusz 27 (349, 350) – serial krym.

15.20 Komisarz Alex 25 (319) – serial kryminalny, Polska

16.20 Ranczo 6 (70) – serial obyczajowy, Pol. 2012

17.20 U Pana Boga w ogródku (2) – serial komediowy, Pol. 2008

FAB. - DOKUM.



18.05 Na sygnale (907-909) Ekipa dr. Góry jedzie do pacjenta ze skreconą kostką. Przy okazji ratownicy odkrywają zatrucie toksyną karalówcową. W domu Artur z trudem znosi obecność wynajętego przez Górską „zastępcy”. **95 min**

19.40 Ojciec Mateusz 35 (449)

20.35 Ojciec Mateusz 27 (351, 352) – serial krym.

22.30 Ranczo 6 (71, 72) – obycz.

0.20 Rodzinka.pl (312, 313)

1.30 Korona królów (397, 398) – telen. hist.

2.30 Falszercz. Powrót sfory (14-ost.) – sens., Pol.

3.30 Ratownicy (9) – obycz.

4.25 Matylda (11) – kostium.

5.15 Rodzinka.pl (69) – kom.

KINO POLSKA

6.00 Dom w cenie mieszkania (3, 4) – mag.

6.50 Polska Kronika Filmowa – serial dokum.

7.15 Podróż kapitana Klipera (3, 4) – anim.

7.45 Reksio (6, 11, 31, 33) – serial animowany

8.25 Siedem zyczeń (7-ost.) – serial przygodowy, 1985

9.55 Pan Kleks w kosmosie (1/2, 2-ost.) – przyg., Pol./Czechosłowacja 1988

13.05 Joanna – dramat biograficzny, 2010

15.40 Piłsudski – film biograficzny, 2019, wyk. Borys Szyc

17.55 Rozmowy nocą – komedia romant., 2008

KOMEDIA OBYCZAJOWA



20.00 Komedie małżeńskie – film – 1993, reż. Roman Załuski
Maria (Ewa Kasprzyk, zdj.), znużona usługiwaniem dzieciom i mężowi, porzuca dom. Otrzymuje świetnie płatną pracę w stolicy. Jej mąż nie radzi sobie z codziennymi obowiązkami. **135 min**

22.15 Wałęsa. Człowiek z nadziei – film biograficzny, 2013, wyk. Robert Więckiewicz

0.50 Ekstradycja (5, 6) – serial sensacyjny, 1995

3.15 Bo we mnie jest seks – film biograficzny, 2021, wyk. Maria Dębska

5.45 Instalowe – etiuda filmowa, 2022

AXN

6.10 Saga „Zmierzch”: **FILM Przed świtem. Część 2** – film fantasy, USA 2012, wyk. Kristen Stewart

8.00 Zabójcza brzoza (2) (22) – serial sensacyjny, USA

9.00 Zabójcza brzoza (1) – serial sensacyjny, USA 2018, wyk. Damon Wayans, Clayne Crawford

10.00 Detektyw Monk (2-4) (8) – serial kryminalny, USA

15.00 CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas (10) (11-15) – serial kryminalny, USA/Kanada 2010
Detektywi wpadają na trop lekarza bez licencji. Jego zachowanie przypomina doktora Jekylla. **300 min**

SENSACYJNY



20.00 Świat w ogniu – film – USA 2019
Prezydent USA pada ofiarą zamachu. W wyniku spisku oskarżony o zorganizowanie ataku zostaje agent Banning (Gerard Butler, zdj.). Funkcjonariusz próbuje dowieść swojej niewinności. **150 min**

22.30 Resident Evil: Afterlife – horror, Niemcy/Francja/Wielka Brytania 2010

0.20 Resident Evil: Ostatni rozdział – horror, Wielka Brytania/Fr./USA 2016

2.25 Underworld – Bunt Lycanów – horror, USA/Nowa Zelandia 2009

4.10 Agenci NCIS: Hawaje 2 (3) – serial kryminalny

CANAL+ PREMIUM

6.00 Łąpu-capu

6.15 Kiler-ów 2-óch – komedia, Polska 1999

8.15 O psie, który jeździł koleją 2 – film familijny, Polska 2025

9.50 Dzikie robot – film animowany, USA 2024

11.30 Luca. Legenda Ferrari (2) – serial dok., Włk. Bryt.

12.30 Łąpu capu Extra – rozr.

13.00 Battleship: Bitwa o Ziemię – film s.f., USA/Japonia 2012

15.10 Wujow dwór – kom., Włk. Bryt./USA 2025

16.45 Listy do Julii – komedia romantyczna, USA 2010

18.30 Peacock – thriller, USA 2010, wyk. Cillian Murphy

KOMEDIA SENSACYJNA



20.00 Kaskader – USA 2024, reż. David Leitch
Colt (Ryan Gosling, zdj.) porzuca karierę kaskadera i ukończoną Jody (Emily Blunt, zdj.). Wraca jednak do branży, by ratować debiut reżyserski byłej partnerki. **125 min**

22.05 Franz Kafka – dramat biograficzny, Czechy/Polska/Niemcy 2025

0.10 Uciekinier – film s.f., Wielka Brytania/USA 2025

2.20 Szkoła, że narzeczcie

3.55 Asekuracja – film krótkometraż., Pol.

4.25 W stronę słońca – dok.

W CANAL+ 1 emisja każdego programu rozpoczyna się godzinie później niż w CANAL+

13 ULICA

6.00 Falszercz (6) – krym., Fr.

6.50 Kapitan Marleau 7 (3) – serial kryminalny, Fr. 2022

8.50 Agenci NCIS: Los Angeles 13 (13-22) – serial sensacyjny, USA 2021

18.00 Równoległe śledztwo (3) – serial kryminalny, Fr. 2023

20.00 Morderstwo na Markizach – dramat kryminalny, Fr./Belgia 2025

22.00 Morderstwa w Lille (Ciche zbrodnie) – film kryminalny, Francja 2017

0.00 Zabójstwo w posiadłości – thriller, Francja 2020, wyk. Anny Duperey

2.00 Blue Ridge (5, 6) – serial kryminalny, USA 2024

4.00 Kapitan Marleau 7 (4) – serial kryminalny, Fr. 2022

POLSAT FILM

8.00 Sąsiedzi (28) – serial anim.

8.15 Była sobie Ziemia (17-19)

9.50 Jeźdźcy smoków na końcu świata – anim.

10.50 Zakochany Madagaskar

11.10 Percy Jackson: Morze potworów – film przygodowy, USA 2013

13.35 Nagi peryskop – komedia, USA 1996

15.35 Men in Black: International – komedia s.f., USA/USA 2019

17.50 Armageddon – film s.f., USA/Kanada 1998, wyk. Bruce Willis

21.00 Bad Boys – komedia sensacyjna, USA 1995

23.30 American Pie: Zjazd absolwentów – komedia obyczajowa, USA 2012

1.50 Ślad (19) – serial kryminalny

HBO

10.15 Kung Fu Panda: Sekrety Potężnej Piłtki – anim.

10.40 Jedynka plus – komedia, USA 2025

12.15 Twórcza – thriller

14.25 Przypadek Harolda Cricka – komediodramat, USA 2006, wyk. Will Ferrell

16.15 Pan Aznavour – dramat biograficzny, Francja 2024

18.25 Amrum – dramat wojenny, Niemcy 2025

20.00 Materiałisci – komedia romantyczna, USA/Finlandia 2025, wyk. Dakota Johnson

21.55 Niel – thriller, Japonia/USA 2022

0.00 Lalka – komedia, Francja 2025

1.20 One to One: John & Yoko

WARNER TV

9.40 Kopciuszek. W rytmie miłości – komedia romantyczna, USA 2011

11.20 Godziny szczytu – komedia sens., USA 1998

13.05 Akademia policyjna 2: Film obycz. – film sensacyjny, 1985

14.50 Taxi 2 – komedia sensacyjna, Francja 2000

16.30 Superman 2: Wersja reżysera Richarda Donnera – film przyg., Włk. Bryt./USA 2006

19.25 Superman 2 – przyg., Włk. Bryt./USA/Kanada 1980

22.00 Yellowstone (5, 6) – obycz.

23.50 Czarownicze z Eastwick – horror kom., USA 1987

2.15 13. dzielnica: Ultimatum – film sensacyjny, Fr. 2009

ALE KINO+

10.40 King Kong żyje – film przygodowy, USA 1989

12.50 Terapia dla par – komediodramat, Hiszpania 2023, wyk. Malena Alterio

14.50 W imię dziecka – dramat obycz., Włk. Bryt./USA 2017

17.00 Nicolas Cage: Szalony geniusz Hollywoodu

18.15 Punkty zwrotne – thriller, Hiszpania 2024

20.10 Grantchester 10 (5, 6)

22.10 Rzykowny napad – thriller, Hiszpania 2025

0.05 Pokusa – thriller, USA 2012, wyk. Mattew McConaughey

2.10 Planeta Singli. Osiem historii (7) – serial kom.

3.05 Moje miasto – film obyczajowy, Polska 2002

CANAL+ FILM

13.05 Ida – dramat obyczajowy, Polska/Dania/Francja 2013

14.25 Mamma Mia! Here We Go Again – komedia muz., USA/Włk. Bryt./Chiny 2018

16.15 L.A.R.P. Miłośc, troleje i inne rzeczy – komedia, Polska 2025

17.50 Piękna łąka kwietna

18.20 Morderstwo w ambasadzie – film kryminalny, Włk. Bryt. 2025

19.45 Łąpu capu – rozr., Pol. 2026

20.50 Uciekinier – film s.f., Wielka Brytania/USA 2025

22.15 Shadow Force – thriller, USA 2025, wyk. Omar Sy

23.55 Minghun – dramat obyczajowy, Polska 2023

1.30 Puchatek: Krew i miód 2 – horror, Włk. Bryt. 2024

SCI FI

6.00 Medium 7 (2-4) – serial kryminalny, USA 2010

8.35 Grimm 3 (18-22) – serial fantasy, USA 2013-2014

13.25 Ministerstwo Czasu 3 (10, 11) – serial przyg., Hiszp.

16.35 Przygodowy Tintina – film animowany, USA/Nowa Zelandia 2011

18.45 Bumblebee – film s.f., Chiny/USA 2018, wyk. Hailee Steinfeld, John Cena

21.00 Pompeje – film katastroficzy, Kanada/Niemcy/USA 2014

23.10 Sahara – film przygodowy, USA/Hiszpania/Niem. 2005

1.40 SurrealEstate 3 (6-10) – serial grozy, Kanada 2025

PARAMOUNT NETWORK

8.45 Co wiecie o swoich dziadkach? – komedia, USA 2017, wyk. Will Ferrell

10.50 Monster Trucks – kom. film przyg., USA/Kanada 2016

13.00 Top Gun – film sensacyjny, USA 1986, wyk. Tom Cruise

15.20 Pompeje – film katastrof., Kanada/Niemcy/USA 2014

17.30 Nieoczekiwana zmiana miejsc – komedia, USA 1983, wyk. Eddie Murphy

20.00 Noe: Wybrany przez Boga – dramat przygodowy, USA 2014

23.00 Straszny film – horror komediowy, USA 2000

0.30 Traffic – dramat sens., USA/Niemcy 2000

FX

6.55 FBI (13-15) – serial krym.

9.40 CSI: Kryminalne zagadki Miami (17, 18) – krym., USA

11.30 CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku (15-17)

14.15 Agenci NCIS (1, 2) – sens.

16.00 Z archiwum X (14, 15) – s.f.

18.00 Spider-Man: Homecoming – film przygodowy, USA 2017

20.40 Anakondy: Polowanie na krwawą orchidę – film sensacyjny, USA 2004

22.45 Na fili – film sensacyjny, USA 1991

1.10 Zabójcze umysły 13 (13-15) – serial kryminalny

3.55 CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku (18)

KINO TV

8.45 Cztery pancerni i pies (5, 6) – wojenny, Pol. 1966

11.05 Grobowiec smoka – film przygodowy, Wielka Brytania/Chiny 2013

12.55 Beethoven – komedia, USA 1992

14.50 Komandosi z Nawarony – wojenny, Włk. Bryt. 1978

17.35 Seksmisja – komedia s.f., Polska 1983

20.00 Igrzyska śmierci – dramat s.f., USA 2012

23.00 Uprawdzenia 3 – sens., Francja/Hiszpania/USA 2014

1.20 I stanie się koniec – horror, USA 1999, wyk. Arnold Schwarzenegger

3.55 Bonanza – serial obycz.

CANAL+ SERIALE

9.50 Naruto (19-21) – anime

11.10 Wszystkie kolory świata 4 (5) – serial dokum.

12.10 13 posterunek 2 (40-42)

14.10 Maly Grand Hotel (2)

14.30 Naruto (22-24) – anime

16.00 Planeta Singli. Osiem historii (3) – serial kom.

16.55 To jest żużel (11, 12) – dok.

18.15 The Office PL 3 (4-6)

20.00 Pieniądze i krew (1, 2) – serial kryminalny, Fr./Bel.

22.00 Rodziny takie jak nasza (3, 4) – serial obyczajowy

23.50 Kiedy ślub? (7, 8) – kom.

1.40 Polityka (3, 4) – obycz., Pol.

3.15 Maly Grand Hotel (5)

3.35 Niewiedzialna wojna (3, 4)

5.05 Miasta rytm (6) – dok., Pol.

CANAL+ 360

12.05 Toni Kroos – film biograficzny, Niemcy 2019

14.20 Wolne duchy. Starcie z żywiołami (3) – dok.

15.00 Hot Rocks – Najniebezpieczniejsze drogi świata 3 (5) – serial dokum.

16.05 Zabójcze drogi (2) – dok.

17.00 Grip – w świecie supersamochodów (12)

18.00 Polska z góry: Stadiony 2 (7, 8) – dok.

19.00 Co poszło nie tak 2 (2)

20.00 Porzucono konstrukcje (12) – serial dok., Włk. Bryt.

21.00 W trasie z Normanem Reudem 3 (1) – dok.

22.00 Słodko-gorzki – dramat obyczajowy, Polska 1996

TLC

11.00 Ja czy jadłospis?
12.00 Wiza na miłość: znowu do wzięcia 5 (10)
13.00 Premiera: Wiza na miłość: znowu do wzięcia. Między sporniami – reality show
14.00 Włoskie zdrady (7, 8)
15.00 Wiza na miłość: David i Annie 2 (1, 2)
16.00 Rodzina Chantel 3 – reality show, USA 2021
18.00 Wiza na miłość: ostatnia szansa – reality show, USA 2023
20.00 Wiza na miłość: Wielka Brytania 3 – reality show

POLSAT CAFÉ

8.00 Bogaty dom – biedny dom (110) – reality show
9.00 Rolniczy (1, 2) – dok.
11.00 Najpiękniejsze domy na wsi (1) – serial dok.
12.00 Darek Stolarz – remont w 3 dni (2) – pr. rozr., Pol.
13.00 Bogaty dom – biedny dom (111) – reality show
14.00 Nasz nowy dom (329)
15.05 Demakijaz (224, 201)
16.00 Kolacja w ciemno (81)
17.00 Randka w ciemno (8)
18.00 Nasz nowy dom (318, 319) – reality show
20.00 Bogate dzieciaki bez kasy (28) – reality show

TVN STYLE

5.15 Czas na zmianę (8)
5.45 Skąd pochodzę? (10-ost.) – serial dokum.
6.50 Złoty remont 11 (9)
7.45 Dzielny Dobry TVN – mag.
11.30 Ostre cięcie 11 (5) – rozr.
12.30 Babski biznes (8-ost.)
13.30 Jestem z Polski 16 (37, 36) – serial dokum.
15.35 Jestem z Polski 15 (4)
16.35 Do zobaczenia (2)
17.10 Bitwa o gości (11) – reality show, Pol. 2026
18.10 Ugotowani (3)
19.10 Kuchenne rewolucje (14-ost., 1) – pr. rozr., Pol.
21.05 Ostre cięcie 11 (5) – rozr.

DISCOVERY CHANNEL

6.00 Premiera: Zoom na architekturę: Siedem cudów Ameryki
8.00 Ciężarówka przez Indonezję 4 (9)
9.00 Ziomowisko PL (8, 9)
11.00 Kolejarze (1)
12.00 Lotnicza (7)
13.00 Gorączka złota 16 (23)
15.00 Premiera: Vantara – azyli dla zwierząt: Chciec to móc
16.00 Specjaliści (8)
17.00 Nic do ukrycia (3)
18.00 Celnicy na straży Szwecji 4 (1)

TVP HISTORIA

10.45 Wszystkie kolory świata
11.50 Świat w filizance herbaty (2) – serial dok.
12.50 Kanadyjskie parki narodowe (1)
13.50 Flesz historii (762)
14.20 Juliusz Cezar – dramat
16.20 Juliusz Cezar, narodziny dyktatury (1)
17.15 Ex Libris – magazyn
17.40 Rodzina Polanieckich (6) – serial obycz., Polska
19.10 Zapomniane agentki II wojny światowej (3)
20.10 Kroniki Hitlera (12)

FOKUS TV

6.00 Wehikuł czasu
6.05 48h. Zaginieni (24) – serial kryminalny, Polska
7.00 Rolnicy. Podlasie (17, 18) – serial dokum.
9.00 Podróż Gienska i Jastrzebia 2 (3, 4) – serial dokum., Pol. 2025
10.00 Podglądacze przyrody 2 (1, 2)
11.00 Z klimatem i z pasją
11.30 Woiny magazynowe (6-10) – reality show, USA
14.00 Premiera: Gwiazdy lombardu 25 (7)
15.00 Architektura z odzysku (9, 10) – dok.

21.00 Premiera: Wiza na miłość 12 (1)
23.00 Transplantacja: drugie życie
0.00 Dr Przyszczyla 5
1.00 Wiza na miłość: Wielka Brytania 3 – reality show
2.00 Wiza na miłość 12 (1)
4.00 Salon sukien ślubnych Goka: Wielka Brytania

21.00 Gry małżeńskie (212) – reality show, Pol. 2026
22.00 Kolacja w ciemno (94) – pr. rozrywk., Pol. 2025
23.00 Gry małżeńskie (178)
0.00 Love Island (34, 35)
2.00 Gry małżeńskie (179, 180) – reality show
4.00 Zdrady (64, 65) – serial paradokumentalny, Pol.

22.05 Taylor Swift kontra Scooter Braun (1/2)
23.15 EuroPOLKI studentki (4) – pr. rozr., Polska 2023
0.15 Cały jej świat (3) – eduk.
1.15 Nieoczywiste miejsca (7, 8-ost.) – serial dokum.
2.10 Apetyt na miłość (6)
3.10 Wiem, co jem i wiem, co kupuję (6, 9) – mag.

19.00 Brudne skarby 2 (3)
20.00 Gorączka złota 16 (23)
22.00 Teorie spiskowe pod lupą: Weather Weapons
23.00 Celnicy na straży Turcji (12)
0.15 Nagi instykt przetrwania 12
1.15 Jesus, brytyjski król kokainy

21.15 2026 rokiem Andrzeja Wajdy: Panny z Wilka – dramat obyczajowy, Polska/Francja 1979
23.20 Gangsterzy
FILM i filantropi – film sensacyjny, Polska 1963
0.55 Grzesiuk, chłopak z ferajny – film dokumentalny, Pol. 2004

19.00 Premiera: Rolnicy. Podlasie (18-21) – dok.
21.00 Podglądacze przyrody 2 (3): Rycyki Górale (11) – serial dok.
22.00 Premiera: Droga bez powrotu. Przemoc gangów w Szwecji
23.00 Największe śledztwa CBS (7) – serial dokum.

METRO

5.50 Gorączka złota 9 – dok.
7.40 Klan z Alaski – serial dokum.
9.45 The Floor – teleturniej, Pol.
11.10 Gremliny 2 – horror
FILM komediowy, USA 1990
13.30 Diagnosta (7, 8) – obycz., Pol.
15.30 Kryminalni (2-4) – krym., Pol.
18.50 Milionerzy – teleturniej, Pol.
20.00 Szogun (3) – serial przyg.
22.00 Wygrać ze śmiercią
FILM – film sensacyjny, USA 1990
23.55 Zbrodnie z pierwszych stron gazet 7 – serial dok.
1.00 Szpital (718) – paradok., Pol.
1.55 Zawodowa Anka – pr. rozr.
2.45 Podsumowanie u fryzjera
3.30 Formula E: ePrix Monako – podsumowanie
4.30 Nowa Maja w ogrodzie 3

ZOOM

8.00 Jakubiak rozgryza Włochy
9.00 Jakubiak rozgryza Chorwację – magazyn kulin.
9.35 Wojciech Cejrowski – bosu przez świat
11.35 Sensacje XX wieku – hist.
13.50 Stawka większa niż życie (1, 2) – serial wojenny, Polska
16.35 Gang Olsewa w amoku
FILM – komedia sens., Dania 1973
18.40 I love kabaret EXTRA
19.00 Kabaretowe przeboje 4
20.00 Kabaretowe przeboje 3
22.00 Eksperyment: Odsiadka
23.10 Magia nagoci. Polska 4
0.25 Adam szoka Ewy.
Niemy 3 – pr. rozr., Niemcy
1.30 Magia nagoci. Finlandia 3
2.05 I love kabaret – pr. rozr., Pol.

FOOD NETWORK

9.55 Dieta czy cud? – mag.
11.20 Wiem, co jem i wiem, co kupuję – mag. poradnikowy
12.05 Wiem, co jem 4 – mag.
12.35 Dzieciście mistrzostwa wypieków – telet. kulin.
13.35 Kuchenne rewolucje – rozr.
15.40 Kuchnia jak u mamy – mag.
16.50 Symon gotuje w ogrodzie 2 – mag. kulin.
18.00 MasterChef – pr. rozrywk.
19.25 Dziwaczne potrawy – dok.
20.25 Pojedynek na grille
21.30 Wiosenny turniej wypieków – reality show
22.35 Apetyt na miłość – pr. rozr.
23.35 Perfekcyjni gospodarze 9
1.40 Słodki świat Renata – mag.
3.40 Miłośd od kuchni – pr. rozr.

DISCOVERY SCIENCE

8.00 Poszukiwacze dinozaurów
10.00 Jak to jest zrobione?
12.00 Jak to jest zrobione – samochody marzeń 3
13.00 Zwykłe rzeczy – niewyukłe wynalazki 11
13.30 Jak to jest zrobione – samochody marzeń 3
14.00 Uliczne laboratorium
16.00 Tajemnice ładowania na Księżycu
18.00 Jak to jest zrobione?
20.00 Wyprawa w nieznanne 10
21.00 Wyprawa w nieznanne 9
22.00 Zoom na architekturę
0.00 Autostrada spotkań z UFO
2.00 NASA – archiwum tajemnic

NATIONAL GEOGRAPHIC

10.00 W palupce żywołów
11.00 Porzucone konstrukcje
12.00 Tucci we Włoszech
14.00 Kosmiczne horyzonty
15.00 Zaginięte skarby Biblii: Tajemnice wiary
16.00 Egipt: Miejsce pełne tajemnic
17.00 Szuka obony: Wojny w Europie: Brytania – dok.
18.00 Historia Związku Radzieckiego (1) – film dok.
19.00 UFO: Przelomowe śledztwa: Kontakt (część 1)
20.00 Makro inżynieria
21.05 Największe katastrofy budowlane
22.05 Katastrofa w przestworzach

BBC EARTH

12.15 W okowach mrozu: Kanada 2 – serial dokum.
13.15 Amerykańskie Południe
14.20 Nowozelandzka wyprawa Jimmego Doherty'ego
15.20 Fenomeny współczesnego życia 3 – serial dokum.
16.25 Azja: kulis produkcji
16.40 Ziemia widziana z orbity
17.50 W okowach mrozu: Kanada 2 – serial dokum.
18.55 Malownicze trasy kolejowe – serial dokum.
19.55 Japonia z Sue Perkins
21.00 Wielkie koty 2/4 2 – dok.
22.15 W okowach mrozu: Kanada 2 – serial dokum.
23.15 Przyszłość natury – dok.
0.25 Ziemia widziana z orbity

WP

11.00 Pogoda
11.05 Katastrofa statku Costa Concordia (1, 2) – film dok.
13.00 Pokochaj lub sprzedaj
Qubec 4 – reality show, Kan.
14.00 Pokochaj lub sprzedaj Vancouver 3
15.00 Strażacy z sąsiedztwa 2
16.00 Policjanci w akcji (1)
16.59 Pogoda
17.05 Policjanci z sąsiedztwa 21.52 Pogoda
21.55 Mistrzowie Kabaretu 10
23.00 Mistrzowie Kabaretu 13
0.05 Mistrzowie Kabaretu 14
1.00 Mistrzowie Kabaretu 15
2.00 Mistrzowie Kabaretu 17
3.00 1, 2, 3... Kabareci 3 – pr. rozr.

NOWA TV

7.30 Interwencja – taka jest Polska (572) – mag.
8.20 Frieren. U kresu drogi (15, 16) – serial anime, Japonia
9.30 Dragon Ball Z Kai 2 (50-56)
13.00 One Punch Man (1, 2)
14.00 Kabaret na żywo – Klinika Skęczących Męczących
16.00 Nowa Rewia Kabaretowa
18.00 Kabaret na żywo. Przystanek Radość – rozr.
20.00 Nowa Rewia Kabaretowa
21.00 Zdrady (56-59) – paradok.
1.00 Łowca pedofilów – dok.
3.00 TV okazje
3.50 Wehikuł czasu
4.00 Sala operacyjna
5.00 Pod lupą MIGACZ

HGTV HOME & GARDEN

11.05 Polowanie na ogród 6
12.05 Polowanie na ogród – rozr.
12.40 Ogród Marthy Stewart
13.40 Design w australijskim stylu – program rozrywkowy
14.40 Złoty remont 11 – pr. rozr.
15.35 Będzie pięknie – pr. rozr.
16.35 Weekendowa metamorfoza 3 – pr. rozr.
19.25 House Hunters – Poszukiwacze domów 9
21.10 House Hunters – Poszukiwacze domów 10 – pr. rozrywk.
21.45 Dorota inspiruje 3
23.35 Łowcy staroci: historyczna renowacja
0.35 Sprzątaczkii (7-9) – obycz.

TRAVEL CHANNEL

6.00 Kamperem przez świat – serial dokumentalny
7.05 Z wędką na koniec świata – serial dokumentalny
8.05 Smakuj świat z Pascalem
10.15 Afryka Express
11.50 Sukces nie zna granic
14.00 Człowiek kontra jedzenie
16.00 Kobieta na krańcu świata – serial dokumentalny
18.15 Ciężarówka przez Stany – program rozrywkowy
21.15 Święte miejsca – serial dok.
23.20 Pomocy! W moim domu straszny (7, 8) – serial grozy
1.20 W co wierzą Osobomowie – reality show
5.25 Za Donalem... do Europy

NATIONAL GEOGRAPHIC WILD

10.00 Dzika Missisipi (2)
11.00 Ratownicy z Alaski
12.00 Sekrety zoo: Tampa
14.00 Zjednoczone Stany Zwierzęce
14.30 Dzikie oblczia Ameryki
15.00 Amazonia (3) – film dokum.
16.00 Dzikie miejsca Europy
17.00 Królestwo białego wilka (1) – film dokumentalny, USA
18.00 Oko w oko z dziką naturą
19.00 Przedziwna planeta Ziemia: Początek – serial dok.
20.00 Europa z powietrza
21.00 Wrogii świat: Oceany – dok.
22.00 Dzikie oblczia Ameryki
23.00 Dzikie Afryka Południowa
0.00 Zabójcze safari

POLSAT WIASAT HISTORY

9.50 Życie prywatne przywódców Rzeczy: Dwór – dok.
10.45 Adolf Hitler: Zrozumieć dyktatora: Otoczenie Hitlera
11.55 Najgroźniejsi ludzie Hitlera
13.45 Grobowce Egiptu: Imhotep, twórca piramid
16.00 Ramzes: władca Egiptu
19.05 Naziści: korzenie zła: Karl Dönitz; Wilhelm Keitel – dok.
21.00 Ruch oporu: Żydy przeciwko nazistom – dok.
23.10 Tatauzysta z Auschwitz: historia prawdziwa – dok.
0.25 Kryminologia starożytności: Kleopatra
1.15 Wojny faraonów

CANAL+ KUCHNIA

12.50 Jamie Oliver: gotuj sezonowo – magazyn kulin.
13.50 Planeta słodyczy – dok.
15.40 Ziemia, ogień i smak – dok.
15.40 Jamie Oliver nad Morzem Śródziemnym – serial dok.
16.40 Sekrety gigantów fast foodu – serial dokumentalny
17.35 Dzień dobry, obiad 2
18.25 Jakubiak rozgryza Włochy
19.20 Jakubiak rozgryza Wietnam – magazyn kulin.
19.45 Zgrillowani 2 – mag. kulin.
20.35 M jak mięso 10 – mag. kulin.
21.25 Nie tylko kimchi – mag.
21.50 Podróż przez smaki Chin 4

CANAL+ DOMO

12.25 Ucieczka na wieś 24 – dok.
14.20 Wielkie projekty: Szwecja 5 – serial dokum.
15.15 Kupiliśmy sobie zamek – kami radę 2 – serial dok.
16.10 W mieście czy na wsi? Więksie domy do liftingu 2 – serial dokum.
17.55 Tomasz Pagowski. Remont u Ciebie 7 – mag.
18.25 Daleko od miasta 13 – dok.
19.00 Ucieczka na wieś 22 – dok.
21.00 Pomocy! Kupiliśmy włoskę – serial dokum.
22.50 Cudotwórcy 7 – mag.
0.35 Kupiliśmy sobie zamek 9

SUPER POLSAT

13.05 50 pierwszych randek
FILM – komedia romant., USA 2004
15.10 Mr. Deeds – milioner
FILM z przypadką – komedia romantyczna, USA 2002
17.20 Polacy w świecie: Sztokholm – serial dokum.
17.55 Świat według Kiepskich (130, 581) – serial komediowy
19.00 Randka w ciemno – pr. rozr.
21.00 Dick i Jane: Niezły ubaw
FILM – komedia, USA 2005
22.50 Jak lyse konie – komedia
FILM sensacyjna, Chiny 2023
1.25 Backdoor. Wyjście awaryjne (3) – serial kom.

TVP KOBIECI

12.00 Okrasa łamie przepisy
12.30 Kwiaty na warsztat 2
13.00 Tak to leciało! – telet. muz.
14.00 Rodziak.pl (122, 123)
15.00 Podróżka Malej i Dużej 6
15.30 Ojciec Mateusz 28 (363, 364) – serial kryminalny
17.25 Woda na świecie – wysychające źródło
18.30 Daję słowo – Maciej Orłoś 2 – talk-show
19.30 Miłośd i nadzieja (253)
20.30 Wichrowe wzgórze (234)
21.30 Na przekór losowi (2)
22.30 La Gomera – komedia krym., Rumunia/Fr./Niemcy 2019

PLANETE+

13.35 Natura. Proces ciaglej zmiany – film dokumentalny
14.40 Ocalić raj – serial dokum.
15.50 Starożytny Egipt. Najstarsze piramidy
17.00 Najdłuższe ostepy Europy
18.00 Ogień. Azjatycka tradycja
18.40 Polska z góry. Zamki, dworki, pałace 4
19.45 Świat zawarty w obrazie
20.50 Apokalipsa, plan B – dok.
22.00 Jak wygrać z Ku Klux Klanem – serial dokum.
22.55 Różowe trójkiaty. Homoseksualisci w III Rzeczy – dok.

TVP DOKUMENT

13.40 Tacy byliśmy
14.10 Narodziny motyla – dok., Fr.
15.10 Skrzydła i sieci. Niezwykły taniec w powietrzu (2) – film dok.
16.10 Petra: Sekrety starożytnych budowniczych – film dok.
17.05 Magiczny Adriatyk
18.05 Sting. A Free Man – dok., Fr.
19.10 Italo disco. Roztańczone lata 80. – dok., Niem./Włochy
20.15 Za kulisami La Scali – „Giselle” – film dokum., Wł.
22.05 Enzo Ferrari. Czerwony i Czarny – film dok., Wł./Fr.

TVP SPORT

8.15 Polska Liga Zeglarska – magazyn sportowy

8.40 Droga do Mundialu 2026 – magazyn piłkarski

9.10 Droga do Mundialu 2026 – magazyn piłkarski

9.45 Futbol totalny

11.00 Padel: Mistrzostwa Polskiego Związku Padla – mecz finałowy (live)

13.15 Lekkoatletyka: Lisek w domu. Mityng Skoku o Tyczcze w Dusznikach 2026 (live)

16.00 Piłka nożna: Betclitc 1. Liga – Multi1liga (live)

EUROSPORT 1

7.00 Tenis: Turniej French Open 2025 – finał gry pojedynczej mężczyzn: J. Sinner – C. Alcaraz

11.00 Tenis: Turniej French Open w Paryżu – mecz 1. rundy gry pojedynczej (live)

14.00 Tenis: Turniej French Open w Paryżu – mecz 1. rundy (live)

16.00 Tenis: Turniej French Open w Paryżu – mecz 1. rundy (live)

18.00 Tenis: Turniej French Open w Paryżu – mecz 1. rundy (live)

POLSAT SPORT 1

6.00 Siatkówka kobiet – mecz towarzyski

8.30 Siatkówka mężczyzn – mecz towarzyski

11.00 Cafe Futbol – magazyn piłkarski

12.30 Piłka ręczna mężczyzn: ORLEN Superliga – mecz finałowy: ORLEN Wisła Płock – Industria Kielce (live)

15.00 Siatkówka kobiet – mecz towarzyski

16.10 Hokej: Mistrzostwa świata – Szwajcaria 2026 – mecz: Wielka Brytania – Łotwa (live)

TVP ABC

11.05 Male i duże przygody Miffy

11.35 Stacyjkowo

11.55 Strazak Sam 6

12.25 Domisie

13.00 Zwierzak Czytali

13.20 Pszczółka Maja

13.50 Lupin wśród bajek

14.05 Nawet nie wiesz, jak bardzo Cię Kocham

14.40 Yakari

15.15 Ugoty nam bajkę

15.35 Mała Marinette

16.05 Kosmo-kumple

16.35 Tygrysek Percy i jego opowieści

17.05 Dino Ranczo

MINIMINI+

11.50 Mały Charlie

12.20 Smerfy

12.55 Baranek Shaun

13.21 Kicia Kocia 2

13.37 Robotkowo

14.00 Bing

14.20 Strazak Sam 16

14.45 Looloo Kids

15.01 Gazu, pieski, gazu!

15.28 Kicia Kocia

15.45 Jeżyk Happy

16.02 Marta mówi

16.30 Mega Ekspres

16.56 Ciekawski George 5

17.55 Pati i kłątwa

FILM Posejdońa – film animowany, Fr./USA 2022

TVN 24

7.30 Serwis informacyjny, Prognoza pogody

9.30 Serwis informacyjny, Prognoza pogody

10.45 Kawa na lawę – mag.

11.55 Łoza prasowa – pr. publ.

12.50 Ewa Ewart poleca: Dokument w TVN 24

14.00 Serwis informacyjny, Prognoza pogody

15.45 Kadr na Kino – mag.

16.00 Fakty po południu

18.00 Serwis informacyjny, Prognoza pogody

18.35 Ranking Mazura

19.10 Serwis informacyjny

19.25 Fakty po Faktach

19.15 Piłka nożna: Puchar Portugalii – 2. połowa meczu finałowego: Sporting – Torreense (live)

20.20 Sportowy wieczór

21.00 Piłka nożna: PKO BP Ekstraklasa

23.15 Piłka nożna: Puchar Portugalii – mecz finałowy: Sporting – SCU Torreense

20.00 Tenis: Turniej French Open w Paryżu – mecz 1. rundy (live)

23.30 Triathlon: T100 World Tour – Pampeluna

1.30 Kolarstwo: Giro d'Italia: Voghera – Mediolan

3.00 Tenis: Turniej French Open w Paryżu – mecz 1. rundy gry pojedynczej

20.00 Siatkówka kobiet: Włochy – Polska (live)

23.00 Siatkówka mężczyzn – mecz towarzyski

1.00 Tenis: Turniej ATP w Hamburgu – mecz gry pojedynczej

4.00 Tenis: Turniej ATP w Hamburgu – mecz gry pojedynczej

17.30 Piotruś Królik

18.00 Nowe przygody Piotrusia Pana

18.25 Leo da Vinci

19.00 44 Koty

19.25 Ernest i Celestyna

19.55 Kocie kalamburki

20.35 Space Nova

21.05 Transformers: Iskra Ziemi

19.30 Baczne oczka

19.40 Smerfy

20.35 Dolina Muminków 3

21.01 Wierszyki domowe

21.31 Edzio i Lusja

22.14 Barbie: Dreamhouse Adventures 2

22.46 Tulipop

23.52 Trojczki

0.41 Przyjaciel pies

20.00 W kularach

21.30 Serwis informacyjny, Prognoza pogody

22.00 Szkoło kontaktowe

23.00 Dzień po dniu

23.43 Kroniki sportowe

0.00 Fakty po Faktach

0.50 Kawa na lawę – mag.

2.00 Nowa Maja w ogrodzie

2.30 Szkoło kontaktowe

CANAL+ SPORT

6.00 Piłka nożna: Liga hiszpańska

8.15 Champions Pack

9.30 Wysoki Pressing

11.00 Bohater z Cienia (3)

11.45 Piłka nożna: Liga hiszpańska

13.55 Piłka nożna: Liga hiszpańska (live)

16.10 Piłka nożna: Liga hiszpańska (live)

18.15 Champions Pack

19.15 Żużel: PGE Ekstraliga – mecz: Gezest Stal Gorzów – ORLEN Oil Motor Lublin (live)

21.30 Magazyn PGE Ekstraliga

23.00 Sport-

0.15 Piłka nożna: PKO BP Ekstraklasa

2.40 Magazyn PGE Ekstraliga

4.20 Wysoki Pressing

EUROSPORT 2

8.30 Biegi górskie: GT World Series – Tryden (live)

11.00 Triathlon: T100 World Tour – Pampeluna

12.00 Kolarstwo: Giro d'Italia – 14. etap: Aosta – Pila

14.00 Kolarstwo: Giro d'Italia: Voghera – Mediolan (live)

17.45 Tenis: Turniej French Open w Paryżu – 1. runda (live)

18.00 Tenis: Turniej French Open w Paryżu – 1. runda (live)

21.00 Golf: The CJ Cup Byron Nelson – finał (live)

0.00 Wspinaczka: Zawody World Series w Bernie – bouldering kobiet

1.30 Triathlon: T100 World Tour – Pampeluna

POLSAT SPORT 2

6.00 Tenis: Turniej ATP w Hamburgu

8.30 Tenis: Turniej ATP w Hamburgu

11.00 Hokej: Mistrzostwa świata – Szwajcaria 2026

14.00 Piłka nożna z archiwum

16.10 Hokej: Mistrzostwa świata – Szwajcaria 2026 – mecz: Dania – Włochy (live)

20.10 Hokej: Mistrzostwa świata – Szwajcaria 2026 – mecz: Słowacja – Kanada (live)

22.30 Tenis: Turniej ATP w Hamburgu

1.00 Sporty walki: FEN

NICKELODEON

8.35 SpongeBob Kanciastopory 11

9.55 Marsupilami 4

10.55 Harmidom 8

12.20 Grzmotocmni: Tajniacy 2

13.15 Niebezpieczny Henryk

14.15 That Girl Lay Lay 2

15.10 Harmidom 8

16.00 Patryk Rozgwiazda Show 3

16.30 Patryk Rozgwiazda Show

16.45 Marsupilami

17.25 SpongeBob Kanciastopory 15

17.45 SpongeBob Kanciastopory 13

18.15 Grzmotocmni: Tajniacy

19.10 That Girl Lay Lay

20.00 Wielkodomscy 4

TELETOON+

8.34 Dzieciak rządzi: znowu w grze 2

9.55 Barbie: Dreamhouse Adventures 2

11.18 Siostry 2

12.44 Kumple z dżungli na ratunek! 3

14.05 Siostry 2

14.44 Biuro detektywistyczne Lasego i Mai 2

15.37 Kumple z dżungli – na ratunek!

16.37 Dinius i Lusja

17.33 Kumple z dżungli na ratunek! 3

18.05 Charlotte i trzy muszkieterki

18.23 Kumple z dżungli na ratunek! 3

TVP Info_ TVP INFO

14.30 Reporteryz extra

15.05 Polska. Co dalej?

16.00 Dzień w godzinie

17.00 Telexpress

17.15 Telexpress Extra

17.35 Panorama

17.42 Sprawdzamy

18.00 Panorama

18.20 Teleplotki

18.30 Portfel Kowalskiego

19.00 Serwis Info Wieczór

19.30 Program informacyjny 19.30

20.15 Raport specjalny

21.00 Serwis Info Wieczór

21.15 Rozmowy (nie)wygodne

21.45 Panorama

22.10 Oko na świat

22.30 Woronicza 17

CANAL+ SPORT 2

8.30 Tenis: Turniej WTA w Strasburgu – półfinał

10.45 Tenis: Turniej WTA w Strasburgu – półfinał

13.00 Tenis: Turniej WTA w Strasburgu – finał

15.15 Tenis: Turniej WTA w Strasburgu – półfinał

17.30 Tenis: Turniej WTA w Strasburgu – półfinał

19.45 Tenis: Turniej WTA w Strasburgu – finał

22.00 Tenis: Turniej WTA w Strasburgu – półfinał

0.15 Tenis: Turniej WTA w Strasburgu – półfinał

2.30 Piłka nożna: PKO BP Ekstraklasa

EUROSPORT 1

8.00 Piłka nożna: Liga niemiecka

10.00 Piłka nożna: Liga hiszpańska

12.00 Magazyn sportowy

12.25 Piłka nożna: Liga włoska (live)

14.55 Piłka nożna: Liga włoska (live)

17.00 Magazyn sportowy

17.30 Magazyn sportowy

18.00 Formuła 2: GP Kanady (live)

20.00 Formuła 1: GP Kanady – parada kierowców (live)

20.30 Formuła 1: Grand Prix Kanady – studio (live)

21.55 Formuła 1: GP Kanady (live)

0.00 Formuła 1: Grand Prix Kanady – studio (live)

1.20 Magazyn sportowy

POLSAT SPORT 3

6.00 Koszykówka mężczyzn: ORLEN Basket Liga – mecz fazy play-off

8.30 Piłka nożna z archiwum

10.30 Piłka nożna z archiwum

13.00 Piłka ręczna mężczyzn: ORLEN Superliga

15.00 Piłka nożna z archiwum

17.25 Koszykówka mężczyzn: ORLEN Basket Liga – mecz ćwierćfinałowy fazy play-off (live)

19.55 Koszykówka mężczyzn: Euroliga – mecz finałowy fazy play-off (live)

23.00 Hokej: Mistrzostwa świata – Szwajcaria 2026

2.00 Sporty walki: Babilon MMA

NICK JR.

7.54 Świnka Peppa

8.20 Pan Krokodyl

8.45 Barabapapa i jego rodzinka 2

9.40 Tim Rex wśród gwiazd

10.10 Przygody Misia Paddingtona

11.00 Małe Królestwo Bena i Holly

11.30 Dora

11.55 Rubble i jego ekipa

12.45 Psi Patrol 5

13.40 Barabapapa i jego rodzinka 2

14.30 Barabapapa – szczęśliwa rodzinka

14.45 Zwierzęce zagadki

15.15 Rogata ekipa 4

DISNEY JUNIOR

8.00 Spidey i superkumple 4

8.30 Klub Myszyki Miki Plus

9.00 Klub przyjaciół Myszyki Miki

10.00 Blue 2

10.30 Blue

11.00 Superkoty

12.00 Spidey i superkumple 2

12.30 Iron Man i super ekipa

13.00 RoboGobo

13.30 Klub Myszyki Miki Plus

14.00 Ariel: Mała Syrenka 2

14.30 Superkoty

15.00 Iron Man i super ekipa

15.30 Spidey i superkumple 4

16.00 Blue

18.00 Jej Wysokość Zosia: Pałac na wodzie – anim., USA 2013

POLSAT NEWS

11.00 Polityczny WF z gościem

12.00 W rytmie dnia

12.50 Wydarzenia 12:50

13.30 W rytmie dnia

15.30 Sport

15.50 Wydarzenia 15:50

16.30 W rytmie dnia

17.30 z drugiej strony

18.35 Debaty polityczna

19.15 Gość „Wydarzeń”

19.50 Państwo w państwie

21.00 Polsat News ujawnia

21.50 Wydarzenia wieczorne

22.30 Dzień na świecie

23.30 Obraz dnia

0.00 Czysta Polska

0.50 Wydarzenia wieczorne

CANAL+ SPORTS

8.55 Premier League: The Big Interview

9.30 Wysoki Pressing

11.00 The Big Pete (4)

11.45 Żużel: Metalikas 2. Ekstraliga – mecz: Polonia Pila – ZKS Stal Rzeszów

14.30 Żużel: Metalikas 2. Ekstraliga: Wilki – PSZ Poznań (live)

17.00 Żużel: Metalikas 2. Ekstraliga: Arged – ROW Rybnik (live)

19.45 Piłka nożna: Liga hiszpańska

22.00 Boks: J. Herring – N. Maness

23.15 Magazyn PGE Ekstraliga

1.00 Piłka nożna: PKO BP Ekstraklasa

EUROSPORT 2

9.20 Birds of paradise

10.00 Piłka nożna: Liga francuska

12.00 Piłka nożna: Liga niemiecka

14.00 Magazyn sportowy

14.40 Magazyn sportowy

15.20 Piłka nożna: Liga niemiecka (live)

17.20 Magazyn sportowy

17.50 Magazyn sportowy

18.25 Piłka nożna: Liga hiszpańska (live)

20.55 Piłka nożna: Liga hiszpańska (live)

23.00 Magazyn sportowy

23.30 Magazyn sportowy

0.00 Piłka nożna

POLSAT PLAY

9.10 Kolowrotek

9.40 Taaka ryba

10.10 Jedziemy na ryby!

12.15 Chłopaki do wzięcia

13.05 Zawód gлина

14.05 Budowlaniacy

15.05 Ziemiarze

16.05 Polacy za granicą

18.10 Górale

21.05 Chłopaki do wzięcia

22.00 Drwali i inne opowieści Bieszczadu

22.30 Łowca pedofiliów

23.00 Wiezienie

0.05 Tajna historia XX wieku

4.10 Starożytni kosmici

TVN TURBO

12.30 Jeździć, obserwowac

13.15 Moto combat

14.00 Zawodowi handlarze

14.45 Duda kontra Szafranski

15.30 Naprawy nie do naprawy

16.15 Prawko na świecie. Jazda bez zasad

17.00 Ciężarówka przez Chile

18.00 Mobilni mechanicy

18.45 Raport końcowy

19.10 Nic do ukrzycia

21.10 Jeździć, obserwowac

21.55 Moto kombat

22.40 Uwaga! Oszust: Ściema z ogłoszenia

23.10 Moto Factory

T V S

8.05 Przy muzyce po Śląsku

8.35 Muzyczne dzień dobry

9.35 Przy muzyce po Śląsku

10.55 Klaczy i Lachy

11.25 Muzyczne podróże

Karoliny Treli

12.20 Koncert Hansi

14.30 Śląska karuzela

16.00 Koncert zwycięz

17.50 Szlagierowa lista

19.45 Koncert w TVS

21.45 Kino TVS: Film fabularny

23.35 Śląska karuzela

1.20 Program kulinarny

2.50 Pasma ciekawostek

TRWAM

17.30 Sól ziemi

18.05 Informacje dnia

18.15 Rozmowy niedokończone

19.30 Basniowy teatr lalek

20.00 Informacje dnia

20.20 Różaniec

20.50 Myśląc Ojczyzna

21.00 Apel Jasnogórski

21.20 Informacje dnia

21.45 Stan bezpieczeństwa państwa

22.00 Mocni Jego mocą

22.30 Muzyczne chwile

22.45 Jak wygrać małżeństwo

23.00 Jak my to widzimy – z daleka widać lepiej



Zakochani powiedzą sobie „tak” podczas szalonej, kowbojskiej ceremonii.

BARWY SZCZĘŚCIA

Intryga w prezencie ślubnym

Podczas gdy państwo Stańscy będą celebrować swoją miłość w Las Vegas, Justin przeżyje piekło na ziemi. Czy uda mu się przekonać ukochaną, że nigdy jej nie zdradził?

➔ **BARWY SZCZĘŚCIA PO 25.05 godz. 20.05 TVP 2**

Karolina i Bruno (Marta Dąbrowska, Lesław Żurek) przeżyją najwspanialszy urlop w swoim życiu w Mieście Grzechu, który zakończą spontanicznym, ekspresowym ślubem w amerykańskim stylu! Oboje przebiorą się w kowbojskie stroje i w wyśmienitych humorach przysięgną sobie wieczną miłość. Wtedy zadowolona z siebie Karolina wyzna mężowi, jaką podła intrygę uknuła przeciwko Justinowi (Jasper Sołysiewicz) – spreparowała filmik, na którym Skotnicki całuje się ze swoją byłą dziewczyną (Kamila Kamińska). Reakcja Stańskiego jednak będzie daleka od jej oczekiwań. Przerazony Bruno zda sobie sprawę, że jego świeżo poślubiona żona za jego plecami popełniła przestępstwo, narażając na szwank nie tylko reputację hotelu.

Jeśli Justin zgłosi się na policję, oboje mogą wpaść w poważne kłopoty...

Hakerska robota

Tymczasem w Polsce Ola (Michalina Robakiewicz) dostanie niepokojący filmik, na którym widać, jak ukochany ją zdradza z Regimą! Choć Justin gorąco będzie zapewniał ją o swojej niewinności, podejrzewając, że zmontowany film z jego udziałem to dzieło Karoliny, Ola nie będzie chciała go słuchać. Mimo że przyjaciele również staną w obronie Skotnickiego, dziewczyna spakuje swoje rzeczy i wyprowadzi się do matki...

W następnych odcinkach Justin nie będzie chciał puścić szefowej płazem, że z premedytacją go oczerniła i doprowadziła do rozpadu jego związku. Niespodziewanie w hotelu zjawia się także Regina i Franek (Mateusz Banaś), gotowi wesprzeć go

w walce o dobre imię. Była ukochana zaoferuje nawet, że spróbuje porozmawiać z Ołą, by przekonać ją do ich wersji wydarzeń. Jako ofiary intrygi od razu zwrócą się o pomoc do Sebastiana (Marek Krupski). Niestety, Kowalski nie będzie miał dla nich dobrych wieści – filmik spreparował bowiem profesjonalista i bardzo trudno będzie udowodnić, że to fałszywka...

Znikąd pomocy?

Justin spróbuje jeszcze poszukać wsparcia u Łukasza (Michał Rolnicki). Jako profesjonalny dziennikarz śledczy i prywatny detektyw, Sadowski wraz z Celiną (Orina Krajewska) dość szybko mógłby ustalić, czy to Karolina zleciła wykonanie montażu i kto tak naprawdę z nią współpracuje. Niestety, Łukasz nie będzie zbyt skory do współpracy, zważywszy na to, że Bruno jest jego dobrym przyjacielem i nie

Czy Justinowi uda się udowodnić, że nigdy nie zdradził Oli z Regimą?

Sebastian spróbuje znaleźć dowody na to, że film z udziałem Skotnickiego jest fałszywy.

Na skutek podłej intrygi Ola postanowi zerwać z Justinem!

chce działać na szkodę jego partnerki. Tymczasem z wakacji w Stanach Zjednoczonych do Polski wrócą świeżo upieczeni państwo Stańscy... Pierwsze spotkanie Justina ze znenawidzoną szefową natychmiast doprowadzi do ostrej sprzeczki na oczach gości i pracowników hotelu. Natomiast Sadowski, gdy dowie się, że przyjaciel zdecydował się na ekspresowy ślub z Karoliną w Las Vegas, nie będzie krył swojego zaskoczenia. Zastanawiając się, skąd ten pośpiech, zacznie interesować się tą sprawą...

Na domiar złego, nadmiar stresu i szybka wyprowadzka fatalnie podziałają na zdrowie Oli. Wykończona emocjonalnie dziewczyna nagle źle się poczuje i trafi do szpitala... Na wieść o tym Justin natychmiast pojedzie zobaczyć się z ukochaną. Ale czy ona zdecyduje się wreszcie z nim szczerze porozmawiać i uwierzy w jego niewinność?

PM

**Finat
sezonu**



Artur, zamiast na konferencję, jedzie do Joanny. Świadkiem ich czułości jest Agnes.

M JAK MIŁOŚĆ

Wbrew sumieniu

**☉ M JAK MIŁOŚĆ PO 25.05
godz. 20.55 TVP 2**

Joanna (Dominika Sakowicz) i Artur (Robert Moskwa) walczą z łączącym ich uczuciem, a lekarka postanawia w końcu odejść z pracy. Tymczasem Rogowski żegna się z Marią (Małgorzata Pieńkowska) i Barbarą (Teresa Lipowska), bo wybiera się na konferencję do Poznania. Już w drodze zmienia

nagle zdanie, zawraca i pędzi właśnie do Joanny – chwytając ukochaną w ramiona i zasypuje pocałunkami, cały czas tłumacząc, że nie chce zranić żony. Lekarz nie będzie wiedział, że świadkiem tego spotkania jest Agnes (Amanda Mincewicz)... Córka Artura wraca później do Mostowiaków naprawdę wstrząśnięta, ale o niczym Marii nie wspomina. **BD**

REKLAMA

FOT. MTL Maxfilm, Puls TV

POMŚCIĆ CÓRKĘ

Bezwzględny boss

**☉ POMŚCIĆ CÓRKĘ PO 25.05
godz. 20.00 TV PULS**

Wstrzymujemy oddech, gdy dochodzą nas kolejne wieści o pogarszającym się stanie zdrowia Bruce'a Willis. Ale w tym filmie ikona kina akcji jest jeszcze w szczytowej formie.

„Pomścić córkę” (2022) opowiada historię byłego żołnierza (Clive Standen), który po zamordowaniu córki planuje krwawy odwet na

gangsterach odpowiedzialnych za tragedię. Na jego drodze staje bezwzględny boss mafii Donnie Fetter, grany przez Willis. Twórcy ani na chwilę nie zwalniają tempa. Są pościgi, strzelaniny i brutalne starcia, zaś atmosfera przypomina surowe kino zemsty z lat 80. i 90. Dla fanów 71-letniego aktora to okazja, by zobaczyć go w roli twardziela, z której uczynił swoją legendę. **MAM**



Bruce Willis jako Donnie Fetter, który terroryzuje całe miasto.

KolagenCito – inwestycja w odbudowę organizmu

Kolagen jest jednym z najważniejszych składników w organizmie, a jego niedobór może prowadzić do różnych problemów zdrowotnych.

KolagenCito – dobry wybór!

Starzejąc się, zmagamy się z rozstępami, cellulitem, zmarszczkami, opadającymi powiekami i policzkami, doskwierają kolana, łokcie, biodra, łydki, mięśnie, złamane kości. Pojawiają się kłopoty z kręgosłupem, karkiem, a włosy oraz paznokcie tracą blask. Aby starać się złagodzić skutki starzenia, można systematycznie wspierać się, stosując kola-

gen. Powinien być on wysokiej jakości, jak KolagenCito marki Reutter, mającej ponad 100 lat doświadczenia w produkcji dobroczynnych produktów. Doskonały KolagenCito zawiera aż 400 mg wysokogatunkowego kolagenu w każdej pastylce, a także odpowiednią ilość witaminy C, która wspiera proces odbudowy włókien kolagenowych. KolagenCito to doskonały eliksir mło-

dości i znakomity pomysł na prezent. To czempion wśród kolagenów! Jest w wygodnej formie podania, bez rozpuszczania, zawsze pod ręką – pastylki miękkie (3 dziennie). KolagenCito jest chroniony prawem patentowym na świecie. **Kupisz w aptekach i sklepach zielarskich w korzystnej cenie ok. 43 zł.**



**DOSTĘPNY
W APTEKACH
I ZIELARNIACH**

TVP 1 TVP 1 DV3 T2

- 6.00 **Sprawdzamy** – magazyn, Polska 2024-2026
- 6.20 **Akacyjowa 38** (864) – telenowela, Hiszpania 2015
- 7.00 **Transmisja mszy świętej z Sanktuarium Matki Bożej na Jasnej Górze**
- 7.30 **Studio Raban** – magazyn dla młodzieży, Polska
- 8.00 **Serwis Info** – program informacyjny, Polska
- 8.10 **Pogoda info**
- 8.20 **Okrasa łamie przepisy** – magazyn kulinarny, Polska 2024
- 9.00 **Ranczo 3** (38): Złoty deszcz – serial obyczajowy, Polska 2008
- 10.00 **Komisarz Alex 4** (47) – krym., Polska 2013
- 11.00 **Ojciec Mateusz 12** (153) – krym., Polska 2014
- 12.00 **Serwis Info** – program informacyjny, Polska
- 12.10 **Agrobiznes** – magazyn rolniczy
- 12.30 **Agropogoda**
- 12.40 **Rok w ogrodzie extra**
- 12.55 **BBC w Jedynie: Planeta zmian** (2-ost.) – film dokumentalny, USA 2022. Liz Bonnin analizuje nasilające się w Kalifornii pożary. Naukowcy przewidują koniec zrównoważonego ekosystemu w tym rejonie. **65 min**
- 14.00 **Złoty chłopak** (297) – serial obyczajowy, Turcja 2022
- 15.00 **Serwis Info** – program informacyjny, Polska
- 15.15 **Reporteryzy** – magazyn reporterów
- 15.35 **Gra słów. Krzyżówka** – teleturniej, Polska 2019-2026
- 16.05 **Dziedzictwo** (929) – serial obyczajowy, Turcja 2020
- 17.00 **Teleexpress, Pogoda**
- 17.25 **Jaka to melodia?** – teleturniej muzyczny
- 18.00 **Klan** (4722) – telenowela, Polska 2026 (patrz obok)
- 18.35 **Akacyjowa 38** (875) – telenowela, Hiszpania 2015
- 19.30 **Program informacyjny 19.30**
- 19.55 **Pytanie dnia** – program publicystyczny, Polska 2026



18.00 **TELENOWELA**

Klan (4722)
Skoczek nieustannie udziela rad Toli, która narzeka na nadopiekuńczość ojca. Jerzemu trudno znieść samotność. Po południu odwiedza Pawła (Tomasz Stockinger, zdj.) i Wigę (Dorota Kamińska, zdj.), by nie wracać do pustego domu. W Rosso zjawia się Daniel. **35 min**



20.30 **WIDOWISKO**

Fryderyk 2026 – Gala Muzyki Rozrywkowej (1, 2)
Już po raz 32. rozdanie zostaną najważniejsze polskie nagrody muzyczne. Poznamy artystkę roku oraz laureatów w 13 innych kategoriach. Wręczone będą także wyróżnienia specjalne. Jedno z nich trafi m.in. do zespołu Lady Pank z Januszem Panasiewiczem (zdj.) na czele. **140 min**

TVP 2 TVP 2 DV3 T2

- 4.30 **Na dobre i na złe** – serial obyczajowy, Polska 2023
- 5.30 **M jak miłość** (1762) – serial obyczajowy, Polska 2023
- 6.25 **Rodzina (nie od) święta**: Nierówny podział obowiązków w małżeństwie – jak znaleźć równowagę? – magazyn religijny, Polska 2026
- 6.55 **Barwy szczęścia** (3386) – serial obyczajowy, Polska 2026
- 7.30 **Pytanie na śniadanie – pobudka** – magazyn, Polska 2026
- 7.55 **Pytanie na śniadanie**
- 11.40 **Okrasa łamie przepisy** – magazyn kulinarny, Polska 2026
- 12.15 **Kolekcja**: Wojciech Fangor – cykl felietonów, Polska 2025
- 12.30 **Koło fortuny** – teleturniej, Polska 2024
- 13.15 **Panna młoda** (104) – serial obyczajowy, Turcja 2024
- 14.05 **Va banque** – teleturniej, Polska
- 14.35 **Na sygnale** (909): Kamper – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2026
- 15.05 **La Promesa – pałac tajemnic** (397) – serial obyczajowy, Hiszpania 2022. Jana decyduje się wyznać Manuelowi prawdę na temat swojej przeszłości. Pelayo traci transport broni i popada w konflikt ze współnikami. Z kolei Lorenzo przejmując inicjatywę w negocjacjach z Cavendishem. **55 min**
- 16.00 **Koło fortuny** – teleturniej, Polska 2024
- 16.35 **Familiada** – teleturniej
- 17.20 **Panna młoda** (105) – serial obyczajowy, Turcja 2024 (patrz obok)
- 18.15 **Va banque** – teleturniej, Polska
- 18.50 **Jeden z dziesięciu** – teleturniej
- 19.25 **Barwy szczęścia** (3386) – serial obyczajowy, Polska 2026
- 19.55 **Domowe patenty 2** (6) – magazyn poradnikowy, Polska 2026



17.20 **OBYCZAJOWY**

Panna młoda (105)
Gülsüm odkrywa tajemnicę związaną z ciążą. Postanawia wykorzystać to do szantażu. Hancer (Talya Çelebi, zdj.) nie opuszcza Cihan (Cenay Türksever, zdj.). Czekają, aż odzyska on przytomność. Sinem wyznaje Bezyze, że zamierza powiedzieć Cihanowi prawdę. **55 min**



20.55 **OBYCZAJOWY**

M jak miłość (1936)
Dorota i Bartek mają powód do radości. Decyzją sądu Franek dołączając oficjalnie do ich rodziny. Joana (Dominika Sako-wicz, zdj.) postanawia odejść z przychodni. Artur (Robert Moskwa, zdj.) wyznaje jej miłość. Daria, była partnerka Mikołaja, demuluje mu samochód. Potem zjawia się u niego z pistoletem w rękę. **60 min**

- 20.05 **Barwy szczęścia** (3387) – serial obyczajowy, Polska 2026
- 20.40 **Kulisy serialu „M jak miłość”** – cykl felietonów, Polska
- 20.55 **M jak miłość** (1936) – serial obyczajowy, Polska 2026 (patrz obok)
- 21.55 **Na sygnale** (910, 911) – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2026
- 22.55 **Okrutna miłość** (3, 4-ost.) – serial kryminalny, Wielka Brytania 2025 (patrz obok)
- 0.45 **Szef roku** – komedia, Hiszpania 2021, reż. Fernando León de Aranoa, wyk. Javier Bardem
- 2.45 **Cztery pory roku w Hawanie** (7) – serial kryminalny, Kuba/Hiszpania 2016
- 3.40 **Rodzinka.pl** – serial kom., Polska 2025 **▶ 4.05**

POLSAT DV3 T2

- 4.40 **Disco Gramy** – program muzyczny, Polska 2026
- 5.25 **Telezakupy TV Okazje**
- 6.00 **Nowy dzień z Polsat News** – program informacyjny
- 8.30 **Malanowski i partnerzy** (272, 273): Przeszłość ma znaczenie; Oddajcie mi męża – serial fab.-dokumentalny, Polska 2011
- 9.30 **Trudne sprawy** (918, 919) – serial paradokumentalny, Polska 2020
- 11.35 **Gliniarze** (796-798) – serial paradokumentalny, Polska 2023
- 14.40 **Dlaczego ja?** (1574): Przyjaciółki – serial paradokumentalny, Polska 2026
- 15.50 **Wydarzenia**
- 16.15 **Pogoda**
- 16.20 **Interwencja** – magazyn reporterów
- 16.30 **Na ratunek 112** (1171) – serial paradokumentalny, Polska 2026
- 17.00 **Gliniarze** (1211): Wysoka cena – serial paradokumentalny, Polska 2026. Natalia oraz Kuba wyjaśniają okoliczności pobicia hotelowej recepcjonistki. Była partnerka poszkodowanej w przeszłości dopuszczała się agresywnych zachowań. Sprawa jest jednak bardziej skomplikowana. **60 min**
- 18.00 **Pierwsza miłość** (4223) – serial obyczajowy, Polska 2026. Melka i Laura dowiadują się o zaginięciu bezdomnego Marcinka. Piotrek pomaga im sprawdzić, czy ktoś w ogóle zgłosił tę sprawę organom ścigania. Marek żąda usunięcia Julity i Floriana ze stażu w klinice. **50 min**
- 18.50 **Wydarzenia**
- 19.15 **Gość „Wydarzeń”** – program publicystyczny
- 19.25 **Smak na każdą kieszeń** (1) – magazyn kulinarny, Polska 2026 (patrz obok)
- 19.35 **Sport, Pogoda**
- 19.55 **Milionerzy** – teleturniej, Polska 2026



19.25 **KULINARNY**

Smak na każdą kieszeń (1)
Jurek Sobieniak (zdj.) dzieli się kulinarnymi pomysłami. Przyrządza wiosenne saganaki, czyli pieczony ser kanapkowo-sałatkowy. Proponuje również łososia w sosie herbacianym. Widzowie poznają nie tylko przepisy, lecz także orientacyjny koszt każdego dania. **10 min**



20.30 **SENSACYJNY**

Szybko i wściekle
Dominic Toretto (Vin Diesel) prowadzi śledztwo dotyczące śmierci ukochanej. Sądzi, że została zabita. Trafia na trop króla heroiny. Podczas organizowanego przez mafiosa wyścigu samochodowego spotyka dawnego znajomego, agenta O'Connora (Paul Walker, zdj.). Łączy z nim siły przeciw wspólnemu wrogowi. **145 min**

- 20.10 **Sport, Pogoda**
- 20.30 **Fryderyk 2026 – Gala Muzyki Rozrywkowej** (1, 2) – widowisko, Polska 2026 (patrz obok)
- 22.50 **Uwolnieni. Wolność zaczyna się w sumieniu** – film dokumentalny, Polska 2025 (patrz obok)
- 23.55 **Balans bieli** – program religijny, Polska 2023-2026
- 0.35 **Raport Pileckiego** – dramat biograficzny, Polska 2023, reż. Krzysztof Łukaszewicz, wyk. Przemysław Wyszyński, Paulina Chapko, Mariusz Jakus, Karol Wróblewski
- 2.35 **Ostatnia akcja** – komedia sensacyjna, Polska 2009, reż. Michał Rogalski, wyk. Jan Machulski
- 4.05 **Raport specjalny** – magazyn, Polska 2024-2026 **▶ 4.55**



22.50 **DOKUMENT**

Uwolnieni. Wolność zaczyna się w sumieniu
Grzegorz przez 12 lat przebywał w zakładach karnych. To tam rozpoczął się jego proces przemiany. Kluczowym momentem było spotkanie z ateistą. **65 min**

- 20.30 **Megahit: Szybko i wściekle** – film sensacyjny, USA/Japonia 2009, reż. Justin Lin, wyk. Vin Diesel, Paul Walker, Jordana Brewster, Michelle Rodriguez (patrz obok)
- 22.55 **Siedmiu wspianiałych** – western, USA/Australia 2016, reż. Antoine Fuqua, wyk. Denzel Washington, Chris Pratt, Ethan Hawke, Peter Sarsgaard (patrz obok). Remake westernu z 1960 r., który został zainspirowany „Siedmioma samurajami” Akiry Kurosawy. Za kamerą stanął reżyser „Dnia próby” – filmu, który zapewnił Denzelowi Washingtonowi Oscara. **170 min**
- 1.45 **Kung-fu szaf** – komedia sensacyjna, Chiny/Hongkong/USA 2004, reż. Stephen Chow
- 3.55 **Ewa gotuje** (552) – magazyn kulinarny, Polska 2025



22.55 **WESTERN**

Siedmiu wspianiałych
XIX w. Bandyci terroryzują mieszkańców Rose Creek. Wdowa po jednym z zabitych próbuje o pomoc Chisolma (Denzel Washington, zdj.). Ten zbiera grupę odważnych wojowników. **170 min**

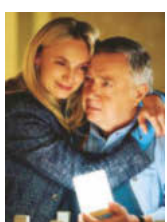
TVN DV3 T2

TVN DV3 T2

TV PULS DV3 T2

TVN 7 DV3 T2

- 5.40 Uwaga!** – magazyn reporterów
- 5.55 Ukryta prawda** (1648) – serial paradokumentalny, Polska 2024
- 6.50 Kuchenne rewolucje** (13) – program rozrywk., Pol. 2025
- 7.45 Dzień Dobry TVN** – magazyn
- 11.20 Doradca smaku** (36) – magazyn kulinarny, Polska 2026
- 11.25 Kuchenne rewolucje** (11, 8) – program rozrywkowy, Pol. Magda Gessler odwiedza lokal, który Damian i Paweł prowadzą od kilku miesięcy w Grudziądzu. Ubolewają oni, że z pracy w tym miejscu zrezygnowało aż sześciu kucharzy. **135 min**
- 13.40 Ukryta prawda** (1617, 1618, 1692) – serial paradokumentalny, Polska Wiktoria samotnie wychowuje 13-letniego Filipa. Chłopak staje się napastliwy. Niebawem matka jest świadkiem, jak syn kłóci się z kimś w łazience, ale nikogo oprócz niego tam nie ma. **190 min**
- 16.50 Szpital św. Anny** (32) – serial obyczajowy, Polska 2025
W trakcie dyżuru Zosię odwiedza zaniepokojona matka, martwiąca się doniesieniami o molestowaniu córki przez Wronskiego. Maciek spędza dzień z synem Okiem, który kończy siedem lat. **65 min**
- 17.55 Detektywi** (329) – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2026
Do biura śledczych ktoś podrzuci bombę. Dębosz zarządza ewakuację, a teren zabezpiecza ekipa łabajja. Pirotechnicy rozbijają ładunek. Trop prowadzi do byłego członka sekty Komuna Dobra. **65 min**
- 19.00 Fakty**
- 19.35 Sport**
- 19.40 Raport Roland Garros** (2) – program sportowy, Polska 2026
- 19.45 Pogoda**
- 19.55 Uwaga!** – magazyn reporterów
- 20.15 Na Wspólnej** (4217) – serial obyczajowy, Polska 2026 (patrz obok)
- 20.50 Bitwa o gości** (12-ost.) – reality show, Polska 2026 (patrz obok)
- 22.00 Sanktuarium** – dramat przygodowy, USA/Australia 2011, reż. Alister Grierson, wyk. Ioan Gruffudd, Rhys Wakefield, Alice Parkinson, Daniel Wyllie (patrz obok)
- 0.10 Ponad horyzont** – film przygodowy, USA 2021, reż. Andrew Stevens
- 2.10 Co za tydzień** – mag., Polska
- 2.45 Szpital św. Anny** (97) – serial obyczajowy, Pol. 2026
- 3.45 Uwaga!** – mag. reporterów
- 4.00 CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 12** (11) – serial kryminalny, USA 2012
- 5.00 Nauka jazdy 5** (19) – pr. rozrywk., Polska 2022



20.15 OBYCZAJOWY
Na Wspólnej (4217)
Po zdemaskowaniu kłamstw Kaliny Tadeusz znikną. Zakochani planują zemstę na Łukaszu. Czekają pod jego domem z nożem. Jarek nawiązuje romans w pracy. Roman i Honorata chcą wprowadzić się od Włodka (Mieczysław Hryniewiecki, zdj.). On planuje wyjazd do Marii. **35 min**



20.50 REALITY SHOW
Bitwa o gości (12-ost.)
Ostatni uczestnicy tego sezonu programu staną do walki o tytuł najlepszego gospodarza. Wzajemnie oceniają, ile zapłaciłoby za nocleg w danym miejscu, a następnie porównują swoje oczekiwania z rzeczywistością. Zwycięzca zostaje gospodarzem, który zdobędzie największy zysk. **70 min**

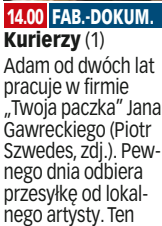


22.00 PRZYGODOWY
Sanktuarium
Frank (Richard Roxburgh, zdj.) wraz z grupą pletwonurków eksploruje największy system jaskiń na świecie. Gdy burza oddcina im wyjście na powierzchnię, odkrywcy muszą zmierzyć się z żywiołem. **130 min**

- 6.00 Policjanci z Miami** (19, 20): Stworzeni dla siebie; Włamywacze – serial kryminalny, USA 1985
- 8.00 Kobra – oddział specjalny** (11, 12): Krwawa forsa; Bunt – serial sensacyjny, Niemcy 2015
- 10.00 Triumf miłości** (161, 162) – serial obyczajowy, Meksyk 2010 (patrz obok)
- 12.00 Nie igraj z aniołem** (81) – serial obyczajowy, Meksyk 2008
Juan Miguel odkrywa, że Humberto kocha Rocío, co więcej – planuje z nią ślub. Cecilia błaga Patricka, by pojechał z nią na spotkanie z córką. Juan Miguel jest przesłuchiwany przez policję. **60 min**
- 13.00 Wspaniałe stulecie** (15) – serial kostiumowy, Turcja 2012-2013
- 14.00 Kurierzy** (1) – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2023 (patrz obok)
- 15.00 Lombard. Życie pod zastaw 13** (718, 719) – serial obyczajowy, Polska 2023
Baśka jest samotną matką. Aby związać koniec z końcem, świadczy usługi seksualne. Klient Zbyszek dotkliwie ją bije. Kobieta trafia do szpitala. W placówce medycznej spotyka Grażynkę. **120 min**
- 17.00 Kurierzy** (2) – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2023
Jan zwalnia kuriera, gdy wychodzi na jaw, jak ten obchodzi się z paczkami klientów. Za rekomendacją Adama szef zatrudnia Romana, pracownika lombardu na Cichej. Ten chce sobie dorobić. **60 min**
- 18.00 Lombard. Życie pod zastaw 18** (1009, 960) – serial obyczajowy, Polska 2026
Diler Mazur jest poważnie zadłużony u szefa, który wydaje na niego wyrok śmierci. Najemnicy podkładają pod jego auto bombę. Mazur jedzie do lombardu, żeby zastawić samochód... **120 min**



10.00 OBYCZAJOWY
Triumf miłości (161, 162)
Między Maximiliano (William Levy, zdj.) a Jimeną dochodzi do kłótni. Później Fausto zdradza mężczyznę, że Bernarda była zamieszana w porwanie ich synka. To nie koniec złych wiadomości. Kobieta jest bowiem winna też innych licznych przestępstw. **120 min**



14.00 FAB-DOKUM.
Kurierzy (1)
Adam od dwóch lat pracuje w firmie „Twoja paczka” Jana Gawreckiego (Piotr Swedes, zdj.). Pewnego dnia odbiera przesyłkę od lokalnego artysty. Ten akurat robi odważne zdjęcia modelce Luizie. Tymczasem jedna z paczek pozostawiona w lokalnym sklepie wybudza szczególnie zainteresowanie policyjnego psa. **60 min**

- 20.00 Pomścić córkę** – film sensacyjny, USA 2022, reż. Jared Cohn, wyk. Bruce Willis, Clive Standen, Mike Tyson (patrz obok)
Ostatnia rola Bruce'a Willisa przed aktorską emeryturą. W jednej z ról wystąpił Clive Standen, ceniony m.in. za występ w „Wikingach” czy „Evereście”. **120 min**
- 22.00 Kroczać wśród cieni** – dramat kryminalny, USA 2014, reż. Scott Frank
- 0.10 Służby specjalne** – film sensacyjny, Polska 2014, reż. Patryk Vega
- 2.40 Dzielnica strachu 10** (476) – serial kryminalny, Polska 2025-2026
- 3.40 Lombard. Życie pod zastaw 18** (1005) – serial obyczajowy, Polska 2026
- 4.35 Zobacz to!**



20.00 SENSACYJNY
Pomścić córkę
Były żołnierz marines William mieszka w spokojnej dzielnicy w stanie Georgia. Jego córka Kat zostaje zamordowana przez synów wplywowego Fettera (Bruce Willis, zdj.). Ojciec układa plan odwetu. **120 min**

- 5.20 Ten moment** (21) – serial paradokumentalny, Polska 2015-2016
- 5.55 Szkoła** (672-674) – serial paradokumentalny, Polska 2019
- 8.45 Ukryta prawda** (1303, 1376, 1377) – serial paradokumentalny, Polska 2013
- 11.55 W-11 – Wydział Śledczy** (996-998) – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2013
- 14.00 Detektywi** (89): Dziwny wypadek – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2024
Śledczy szukają kierowcy, który śmiertelnie potrącił rowerzystę. W kręgu podejrzanych jest mężczyzna, który stracił prawo jazdy. **60 min**
- 15.00 Szpital św. Anny** (125) – serial obyczajowy, Polska 2026
Strecker musi stawić się na przesłuchanie. Na ostry dyżur trafia nieprzytomny trzydziestolatek. Zostaje przy nim znalezione oświadczenie o braku zgody na transfuzję. **60 min**
- 16.00 Sędzia Anna Maria Wesołowska 6** (16, 17) – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2019
Marian zostaje oskarżony o nielegalną uprawę konopi indyjskich oraz handel marihuaną. Mężczyzna przyznaje się do winy. Jego pracownik uważa jednak, że robi to, by chronić syna. **120 min**
- 18.00 Sekrety życia** (25) – serial paradokumentalny, Polska 2023
Agnieszka, pomimo utraty pracy, wydaje pieniądze i popada w długi. Przypadkiem poznaje producenta filmowego. Widzi w znajomości szansę rozwiązania swoich problemów finansowych. **60 min**
- 19.00 Ukryta prawda** (1496) – serial paradokumentalny, Polska 2023
Biznesman Jacek ma partnerkę i roczną córkę. Prowadzi własną firmę, która zajmuje się produkcją odzieży sportowej. Rodziny spokój burzy zniknięcie dziecka. **60 min**
- 20.00 41 dni nadziei** – dramat przygodowy, USA/Islandia/Hongkong 2018, reż. Baltasar Kormákur, wyk. Shailene Woodley, Sam Claflin, Jeffrey Thomas, Grace Palmer (patrz obok)
- 22.10 Sposób na teściową** – komedia romantyczna, Niemcy/USA 2005, reż. Robert Luketic, wyk. Jennifer Lopez, Jane Fonda, Michael Vartan, Monet Mazur (patrz obok)
- 0.15 W nowym zwierciadle: Wakacje** – komedia, USA 2015, reż. John Francis Daley, wyk. Ed Helms, Christina Applegate, Skyler Gisondo, Steele Stebbins (patrz obok)
- 2.20 Mówię Wam 4** (14) – pr. kult.
- 3.25 Żyjąc z potworem 7** (14) – serial dokumentalny
- 4.15 Fachowcy** (11) – serial paradokumentalny, Pol. 2017



20.00 PRZYGODOWY
41 dni nadziei
Rok 1983. Tami (Shailene Woodley, zdj.) i Richard (Sam Claflin) wyruszają w rejs przez Pacyfik. Gdy nadchodzi huragan, łódź zostaje zniszczona, a ranny mężczyzna nie może dalej żeglować. Jego towarzyska próbuje przepłynąć ocean na pokładzie roztrzaskanego jachtu. **130 min**



22.10 KOMEDIA
Sposób na teściową
Charlie (Jennifer Lopez, zdj.) wreszcie spotyka mężczyznę swoich marzeń (Michael Vartan, zdj.). Wkrótce poznaje jego chimeryczną matkę Wiołę (Jane Fonda), która ma zadatki na najgorszą teściową na świecie. Obdarzone silną osobowością kobiety zachwycają się sobą rywalizować. **125 min**



0.15 KOMEDIA
W nowym zwierciadle: Wakacje
Griswoldowie jadą do parku rozrywkowego Rusty (Ed Helms, zdj.) ma nadzieję, że wyprawa umocni jego relację z żoną (Christina Applegate) i synami. Nie wszystko idzie zgodnie z planem. **125 min**

TVP 3 TVP 3 DVB-T

10.00 Złoty chłopak (157)
 11.00 Regiony na TAK – mag.
 11.30 Wiosna na ROD'os
 12.00 Ktokolwiek widział, ktokolwiek wie – mag.
 12.30 Okrasa łamie przepisy
 12.30 Agrobiznes – mag.
 13.30 Rozmowy (nie) wygodne – pr. publicyst.
 14.10 Całkiem niezła historia
 14.30 Program informacyjny 14.30
 15.00 Koronka do Miłosierdzia Bożego – pr. religijny
 15.20 Serwis Info Dzień – inf.
 15.30 Program lokalny
 19.30 Dlaczego krowa...
 19.45 Kryminalna siódemka
 20.00 Dziennik regionów
 20.13 Gość Regionów – publ.

TVP POLONIA TVP POLONIA

14.10 Kulturalni – magazyn
 15.00 Serwis Info – pr. inform.
 15.10 Kiedyś to było... – mag.
 15.40 Hity i historie gwiazd
 16.00 Zaraz wracam 2 (87) – serial obycz., Pol. 2025
 16.30 Barwy szczęścia (3313)
 17.00 Teleexpress
 17.20 Gra słów. Krzyżówka
 17.50 Teleexpress Extra – inf.
 18.15 Słownik polsko@polski (691) – talk-show, Polska
 18.45 Panorama
 19.20 Myśliciele – sylwetki polskie (19)
 19.30 Program informacyjny 19.30
 19.55 Pytanie dnia – pr. publ.
 20.10 Sport, Pogoda
 20.20 Program rozrywkowy

TV 4 DVB-T2

6.00 Strażnik Teksasu (19, 20) – serial sensacyjny
 7.55 Bogaty dom – biedny dom (118) – reality show, Polska 2024
 8.55 Policjanci i Policjanci (444, 445) – serial obyczajowy, Polska 2018
 10.55 Na ratunek 112 (1172, 471) – serial paradokumentalny, Polska
 11.55 Dlaczego ja? (1531, 1532) – serial paradokumentalny, Pol. 2026
 13.55 Trudne sprawy (1292-1294) – serial paradokumentalny, Polska
 16.55 Łowcy skarbów. Kto da więcej? (533) – reality show, Polska 2025

PULS 2 DVB-T2

8.30 Myszka Miki: Frajdomek 2 – anim.
 8.50 Masza i Niedźwiedź 5
 9.20 Bing – serial animowany
 9.35 Basia – serial animowany
 10.00 Język i Przyjaciele
 10.25 Spidey i superkumple
 11.25 Dinopociąg 3 – anim.
 11.55 Smerfy – serial anim.
 13.00 Mumie 6 – serial anim.
 14.00 Kacze opowieści
 15.00 Miraculous: Biedronka i Czarny Kot 4 – anim.
 16.00 Finaes z i Ferb 2 – anim.
 17.00 Marta mówi 2 – anim.
 17.35 Superkoty – serial anim.
 18.00 Blue – serial animowany
 18.15 Bing – serial animowany
 18.45 Masza i Niedźwiedź 5
 19.00 Kacze opowieści

TVP ROZRYWKI TVP ROZRYWKI

6.10 Zakochaj się w Polsce (207) – magazyn
 6.40 Gra słów. Krzyżówka
 7.10 Okrasa łamie przepisy
 8.15 Familiada – teleturniej
 8.50 Va banque – teleturniej
 9.25 Kolo fortuny – telet., Pol.
 9.55 Program rozrywkowy
 10.05 Makłowicz w podróży
 10.45 Postaw na milion
 12.35 Familiada – teleturniej
 13.15 Tygrysy Europy (6)
 14.15 Rodzinka.pl (157, 158)
 15.25 Program rozrywkowy
 15.50 Kocham Cię, Polsko! (11) – pr. rozr., Pol. 2026
 17.25 Va banque – teleturniej
 18.00 Kolo fortuny – telet., Pol.
 18.40 Okrasa łamie przepisy
 19.45 Makłowicz w podróży

TTV HD DVB-T2

5.00 Złomowisko PL (1)
 6.00 Express – pr. inform.
 6.20 DeFacto 14 (9)
 6.50 Diabelnie boskie 2 (16)
 7.20 Ukryta prawda (1188) – serial paradokumentalny
 8.20 Kartoteka 9 (21, 22) – serial fabularno-dokum.
 10.30 Detektywi (235, 325)
 12.30 Zakup w ciemno 3 (11)
 13.30 Zakup w ciemno 4 (10)
 14.30 Kartoteka 5 (5)
 16.45 Express – pr. inform.
 16.58 Pogoda, Sport
 17.05 Idź na całość 2 (25)
 18.05 Zakup w ciemno extra (12) – reality show, Polska
 18.45 Damy i wiesniaczki. PL 8 (14) – fab.-dok., Pol.
 19.45 Express, Pogoda – inf.



20.30 Kryminalna siódemka
 W programie prezentowane są głośne sprawy kryminalne. Widzowie zobaczą brawurowe akcje policji, zagadkowe procesy oraz widowiskowe pociągi. 30 min
21.00 Program lokalny
22.00 Dziennik regionów
22.30 Złoty chłopak (158) – serial obycz., Turcja 2022
23.30 Kryminalna siódemka
23.55 Panorama
0.25 Program informacyjny 19.30
0.45 Panorama dnia – pr. inf.
1.20 Kryminalna siódemka
1.40 Dziedzictwo (813)
 TVP 3 jest wspólnym pasmem programowym lokalnych stacji telewizyjnych: Białystok, Bydgoszcz, Gdańsk, Katowice, Kraków, Lublin, Łódź, Poznań, Rzeszów, Szczecin, Warszawa, Wrocław



20.30 Fryderyk 2026 – Gala Muzyki Rozrywkowej (1, 2) – Polska 2026
 Już po raz 32. wręczone zostaną najważniejsze polskie nagrody muzyczne. Poznamy laureatów w 14 kategoriach. Wśród nominowanych znalazła się Daria Zawiałow (zdj.). 130 min
22.40 „Twarze w lustrach”
23.15 Panorama
23.45 Kod bezpieczeństwa
0.15 Moda na język polski (51) – magazyn
0.40 Zaraz wracam 2 (87)
1.10 Opowieści z Greenpointu (7)
1.30 Program informacyjny 19.30



18.00 Policjanci i Policjanci (1430, 1431) – Pol. 2026
 Miłosz i Emilia ruszają na patrol. Góral odbiera paczkę adresowaną do Nadziej. Wkrótce stróża prawa interweniuje w sprawie odurzonego 10-letniego Antka. 120 min
20.00 Uroczysko (257) – krym.
20.30 Sprawiedliwi – Wydział Kryminalny (1036) – krym., Pol. 2026
21.30 Sprawiedliwi. Trójiństwo (153) – krym.
22.40 Nikita – dram. sens., FILM: Francja/Włochy 1990
1.00 Love Island. Wyspa miłości (47)
2.00 Hardkorowy lombard (3) – serial dokumentalny



20.00 Lombard. Życie pod zastaw 18 (998)
 Edward zaparkował kamper w niedozwolonym miejscu. Gdy Moczyłos zwraca mu uwagę, kuzyniem Barbskiego wdaje się z nim w spor. Jędrzej prosi Łandę o rozmowę, ale ta nie chce go widzieć. 60 min
21.00 Dzielnica strachu 10 (443, 444) – serial krym.
23.00 Wskazywane choroby 7 (1, 2) – dok., Wlk. Bryt.
1.00 Lombard. Życie pod zastaw 12 (616) – obycz.
2.00 Lombard. Życie pod zastaw 9 (452) – obycz.
3.00 Lombard. Życie pod zastaw 4 (156) – obycz.
4.00 Niesamowite! (17, 18)



20.25 Postaw na milion
 W każdej grze bierze udział dwoje uczestników. Na wstępie dostają milion złotych. Jeśli chca zabrac pieniądze do domu, ich zadaniem jest tylko bezbiednie odpowiedzieć na osiem pytań. 105 min
22.10 Rodzinka.pl (36) – kom.
22.50 Cafe Fogg (1, 2) – widowisko, Polska 2026
0.55 Kolo fortuny – telet., Pol.
2.15 Kabaret. Super Show Dwójki (1) – pr. rozr., Pol.
3.20 Do śmiechu! (62) – rozr.
4.10 Program rozrywkowy
4.40 Wyspa dzieci, czyli muzyczny spadkobiercy zespołu 2 plus 1 (1) – koncert, Polska 2025



20.05 Zakup w ciemno 7 (9)
 W Sokolowie na handlarzy czekają palety z atrakcyjnym towarem. Licytacja zaczyna się od 2250 zł. W Radomiu można wzbogacić się na akcesoriach podróżniczych. Wyjściowa cena to 1100 zł. 60 min
21.05 Zakup w ciemno extra (8) – reality show, Polska
21.45 Express, Pogoda – inf.
22.00 Gogglebox. Przed telewizorem 24 (14) – pr. rozrywk., Pol. 2026
23.20 Gogglebox. Przed telewizorem 21 (5)
0.20 Ciężarówka przez Indie (7) – serial dokum.
1.20 Damy i wiesniaczki. PL 8 (12) – fab.-dok., Pol.

TVP 3 TVP 3 PROGRAMY LOKALNE

BIAŁYSTOK 17.15 DorastaMy **17.30** Poczta 17.40 Tamte lata, tamte dni **18.10** Podlaskie historie **18.20** Nasz Białystok jest EKO **18.30** Obiektu 18.50 Gość „Obiektu w” **19.00** Sport, Pogoda **19.10** Rezonans polityczny **21.00** Tym żyje wies **21.20** Gość „Obiektu w” **21.30** Obiektu **BYDGOSZCZ 17.30** Raport naukowy **17.30** Studio polityka **18.15** Liga na skróty **18.30** Zbliżenia **19.00** Rozmowa dnia **19.20** Razem dla regionu **21.00** Rozmowa dnia **21.20** Ekspert ZUS odpowiada **21.30** Zbliżenia **21.45** Sport, Pogoda **GDANSK 16.45** Droga **17.30** Zawodowy **17.50** Och, ta polityka **18.30** Panorama **19.00** Świat nie jest taki zwy **21.00** Reportaż TVP **GDANSK 21.30** Panorama **KATOWICE 16.46** Dej pozor **17.15** Nasza strona miasta **17.30** Dzień z bliska **17.50** Święta wojna **18.15** Protokół rozbieżności **18.30** Aktualności **18.55** Pogoda, Sport **19.10** Gramy dla was **21.15** Protokół rozbieżności **21.30** Aktualności **KRAKÓW 16.48** Kadry z przeszłości. Archiwum TVP **KRAKÓW 17.06** Pelnosprawny **17.30** Magazyn medyczny **17.45** Początek tygodnia **18.30** Kronika **18.55** Tematy dnia **19.13** Tarnowska kronika filmowa **21.03** Wykrzywacz kłamstw **21.30** Kronika **21.45** Tematy dnia **LUBLIN 16.50** Miłego popołudnia **17.55** Reportaż. Z Lubelskiego **18.10** Studiuj w Lublinie **18.30** Panorama lubelska **19.00** Magazyn sportowy **21.02** 12.09 Jesteś **21.15** Gość „Panoramą” **21.30** Panorama lubelska

ŁÓDŹ 17.15

17.15 Prosto z lasu **17.30** Agroexpress **17.45** Polityczna dogrywka **18.15** Reportaż **18.30** Łódzkie wiadomości dnia **18.50** Sport, Pogoda **19.00** Pracownia reportażu **21.00** Słodko gorzka **21.15** Idź się zbadać **21.30** Łódzkie wiadomości dnia **POZNAŃ 17.00** Wspólne popołudnie **17.30** Teleskop **17.45** Wspólne popołudnie **18.30** Teleskop **19.02** Pociąg do Wielkopolski **19.19** Zauki ziemiasia **21.01** Sportowy weekend **21.30** Teleskop **RZESZÓW 17.00** Konkrety i opinie **17.59** Podkarpackie destynacje kulinarne z historią w tle **18.14** Odkrywamy Podkarpackie **18.30** Aktualności **19.01** Sport – wydarzenia i komentarze **21.00** Wykrzywacz kłamstw **21.31** Aktualności **SZCZECIN 17.30** Przeglą tygodnia **17.45** Młodzi – mamy głos **18.30** Kronika **18.52** Wokół nas **19.00** Magazyn sportowy **21.00** Wokół nas **21.08** Barka **21.30** Kronika **21.50** Rozmowa dnia **WARSZAWA 16.58** Dobrego dnia **17.21** Spacerowym okiem **17.35** Reagujemy **18.00** Zawsze na temat **18.30** TKW **18.41** Kurier Mazowiecki **18.58** Z boisk i stadionów **19.16** Filmowe spotkania **21.00** Kościół z bliska **21.30** Kurier Warszawy i Mazowsza **WROCLAW 17.09** Magazyn Dolnośląski **17.31** Musimy porozmawiać **18.14** Szlachetne zdrowie **18.30** Fakty **18.58** Rozmowa „Faktów” **19.11** Przyszłość jest teraz **21.02** Dlaczego krowa... **21.16** Rozmowa „Faktów” **21.30** Fakty

TVP HD

8.55 Ojciec Mateusz 14 (176, 177) – krym., Pol. 2015
10.45 Gra słów. Krzyżówka
11.20 Na sygnale (571, 572)
12.25 Ojciec Mateusz 3 (33)
13.20 Komisarz Alex 22 (278)
14.15 Ranczo 8 (97, 98) – obycz.
16.10 Gwiazdorska kuchnia Ani 2 – magazyn kulinarny
16.40 Tańcząca ze światem – Maroko – magazyn
17.10 Okrasa łamie przepisy
17.45 Makłowicz w podróży
18.20 Ojciec Mateusz 21 (275)
19.20 Ranczo 10 (122) – obycz.
20.10 Rodzinka.pl (310, 311)
21.25 Ojciec Mateusz 32 (418)
22.20 Colombiana – dram. FILM: sensacyjny, USA/Fr. 2011
0.20 Bo oszalełam dla niej – komediodramat, Pol. 1980

TVP KULTURA TVP KULTURA

10.00 Zmienności (2) – kom., Pol.
11.10 Pienienni z Rochefort – musical, Francja 1967
13.25 Miles Davis i jego muzyka – film dokum., USA
15.30 U Pana Boga za pleciem – komedia, Polska 1998
17.20 Zmienności (3) – kom., Pol.
18.25 Tygodnik kulturalny
19.25 Poszukiwacze zaginionych dzieł sztuki (12) – serial dok., Wlk. Bryt.
20.00 W obliczu śmierci – film FILM: sens., Wlk. Bryt./USA 1987
22.20 Porozmawiajmy szczerze – magazyn kult.
23.00 Misja – dram. historyczny, FILM: Wielka Brytania 1986
1.05 Dzień z życia artysty
1.35 Wybuch – thriller, USA
FILM 1981, reż. Brian De Palma

afena ANTENA HD DVB-T2

10.35 Co Polak potrafi na drodze? (16) – rozr., Pol.
11.40 Kabareto wyśzał – rozr.
12.40 Winnie miłości (58)
13.50 Wojciech Cejrowski – boszo przez świat (83, 84) – cykl reportaży, Pol.
14.55 Cieńżarówka przez śnieg 2 (6, 7) – serial dok.
16.55 77 TV (2, 6, 7) – pr. rozr., Pol.
18.55 Astrid i Raphaëlle: Kryminalne Genuszk! (3)
20.00 Morderstwa we Francji – Le Mans – krym., Fr. 2023
22.05 Detektywi z Bordeaux 2 (5) – serial krym., Fr./Bel.
23.15 Astrid i Raphaëlle: Kryminalne Genuszk! (3, 4) – serial kryminalny
1.35 Celnicy 3 (3, 4) – serial dok.
3.55 77 TV (3, 5) – pr. rozr., Polska

TV 6 DVB-T2

6.00 Więzienie (212, 213) – dok.
6.55 Policjantki i Policjanci (643, 644) – serial obycz.
8.55 Kobra – oddział specjalny (187, 188)
10.55 48h. Zaginięci (249-251)
13.55 Policjantki i Policjanci (1166) – serial obycz., Polska
14.55 Kobra – oddział specjalny (189, 190)
17.00 Magnum: Detektyw z Hawajów 5 (87) – sens.
18.00 Strażnik Teksasu (21, 22)
20.00 CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku (150-152)
22.55 Łowca pedofilów (160-163) – serial dokum.
0.55 Więzienie (187, 188) – dok.
1.55 Septagon (42-44) – krym.
5.05 Nona i jej córki (4)
5.45 Telezakupy TV Okazje

STOPKLATKA

6.00 Złoty interes 2 (3, 4)
7.50 Wojciech Ciejrowski – bosso przez świat
8.55 Robert Makłowicz (191, 211) – mag. kulin.
10.40 Pyszne dania w 10 minut z Julią Oleś (3)
10.55 Doktor z alpejskiej wioski – nowy rozdział (6, 7) – serial obyczajowy
13.00 Katastrofy w przestworzach (8, 9, 6) – serial dok., Kan.
16.00 MacGyver 2 (18, 19) – serial sens., USA/Kanada
18.00 Wojny magazynowe: Kanada 2 (13, 14) – reality show, Kan. 2014
19.10 Wojny kontenerowe 3 (4, 5) – serial dok., USA

POLSAT 2

5.50 Wydarzenia
6.30 Nasz nowy dom (262) – reality show, Pol. 2022
7.30 Na ratunek 112 (861, 862) – paradok., Pol.
8.30 Sekrety rodziny (285-287) – paradok., Pol.
11.30 Trudne sprawy (1207) – serial paradokumentalny
12.30 Dlaczego ja? (1464, 1465) – serial paradokumentalny, Polska
14.30 Świat według Kiepskich (369-373) – serial kom., Polska 2011
17.00 48h. Zaginieni (91, 92) – serial kryminalny, Polska
19.00 Gliniarze (1136) – serial paradokumentalny, Polska
20.00 Ślad (39) – serial krym.

TVP SERIALE

5.55 Rodzinka.pl (70) – kom.
6.30 Na sygnale (452, 453)
7.35 Ojciec Mateusz (2)
8.35 Komisarz Alex 24 (299)
9.25 Rodzinka.pl (71) – kom.
10.00 Klan (1420) – telen., Pol.
10.40 Ranczo 6 (70) – obycz.
11.30 M jak miłość (1935)
12.30 Komisarz Alex 25 (319)
13.25 Kulisy serialu „Ojciec Mateusz” – cykl fel.
13.40 Ojciec Mateusz 27 (353, 354) – serial krym.
15.30 Komisarz Alex 24 (300)
16.25 Na sygnale (454, 455)
17.30 Ranczo 6 (71, 72) – obycz.
19.25 Ojciec Mateusz 27 (355) – serial kryminalny, Polska
20.25 Ojciec Mateusz (3) – serial kryminalny, Polska

KINO POLSKA

6.00 Polska z góry. Zamki, dworki, pałace 3 (6) – serial dokumentalny
6.25 Ochi! Kabaret 3 (8) – program rozrywk., 2024
7.10 Polska z góry. Zamki, dworki, pałace 3 (7) – serial dokumentalny
7.55 Noce i dnie (1/2, 2-ost.) – film obyczajowy, 1975, wyk. Jadwiga Barańska
11.50 Znachor – dramat obyczajowy, 1981, wyk. Jerzy Bińczycki
14.50 Mała wielka miłość – kom. romant., 2008, wyk. Joshua Leonard, Marcin Bosak
17.15 Stawka większa niż życie (11, 12) – wojenny

AXN

6.00 CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 10 (6, 7) – serial kryminalny, USA/Kanada 2009
7.30 Doktor Larsen (1, 2) – serial obycz., USA 2025
9.25 Castle 7 (16, 17) – serial krym., USA 2014-2015
11.20 Detektyw Monk 2 (9, 10) – serial kryminalny, USA
13.15 Doktor Larsen (3, 4) – serial obycz., USA 2025
15.15 Agenci NCIS 15 (3, 4) – serial sensacyjny, USA
17.10 Kryminalne zagadki Las Vegas (3, 4) – serial kryminalny, USA/Kanada
19.10 Castle 7 (18, 19) – serial krym., USA 2014-2015

CANAL+ PREMIUM

7.30 Trolle – film animowany, FILM USA 2016
9.00 Making of – mag. film.
9.05 Nadzieja – dramat sens., FILM Polska/Niemcy 2006
10.45 Ocean, nasz dom – dok.
12.20 LARP. Miłość, trolle i inne kwesty – komedia, Polska 2025
13.55 Cat's Eyes (4) – przyzg., Fr.
14.55 Bałtyk – film dok., Pol.
16.00 Mamma Mia! Here We Go Again – kom. muz., USA/Wlk. Bryt./Chiny 2018
17.55 Łapu-capu
18.00 Jason Bourne – thriller, USA 2016
20.00 Brygada 2 (4) – sens., Fr.
20.55 Premierowa jazda – magazyn

SENSACYJNY

20.00 Przebiegła gra – USA 2013
 Agent FBI John Nelson (Cuba Gooding Jr., zdj.) wyясnia tajemnicę sfingowanej śmierci swojego informatora. Pomaga mu zona rzekomej ofiary, Rebecca (Emmanuelle Vaugier, zdj.). **120 min**

22.00 Szpica – komedia
 FILM sensacyjna, Chiny 2020
0.20 Sztos – komedia
 FILM sensacyjna, Polska 1997
2.20 Zamknąć za sobą drzwi – film sensacyjny, Polska 1987
4.15 Powstanie warszawskie – dokument fabularyzowany, Pol. 2014

PARADOKUMENTALNY

21.00 Gliniarze (1068)
 Emerytowany policjant negocjator zostaje znaleziony martwy w swoim domu. Adam i Olga szukają jego wrogów. Ustalają, że maż kobiety, która zabiła siebie i córkę, obwiniał go o tragedię. **65 min**

22.05 Rolnicy – Tak się żyje u nas na wsi (137, 138)
23.00 Świat według Kiepskich (306, 307)
0.00 Ślad (93) – krym., Pol.
1.00 Zdrady II (46) – paradok.
2.05 Wydarzenia
2.45 Ewa gotuje (499, 500)
4.00 Strzelnica Navala (5)
5.00 Drwale i inne opowieści Bieszczadów (170) – serial dokum., Pol.

OBYWCZAJOWY

21.25 Ranczo 6 (73, 74) – Polska 2012
 Kusy próbuje uczyć dzieci w swoim domu, co negatywnie wpływa na jego związek z Lucy. Tymczasem Solejuk nie może zaakceptować faktu, że jego żona jest studentką filozofii. **110 min**

23.15 Ojciec Mateusz 28 (356) – serial kryminalny, Polska
0.15 Na sygnale (905-909) – serial fab.-dokum., Polska 2026
3.20 Ratownicy (8) – serial obyczajowy, Polska 2010
4.15 Klan (1419, 1420) – telenowela, Polska 2008
5.15 Rodzinka.pl (313) – serial komediowy, Polska 2026

THRILLER

20.00 Jestem mordercą – 2016, reż. Maciej Pieprzyca
 Lata 70. XX wieku. Serjony morderca terroryzuje Śląsk. Milijant Jasiński (Miroslaw Haniszewski, zdj.) jest gotów na wiele, aby ująć sprawcę. Ignoruje niejednoznaczność dowodów. **135 min**

22.15 Kamienie na szaniec – dramat wojenny, 2014, wyk. Tomasz Ziętek, Marek Sabat
0.40 Symetria – dramat obyczajowy, 2003
2.50 Chemia – dramat obyczajowy, 2015
5.20 Diabeł – film krótkometr.
5.40 Masza – film krótkometr.

KRYMINALNY

21.05 FBI: International 4 (6)
 W górach Atlasu Wysokiego w Maroku znika dwanaścioro amerykańskich wolontariuszy. Fly Team przybywa na miejsce, by wesprzeć lokalną policję. Za porwaniem stoi rosyjski najemnik. **60 min**

22.05 FBI: Most Wanted 4 (9) – serial kryminalny, USA
23.00 Kryminalne zagadki Las Vegas (3, 4) – serial kryminalny, USA/Kanada
0.45 Castle 7 (18, 19) – krym.
2.40 FBI: International 4 (6) – serial kryminalny, USA
3.40 FBI 2 (16) – serial krym.
4.35 Walker: Strażnik Teksasu (16) – krym.
5.20 Blok promocyjny AXN

WOJENNY

21.00 Kontyngent (3)
 Forss i jego ludzie przybywają do Vares. W miejscowej szkole sięga przetrzymywani mużulmanami. Jednym z więźniów jest kucharz pracujący w obozie Valhall. **45 min**

21.45 Dżiki – dramat
 FILM przygodowy, Polska 2025
0.00 Kill Bill: Vol. 1 – film
 FILM sensacyjny, USA 2003
1.50 To nie mój film
 FILM komediodram, Pol. 2024
3.30 To uczucie – film dokum.
4.50 Moje pczęzone kurczaki – film obyczajowy, Polska 2002

13 ULICA

6.25 Astrid i Raphaëlle 6 (5, 6) – krym., Fr./Bel./Szwajcaria
8.30 Kapitan Marleau 7 (5) – serial kryminalny, Fr. 2022
10.30 Agenci NCIS: Los Angeles 13 (21, 22) – sens.
12.20 Motyw 4 (2, 3) – krym.
14.10 Astrid i Raphaëlle 6 (7, 8)
16.20 Kapitan Marleau 8 (5) – serial kryminalny, Fr. 2024
18.20 Agenci NCIS: Los Angeles 14 (1, 2) – sens.
20.10 Motyw 4 (2, 3) – krym.
22.00 Niepokojące zaginięcia: Zgoda rodzicielska 5 – film kryminalny, Fr. 2023
0.00 Równoległe śledztwo (3) – serial kryminalny, Fr. 2023
2.00 Kapitan Marleau 8 (5) – serial kryminalny, Fr. 2024
4.00 Astrid i Raphaëlle 6 (5, 6)

POLSAT FILM

6.05 Rolnicy – Tak się żyje u nas na wsi (64-66) – dok.
7.30 Doktor Martin (3) – obycz.
8.30 Przyjaciele (261, 262)
10.25 Świat według Kiepskich (106, 107, 231, 232, 188)
13.35 Narzeczony na niby – kom. romant., Polska 2018
15.45 Ewolucja planety maip – film s.f., USA/Wielka Brytania/Kanada 2014
18.30 Wstrząs – dramat
 FILM obyczajowy, USA/Wielka Brytania/Australia 2015
21.00 Glass – thriller, USA/Chiny
FILM 2019, wyk. James McAvoy
23.40 Metro strachu – film
 FILM sens., USA/Wlk. Bryt. 2009
1.55 Gliniarze (336) – paradok.
2.55 Fala zbrodni (50, 51)
4.50 Na ratunek 112 (818, 819)

HBO

9.10 Jak wytresować smoka – film animowany, USA 2010
10.45 Romans pachnący drewnem – komedia romantyczna, USA 2024
12.15 Pan Aznavour – dramat
 FILM biograficzny, Francja 2024
14.30 Materialiści – komedia
 FILM romantyczna, USA/Finlandia 2025, wyk. Dakota Johnson
16.30 Pomimo – dramat
 FILM fantasy, Włochy 2024
18.00 Vinci 2 – komedia
 FILM kryminalna, Polska 2025
20.00 Euforia 3 (7) – serial obycz.
21.05 Władca much (2) – sens.
22.05 Wichrowe wżorzca – dramat obyczajowy, USA/Wielka Brytania 2026
0.20 Zgadnij kto – komedia
 FILM romantyczna, USA 2005

WARNER TV

6.30 Za głosem serca (87, 89)
8.35 JAG – Wojskowe Biuro Śledcze 8 (18) – serial sens.
9.30 Bajer z Bel-Air 2 (18, 19)
10.30 Za głosem serca (88)
11.35 Pełna chata 5 (21, 22)
12.35 JAG – Wojskowe Biuro Śledcze 8 (19, 22) – sens.
14.25 Bajer z Bel-Air 2 (18-21)
16.25 Pełna chata 5 (21-24)
18.25 Godziny szczytu – komedia sens., USA 1998
20.15 Taxi 4 – komedia
 FILM sensacyjna, Francja 2007
22.00 Ostatni sprawiedliwy – serial sens., USA 1996
FILM – dramat sens., USA 1996
23.50 Mad Max pod Kopuą – film s.f., Australia
 FILM Gromu – film s.f., USA 1985, wyk. Mel Gibson
1.55 13. dzielnica – film
 FILM sensacyjny, Francja 2004

ALE KINO+

9.30 Wyrzaj – film krótkometr.
10.00 Co się zdarzyło w Mount Affinity? 2 (5, 6-ost.)
12.15 Vera 11 (6) – serial krym.
14.10 Klub wtorkowy – komediodramat, Szwecja 2022
16.15 Strefa interesów – dramat historyczny, USA/Wielka Brytania/Polska 2023
18.15 Vera 12 (1) – serial krym.
20.10 Przekleństwo wyspy – thriller, Fr./Kan./USA 2000
22.30 Co się stało z Gracie Darling (3, 4) – serial krym.
0.35 Trop ducha – thriller, FILM Belgia/Niemcy/Francja 2024
2.40 Planeta Singli. Osiem historii (8) – serial kom.
3.40 Moje miasto – film
 FILM obyczajowy, Polska 2002

CANAL+ FILM

11.35 Listy do Julii – komedia
 FILM romantyczna, USA 2010
13.20 Chopin. Chopin! – dramat
 FILM biograficzny, Polska 2025
15.30 Jutro będzie nasze – komediodramat, Wł. 2023
17.25 Mój jedyny wróg – film krótkometr., Pol.
17.45 Kaskader – komedia
 FILM sensacyjna, USA 2024
19.45 Łapu capu – rozr., Pol. 2026
20.00 Wrogowie publiczni – film gangsterski, USA 2009
22.15 Najpierw strzelaj, potem zwiędzaj – komediodramat, Belgia/Wielka Brytania/USA 2008
0.00 Morderca wataha – thriller, Kanada/USA 2024
1.30 PROBL3M! REALITY-CHECK – koncert, Pol. 2020

SCI FI

6.00 Wojna królestw (1, 2) – serial fantasy, Niem. 2025
8.00 The Ark (1, 2) – serial s.f.
10.00 Medium 7 (6, 7) – krym.
11.50 Czardziejki 7 (1, 2)
13.40 Grimm 3 (21, 22) – fantasy
15.30 Medium 7 (8, 9) – krym.
17.20 Czardziejki 7 (3, 4) – serial fantasy, USA 2004
19.10 Grimm 4 (1, 2) – fantasy
21.00 Przygody Tintina – anim., FILM USA/Nowa Zelandia 2011
23.10 A.X.L. – film przygodowy, FILM USA 2018
1.10 Świat triasu – horror s.f., USA 2018
3.05 Czardziejki 7 (3, 4) – serial fantasy, USA 2004
5.00 Wojna królestw (1)

PARAMOUNT NETWORK

9.25 Policjnia grupa pościgowa 21 (2) – dok.
10.25 Pingwiny z Madagaskaru (17) – serial animowany
11.00 Transformers 3 – film s.f., USA 2011
14.25 Cast Away: Poza światem – dramat przygodowy, USA 2000
17.30 Dzień zgłady – film
 FILM katastroficzny, USA 1998
20.00 Mission: Impossible – film sensacyjny, USA 1996
22.25 Straszny film 2 – horror
 FILM komediowy, USA 2001
23.55 Cztery pokoje – czarna
 FILM komedia, USA 1995
2.00 Wojna światów – thriller s.f., USA 2005

FX

7.20 Kości (21, 22) – serial krym.
9.10 Z archiwum X (15) – s.f.
10.05 CSI: Kryminalne zagadki Miami (22, 23) – krym., USA
11.55 CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku (3, 4)
13.45 Agenci NCIS (2, 3) – sens.
15.35 FBI (15) – serial kryminalny
16.30 CSI: Kryminalne zagadki Miami (24, 1) – serial krym.
18.20 Z archiwum X (16) – s.f.
19.15 FBI (16) – serial kryminalny
20.10 CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku (5, 6)
22.00 Tropiciel (15) – serial krym.
23.00 Z archiwum X (16) – s.f.
0.00 9-1-1 (11) – serial obycz.
0.55 FBI (16) – serial kryminalny
1.50 Agenci NCIS (3) – sens.

KINO TV

8.35 Zagadki kryminalne panny Fisher (13) – krym.
9.50 Zagadki kryminalne panny Fisher 2 (1) – krym.
11.00 Panna Scarlet i komisarz Z (5, 6) – krym.
13.10 Poirot (3, 4) – serial krym.
15.15 Zagadki kryminalne panny Fisher 2 (2, 3) – serial krym., Australia
17.50 Panna Scarlet i komisarz Z (1, 2) – krym.
20.00 Jeden gniewny człowiek – thriller, USA/Wielka Brytania 2021
22.25 Ninja – dramat sensacyjny, FILM USA 2009, wyk. Scott Adkins
0.15 48 godzin – komedia
 FILM sensacyjna, USA 1982

CANAL+ SERIALE

10.50 Łapu capu – rozr., Pol. 2026
11.00 Naruto (22-24) – anime
12.30 The Office PL 3 (4-6)
14.15 Łapu capu – rozr., Pol. 2026
14.30 Naruto (19-21) – anime
16.00 Łapu capu Extra – pr. rozr.
16.40 Wszystko, czego nie zdążyliśmy powiedzieć (7-9) – serial komediowy, Fr.
18.30 Łapu capu – rozr., Pol. 2026
18.35 Captain Tsubasa (47-49)
20.00 Tartownicy (1, 2) – serial wojenny, Francja 2023
21.40 Łapu capu – rozr., Pol. 2026
22.00 Wywiad z wampirem 2 (8) – serial fantasy, USA
23.00 Small World (1-3) – sens.
1.30 Luis Enrique: Nie mać k** pojęcia** (1-3) – dok.

CANAL+ 360

13.00 Polska z góry: Stadiony (1, 2) – serial dok., Pol. 2024
14.00 Okręty wojenne (6) – dok.
15.00 Chwila prawdy (1) – dok.
16.00 Hot Rocks – Najniebezpieczniejsze drogi świata 3 (1) – serial dokum.
17.00 Zholowani: ciężarówka w opalach (7) (10) – dok.
18.00 Porzucone konstrukcje (7) – serial dokum., Wlk. Bryt.
19.00 Zholowani: ciężarówka w opalach (7) (11) – dok.
20.00 Gała PKO BP – koncert
22.50 Sung Klasy – szybki i dociekliwy (5) – dok.
23.50 Łowcy tajemnic Bałtyku (8)

TLC	TLC
8.00 Dom wygrany na loterii 12	6.00 Oszukane (40, 41) – serial paradok., Pol.
9.00 Wyzwanie – pierwsze dziecko: Odwrocione role	8.00 Komisarz Mama (23) – serial kryminalny, Polska
10.00 Wiza na miłość: dalsze losy 8 – reality show, USA	9.00 Drugie życie sukni ślubnej (26) – rozr., Pol.
11.00 Kiedy dzieci mają dzieci 7: Emocje i cięża	9.30 Hell's Kitchen – Piekielna Kuchnia (53, 54) – reality show, Pol.
12.00 Mali ludzie, wielka rodzina 11	12.30 Bogaty dom – biedny dom (12, 13)
13.00 Wiza na miłość: Znowu do wzięcia	14.30 Kolacja w ciemno (82, 83) – pr. rozr., Polska
15.00 Wiza na miłość: dalsze losy 8 – reality show, USA	16.30 Hell's Kitchen – Piekielna Kuchnia (16)
16.00 Historye wielkiej wagi	18.00 Nasz nowy dom (320, 321) – reality show
18.00 Pokonać otyłość (2) – serial dokum., Włochy	

POLSAT CAFÉ	POLSAT CAFÉ
6.00 Oszukane (40, 41) – serial paradok., Pol.	6.00 Komisarz Mama (23) – serial kryminalny, Polska
8.00 Komisarz Mama (23) – serial kryminalny, Polska	9.00 Drugie życie sukni ślubnej (26) – rozr., Pol.
9.00 Drugie życie sukni ślubnej (26) – rozr., Pol.	9.30 Hell's Kitchen – Piekielna Kuchnia (53, 54) – reality show, Pol.
9.30 Hell's Kitchen – Piekielna Kuchnia (53, 54) – reality show, Pol.	12.30 Bogaty dom – biedny dom (12, 13)
12.30 Bogaty dom – biedny dom (12, 13)	14.30 Kolacja w ciemno (82, 83) – pr. rozr., Polska
14.30 Kolacja w ciemno (82, 83) – pr. rozr., Polska	16.30 Hell's Kitchen – Piekielna Kuchnia (16)
16.30 Hell's Kitchen – Piekielna Kuchnia (16)	18.00 Nasz nowy dom (320, 321) – reality show
18.00 Nasz nowy dom (320, 321) – reality show	

TVN STYLE	TVN STYLE
5.20 Związki z modą (1) – program rozrywk., 2020	6.10 Damy i wieśniaczki. Litwa (12) – pr. rozr., Litwa
6.10 Damy i wieśniaczki. Litwa (12) – pr. rozr., Litwa	7.10 Co za tydzień – mag.
7.10 Co za tydzień – mag.	7.45 Pokładani (2, 1) – rozr.
7.45 Pokładani (2, 1) – rozr.	8.45 Pojedynek na podróże (8) – pr. rozr., Polska 2024
8.45 Pojedynek na podróże (8) – pr. rozr., Polska 2024	9.50 I nie opuszczę Cię aż do ślubu (6-ost., 1)
9.50 I nie opuszczę Cię aż do ślubu (6-ost., 1)	11.25 Ugotowani (7, 8)
11.25 Ugotowani (7, 8)	13.30 Kuchenne rewolucje (12, 11) – pr. rozr., Polska
13.30 Kuchenne rewolucje (12, 11) – pr. rozr., Polska	15.35 Jestem z Polski (6, 7) – serial dokum., Pol. 2018
15.35 Jestem z Polski (6, 7) – serial dokum., Pol. 2018	17.45 Kuchenne rewolucje (2-4) – pr. rozr., Pol. 2018
17.45 Kuchenne rewolucje (2-4) – pr. rozr., Pol. 2018	

DISCOVERY CHANNEL	DISCOVERY CHANNEL
8.00 Gorączka złota: zapomniane kopalnie	9.00 Gorączka złota: rzeka skarbów: Trudne czasy
9.00 Gorączka złota: rzeka skarbów: Trudne czasy	10.00 Klan z Alaski: Leśny ślub
10.00 Klan z Alaski: Leśny ślub	11.00 Przetwać nad Jonukem
11.00 Przetwać nad Jonukem	12.00 Fani czterech kółek 15
12.00 Fani czterech kółek 15	13.00 Nagi instytut przystwanja 11
13.00 Nagi instytut przystwanja 11	15.00 Złomowisko PL 3 (9)
15.00 Złomowisko PL 3 (9)	16.00 Budowa na końcu świata: Dom z gliny w Kalifornii
16.00 Budowa na końcu świata: Dom z gliny w Kalifornii	17.00 Celnicy na straży Szwecji 4 (1)
17.00 Celnicy na straży Szwecji 4 (1)	18.00 Truckerki (8)
18.00 Truckerki (8)	

TVP HISTORIA	TVP HISTORIA
8.30 Pogranicze w ogniu (8)	9.30 Ek Libris – magazyn
9.30 Ek Libris – magazyn	10.00 Ordonka – film dokum.
10.00 Ordonka – film dokum.	10.55 Fake czy historia?
10.55 Fake czy historia?	11.35 Najwspanialsze góry Afryki (2) – cykl dokum.
11.35 Najwspanialsze góry Afryki (2) – cykl dokum.	12.40 Zabójcza nauka (2)
12.40 Zabójcza nauka (2)	13.45 Królowie (21) – hist., Pol.
13.45 Królowie (21) – hist., Pol.	14.20 Pogranicze w ogniu (9)
14.20 Pogranicze w ogniu (9)	15.25 Sensacje XX wieku
15.25 Sensacje XX wieku	17.20 Czas honoru (60)
17.20 Czas honoru (60)	18.10 Dziewczyzny ze Lwowa – tajemnice filmowego planu – felieton, 2017
18.10 Dziewczyzny ze Lwowa – tajemnice filmowego planu – felieton, 2017	18.30 Spadł, umarł, urodził
18.30 Spadł, umarł, urodził	19.40 Królowie (60) – hist., Pol.
19.40 Królowie (60) – hist., Pol.	20.15 Ekstradycja 2 (2) – sens.
20.15 Ekstradycja 2 (2) – sens.	

FOKUS TV	FOKUS TV
8.55 Wehikuł czasu	9.00 Starożytni kosmici (16)
9.00 Starożytni kosmici (16)	10.00 Gwiazdy lombardu (41-44) – reality show, USA
10.00 Gwiazdy lombardu (41-44) – reality show, USA	12.00 Wielkie konstrukcje III Rzeszy (3) – dok.
12.00 Wielkie konstrukcje III Rzeszy (3) – dok.	13.00 Poszukiwacze historii (12, 1)
13.00 Poszukiwacze historii (12, 1)	14.00 Bitwy morskie – historia okrętów wojennych (1, 2) – dok.
14.00 Bitwy morskie – historia okrętów wojennych (1, 2) – dok.	16.00 Premiera: Dorwać tuńczyka (2, 3) – dok.
16.00 Premiera: Dorwać tuńczyka (2, 3) – dok.	18.00 Rolnicy. Podlasie (20, 21) – serial dokum.
18.00 Rolnicy. Podlasie (20, 21) – serial dokum.	20.00 Galileo 26 (31) – program popularnonaukowy
20.00 Galileo 26 (31) – program popularnonaukowy	



19.00 Wiza na miłość – oczami bohaterów 6
20.00 Wiza na miłość: Wielka Brytania 3 – reality show
21.00 Wiza na miłość: pierwsze spotkanie 8 (21) – pr. rozr., USA 2025
23.00 Transplantacja: drugie życie: Szansa na życie
0.00 Dr Pryszczylla 5



20.05 Więzień kobiet (114, 115, 134, 135) – dok., Pol.
22.00 Walka o życie (7) – dok.
23.00 Gry małżeńskie (181)
0.00 Love Island (36)
1.30 Love Island. Wyspa miłości (1) – reality show
3.00 Gry małżeńskie (182)
4.00 Zdrady (66, 67) – serial paradokumentalny, Pol.



20.50 Babski biznes (8-ost.) – pr. rozrywk., Pol. 2026
21.50 Jestem z Polski 15 (6, 7) – serial dokum., Pol. 2025
23.45 Hotel Paradise 9 (1) – reality show, Pol. 2024
0.40 40 kontra 20 (33, 34)
2.40 Apetyt na miłość (7)
3.45 Wiem, co jem i wiem, co kupuję (7, 10) – mag.



19.00 Złomowisko PL 7 (6, 7)
21.00 Nic do ukrycia (4)
22.00 Premiera: Celnicy na straży Szwecji 4 (2)
23.00 Premiera: Celnicy na straży Turcji (13)
0.15 Gorączka złota 16 (23)
2.15 Fani czterech kółek – skróty (3)
2.30 Porty: Hiszpania (4)



21.20 Obłoki śmierci. Bolimów 1915 – dokument fabularyzowany, Pol. 2021
22.35 Kroniki Hitlera (12): Zbrodniarz wojenny. Lata 1943-1944 – serial dokum.
23.45 Sensacje XX wieku
1.30 Encyklopedia II wojny światowej



21.00 Tajemnice zamków (1) – serial dokum., Kan. 2023
22.00 Naziści: ściśle tajna nauka (7, 8) – serial dok.
0.00 Starożytni kosmici (3) – serial dokum., USA 2009
1.00 Rolnicy. Podlasie (9-12) – serial dokum., Pol. 2024
5.00 Kołowrotek (6, 7) – magazyn wędkarski

METRO	METRO
8.35 Szpital (721, 722) – paradok.	10.35 Sędzia Anna Maria Wesołowska 6 (29, 30)
12.35 Szkoła (689) – paradok., Pol.	13.35 Anatomia piękna 2 – rozr.
14.35 Zapukaj do moich drzwi (144) – telen., Turcja 2020	15.45 The Floor – teleturniej, Pol.
17.00 Ciężarówka przez RPA	18.00 Prawo Agaty 4 (11) – obycz.
19.00 Kartoteka 9 (26) – fab.-dok.	20.00 Kartoteka 10 (8) – fab.-dok.
21.05 Kryminalni (5, 6) – krym.	23.15 CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 10 (11) – krym.
0.15 Zbrodnie z pierwszych stron gazet 7 – serial dok.	1.20 Szpital (719) – paradok., Pol.
2.15 Szkoła (814, 809) – paradok.	

ZOOM	ZOOM
6.00 Kojak (16, 17) – serial krym.	8.00 Strażnik Tekساسu 8 (1, 2)
9.50 MacGyver (16, 17) – sens.	11.55 Pułapki umysłu: Moralność
13.00 Wojny magazynowe: Kanada – reality show, Kan.	15.30 Sensacje XX wieku – hist.
17.50 Wojciech Ciejrowski – bosu przez świat	20.00 Kobra – oddział specjalny 22 (1, 2) – sens.
22.05 Dynamo: Więcej niż magia – serial dokumentalny	23.05 Magia nagości – pr. rozrywk.
0.05 Magia nagości 4 – pr. rozr.	1.20 Adam szuka Ewy VIP. Holandia – pr. rozr., Holandia
2.25 I love kabaret – pr. rozr., Pol.	5.45 I love kabaret EXTRA

FOOD NETWORK	FOOD NETWORK
9.15 Makłowicz w drodze	9.50 Makłowicz w Polsce
12.05 10 zadań specjalnych Michela Morana – pr. rozr.	13.15 Posiekani na śniadko
14.15 Dziwaczne potrawy – dok.	15.15 Bójka na plaży – serial dok.
16.15 Kuchenne rewolucje – rozr.	17.15 Magda gotuje internet
17.50 Apetyt na miłość – pr. rozr.	18.50 Wakacyjny turniej wypieków 2 – telet. kulin.
19.50 Kulinaryny poker	20.50 Wiosenny turniej wypieków – reality show
21.55 Pyszne miejscówki – mag.	23.00 Akcja: Restauracja!
0.00 Człowiek kontra jedzenie	1.30 Pyszne miejscówki – mag.

DISCOVERY SCIENCE	DISCOVERY SCIENCE
6.00 Zwykłe rzeczy – niezwykle wynalazki 16	8.00 Gwiezdne bitwy
11.00 W sieci eksperymentów	13.00 Gigantyczne konstrukcje według Hammonda – rozr.
15.00 Jak działa wszechświat?	18.00 Zwykłe rzeczy – niezwykle wynalazki 16
21.00 Jak działa wszechświat?: Koszmar gwiazd neutronowych; Kiedy supernowa atakuje – serial dokumentalny	23.00 NASA – archiwum tajemnic 4
1.00 Jak działa wszechświat?	4.00 Tajemnice ładowania na Księżycu

NATIONAL GEOGRAPHIC	NATIONAL GEOGRAPHIC
12.00 Przetwarzanie w kanadyjskiej dżicy	13.00 Wojna widziana z powietrza
15.00 Strzegąc granic – serial dok.	17.00 Inkowie: Powstanie i upadek imperium
18.00 Wzleciała zła	19.00 Zaginione okręty II wojny światowej
20.00 Katastrofa w przestworzach: Koniec paliwa – dok.	21.00 Katastrofa w przestworzach: Raport specjalny
22.00 Katastrofa w przestworzach	0.00 Katastrofa w przestworzach: Raport specjalny
1.00 Życie na Alasce	

BBC EARTH	BBC EARTH
12.15 Błękitna planeta 2 – dok.	13.15 Pociągami przez starożytny Egipt – dok.
14.30 W okowach mrozu: Kanada 2 – serial dokum.	15.30 Życie na pustkowiu 12
16.30 Amerykańskie Południe	17.35 Skarby przeszłości i ich tajemnice 3 – serial dokum.
18.40 Zielona planeta – serial dok.	19.45 Układ Słoneczny – dok.
20.55 Życie na pustkowiu UK	21.55 W okowach mrozu: Kanada 2 – serial dokum.
22.55 Amerykańskie Południe	23.55 Nowozelandzka wyprawa Jimmy'ego Doherty'ego
0.55 Skarby przeszłości i ich tajemnice 3 – serial dokum.	

WP	WP
10.00 Hitler: Narodziny potwora	11.00 Porzucone budowle 8
12.00 Wariaci za kierownicą 5	13.00 Makłowicz w podróży
14.00 Pokochaj lub sprzedaj Vancouver 3: Donna & Rick	16.56 Pogoda
17.00 Komisarz Cassandre: Zbrodnie w Alpach 5 (4)	19.00 Policjanci z sąsiedztwa 4
20.00 Katastrofa statku Costa Concordia (1, 2) – film dok.	21.56 Pogoda
22.00 Przebojeowe kabarety	23.00 Mistrzowie Kabaretu 5
0.00 Mistrzowie Kabaretu 7	1.00 1, 2, 3... Kabaret! – rozr., Pol.
2.00 Mistrzowie Kabaretu 4	

NOWA TV	NOWA TV
7.30 Świat według Kiepskich (570-573) – serial komediowy	9.30 Całkiem nowe lata miodowe (2)
10.00 Miodowe lata (10) – kom.	10.30 Więzienie – serial dokum.
12.00 Poirot 5 (3, 4) – serial krym.	14.00 Świat według Kiepskich (277, 278) – serial kom., Polska
15.00 Świat według Bundaych (51-56) – serial komediowy	18.00 Całkiem nowe lata miodowe (16) – serial kom.
18.30 Miodowe lata (51-53)	21.00 Zdrady (99) – paradok., Pol.
22.00 Ślad (10, 11, 101) – krym., Pol.	1.00 Loco pedofilia – dok.
3.00 TV okazje	

HGTV HOME & GARDEN	HGTV HOME & GARDEN
11.00 Zarobić na remoncie 9	13.00 Zbudujemy większy dom
13.55 House Hunters – Poszukiwacze domów 3	14.30 House Hunters – Poszukiwacze domów 5
15.05 Mieszkanie na miarę	17.00 Polowanie na ogród 6
18.05 Weekendowa metamorfoza 4 – pr. rozr.	19.00 Weekendowa metamorfoza 5 – pr. rozr.
19.55 Zgłoś remont 11 – pr. rozr.	20.55 Dorota was urządził! – rozr.
22.30 House Hunters – Poszukiwacze domów 5	0.00 House Hunters – Poszukiwacze domów 6

TRAVEL CHANNEL	TRAVEL CHANNEL
6.00 Nowe życie w górach	8.05 Jak to robią zwierzęta?
10.10 Dziwaczne potrawy: Smakowce miasta – serial dok.	12.15 Aloha, nowy dom! – pr. rozr.
14.20 Człowiek kontra jedzenie	14.55 Nieoczywiste miejsca
17.00 Dorwać komandosi – dok.	19.00 Wyprawa w nieznanne: Tropem Yeti – serial dokum.
20.00 Oblicza Azji – serial dokum.	21.05 Sprawa dla medium i detektywa – serial dokum.
23.10 Kobieta na krańcu świata – serial dokumentalny	0.55 Aloha, nowy dom! – pr. rozr.
3.00 Dorwać komandosi – dok.	5.05 Człowiek kontra jedzenie

NATIONAL GEOGRAPHIC WILD	NATIONAL GEOGRAPHIC WILD
8.00 Przedziwna planeta Ziemia: Ucieczka – serial dok.	9.00 Europa z powietrza
10.00 Weterynarz do zadań specjalnych: Osty dżyzur	11.00 Kraina dzikich zwierząt
12.00 Królestwo drapieżników	13.00 Delta rzeki Okavango
15.00 Porażka drapieżnika	16.00 Olsniwiająca Ameryka: Południowy Zachód
17.00 Stworzone, by przetrwać	18.00 Dzika Północ Europy
19.00 Zwierząt w amoku	20.00 Niszczycielskie żywioły
21.00 Niezwykły dr Pol	2.00 Przedziwna planeta Ziemia: Ucieczka – serial dok.

POLSAT WIASAT HISTORY	POLSAT WIASAT HISTORY
11.00 Wojna światowa: 1914-1915	12.05 Tajne bronie II wojny światowej: Tajne działania
13.15 W poszukiwaniu zaginionych wikingów	14.30 Tajne bazy nazistów 3
16.30 Grobowce Egiptu: Imhotep, twórca piramid	17.35 Wojenne fabryki 3
18.35 Tajne bronie II wojny światowej: Tajne działania	19.45 Wojny faraonów
21.00 Naziści: korzenie zła	22.10 Najgroźniejsi ludzie Hitlera: Karl Donitz – dok.
23.05 Ramzes: władca Egiptu	0.05 Wojenne fabryki 3

CANAL+ KUCHNIA	CANAL+ KUCHNIA
14.50 Kucharskiego pomysłu na kuchnię 2	15.45 Włoska kuchnia Gino... 16.30 Po prostu Jamie...
17.35 David Rocco w zaciszu domowej kuchni – dok.	18.30 Jakubiak rozgrzyza...
19.00 Nie tylko kimchi – mag.	19.25 M jak mieso 3: Chiny – dok.
20.15 Kulinarna mapa Wielkiej Brytanii – serial dokum.	20.40 Jamie Oliver – łatwe przepisy na co dzień
21.15 Anthony Bourdain – miejsca nieznanne 10	0.45 Bitwa na smaki...

CANAL+ DOMO	CANAL+ DOMO
12.50 Gardeners' World 16	14.00 Cudotwórcy 7 – mag.
15.00 Kupcie sobie zamek! 2	15.55 Tomasz Pagowski. Remont u Ciebie 8 – mag.
16.50 Gardeners' World 16	18.00 Ucieczka na wies 25 – dok.
19.00 Wielkie projekty: Nowa Zelandia 9 – serial dokum.	20.00 Daleko od miasta 10 – dok.
21.00 Cudotwórcy 7 – mag.	22.00 Wielkie projekty: Szwecja 5 – serial dokum.
22.50 Pokochaj lub sprzedaj: Wielka Brytania 10 – reality show, Wielka Brytania 2024	

SUPER POLSAT	SUPER POLSAT
10.30 SuperLudzie – serial dokum.	11.30 Świat według Kiepskich (435-438) – serial kom., Polska
13.30 Bitwa o palety	14.30 Hell's Kitchen – Piekielna Kuchnia 5 – reality show, Pol.
16.00 Ninja Warrior Polska	18.00 Świat według Kiepskich (499, 500, 582, 583) – kom.
20.00 Ziorniarze – serial dokum.	21.00 Lzy słońca – dram. FILM wojenny, USA 2003
23.35 Książd	1.20 Świat według Kiepskich (105, 116, 416-418) – kom.

TVP KOBIECI	TVP KOBIECI
13.00 Na dobre i na złe (558)	13.55 Kiedys to bylo... – magazyn
14.20 Okrasa lamie przepisy	15.00 Jak to się mówi, czyli Kasia u Bralczyka – mag.
15.30 Ojciec Mateusz 28 (365, 366) – serial kryminalny	17.25 Sekrety dzikich kwiatów
18.30 Rolnik szuka żony 12	19.30 Miłość i nadzieja (254)
20.30 Wichrowe wzgórze (235)	21.30 La Promesa – pałac tajemnic (237) – serial obycz.
22.30 W deszczowy dzień	FILM w Nowym Jorku – komedia, USA 2019

PLANETE+	PLANETE+
12.15 Dokąd dzisiaj? 4 – dok.	12.35 Portugalia na dziko – dok.
13.40 Ewangelia dobrobytu. Historia kapitalizmu (1)	14.50 Kobrażby świata – dok.
15.50 Niezwykłe podróże kolej 3 – serial dokum.	17.00 Afrika z góry: Maroko
18.05 Na targach świata 2: Benin	18.40 Starożytny Egipt. Najsynlniejsze piramidy
19.45 Kto zapłacił za II	

TVP SPORT

8.20 Piłka nożna: Betclic
1. Liga – Multi1liga

10.30 Mundial 2026
– Legendy miejskie

11.05 Piłka nożna: Puchar Portugalii – mecz finałowy: Sporting – SCU Torreeense

13.15 Piłka nożna: Betclic
2. Liga: Olimpia Grudziądz – Hutnik Kraków

15.15 Magazyn 2. ligi piłkarskiej – mag.

16.00 Betclic 1. liga magazyn – magazyn piłkarski

17.25 Piłka nożna: PKO BP Ekstraklasa

19.30 GOL – magazyn piłkarski

EUROSPORT 1

8.00 Wspinaczka: Zawody World Series w Bernie – bouldering mężczyzn

10.00 Kolarstwo: Giro d'Italia: Voghera – Mediolan

11.00 Tenis: Turniej French Open w Paryżu – mecz 1. rundy (live)

14.00 Tenis: Turniej French Open w Paryżu – mecz 1. rundy (live)

16.00 Tenis: Turniej French Open w Paryżu – mecz 1. rundy (live)

18.00 Tenis: Turniej French Open w Paryżu – mecz 1. rundy (live)

POLSAT SPORT 1

6.00 Siatkówka kobiet – mecz towarzyski

9.00 Polsat Sport Talk – magazyn sportowy

10.00 Siatkówka mężczyzn – mecz towarzyski

12.30 Siatkówka kobiet – mecz towarzyski

15.00 Siatkówka mężczyzn – mecz towarzyski

16.10 Hokej: Mistrzostwa świata – Szwajcaria 2026 – mecz: USA – Węgry (live)
Amerykanie, obrońcy tytułu mistrzowskiego, mierzą się z ekipą, której celem jest utrzymanie.

TVP ABC

11.35 Stacykowo
11.55 Strażak Sam 6
12.25 Domisie

13.00 Figu Migu na planecie Czochras

13.20 Pszczołka Maja

13.45 Lupin wśród bajek

14.05 Nawet nie wiesz, jak bardzo Cię Kocham

14.40 Yakari

15.15 Al-chemik

15.35 Mała Marinette

16.05 Kosmo-kumple

16.35 Tygrysek Percy i jego opowieści

17.05 Dino Ranczo

17.30 Piotruś Królik 2

MINIMINI+

9.31 Smerfy
10.25 Ciekawski George 5
10.51 Basia
11.17 Koci domek Gabi
11.45 Mush-Mush i Grzybaski
12.10 Strażak Sam 16
12.25 Blaze i megaszyn 2
12.50 Moje urodziny
13.00 Blaze i megaszyn 2
13.30 Koci domek Gabi
13.56 Moje urodziny
14.03 Kicia Kocia
14.22 Cloudy & Stormy
14.45 Gazu, pieski, gazu! 2
15.10 Baranek Shaun
15.36 Jeżyk Happy

TVN 24

6.00 Serwis informacyjny, Prognoza pogody

7.30 Rozmowa Piaseckiego – program publicystyczny

8.00 Serwis informacyjny, Prognoza pogody

10.00 Serwis informacyjny, Prognoza pogody

11.00 Serwis informacyjny, Prognoza pogody

12.00 Serwis informacyjny, Prognoza pogody

14.00 Serwis informacyjny, Prognoza pogody

15.00 15 na żywo – magazyn informacyjny

16.00 Fakty po południu

20.30 Gala PKO BP Ekstraklasy

22.05 GOL – magazyn piłkarski

22.40 Sportowy wieczór

23.10 Boks: MB Boxing Night 28: Sunday of Pain – podsumowanie

1.35 Boks: Gala w Laval – waga półśrednia: S. Barthelemy – J. Blais

20.00 Tenis: Turniej French Open w Paryżu – mecz 1. rundy (live)

23.30 Tenis: Turniej French Open w Paryżu – mecz 1. rundy gry pojedynczej

0.30 Tenis: Turniej French Open w Paryżu – 1. runda

1.30 Kolarstwo: Giro d'Italia: Voghera – Mediolan

20.10 Hokej: MS – Szwajcaria 2026: Niemcy – Wielka Brytania (live)

23.00 Siatkówka mężczyzn – mecz towarzyski

1.00 Tenis: Turniej ATP w Hamburgu – mecz gry pojedynczej

4.00 Tenis: Turniej ATP w Hamburgu

18.00 Nowe przygody Piotrusia Pana

18.25 Leo da Vinci

19.00 44 Koty

19.25 Ernest i Celestyna

19.55 Czytanie przed snaniem, czyli cała Polska czyta dzieciom

20.10 Zig i Sharko

20.35 Space Nova

15.55 Mały Charlie
16.05 Mega Ekspres
16.30 Ciekawski George 5
17.00 Strażak Sam 16
17.25 Staś i fajna Babcia
17.50 Moje urodziny
17.56 Smerfy
18.25 Leśna rodzina: Piwonie
18.50 Baczne oczka
19.05 Kicia Kocia

18.00 Tak jest – pr. publicyst.

19.15 Serwis informacyjny

19.30 Fakty po Faktach

20.00 Kropka nad i – pr. publ.

20.30 Czarno na białym

21.00 Polska i świat

22.00 Szkoło kontaktowe

23.00 Dzień po dniu

0.26 Kroniki sportowe

0.45 Fakty po Faktach

CANAL+ SPORT

6.00 Jej Wysokość Premier League

8.00 Sport+

9.00 Piłka nożna: Liga hiszpańska

11.15 Piłka nożna: Liga hiszpańska

13.30 Sport+

14.40 Premier League Stories (41)

15.15 Wysoki Pressing

17.00 Sport+

18.00 Jej Wysokość Premier League

20.00 Gala PKO BP Ekstraklasy

20.30 Gala PKO BP Ekstraklasy

21.30 Gala PKO BP Ekstraklasy

22.30 Premier League Review

23.45 Piłka nożna: PKO BP Ekstraklasa

2.10 Wysoki Pressing

EUROSPORT 2

13.00 Tenis: Turniej French Open w Paryżu – 1. runda (live)

16.00 Tenis: Turniej French Open w Paryżu – mecz 1. rundy gry pojedynczej (live)

18.00 Tenis: Turniej French Open w Paryżu – 1. runda (live)

21.00 Triathlon: T100 World Tour – Pampeluna

22.00 Kolarstwo górskie: Zawody Pucharu Świata w Nowym Mieście na Morawach – cross-country kobiet

23.00 Kolarstwo górskie: Zawody Pucharu Świata w Nowym Mieście na Morawach – cross-country mężczyzn

0.00 Kolarstwo: Giro d'Italia – 15. etap: Voghera – Mediolan

POLSAT SPORT 2

6.00 Tenis: Turniej ATP w Hamburgu

8.30 Tenis: Turniej ATP w Hamburgu

11.00 Hokej: Mistrzostwa świata – Szwajcaria 2026

14.00 Piłka nożna z archiwum

16.10 Hokej: Mistrzostwa świata – Szwajcaria 2026 – mecz: Czechy – Norwegia (live)

20.10 Hokej: Mistrzostwa świata – Szwajcaria 2026 – mecz: Słowenia – Włochy (live)
Starcie drużyn, które przed turniejem uznawane były za kandydatów do opuszczenia elity.

22.30 Tenis: Turniej ATP w Hamburgu

1.00 Sporty walki: FEN

NICKELODEON

8.10 Marsupilami
8.40 Harmidom 4
9.30 Wylde Pak – zakrecona paka 2

9.55 Grzmotomocni: Tajniacy

10.25 Niebezpieczni Henryk 4

11.20 That Girl Lay Lay

11.50 Harmidom 4

12.45 Harmidom 3

13.05 SpongeBob Kanciastoparty 10

14.30 Harmidom

15.30 Smerfy

16.00 SpongeBob Kanciastoparty 9

16.25 SpongeBob Kanciastoparty 12

16.40 Patryk Rozgwiazda Show 3

TELETOON+

7.52 W Papierowym Porcie 2

8.20 Kumple z dzungli na ratunek! 3

8.47 Gadający Tom i przyjaciele 3

9.25 Dodo

9.55 Charlotte i trzy muszkieterki

10.26 Angelo rzadzi

10.52 Siostry 2

11.22 Polly Pocket 6

12.16 Charlotte i trzy muszkieterki

12.45 Kumple z dzungli na ratunek! 3

13.39 Polly Pocket 6

14.22 Dinuś i Lusja

14.50 Siostry 2

15.19 Polly Pocket 6

TVP info_ TVP INFO

15.45 Panorama

16.00 Dzień w godzinę

17.00 Teleexpress

17.15 Teleexpress Extra

17.35 Panorama

17.42 Wykrzywacz kłamstw

18.00 Panorama

18.30 Kontrapunkt

19.00 Kontrapunkt – Ring wolny

19.30 Program informacyjny 19.30

20.18 Bez retuszu

21.00 Kwiatki polskie

21.45 Panorama

22.10 Oko na świat

22.30 Program informacyjny 19.30

22.45 112. Magazyn kryminalny

23.00 Panorama dnia

CANAL+ SPORT 2

6.00 Tenis: Turniej WTA w Strasburgu

8.15 Tenis: Turniej WTA w Strasburgu

10.30 Tenis: Turniej WTA w Strasburgu

12.45 Tenis: Turniej WTA w Strasburgu

15.00 Tenis: Turniej WTA w Strasburgu

17.15 Tenis: Turniej WTA w Strasburgu

19.30 Tenis: Turniej WTA w Strasburgu

21.45 Tenis: Turniej WTA w Strasburgu

0.00 Tenis: Turniej WTA w Strasburgu

ELEVEN SPORTS 1

7.30 Magazyn sportowy

8.00 Piłka nożna: Liga niemiecka

10.00 Piłka nożna: Liga hiszpańska

12.00 Piłka nożna: Liga włoska

14.00 Piłka nożna: Liga niemiecka

16.00 Magazyn sportowy

17.00 Magazyn sportowy

17.30 Magazyn sportowy

18.00 Magazyn sportowy

18.40 Magazyn sportowy

19.20 Magazyn sportowy

20.00 Magazyn sportowy

20.40 Formuła 1

22.40 Magazyn sportowy

23.20 Magazyn sportowy

0.00 Piłka nożna: Liga niemiecka

2.00 Piłka nożna: Liga włoska

4.00 Magazyn sportowy

POLSAT SPORT 3

6.00 Koszykówka mężczyzn: ORLEN Basket Liga

8.30 Piłka nożna z archiwum

10.30 Piłka nożna z archiwum

13.00 Piłka ręczna mężczyzn: ORLEN Superliga

15.00 Piłka nożna z archiwum

17.00 Piłka nożna z archiwum

19.00 Piłka nożna z archiwum

21.00 Koszykówka mężczyzn: ORLEN Basket Liga
Trwa walka o awans do półfinałów ORLEN Basket Ligi. W najlepszej czwórce nie powinno zabraknąć broniącej tytułu warszawskiej Legii.

23.00 Piłka nożna z archiwum

2.00 Sporty walki: Babilon MMA

NICK JR.

8.20 Pan Krokodyl

8.45 Barbapapa i jego rodzinka 2

9.40 Tim Rex wśród gwiazd

10.10 Przygody Misia Paddingtona

11.00 Małe Królestwo Bena i Holly

11.30 Dora

11.55 Rubble i jego ekipa

12.45 Psi Patrol 6

13.40 Barbapapa i jego rodzinka 2

14.10 Barbapapa i jego rodzinka

14.30 Barbapapa – szczęśliwa rodzinka

14.45 Zwierzęce zagadki

15.15 Rogata ekipa 4

DISNEY JUNIOR

8.00 Spidey i superkumple 3

8.30 Klub Myszki Miki Plus

9.00 Bajkowa przygoda

FILM Goofy'ego – anim., USA 2016

10.00 Blue 2

11.00 Superkoty 2

11.30 Psia Brygada 2

12.00 Jej Wysokość Zosia 4

12.30 Blue

13.30 Klub Myszki Miki Plus

14.00 Superkoty 3

14.30 Superkoty

14.45 Superkoty 2

15.00 Iron Man i super ekipa

15.30 Spidey i superkumple 3

16.00 Blue

17.00 Superkoty 3

17.30 Superkoty

POLSAT NEWS

8.00 Nowy dzień

10.00 W rytmie dnia

12.50 Wydarzenia 12:50

13.30 W rytmie dnia

15.30 Sport

15.50 Wydarzenia 15:50

16.10 Więcej „Wydarzeń”

16.30 Punkt widzenia Jankowskiego

18.00 Najważniejsze pytania

19.15 Gość „Wydarzeń”

19.50 Deбата Gozdyry

21.50 Wydarzenia wieczorne

22.30 Dzień na świecie

23.30 Obraz dnia

0.00 Najważniejsze pytania

1.25 Punkt widzenia Jankowskiego

CANAL+ SPORTS

6.00 Sport+

7.15 Magazyn PGE Ekstraliga

9.00 Żużel: PGE Ekstraliga: Gezet Stal Gorzów – Motor Lublin

11.45 Żużel: Metalkas 2. Ekstraliga: Wilki – Hunters PSZ Poznań

14.30 Żużel: Metalkas 2. Ekstraliga: Arged – INNPRO ROW Rybnik

17.15 Magazyn PGE Ekstraliga

19.00 Żużel: PGE Ekstraliga: Gezet Stal Gorzów – Motor Lublin

22.00 Magazyn Metalkas 2. Ekstraliga

23.00 Gala PKO BP Ekstraklasy

23.30 Gala PKO BP Ekstraklasy

0.30 Gala PKO BP Ekstraklasy

ELEVEN SPORTS 2

8.00 Magazyn sportowy

8.30 Magazyn sportowy

9.00 Magazyn sportowy

9.30 Magazyn sportowy

10.00 Formuła 1

12.00 Piłka nożna: Liga niemiecka

14.00 Piłka nożna: Liga włoska

16.00 Piłka nożna: Liga niemiecka

18.00 Magazyn sportowy

18.30 Magazyn sportowy

19.00 Piłka nożna: Liga włoska

21.00 Piłka nożna: Liga hiszpańska

23.00 Magazyn sportowy

23.30 Magazyn sportowy

0.00 Piłka nożna: Liga francuska

2.00 Magazyn sportowy

POLSAT PLAY

6.00 Niezwykłe pociągi

7.00 Truckersi przez Australię

8.00 Dorwać tuńczyka

9.00 Wujno magazynowe

10.00 Wojny kontenerowe

11.00 Hardkorowy lombard

14.00 Polacy za granicą

16.00 Złomiarze – serial dokumentalny

18.05 Poszukiwacze historii – serial dokumentalny

20.00 Złomiarze – serial dokumentalny

22.00 Kolowrotek – magazyn wędkarski

4.05 Starozitni kosmici

TVP TURBO

12.15 Naprawy nie do naprawy

13.00 Zawodowi handlarze

14.30 Wojny samochodowe

16.30 Jeździć, obserwować!

18.00 Raport Turbo

18.15 Wojny samochodowe

19.15 Usterka 16

19.45 Ciężarówka przez Chile

20.45 Naprawy nie do naprawy

21.30 Uwaga! Oszust: Siema z ogłoszenia

22.00 Raport Turbo

22.15 Moto Faktury

23.00 Z drugiej ręki

23.45 Jeździć, obserwować

0.30 Mobilni mechanicy

T V S TVS

14.40 Doktor Kleist – lekarz rodzinny

15.45 Doktor z alpejskiej wioski – nowy rozdział

16.50 Wydział kryminalny Kitzbühel

17.50 Doktor z alpejskiej wioski – nowy rozdział

18.50 Doktor Kleist – lekarz rodzinny

19.50 Kino TVS: Film

FILM fabulary

21.50 Kino TVS: Film

FILM fabulary

23.35 Doktor z alpejskiej wioski – nowy rozdział

TRWA TV TRWAM

17.30 Moja parafia

18.05 Informacje dnia

18.15 Rozmowy niedokończone

19.30 Poznajemy Polskę

19.45 Modlitwa z telefonicznym udziałem dzieci

20.00 Informacje dnia

20.20 Różaniec

20.50 Myślic Ojczyzna

21.00 Apel Jasnogórski

21.20 Informacje dnia


21.40 Polski punkt widzenia

22.00 Z wdęką nad wodę w Polskę i świat

22.30 Starowiejski profesor Józef Bielawski – film dok.

SMAK NA KAŻDĄ KIESZEŃ • JUREK SOBIENIAK

Kuchnia na Dzień Mamy



„Rodzinne zapiekasy (jak u mamy Jurka)”, czyli pyszna zapiekanka z cheddarem.

Szybkie porady, proste przepisy, krótka lista zakupów, a na koniec efekt „wow” – to wszystko znajdziemy w cyklu kulinarnym Jurka Sobieniaka. Gościem specjalnym dzisiejszego odcinka będzie jego mama!

➔ **SMAK NA KAŻDĄ KIESZEŃ WT 26.05 godz. 19.25 POLSAT**

Czy gotowanie dla mamy to większy stres czy raczej przyjemność?

Zdecydowanie przyjemność. Kiedyś mama przygotowywała dla mnie posiłki, a teraz role się odwróciły i czasami to ja coś dla niej przyrządzam. Chyba odziedziczyłem po niej miłość do gotowania – moja mama naprawdę dobrze gotuje.

Dzisiejszy odcinek cyklu „Smak na każdą kieszeń” będzie poświęcony daniom, które kojarzą Ci się z mamą. Jednym z nich będzie zapiekanka z cheddarem. Dlaczego akurat zapiekanka?

To posiłek znany w każdym domu. Gdy chcemy zrobić coś szybko i smacznie i żeby wszystkim dobrze się kojarzyło – to zapiekanki są idealnym wyborem. Zazwyczaj w lodówce mamy ser i ketchup. Wystarczy dołożyć do tego kilka dodatków i danie gotowe.

W zapiekance, którą proponujesz, są pieczarki przyrządzone według przepisu Twojej mamy. To prawda. Podczas nagrywania tego odcinka zadzwoniłem do niej, żeby zapytać o ten specyficzny przepis. Widzowie zobaczą nasze połączenie na kamerze. Z dzieciństwa pamiętam też obłędną pizzę, którą

robiła mama. Piekło się ją na blaszce w piecyku gazowym, który dodawał potrawie swoistego charakteru. Były tam pieczarki, ser oraz ketchup. A do tego jeszcze pyszna herbatka. Bo nie ma nic lepszego niż herbatka!

I przepis na tę pyszną herbatkę też poznamy w tym odcinku.

To kolejny smak mojego dzieciństwa. Kiedy wychodziłem na podwórko, to zniżałem na co najmniej sześć godzin. Pamiętam, że mama kolegi robiła taką przesłodzoną herbatę, która latem zawsze stała w emaliowanym garnku przy otwartym oknie. Była zimna i lepiąca się od cukru. Uwielbiałem ją! Herbata z cukrem i cytryną kojarzy mi się też z domem. Dzisiaj rzadziej pojawia się na naszym stole, ale wciąż jest obecna. Dlatego zaproponowałem przepis na jej przyrządzenie, choć w trochę innym wydaniu niż to, które na ogół znamy.

Czy inne przepisy, które prezentujesz w tym cyklu, to również nowe odsłony starych receptur?

Częściowo. „Na każdą kieszeń” to znaczy, że dania, które proponuję, nie są najdroższe, ale też nie są najtańsze. Chodzi o to, żeby znaleźć idealny środek. Są więc szybkie porady, proste przepisy, mała lista zakupów i na koniec efekt „wow”!

Każdy znajdzie dla siebie jakąś inspirację, czy to na niedzielny obiad, przyjęcie na specjalną okazję, czy też żeby zrobić sobie jakąś przyjemność i poczuć się lepiej. **Twoja przygoda z gotowaniem zaczęła się, kiedy miałeś 17 lat. To bardzo wcześnie.**

Wygrałem szóstkę w totka od życia, bo już w wieku 10 lat wiedziałem, że chcę gotować! Nie zastanawiałem się, gdzie to pragnienie mnie doprowadzi, dopiero życie to pokazało. W moim rodzinnym domu nigdy nie było łatwo. Mama sama mnie wychowywała, poza tym jest osobą niepełnosprawną. Zawsze czegoś brakowało, ale było to dla mnie motywacją, żeby dążyć do lepszego życia. I udało się.

Mamy pięć podstawowych smaków. Czy jest dla Ciebie jakiś szósty, nieuchwytny smak?

Myszę, że jest to wypadkowa miejsca, czasu i ludzi. Kiedy jedziemy na wakacje i zjemy coś bardzo dobrego, co zapada nam w pamięć, i po powrocie chcemy odtworzyć to w domu, nigdy nie smakuje już tak samo. Dlaczego? Bo przyprawą było miejsce, odpowiedni czas i ludzie, z którymi go spędzaliśmy. I myślę, że tym dodatkowym, ukrytym smakiem są emocje i relacje – dodają daniom niepowtarzalnego smaku.

ROZM. MARZENA JURACZKO

Cykl „Smak na każdą kieszeń” możemy oglądać codziennie, od 25 do 30 maja, o godz. 19.25 w Polsacie.

Dzień Matki

Z ukochaną mamą, której nasz rozmówca zawdzięcza pasję do gotowania.

NIE MA JAK U MAMY

Koncert miłości

➔ **NIE MA JAK U MAMY WT 26.05 godz. 20.35 POLSAT**

Polsat zaprasza na wyjątkowe wydarzenie. Z okazji Dnia Matki w hali sportowo-widowiskowej Arena Toruń odbędzie się koncert, którego hasłem przewodnim będzie niezapomniana piosenka Wojciecha Młynarskiego – „Nie ma jak u mamy”. Te występy będą wyrazem wdzięczności

i miłości dla wszystkich mam tego świata. Zaśpiewają m.in. Doda, Michał Wiśniewski, Alicja Szemplińska, Viki Gabor, Halina Mlynkova, Anna Wyszconi, Piotr Kupicha, Pectus i Gromee & Wac Toja. Wszyscy artyści wystąpią w towarzystwie swoich mam, a niektóre z nich także zaśpiewają! Koncert poprowadzi Tomasz Wolny, oczywiście ze swoją mamą. **EGP**



Mablen dla dobra córki jest gotowa na wszystko.

DROGA BEZ ODWROTU

Desperacka ucieczka

➔ **DROGA BEZ ODWROTU WT 26.05 godz. 20.00 TV PULS**

Mablen (Willa Fitzgerald) samotnie wychowuje córkę. Pewnego dnia dochodzi do brutalnego starcia z policjantem. Kobieta strzela, a po chwili orientuje się, że musi wraz z dzieckiem uciekać. Groząc przypadkowemu kierowcy, Russellowi (Garrett Hedlund), każe mu wywieźć się z miasta. Wkrótce

okazuje się, że mężczyzna wyszedł z więzienia i próbuje zostawić za sobą przeszłość.



Czy Mitchell pomoże uciekinierce?

Ukrywa Mablen na farmie swojego ojca Mitchella (Mel Gibson), ale jej tropem rusza policja. W okolicy pojawiają się także bracia i ojciec chłopca, który zginął przez Russella. To nie jest ciepły film na Dzień Matki, ale opowieść o tym, jak daleko matka potrafi się posunąć, by ocalić dziecko. **MAM**



Hołd swojej mamie Wandzie odda także Doda.

splywa po policzku	lasso	... Błaszczuk, „Zmiennicy”	Górnjak, wokalistka	imię Klossa	pieśń gondolierów	fant, kaucja	nie stereo	grecka bogini zwycięstwa
skłonny do awantur				1	... Merle, aktorka			5
		duży nóż	zaliczka	Gosling lub Reynolds			gra na zielonym stole	graniczy z USA
zjawa	na głowie panny młodej	płynna substancja	mahometanizm		egoista, samolub			
ocieplana kurtka robocza				6	Kampinowski ... Narodowy	za linią boiska	ekstra-klasa	w gazie ziemnym
	3		rezystancja		Woody ... reżyser			
sport Hurkacza	tkanina garniturowa				szerzenie wiedzy			
			ornament muzyczny			4	lodowy opad	
„... jeleni”, film	zmierzch		2		pomogła Tezeuszowi			

1	2	3	4	5	6
---	---	---	---	---	---

Wpisz rozwiązanie

CHWIŁA NA RELAKS

TVP 1**TVP 1****DVB T2**

- 5.10 Wykrywacz kłamstw** – pr. publicyst., Pol. 2025-2026
- 5.30 Pytanie dnia** – program publicystyczny, Polska 2026
- 5.50 Reporterzy** – magazyn reporterów
- 6.00 Oko na świat** – magazyn, Polska 2024-2026
- 6.20 Akacyjowa 38 (865)** – telenowela, Hiszpania 2015
- 7.00 Transmisja mszy świętej z Sanktuarium Matki Bożej na Jasnej Górze**
- 7.30 Kościół z bliska** – magazyn religijny, Polska 2012-2026
- 8.00 Serwis Info** – program informacyjny, Polska
- 8.10 Pogoda Info**
- 8.20 Okrasa łamie przepisy** – magazyn kulin., Polska 2024
- 9.00 Ranczo 3 (39)** – serial obyczajowy, Polska 2008
- 10.05 Komisarz Alex 4 (48)** – serial kryminalny, Polska 2013
- 11.00 Ojciec Mateusz 12 (154)** – serial kryminalny, Pol. 2014
- 12.00 Serwis Info** – program informacyjny, Polska
- 12.10 Agrobiznes** – magazyn rolniczy
- 12.30 Agropogoda**
- 12.40 Magazyn rolniczy**
- 12.55 Natura w Jedyńce: Gołąb i jego krzątania** – film dokumentalny, Austria 2025, reż. Nigel Pope (patrz obok)
- 14.00 Złoty chłopak (298)** – serial obyczajowy, Turcja 2022
- 15.00 Serwis Info** – program informacyjny, Polska
- 15.15 Reporterzy** – magazyn reporterów
- 15.35 Gra słów. Krzyżówka** – teleturniej, Polska 2019-2026
- 16.05 Dziedzictwo (930)** – serial obyczajowy, Turcja 2020
- 17.00 Teleexpress, Pogoda**
- 17.25 Jaka to melodia?** – teleturniej muzyczny
- 18.00 Klan (4723)** – telenowela, Polska 2026
- 18.35 Akacyjowa 38 (876)** – telenowela, Hiszpania 2015
- 19.30 Program informacyjny 19.30**
- 19.55 Pytanie dnia** – program publicystyczny, Polska 2026

**12.55 DOKUMENT****Gołąb i jego krzątania**

Opowieść o ptakach, które stanowią nieodłączną część życia miejskiego. Ich populacja nieustannie się powiększa. Są wybitnymi nawigatorami i niesamowitymi sportowcami. Łączą się w pary na całe życie i cechują doskonałą pamięcią. **65 min**

**21.20 SENSACYJNY****Jutro nie umiera nigdy**

Magnat medialny Elliot Carver (Jonathan Pryce) dąży do wywołania światowego konfliktu. Jego początkiem ma być atak nuklearny na Chiny. James Bond (Pierce Brosnan, zdj.) ma tylko 48 godzin, by powstrzymać szaleńca. Jego sojuszniką zostaje agentka Wai Lin (Michelle Yeoh). **130 min**

TVP 2**TVP 2****DVB T2**

- 4.30 Na dobre i na złe** – serial obyczajowy, Polska 2023
- 5.30 M jak miłość (1763)** – serial obyczajowy, Polska 2023
- 6.20 Przystań nad Biblią:** Niewola babilońska; Księga Estery – program religijny, Polska 2025
- 6.50 Barwy szczęścia (3387)** – serial obyczajowy, Polska 2026
- 7.30 Pytanie na śniadanie – pobudka** – magazyn, Polska 2026
- 7.55 Pytanie na śniadanie Rosół polski (25)** – magazyn kulinarny, Polska 2026 (patrz obok)
- 11.40 Którędy po sztuce:** Diane Severin Nguyen – Jeśli rewolucja jest chorobą; Alina Szapocznikow – Przyjaźń – magazyn kulturalny, Pol. 2024
- 12.30 Koło fortuny** – teleturniej, Polska 2024
- 13.15 Panna młoda (105)** – serial obyczajowy, Turcja 2024
- 14.05 Va banque** – teleturniej, Polska
- 14.35 Na sygnale (910)** – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2026
- 15.05 La Promesa – pałac Tajemnic (398)** – serial obyczajowy, Hiszpania 2022
- Lope** zdobywa się na szczerość i przeprasza Verę za swoje zachowanie. Abel wywiera presję na Jimenie, by wyznała prawdę o ciąży. Lorenzo zostaje pełnoprawnym współnikiem markiza i Pelaya. **55 min**
- 16.00 Koło fortuny** – teleturniej, Polska 2024
- 16.35 Familiada** – teleturniej
- 17.20 Panna młoda (106)** – serial obyczajowy, Turcja 2024
- 18.15 Va banque** – teleturniej, Polska
- 18.50 Jeden z dziesięciu** – teleturniej
- 19.25 Barwy szczęścia (3387)** – serial obyczajowy, Polska 2026
- 19.55 Domowe patenty 2 (6)** – magazyn poradnikowy, Polska 2026

**11.40 KULINARNY****Rosół polski (25)**

Agnieszka Kraszewska i Aleksander Baron (oboje na zdj.) poszukują źródeł dawnych zwyczajów kulinarnych. W trakcie podróży próbują zdefiniować specyfikę rodzimej kuchni. Ustalą, co pozostało, a co zmieniono w recepturach przekazywanych sobie od pokoleń. **30 min**

**20.05 OBYCZAJOWY****Barwy szczęścia (3388)**

Justin przekonuje Olę (Michalina Robakiewicz, zdj.), że jest niewinny. Podejrzewa, że spreparowane nagranie to sprawka Karoliny. Dziewczyna jednak nie wierz w wyjaśnienia i zaczyna się pakować. Ignoruje słowa Oliwki (Wiktoria Gąsiewska, zdj.), która staje w obronie przyjaciela. **35 min**

- 20.05 Barwy szczęścia (3388)** – serial obyczajowy, Polska 2026 (patrz obok)
- 20.40 Kulisy serialu „M jak miłość”** – cykl fel., Polska
- 20.55 M jak miłość** – obycz., Pol.
- 21.55 Na sygnale (912)** – serial fabularno-dokum., Polska
- 22.25 Magazyn Ekspresu Reporterów**
- 23.25 Wszystko dla mojej matki** – dramat obyczajowy, Polska 2019, reż. Małgorzata Imielska, wyk. Zofia Domalik, Maria Sobocińska, Malwina Laska, Magdalena Celmer (patrz obok)

**23.30 OBYCZAJOWY****24 godziny w Le Mans**

Michael Delaney (Steve McQueen, zdj.) jest jednym z faworytów legendarnego wyścigu. Powraca na tor rok po wypadku, w którym zginął Pierre Belgetti, a on został ranny. **110 min**

- 1.10 Pojedynek na głosy** – komediodramat, Wielka Brytania 2019, reż. Peter Cattaneo
- 3.05 Christopher Reeve – wieczny Superman** – film dokumentalny, Fr. **4.10**

polsat**POLSAT****DVB T2**

- 4.40 Disco Gramy** – program muzyczny, Polska 2026
- 5.25 Telezakupy TV Okazje**
- 6.00 Nowy dzień z Polsat News** – pr. inform.
- 8.30 Malanowski i partnerzy (274, 275):** Skradzione dziecko; Błękitna krew – fab.-dok., Polska 2011
- 9.30 Trudne sprawy (920, 921)** – serial paradokumentalny, Polska 2020
- 11.35 Gliniarze (799-801)** – serial paradokumentalny, Polska 2023
- 14.40 Dlaczego ja? (1575):** Tajemniczy mężczyzna – serial paradokumentalny, Polska 2026
- 15.50 Wydarzenia**
- 16.15 Pogoda**
- 16.20 Interwencja** – magazyn reporterów
- 16.30 Na ratunek 112 (1172)** – serial paradokumentalny, Polska 2026
- 17.00 Gliniarze (1212):** Strzały znikąd – serial paradokumentalny, Polska 2026
- Olgierd i Krzysiek** prowadzą śledztwo w sprawie mężczyzny, zabitego na osiedlu. Ofiarą toczyła batalię sądową z byłą żoną o opiekę nad synem. Śledczy muszą ustalić, czy sytuacja rodziny ma związek ze zbrodnią. **60 min**
- 18.00 Pierwsza miłość (4224)** – serial obyczajowy, Polska 2026
- Do We-Medu** przybywa Marcin Kochański – zastępca dyrektora Okręgowej Izby Lekarskiej. Interwencji w sprawie wyrzucenia syna z praktyk. Grażyna próbuje załagodzić konflikt, podczas gdy Kacper twardo broni zasad etyki lekarskiej. **50 min**
- 18.50 Wydarzenia**
- 19.15 Gość „Wydarzeń”** – program publicystyczny
- 19.25 Smak na każdą kieszeń (2)** – magazyn kulinarny, Polska 2026
- 19.35 Sport, Pogoda**
- 19.55 Milionerzy** – teleturniej, Polska 2026 (patrz obok)

**19.55 TELETURNIEJ****Milionerzy (110)**

Od nagrody głównej uczestników dzieli 12 pytań z różnych dziedzin – od sportu po sztukę. Mają oni do dyspozycji koła ratunkowe, np. pomoc Huberta Urbańskiego (zdj.). Muszą liczyć się z tym, że błąd eliminuje z gry. Widzowie przekonają się, kto podejmie ryzyko mimo wątpliwości. **40 min**

**20.35 KONCERT****Nie ma jak u mamy (1, 2-ost.)**

Artyści zaśpiewają hity łączące pokolenia hity łączące pokolenia z dedykacją dla wszystkich mam. Będzie im towarzyszyła orkiestra Grzegorza Urbana. Wystąpią między innymi Doda (zdj.), Michał Wiśniewski, Alicja Szemplińska, Viki Gabor, Halina Mlynkova, Anna Prowski i Pectus. Wywodzi Tomasz Wolny. **125 min**

- 20.35 Nie ma jak u mamy (1, 2-ost.)** – koncert, Polska 2026 (patrz obok)
- 22.40 Prometeusz** – horror s.f., USA/Wielka Brytania 2012, reż. Ridley Scott, wyk. Noomi Rapace, Michael Fassbender, Charlize Theron, Idris Elba (patrz obok)
- Reżyser „Łowcy androidów”** i horroru „Obcy – 8. pasażer Nostromo” po kilku dekadach powraca do kina science fiction. Widowiska produkcja ze znakomitą obsadą zdobyła nominację do Oscara za efekty specjalne. **165 min**
- 1.25 Niewidzialny człowiek** – horror, Australia/USA/Kanada 2020, reż. Leigh Whannell
- 4.05 Kabaretowa Ekstraklasa (104)** – program rozrywkowy, Polska 2017

**22.40 HORROR SF****Prometeusz**

Archeolodzy Shaw i Holloway oraz android David (Michael Fassbender, zdj.) biorą udział w ekspedycji, której celem jest wyjaśnienie pochodzenia człowieka. Jej finał może okazać się tragiczny dla ludzkości. **165 min**

- 1.25 Niewidzialny człowiek** – horror, Australia/USA/Kanada 2020, reż. Leigh Whannell
- 4.05 Kabaretowa Ekstraklasa (104)** – program rozrywkowy, Polska 2017

20

- 20.10 Sport, Pogoda**
- 20.30 Omnibus – szybcy i mądrzy** – teleturniej, Pol.
- 21.00 Omnibus – szybcy i mądrzy – dogrywka** – teleturniej, Polska 2026
- 21.20 Jutro nie umiera nigdy** – film sensacyjny, USA/Wielka Brytania 1997, reż. Roger Spottiswoode, wyk. Pierce Brosnan, Jonathan Pryce, Michelle Yeoh, Teri Hatcher (patrz obok)
- 23.30 24 godziny w Le Mans** – film obyczajowy, USA 1971, reż. Lee H. Katz, wyk. Steve McQueen, Siegfried Rauch, Elga Andersen (patrz obok)
- 1.20 Usłane różami** – komedia, Francja 2020, reż. Pierre Pinault
- 2.55 Sztuczki** – komediodramat, Polska 2007, reż. Andrzej Jakimowski **4.55**

TVN DV3 T2

- 5.40 Uwaga!** – magazyn reporterów
- 5.55 Ukryta prawda** (1649) – serial paradokumentalny, Polska 2024
- 6.50 Kuchenne rewolucje** (14) – program rozrywk., Pol. 2025
- 7.45 Dzień Dobry TVN** – magazyn
- 11.20 Doradca smaku** (37) – magazyn kulinarny, Polska 2026
- 11.25 Kuchenne rewolucje** (11, 9) – program rozrywkowy, Pol. Krzysztof jest kucharzem. Pracował w gastronomii zesnaście lat, aż zapragnął otworzyć własny lokal. Pierogatka zyskała ogromną popularność. Szybko jednak straciła na znaczeniu. **135 min**
- 13.40 Ukryta prawda** (1619, 1620, 1693) – serial paradokumentalny, Polska Mąż fryzjerki przyjmuje propozycję pracy w Norwegii. Osamotniona kobieta zaprzyjaźnia się z klientką. Pewnej nocy odbiera od niej telefon z prośbą o pomoc. Okazuje się, że została ona napadnięta. **190 min**
- 16.50 Szpital św. Anny** (33) – serial obyczajowy, Polska 2025 (patrz obok)
- 17.55 Detektywi** (330) – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2026 Trwa seria zamachów na detektywów. W trakcie śledztwa zostaje uprowadzona kobieta, powiązana z jednym z podejrzanych. Podczas poszukiwań dochodzi do eksplozji w opuszczonym budynku. **65 min**
- 19.00 Fakty**
- 19.35 Sport**
- 19.40 Raport Roland Garros** (3) – program sportowy, Polska 2026
- 19.45 Pogoda**
- 19.55 Uwaga!** – magazyn reporterów



16.50 OBYCZAJOWY

Szpital św. Anny (33) Ratownicy, w tym Marta (Klaudia Kościńska, zdj.), jadą do ciężarnej Asi Wronskiej, która ma bóle i duszności. Tymczasem Zosia bada kilkuletniego pacjenta z bólem brzucha. Okazuje się, że zjadł on słodycze, których rodzice nie pozwalają mu spożywać. **65 min**

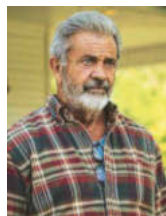


20.50 KOM. SENS.

Pan i pani Smith John (Brad Pitt, zdj.) i jego żona Jane (Angelina Jolie, zdj.) są zawodowymi zabójcami, co przed sobą ukrywają. Pewnego dnia dostają zadanie zlikwidowania siebie nawzajem. **150 min**

TV PULS DV3 T2

- 6.00 Policjanci z Miami** (20, 21): Włamywacze; Nikt nie żyje wiecznie – serial kryminalny, USA 1985
- 8.00 Kobra – oddział specjalny** (12, 13): Bunt; Bezkresna agonia – serial sensacyjny, Niemcy 2015
- 10.00 Triumf miłości** (163, 164) – serial obyczajowy, Meksyk 2010
- 12.00 Nie igraj z aniołem** (82) – serial obyczajowy, Meksyk 2008
- 13.00 Wspaniałe stulecie** (16) – serial kostiumowy, Turcja 2012-2013
- 14.00 Kurierzy** (2) – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2023
- 15.00 Lombard. Życie pod zastaw 13** (719) – serial obyczajowy, Polska 2023
- 16.00 Lombard. Życie pod zastaw 10** (480) – serial obyczajowy, Polska 2022 Jan Oleś wynajmował dom lokatorem, z którymi dotychczas dobrze się dogadywał. Pewnego razu jednak para zniknęła bez zapowiedzi, w dodatku nie placąc ostatniego czynszu. **60 min**
- 17.00 Kurierzy** (3) – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2023 Tomasz i Jan dochodzą do porozumienia. Wkrótce brat właściciela ma zacząć pracę w firmie kurierskiej. Nie wie, że nie obejmie kierowniczego stanowiska. **60 min**
- 18.00 Lombard. Życie pod zastaw 18** (960, 961) – serial obyczajowy, Polska 2026 Izabela nie potrafi pogodzić się z tym, że jej syn Dawid może być w spektrum autyzmu. Uczęszcza on do publicznej szkoły, a panujący tam hałas wywołuje u niego ataki agresji. **120 min**



20.00 DRAM. SENS.

Droga bez odwrotu Prostytutka Maben (Willa Fitzgerald) samotnie wychowuje córkę Annalee. Zostaje zgwałcona przez policjanta Clinta. Grożąc bronią Russellowi (Garrett Hedlund), żąda, by jej pomógł. Znajduje schronienie u jego ojca, byłego więźnia (Mel Gibson, zdj.). **155 min**



22.35 SENSACYJNY

Jestem zemstą Stanley (John Travolta, zdj.) wpada na trop groźnego spisku. **95 min**



TVN 7 DV3 T2

- 5.20 Ten moment** (22) – serial paradokumentalny, Polska 2015-2016
- 5.55 Szkoła** (675-677) – serial paradokumentalny, Polska 2019
- 8.45 Ukryta prawda** (1304, 1378, 1379) – serial paradokumentalny, Polska
- 11.55 W-11 – Wydział Śledczy** (999-1001) – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2013
- 14.00 Detektywi** (90): Worek na głowie – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2024
- 15.00 Szpital św. Anny** (126) – serial obyczajowy, Polska 2026
- 16.00 Sędzia Anna Maria Wesołowska 6** (18, 19): Bokserka – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2019 Na ławie oskarżonych zasiada młoda pięściarka Klara Iwaszkiewicz. Kiedy ojciec odmówił jej sfinansowania wyjazdu na obóz bokserski, miała dotkliwie go pościć. Mężczyzna doznał wstrząsu mózgu. **120 min**
- 18.00 Sekrety życia** (26) – serial paradokumentalny, Polska 2023 Lena już od dziecka trenuje dżudo. Ojciec oraz starsze siostry kibicują dziewczynie i podporządkowują życie jej karierze. W dniu decydującej walki nastolatka traci przytomność. **60 min**
- 19.00 Ukryta prawda** (1497) – serial paradokumentalny, Polska 2023 Wdowa Magdalena miała agresywnego męża alkoholiaka. Pewnego razu umawia się do pubu z poznanym na urodzinach koleżanki Bartkiem. Po wypiciu drinka zaczyna źle się czuć. Podejrzewa, że towarzyszył wrzucił jej do napoju pigułek gwałtu. **60 min**



20.00 SENSACYJNY

Wygrać ze śmiercią Detektyw Storm (Steven Seagal, zdj.) trafia na ślad afery korupcyjnej. Zamieszani w sprawę politycy nasyłają morderców. W wyniku ataku giną bliscy policjanta, a on zapada w śpiączkę. Siedem lat później odzyskuje świadomość. Poprzysięga zemstę. **130 min**



22.10 HORROR

Constantine Policjantka Angela (Rachel Weisz, zdj.) chce poznać okoliczności śmierci bliźniaczki. Prosi o pomoc egzorcystę (Keanu Reeves, zdj.). Śledztwo prowadzi do świata demonów i aniołów. **150 min**

REKLAMA

TV puls NAJLEPSZE FILMY ZAWSZE O 20:00 **WTOREK 26 MAJA** **PREMIERA W TV**

- 20.15 Na Wspólnej** (4218) – serial obyczajowy, Polska 2026
- 20.50 Pan i pani Smith** – komedia sensacyjna, USA 2005, reż. Doug Liman, wyk. Brad Pitt, Angelina Jolie, Vince Vaughn, Adam Brody (patrz obok)
- 23.20 Kuba Wojewódzki** (6) – talk-show, Polska 2025 (patrz obok)
- 0.30 Superwizjer** – magazyn reporterów
- 1.05 300: Początek imperium** – dramat historyczny, USA 2014, reż. Noam Murro
- 3.20 Szpital św. Anny** (98) – serial obyczajowy, Pol. 2026
- 4.20 Uwaga!** – magazyn reporterów
- 4.35 CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 12** (12) – serial kryminalny, USA 2012
- 5.20 Nauka jazdy 5** (11) – pr. rozrywk., Polska 2022



23.20 TALK-SHOW

Kuba Wojewódzki (6) Przypomnienie odcinka, w którym gościli Friz, youtuber i lider Ekipy – grupy twórców internetowych, oraz jego żona Weronika Wiśniewska. Towarzyszył im Marcin Rogaczewicz. **70 min**

- 20.00 Droga bez odwrotu** – dramat sensacyjny, USA 2023, reż. Nadine Crocker, wyk. Garrett Hedlund, Willa Fitzgerald (patrz obok) Na podstawie powieści pióra Michaela Farris Smitha. Thriller noir osadzony w miasteczku w Mississippi. **155 min**
- 22.35 Jestem zemstą** – film sensacyjny, USA 2016, reż. Chuck Russell, wyk. John Travolta, Christopher Meloni (patrz obok)
- 0.10 Burza** – dramat katastroficzy, USA 2015, reż. David Hackl, wyk. John Travolta, Kate Bosworth, Devon Sawa, Gil Bellows (patrz obok)
- 2.15 Dzielnica strachu 10** (477-ost.): Koszmar z ulicy Wiązów – serial kryminalny, Polska 2025-2026
- 3.10 Zobacz to!**



0.10 DRAMAT

Burza Beau (John Travolta) po śmierci brata opiekuje się jego córką Bailey (Kate Bosworth, zdj.). Pewnego dnia, kiedy jego ekipa mierzy się z awarią sieci energetycznej, nadciąga ogromna nawałnica. **125 min**

- 20.00 Wygrać ze śmiercią** – film sensacyjny, USA 1990, reż. Bruce Malmuth, wyk. Steven Seagal, Kelly LeBrock, Bill Sadler, Frederick Coffin (patrz obok)
- 22.10 Constantine** – horror, USA/Niemcy 2005, reż. Francis Lawrence, wyk. Keanu Reeves, Rachel Weisz, Shia LaBeouf, Djimon Hounsou (patrz obok)
- 0.40 Batman i Robin** – film przygodowy, USA/Wielka Brytania 1997, reż. Joel Schumacher, wyk. George Clooney, Arnold Schwarzenegger, Alicia Silverstone, Chris O'Donnell (patrz obok)
- 3.15 Złyżak z potworem 7** (15) – serial dokumentalny
- 4.10 SOS Ekipy w akcji** (53) – serial paradokumentalny, Polska 2018



0.40 PRZYGDOWY

Batman i Robin Zamaskowany miliarder Bruce Wayne (George Clooney, zdj.) musi rozprawić się z przestawcą, który zagraża mieszkańcom Gotham City. Dołącza do niego sojuszniczka, Batgirl (Alicia Silverstone). **155 min**

TVP 3 TVP 3 9.05 Dlaczego krowa... 9.30 Tamara z Olszyna 10.00 Złoty chłopak (158) 11.00 Rok w ogrodzie – mag. 11.30 Wiek to tylko liczba 12.00 O milimetr – magazyn 12.30 Rączka gotuje – mag. 13.00 Agrobiznes – mag. 13.30 Bez retuszu – pr. publ. 14.20 Poznaj region – cykl fel. 14.30 Program informacyjny 14.30 15.00 Koronka do Miłosierdzia Bożego – pr. religijny 15.20 Serwis Info Dzień – inf. 15.30 Program lokalny 19.30 Całkiem niezła historia 19.45 Kryminalna siódemka 20.00 Dziennik regionów 20.13 Gość Regionów – publ.	TVP POLONIA TVP POLONIA 11.50 Przepis dnia (69) – mag. 12.00 Serwis Info – pr. inform. 12.10 Komisarz Alex 22 (278) 13.05 Ranczo 2 (20) – obycz. 14.00 Kod bezpieczeństwa 14.35 Muzyczny NAJ – mag. 15.00 Serwis Info – pr. inform. 15.10 Fajna Polska – mag. 16.00 Zaraz wracam 2 (88) 16.30 Barwy szczęścia (3314) 17.00 Teleexpress 17.20 Gra słów. Krzyżówka 17.50 Teleexpress Extra – inf. 18.15 Oko na Wschód – publ. 18.45 Panorama 19.20 Polacy światu 19.30 Program informacyjny 19.30 19.55 Pytanie dnia – pr. publ. 20.10 Sport, Pogoda	TV 4 TV 4 6.00 Strażnik Teksasu (21, 22) – serial sensacyjny 7.55 Bogaty dom – biedny dom (119) – reality show 8.55 Policjantki i Policjanci (446, 447) – serial obycz. 10.55 Na ratunek 112 (1173, 472) – paradok., Pol. 11.55 Dlaczego ja? (1533, 1534) – paradok. 13.55 Trudne sprawy (1295-1297) – paradok. 16.55 Łowcy skarbów. Kto da więcej? (534) 18.00 Policjantki i Policjanci (1431, 1432) – obycz., Pol. 20.00 Uroczysko (258) – krym. 20.30 Sprawiedliwi – Wydział Kryminalny (1037) – krym., Pol. 2026	PULS 2 PULS 2 7.50 Superkoty – serial anim. 8.30 Myszką Mikki: Frajdomek 2 – anim. 8.50 Masza i Niedźwiedź 5 9.20 Bing – serial animowany 9.35 Basia – serial animowany 10.00 Jeżyk i Przyjaciele 10.25 Spidey i superkumple 11.25 Dinopociąg 3 – anim. 11.55 Smerfy – serial anim. 13.00 Gumisie 6 – serial anim. 14.00 Kacze opowieści 15.00 Miraculous: Biedronka i Czarny Kot 4 – anim. 16.00 Finessz i Ferb 2 – anim. 17.00 Marta mówi 2 – anim. 17.35 Superkoty – serial anim. 18.00 Blue – serial animowany 18.15 Bing – serial animowany 18.45 Masza i Niedźwiedź 5	TVP ROZRYWKI TVP ROZRYWKI 6.10 Zakochaj się w Polsce (208) – magazyn 6.40 Gra słów. Krzyżówka 7.10 Okrasa łamie przepisy 8.15 Familiada – teleturniej 8.50 Va banque – teleturniej 9.25 Koło fortuny – telet., Pol. 10.00 Makłowicz w podróży 10.40 Postaw na milion 12.35 Familiada – teleturniej 13.15 Tygrysy Europy (7) – serial kom., Polska 1999 14.10 Rodzinka.pl (159, 160) 15.15 Program rozrywkowy 15.35 Sanatorium miłości 8 (9) – reality show, Polska 16.35 Do śmiechu! (78) – rozr. 17.25 Va banque – teleturniej 18.00 Koło fortuny – telet., Pol. 18.40 Okrasa łamie przepisy	TTV HD TTV HD 6.20 DeFacto 14 (10) 6.50 Diablenie boskie 2 (17) 7.20 Ukryta prawda (1189) 8.20 Kartoteka 9 (23, 24) 10.30 Detektywi (236, 326) 12.30 Zakup w ciemno 3 (12) 13.30 Zakup w ciemno 4 (11) 14.30 Kartoteka 5 (6) 16.45 Express – pr. inform. 16.58 Pogoda, Sport 17.05 Idź na całość 2 (26) 18.05 Zakup w ciemno extra (13) – reality show, Polska 18.45 Damy i wiesniaczki. PL 8 (15) – fab.-dok., Pol. 19.45 Express, Pogoda – inf. 20.05 Zakup w ciemno 7 (10) 21.05 Zakup w ciemno extra (9) – reality show, Polska 21.45 Express, Pogoda – inf.
---	--	---	--	---	--

MAGAZYN REPORTERÓW



20.30 Tekurier – Polska
 W każdym wydaniu programu pojawia się relacja na żywo lub reportaż z kraju. Przedstawiany problem komentuje też zaproszony do studia ekspert. 30 min

- 21.00 Program lokalny
- 22.00 Dziennik regionów
- 22.30 Złoty chłopak (159)
- 23.55 Panorama
- 0.25 Program informacyjny 19.30
- 0.45 Panorama dnia – pr. inf.
- 1.20 Kryminalna siódemka
- 1.40 Dziedzictwo (814)
- 2.30 Bez retuszu – pr. publ.

TVP 3 jest wspólnym pasmem programowym lokalnych stacji telewizyjnych: Białostok, Bydgoszcz, Gdańsk, Katowice, Kraków, Lublin, Łódź, Poznań, Rzeszów, Szczecin, Warszawa, Wrocław

MAGAZYN REPORTERÓW



20.25 Strażacy 2 (20)
 Kamila pakuje się przed wyjazdem do Szwecji. Strażacy dostają wezwanie do kamienicy, w której doszło do wybuchu gazu. Sąsiedzi alarmują, że na pierwszym piętrze przebywają ludzie. 55 min

- 21.20 Ojciec Mateusz 2 (19) – serial kryminalny, Polska
- 22.15 Fenomen Fogga – dok.
- 23.15 Panorama
- 23.45 To jest mój sen
- 0.40 Zaraz wracam 2 (88)
- 1.10 Polacy na ratunek Żydom (7)
- 1.30 Program informacyjny 19.30
- 1.55 Pytanie dnia – pr. publ.
- 2.05 Sport, Pogoda

KRYMINALNY



21.30 Sprawiedliwi. Trójmiasto (154)
 Patrycja i Maksym badają serię zabójstw. Wszystkie ofiary były klientkami dietetyczki Anety Brylskiej. W jej domu znaleziono ciało. Kolejnym celem jest ciężarna Polina Szewczenko. 70 min

- 22.40 Osadzony FILM – thriller, USA 1989
- 0.50 Love Island. Wyspa miłości (48) – reality show, Wielka Brytania
- 1.55 Hardkorowy lombard (4) – serial dokumentalny
- 2.25 Interpolacja – mag.
- 2.55 SuperLudzie (6, 9, 10) – serial dokum., Polska
- 5.30 Teleszukupy TV Okazje

ANIMOWANY



19.00 Kacze opowieści
 Zamożni i zgrzybliwy skapiec Sknerus McKwacz oraz jego siostrzyca przeżywają wiele przygód. Stawiają też czoła wrogom bogactwa, takim jak Granit Forsant i złodziejka, bracia Be. 60 min

- 20.00 Lombard. Życie pod zastaw 18 (999) – obycz.
- 21.00 Dzielnica strachu 10 (444, 445) – serial krym.
- 23.00 Imperium wilków – film FILM sensacyjny, Francja 2005
- 1.25 Lombard. Życie pod zastaw 12 (617) – obycz.
- 2.25 Lombard. Życie pod zastaw 9 (453) – obycz.
- 3.25 Lombard. Życie pod zastaw 4 (157) – obycz.

KULINARNY



19.45 Makłowicz w podróży
 Znany smakosz tym razem jedzie na Morawy. Południe tego regionu słynie z wina. Prowadzący odwiedza winnice w Mikulowie, opowiada o znanych szczepach i przyrządza gulasz. 40 min

- 20.25 Postaw na milion
- 20.25 Rodzinka.pl (37) – kom.
- 22.50 Tak to leciało!
- 23.50 Kabaretomania (37)
- 0.50 Koło fortuny – telet., Pol.
- 2.05 Kabaret. Super Show Dwójki (2) – pr. rozr.
- 3.10 Do śmiechu! (63) – rozr.
- 4.00 Program rozrywkowy
- 4.30 Wyspa dzieci, czyli muzycy spadkobiercy zespołu 2 plus 1 (2)

DOKUMENT



22.00 Nic do zgłoszenia 6 (2)
 Lubuscy funkcjonariusze UCS udają klientów, by skontrolować bazar, na którym sprzedaje się podróbki odzieży i obuwnia. W Terespolu strażnicy ujawniają próbę wyłudzenia podatku VAT. 60 min

- 23.00 Gogglebox. Przed telewizorem 20 (1) – pr. rozrywk., Pol. 2024
- 0.00 Fachowcy 2 (4) – serial paradokumentalny, Pol.
- 0.45 Zony Podlasia 4 (8) – serial dokumentalny, Pol.
- 1.45 Niebezpieczne dziedziczenie (11) – dok., Pol.
- 2.25 Nauka jazdy 5 (1) – rozr.
- 3.00 Szpital (918) – paradok.
- 4.00 Szkoła (800) – paradok.

TVP 3 PROGRAMY LOKALNE

BIAŁYSTOK 17.26 Spotkania w siwostek cisy 17.49 Nie taki internet straszny 18.00 Zwierzaki od A do Z 18.08 Przegląd suwalski 18.30 Obiektyw 18.50 Gość „Obiektywu” 19.00 Sport, Pogoda 19.10 Reportaż ekumeniczny 21.00 Białostocki Teatr Lalek 21.20 Gość „Obiektywu” 21.30 Obiektyw
BYDGOSZCZ 17.30 Na zdrowie 18.15 Trening czyny mistrza 18.30 Zbliżenia 19.00 Rozmowa dnia 19.20 Kod bezpieczeństwa 21.00 Rozmowa dnia 21.20 Ekspert ZUS odpowiada 21.30 Zbliżenia 21.45 Sport, Pogoda
GDĄSK 17.30 Tedé jo 17.50 Wiatrak 18.15 Czyżewskiego 42 18.30 Panorama 19.00 Droga 21.00 Zawodowcy 21.15 Czyżewskiego 42 21.30 Panorama
KATOWICE 17.14 Dzień z bliska 17.50 Święta wojna 18.15 Protokół rozbieżności 18.30 Aktualności 18.55 Pogoda, Sport 19.10 Gramy dla was 21.15 Protokół rozbieżności 21.30 Aktualności
KRAKÓW 17.46 Krzemionki 30. Przystanek reportaż 18.02 Tar-nowska kronika filmowa 18.10 Horizont wartości. Rozmowa z kard. Grzegorzem Rysiem 18.30 Kronika 18.56 Tematy dnia 19.12 Kultura na Ludowo*wspiarani 21.03 Wyrzykacz kłamstw 21.30 Kronika 21.45 Tematy dnia
LUBLIN 17.55 Naturalnie Lubelskie 18.10 Zdrowie w Twoich rękach 18.30 Panorama lubelska 19.00 Stop! Kultura 21.02 Reportaż. Z lubelskiego 21.15 Gość „Panoramy” 21.30 Panorama lubelska

ŁÓDŹ 17.30 Teatr Wielki zza kulis 17.45 Pogotowie reporterskie zawsze z Wami 18.07 Za szybą 18.15 Strefa biznesu 18.30 Łódzkie wiadomości dnia 18.50 Sport, Pogoda 19.00 Inwestujemy w Twoje zdrowie 19.15 Kulturalnie po Łodzi i regionie 21.00 Rowerem przez Pomorzec Zachodnie 21.15 Argo-express 21.30 Łódzkie wiadomości dnia
POZNAŃ 17.30 Teleskop 17.45 Wspólne popołudnie z seniorami 18.30 Teleskop 19.02 Rozmowa dnia 19.12 MediaLab 21.02 Pociąg do Wielkopolski 21.30 Teleskop
RZESZÓW 17.30 Kwartet 18.00 Sport – wydarzenia i komentarze 18.30 Aktualności 18.58 Gość TVP Rzeszów 19.13 Liczy się pasja 21.00 Wyrzykacz kłamstw 21.30 Aktualności
SZCZECIN 17.30 Tajemnice kultu-wy seriali 18.30 Kronika 18.52 Wokół nas 19.00 Wesołe lata Tele-wizji Kraków 21.00 Wokół nas 21.08 Arka 21.30 Kronika 21.50 Rozmowa dnia
WARSZAWA 17.35 Reagujemy 18.00 Zawsze na temat 18.30 TKW 18.42 Kurier Mazowiecki 19.00 In-formacje z Mazowsza 19.15 MAZO-wyprawy extra 21.00 Dobrego dnia z gwiazdą 21.30 Kurier Warszawski i Mazowsza
WROCŁAW 17.30 Sielskie życie 17.14 Prosto z lasu 17.58 Region dialogu 18.14 Pamięć Miasta 18.30 Fakty 18.58 Rozmowa „Faktów” 19.15 Argo-Fakty 21.02 Magazyn Dolnośląski 21.16 Rozmowa „Fak-tów” 21.30 Fakty

TVP HD

- 7.55 Rodzinka.pl (135, 136)
- 8.55 Ojciec Mateusz 14 (178, 179) – krym., Pol. 2015
- 10.45 Gra słów. Krzyżówki
- 11.20 Na sygnale (573, 574)
- 12.25 Ojciec Mateusz 3 (34)
- 13.20 Komisarz Alex 22 (279)
- 14.15 Ranczo 8 (99, 100) – obycz.
- 16.10 Górna półka smaku
- 16.40 Przystanek słow food 3
- 17.10 Okrasa łamie przepisy
- 17.45 Makłowicz w podróży
- 18.20 Ojciec Mateusz 21 (276)
- 19.20 Ranczo 10 (123) – obycz.
- 20.10 Rodzinka.pl (237, 238)
- 21.25 Ojciec Mateusz 32 (419)
- 22.20 Morderstwa w kanionie FILM Verdon – krym., Fr. 2023
- 0.05 Peaky Blinders 6 (36)
- 1.40 Kłangor (6, 7) – krym., Pol.
- 3.50 Ranczo 7 (89) – obycz., Pol.

BBC FIRST

- 11.45 Zagadki doktora Blake'a 4 (6) – serial krym.
- 12.55 Shakespeare i Hathaway: Prywatni detektywi 2 (3, 4) – krym.
- 14.50 Ojciec Brown 5 (1) – serial kryminalny, Wielka Brytania 2017
- 15.55 Lewis (2) – krym., Wlk. Bryt.
- 16.55 My Life is Murder 3 (8)
- 17.50 Morderstwa w Midsummer 12 (13, 14)
- 19.55 Śmierć pod palmami 11 (1) – serial kryminalny, Wielka Brytania 2021
- 21.00 Ludwig 5 (5) – serial krym.
- 22.10 W zamknięciu (3, 4) – serial kryminalny
- 0.40 My Life is Murder 3 (8)

TVP KULTURA

- 11.05 U Pana Boga za piecem FILM – komedia, Polska 1998
- 12.55 Poszukiwacze zaginionych dzieł sztuki (12) – serial dok., Wlk. Bryt.
- 13.30 Życie jako śmiertelna choroba przenoszona drogą płciową – dramat obyczajowy, Polska 2000
- 15.20 Braciszek – film FILM obyczajowy, Polska 2007
- 17.10 Zmienicy (4) – kom., Pol.
- 18.25 Mody polskie
- 19.15 Czesław Wołłejko – aktor i poeta – film dok.
- 20.00 Dżiz wieszczór arsenik
- 21.35 Billy Elliot – film obyczajowy, Wlk. Bryt./Francja 2000
- 23.35 Minotaur Picasso – dok.
- 0.35 W poszukiwaniu dobrego filmu – mag. film.

ROMANCE TV

- 14.15 Bachmannowie. Stan zagrożenia – komedia, Niemcy 2026
- 16.05 Lena Lorenz: Niemowlę FILM wybaczyć – dramat obyczajowy, Niemcy 2021
- 18.00 Zwierzętny doktor Mertens (101) – obycz.
- 19.00 Górski lekarz (105) – obycz., Niemcy/Austria
- 20.00 Wszystko po połowie FILM – komedia, Niemcy 2024
- 22.20 Rosamunde Pilcher: Dopóki jesteś – film obycz., Niem./Austria 2004
- 0.05 Górski lekarz (105) – obycz., Niemcy/Austria
- 1.00 Wszystko po połowie FILM – komedia, Niemcy 2024

afena ANTENA HD

- 10.40 Co Polak potrafi na drodze? (1) – rozr., Pol.
- 11.40 Kabaretowy szal – rozr.
- 12.40 Winnice miłości (59)
- 13.50 Wojciech Cejrowski – bosy przed świat (85, 86) – cykl reportaży, Pol.
- 14.55 Cieńżarówka przez śnieg 2 (7, 8) – serial dok.
- 16.50 77 TV 5 (18, 19) – rozr., Pol.
- 18.50 Astrid i Raphaëlle: Kryminalne Genuszk! (4)
- 20.00 Morderstwa we Francji FILM – Font-Romeu – film kryminalny, Francja 2023
- 22.00 Detektywi z Bordeaux 2 (6) – serial krym., Fr./Bel.
- 23.05 Astrid i Raphaëlle: Kryminalne Genuszk! (5)
- 0.15 Polska. Największe tajemnice 2 (6) – rozr., Pol.

TV 6

- 6.00 Więzienie (214, 215) – dok.
- 6.55 Policjantki i Policjanci (645, 646) – serial obycz.
- 8.55 Kobra – oddział specjalny (189, 190)
- 11.00 48h. Zaginięci (252-254)
- 14.00 Policjantki i Policjanci (1167) – serial obycz., Polska
- 15.00 Kobra – oddział specjalny (191, 192)
- 17.05 Magnum: Detektyw z Hawajów 5 (88) – sens.
- 18.00 Strażnik Teksasu (23, 24)
- 20.00 CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku (153-155)
- 23.00 Sprawiedliwi – Wydział Kryminalny (671, 672)
- 1.00 Kości (69, 70) – serial krym.
- 3.00 Septagony (45, 46) – krym.
- 5.10 Cobra Kai (4) – serial przyz.
- 5.45 Teleszukupy TV Okazje

TVN FABUŁA

- 8.45 Detektywi (466, 467)
- 9.50 Prawo Agaty (9) – obycz.
- 10.50 Szpital św. Anny (60)
- 11.50 Druga szansa 3 (11, 12)
- 13.55 Prawo Agaty (8) – obycz.
- 14.55 Detektywi (468, 469)
- 15.55 Najpiękniejsza muzyka filmowa (2) – pr. rozr., Pol.
- 16.20 Fantastyczne zwierzęta FILM i jak je znaleźć – film fantasy, Wlk. Bryt./USA 2016
- 19.00 Szpital św. Anny (40)
- 20.00 Mroczny rycerz – film FILM sens., USA/Wlk. Bryt. 2008
- 23.15 Anabelle wraca FILM do domu – horror, USA 2019, reż. Gary Dauberman
- 1.25 Szukając sprawiedliwa FILM ści – film sens., USA 1991

STOPKLATKA

- 6.00 **Złoty interes 2** (4, 5)
- 7.45 **Wojciech Ciejrowski – boso przez świat**
- 8.50 **Robert Makłowicz** (220, 213) – mag. kulin.
- 10.45 **Pyszne dania w 10 minut z Julią Oleś** (4)
- 10.55 **Doktor z alpejskiej wioski – nowy rozdział** (7, 8) – serial obyczajowy
- 13.00 **Katastrofy w przestworzach** (9, 10, 7) – serial dok., Kan.
- 16.00 **MacGyver 2** (19, 20) – serial sens., USA/Kanada
- 18.00 **Wojny magazynowe: Kanada 2** (14, 15) – reality show, Kan. 2014
- 19.10 **Wojny kontenerowe 3** (5, 6) – serial dokum., USA



20.00 Snajper – USA/Peru
FILM 1993, reż. Luis Llosa
 Strzelec wyborowy Beckett (Tom Berenger, zdj.) ma zlikwidować generała Alvarę i kolumbijskiego bossa narkotykowego. Towarzyszy mu niedoświadczony agent Miller (Billy Zane, zdj.). **120 min**

- 22.00 **Oczy smoka** – film sensacyjny, USA
FILM 2012, wyk. Cung Le, Jean-Claude Van Damme
- 23.55 **Na fall** – film sensacyjny, USA 1991, wyk. Patrick Swazze, Keanu Reeves
- 2.45 **Wielka wyspa** **FILM** – komedia sens., Pol. 1992
- 5.00 **Biblijne tajemnice** (1) – serial dokum., Kan. 2014

POLSAT 2

- 5.50 **Wydarzenia**
- 6.30 **Nasz nowy dom** (263) – reality show, Polska 2022
- 7.25 **Na ratunek 112** (863, 864) – serial parodokumentalny, Polska
- 8.25 **Sekrety rodziny** (288-290) – serial parodokumentalny, Polska
- 11.30 **Trudne sprawy** (1208) – serial parodokumentalny, Polska 2023
- 12.30 **Dlaczego ja?** (1466, 1467) – serial parodokumentalny, Pol. 2025
- 14.25 **Świat według Kiepskich** (374-378) – serial komediowy, Polska 2011



17.00 48h. Zaginięcie (93, 94)
 Alina, matka Leny, zgłasza się do detektywów. Dwa dni temu jej córka dzwoniła do rodziców, lecz nagle przewała rozmowę. Po tym wydarzeniu dziewczyna się nie kontaktowała. **120 min**

- 19.00 **Gliniarzy** (1137)
- 20.00 **Ślad** (40) – serial krym.
- 21.00 **Gliniarzy** (1069)
- 22.00 **Łowca pedofiliów** (181, 182) – serial dokum.
- 22.55 **Świat według Kiepskich** (308, 309)
- 0.00 **Ślad** (94) **O** – krym., Pol.
- 1.00 **Zdrady** (1) – paradok.
- 1.55 **Wydarzenia**
- 2.45 **Ewa gotuje** (501) – mag.
- 3.25 **Strzelnica Navala** (5)

TVP SERIALE

- 5.55 **Rodzinka.pl** (71) – kom.
- 6.30 **Na sygnale** (453, 454) – serial fabularno-dokum.
- 7.40 **Ojciec Mateusz** (3)
- 8.35 **Komisarz Alex 24** (300)
- 9.30 **Rodzinka.pl** (72) – kom.
- 10.05 **Klan** (1421) – telen., Pol.
- 10.45 **Ranczo 6** (71) – obycz.
- 11.30 **M jak miłość** (1936)
- 12.30 **Pan Mama** (50) – kom.
- 13.05 **Zaraz wracam 2** (130)
- 13.40 **Ojciec Mateusz 27** (354, 355) – serial krym.
- 15.40 **Komisarz Alex 24** (301) – serial kryminalny, Polska
- 16.30 **Na sygnale** (455, 456) – serial fabularno-dokum.
- 17.40 **Ranczo 6** (72, 73) – obycz.
- 19.35 **Ojciec Mateusz 28** (356) – serial kryminalny, Polska



20.30 Ojciec Mateusz (4) – Pol.
 Planowana od miesięcy akcja mająca na celu rozbić gangu mafiotekowego kończy się niepowodzeniem. Nocul obawia się, że któryś z policjantów może być zamieszany w tę sprawę. **60 min**

- 21.30 **Ranczo 6** (74, 75) – obycz.
- 23.20 **Ojciec Mateusz 28** (357) – serial kryminalny, Polska
- 0.15 **Na dobre i na złe** (994) – serial obycz., Pol. 2026
- 1.20 **Matylda** (11, 12) – serial kostiumowy, Polska 2024
- 3.10 **Zatoka szpiegów 2** (13, 14) – szpiegowski, Pol.
- 4.45 **Klan** (1421) – telen., Pol.
- 5.20 **Zaraz wracam 2** (130) – serial obycz., Pol. 2025

KINO POLSKA

- 6.00 **Polska z góry. Zamki, dworki, pałace 3** (7) – serial dokumentalny
- 6.25 **Och! Kabaret 4** (1) – rozr.
- 7.15 **Polska z góry. Zamki, dworki, pałace 3** (8)
- 7.45 **Ranking najpolskiego kina** (1, 2) – pr. rozrywk.
- 8.55 **Nad Niemnem** (1/2) **FILM** – film obyczajowy, 1986
- 10.40 **W pustyni i w puszczy** **FILM** – film przygodowy, 2001
- 13.05 **Agent nr 1** – dramat wojenny, 1971
- 15.35 **Wielka mąjówka** **FILM** – film obyczajowy, 1981
- 17.20 **Stawka większa niż życie** (12) – wojenny
- 18.45 **Pogranicze w ogniu** (1) – serial sensacyjny, 1988



20.00 Rozmowy nocą **FILM** – 2008, reż. Maciej Żak
 Artystka Matylda (Magdalena Różczka, zdj.) nie chce angażować się w romans, ale mały o roli matki. Poszukuje dawcy nasienia. Na jej anons odpowiada Bartek (Marcin Dorociński, zdj.). **115 min**

- 21.55 **Supermarket** – thriller, 2012, reż. Maciej Żak, wyk. Mikołaj Roznerski
- 23.40 **Dom zły** **O** – dramat kryminalny, 2009, wyk. Arkadiusz Jakubik
- 2.15 **Kamienne tablice** **FILM** – dramat obyczajowy, 1983, wyk. Krzysztof Chamiec, Laura Łącz
- 5.20 **Tama** – etiuda film., 2024

AXN

- 6.00 **CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 10** (8, 9) – serial kryminalny, USA/Kanada 2009
- 7.30 **Doktor Larsen** (3, 4) – serial obycz., USA 2025
- 9.25 **Castle 7** (18, 19) – serial krym., USA 2014-2015
- 11.15 **Detektyw Monk 2** (11, 12) – serial kryminalny, USA 2004
- 13.10 **Doktor Larsen** (5, 6) – serial obycz., USA 2025
- 15.10 **Agenci NCIS 15** (5, 6) – serial sensacyjny, USA
- 17.05 **CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas** (5, 6) – serial krym., USA/Kan.
- 19.10 **Castle 7** (20, 21) – serial krym., USA 2014-2015



21.05 Rekrut 8 (5) – USA 2026
 Aaron wraca do Mid-Wilshire, by wesprzeć grupę zadaniową. Nawiązuje kontakt z byłym współwięźniem, handlarzem narkotyków. To pozwala policji namierzyć sieć internetową przestępców. **60 min**

- 22.05 **Nocny lot** (3) – serial sensacyjny, Wlk. Bryt.
- 23.05 **CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas** (5, 6) – serial krym., USA/Kan.
- 0.55 **Castle 7** (20, 21) – serial krym., USA 2014-2015
- 2.50 **Rekrut 8** (5) – serial krym.
- 3.55 **FBI 2** (17) – serial krym.
- 4.45 **Walker: Strażnik Teksasu** (17) – krym.
- 5.30 **Blok promocyjny AXN**

CANAL+ PREMIUM

- 6.05 **Benek** – komediodramat, Polska 2007
- 7.45 **Jutro będzie nasze** **FILM** – komediodram., Wk. 2023
- 9.40 **Masz ci los!** – komedia, **FILM** Polska 2023
- 11.10 **Łapu-capu**
- 11.15 **Milli Vanilli** – film dokum.
- 13.00 **Królowa chmur** – film **FILM** obyczajowy, Polska 2003
- 14.20 **Cat's Eyes** (5) – przyg., Fr.
- 15.10 **Ostatni bój. Legenda 300 Spartan** – film dok.
- 16.05 **Kaskadera** – komedia **FILM** sensacyjna, USA 2024
- 18.10 **Łapu-capu**
- 18.15 **Krucjata Bourne'a** **FILM** – thriller, USA/Niem. 2004
- 20.00 **Luca. Legenda Ferrari** (2) – serial dok., Wlk. Bryt.



21.00 To się nie dzieje (PREMIERA) – Polska 2025
 Syn Bartka (Tomasz Schuchardt, zdj.) dokonał zabójstwa. Ojciec chce mu pomóc. Barykaduje się wraz z potomkiem w mieszkaniu swojej narzeczonej. **80 min**

- 22.20 **Niebezpieczne zwierzęta** – thriller, Australia/USA/Kan. 2025
- 23.55 **Afterburn** – komedia **FILM** sensacyjna, USA 2025
- 1.40 **Imago** – dramat **FILM** biograficzny, Polska 2023
- 3.30 **Pan Tadeusz** – film **FILM** kostiumowy, Pol./Fr. 1999

SENSACYJNY

KRYMINALNY

KRYMINALNY

KOMEDIA ROMANTYCZNA

KRYMINALNY

THRILLER

13 ULICA

- 6.20 **Astrid i Raphaëlle 6** (7, 8) – krym., Fr./Bel./Szwajcaria
- 8.30 **Kapitan Marleau 8** (5) – serial kryminalny, Fr. 2024
- 10.30 **Agenci NCIS: Los Angeles 14** (1, 2) – sens.
- 12.20 **Motyw 4** (4, 5) – krym.
- 14.10 **Zbrodnie idealne** (1, 2)
- 16.20 **Kapitan Marleau 9** (1) – serial kryminalny, 2025
- 18.20 **Agenci NCIS: Los Angeles 14** (3, 4) – sens.
- 20.10 **Motyw 4** (4, 5) – krym.
- 22.00 **Chicago P.D. 13** (18) – serial kryminalny, USA
- 23.00 **Blue Ridge** (5, 6) – krym.
- 1.00 **Kapitan Marleau 9** (1) – serial kryminalny, 2025
- 3.00 **Astrid i Raphaëlle 6** (7, 8) – krym., Fr./Bel./Szwajcaria
- 5.10 **Falszerstwo** (5) – krym.

POLSAT FILM

- 6.05 **Rolnicy – Tak się żyje u nas wsi** (67-69) – dok.
- 7.30 **Doktor Martin** (4) – obycz.
- 8.30 **Przyjaciółki** (263, 264)
- 10.25 **Świat według Kiepskich** (108, 109, 233, 78, 79)
- 13.25 **Serce nie sługa** – komedia **FILM** romantyczna, Polska 2018
- 15.20 **Armageddon** – film s.f., **FILM** USA 1998, wyk. Bruce Willis
- 18.40 **Pogromcy duchów: FILM imperium lodu** – komedia przygodowa, USA/Kanada/Wielka Brytania 2024
- 21.00 **American Pie: Zjazd absolutentów** – komedia obyczajowa, USA 2012
- 23.15 **Nie oddychaj 2** **FILM** – thriller, USA 2021
- 1.25 **Fala zbrodni** (50-53)
- 1.55 **Na ratunek 112** (820)

HBO HBO

- 10.45 **W skrócie** – komediodramat, Niemcy 2024
- 12.35 **Przegląd tygodnia: Wieczór z Johnem Oliverem** 13 (12) – talk-show
- 13.20 **Świąteczna afera** **FILM** w North Pole – komedia, USA 2021
- 14.45 **Brandy Melville i kult szybkiej mody** – film dok.
- 16.15 **Witajcie w Marwen** – film **FILM** biograficzny, USA/Jap. 2018
- 18.10 **Mountainhead** – dramat **FILM** obyczajowy, USA 2025
- 20.00 **Stamtąd 4** (3) – serial grozy
- 21.00 **Póbrat** (5) – serial obycz.
- 22.05 **Ród smoka 2** (5) – fantasy
- 23.10 **Bekart** – dram. hist., Dania/**FILM** Szwecja/Norwegia 2024
- 1.15 **Joe Baby** – thriller, USA **FILM** 2024, wyk. Ron Perlman

WARNER TV

- 8.25 **JAG – Wojkowskie Biuro Śledcze 8** (19) – serial sens.
- 9.20 **Bajer z Bel-Air 2** (20, 21)
- 10.20 **Ja z głosem serca** (89)
- 11.20 **Pełna chata 5** (23, 24)
- 12.20 **JAG – Wojkowskie Biuro Śledcze 8** (22, 24) – sens.
- 14.10 **Bajer z Bel-Air 2** (20-23)
- 16.10 **Pełna chata 5** (23-26)
- 18.15 **Akademia policyjna 2: Pierwsze zadanie** – komedia, USA 1985
- 20.00 **Greystoke: Legenda** **FILM** Tarzana, władcy małp – przyg., Wlk. Bryt. 1984
- 22.40 **Czarownice z Eastwick** **FILM** – horror kom., USA 1987
- 1.05 **Kryminalni: Misja śląska** **FILM** – film kryminalny, Pol. 2006
- 3.15 **Pocałunek smoka** – dram. **FILM** sens., USA/Francia 2001

ALE KINO+

- 9.20 **Wolna krowa**
- 10.00 **Wszystko, czego nie zdążyliśmy powiedzieć** (1-3) – serial komediowy, Fr.
- 12.00 **Vera 12** (1) – serial krym.
- 13.55 **Zia nie ma** – dramat **FILM** obyczajowy, Japonia 2023
- 16.05 **Pod Starym Dębem** **FILM** – dramat obycz., Belgia/Francia/Wlk. Bryt. 2023
- 18.15 **Vera 12** (2) – serial krym.
- 20.10 **Zróżdo nadziei** – dramat **FILM** wojenny, Australia/USA/Turcja 2014
- 22.25 **Porwany** – dramat hist., **FILM** Wl./Francia/Niemcy 2023
- 1.00 **Cięcie!** – horror kom., Fr./**FILM** USA/Wielka Brytania 2022
- 3.05 **Klangor** (1) – serial krym.
- 4.05 **Skowyt** – film krótkometr.
- 4.40 **Uwięziona**

CANAL+ FILM

- 12.10 **Łapu capu** – rozr., Pol. 2026
- 12.15 **Długi weekend** – film **FILM** obyczajowy, Polska 2004
- 13.30 **Zgred** – dramat **FILM** obyczajowy, Polska 2025
- 14.55 **Robin i obrońcy**
- FILM** królestwa – film przyg., Wlk. Bryt./Irlandia 2024
- 16.35 **Peacock** – thriller, USA **FILM** 2010, wyk. Cillian Murphy
- 18.05 **Ultimatum Bourne'a** **FILM** – sens., USA/Niemcy 2007
- 19.55 **Łapu capu** – rozr., Pol. 2026
- 20.00 **Rocznica** – thriller, USA **FILM** 2025, wyk. Diane Lane
- 21.50 **Skok stulecia** – film **FILM** sensacyjny, USA 2018
- 0.05 **Dotyk śmierci** – dramat **FILM** kryminalny, USA 2024
- 1.40 **Dwie siostry** – dramat **FILM** obycz., Polska/Ukraina 2024

SCI FI SCI FI

- 6.00 **Wojna królestw** (2) – serial fantasy, Niem. 2025
- 7.00 **The Ark** (2-4) – serial s.f.
- 10.00 **Medium 7** (8, 9) – krym.
- 11.50 **Czarodziejki 7** (3, 4) – serial fantasy, USA 2004
- 13.40 **Grimm 4** (1, 2) – fantasy
- 15.30 **Medium 7** (10, 11) – krym.
- 17.20 **Czarodziejki 7** (5, 6) – serial fantasy, USA 2004
- 19.10 **Grimm 4** (3, 4) – fantasy
- 21.00 **Ministerstwo Czasu 3** (12, 13) – serial przyg., Hiszp.
- 0.00 **Sahara** – film przygodowy, **FILM** USA/Hiszpania/Niem. 2005
- 2.25 **Czarodziejki 7** (5, 6)
- 4.15 **Wojna królestw** (1, 2) – serial fantasy, Niem. 2025

PARAMOUNT NETWORK

- 6.00 **Elementary 3** (3-6) – krym.
- 9.25 **Pingwin z Madagaskaru** (18) – serial animowany
- 9.55 **Pokój Marvina** – dramat **FILM** psychologiczny, USA 1996
- 12.00 **Jądro Ziemi** – dramat s.f., **FILM** Wielka Brytania/USA 2003
- 15.00 **Terminator: Genisys** **FILM** – film sens., USA/Kan. 2015
- 17.45 **Mission: Impossible** **FILM** – film sensacyjny, USA 1996
- 20.00 **Mission: Impossible 2** **FILM** – sens., USA/Niemcy 2000
- 22.35 **Straszny film 3** – horror **FILM** komediowy, USA 2003
- 0.00 **Jęk czarnego weża** **FILM** – dramat obycz., USA 2006
- 2.30 **Tratfalg** – dramat sens., **FILM** USA/Niemcy 2000

FX FX

- 7.20 **Kości** (1, 2) – serial krym.
- 9.10 **Z archiwum X** (16) – s.f.
- 10.05 **CSI: Kryminalne zagadki Miami** (24, 1) – serial krym.
- 11.55 **CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku** (5, 6)
- 13.45 **Agenci NCIS** (3, 4) – sens.
- 15.35 **FBI** (16) – serial kryminalny
- 16.30 **CSI: Kryminalne zagadki Miami** (2, 3) – serial krym.
- 18.20 **Z archiwum X** (17) – s.f.
- 19.15 **FBI** (17) – serial kryminalny
- 20.10 **CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku** (7, 8)
- 22.00 **9-1-1** (12) – serial obycz.
- 22.55 **Z archiwum X** (17) – s.f.
- 23.55 **Matlock** (7) – serial kryminalny
- 0.05 **FBI** (17) – serial kryminalny
- 1.40 **Agenci NCIS** (4) – sens.

KINO TV KINO TV

- 8.35 **Zagadki kryminalne panny Fisher 2** (2, 3)
- 11.00 **Panna Scarlet i komisarz 3** (1, 2) – krym.
- 13.10 **Poirot** (5, 6) – serial krym.
- 15.15 **Zagadki kryminalne panny Fisher 2** (4, 5)
- 17.50 **Panna Scarlet i komisarz 3** (3, 4) – krym.
- 20.00 **Junior** – komedia, USA **FILM** 1994, wyk. Arnold Schwarzenegger
- 22.30 **Sąsiadzi 2** – komedia, **FILM** USA/Chiny 2016
- 0.15 **Łowca błyskawic** – film **FILM** sensacyjny, USA 1999
- 2.10 **Alex z Venice** – dramat **FILM** obyczajowy, USA 2014
- 4.25 **Bonanza** – serial obycz.

CANAL+ SERIALE

- 9.50 **Naruto** (13-15) – anime
- 11.10 **8 wspaniałych** (5-8) – dok.
- 13.15 **Planeta Singli. Osiem historii** (6) – serial kom.
- 14.10 **Premierowa jazda** – mag.
- 14.30 **Naruto** (16-18) – anime
- 16.00 **Łapu capu** – rozr., Pol. 2026
- 16.10 **Byłem królem** (5, 6) – dok.
- 18.10 **Planeta Singli. Osiem historii** (3, 7) – serial kom.
- 20.00 **Kryptonim Polska** (2, 3)
- 21.30 **The Walking Dead: The Ones Who Live** (6)
- 22.25 **Warsaw Story**
- 23.00 **Spartakus: Krew i piach** (7) – serial historyczny, USA
- 23.50 **Moloch** (1-3) – sens.
- 2.35 **Maly Grand Hotel** (5)
- 3.45 **Belfer** (1, 2) – serial krym.

CANAL+ 360

- 13.00 **Polska z góry: Stadyony** (3, 4) – serial dok., Pol. 2024
- 14.00 **Okrety wojenne** (7) – dok.
- 15.00 **Chwilą prawdy** (2) – dok.
- 16.00 **Hot Roads – Najniebezpieczniejsze drogi świata 3** (2) – serial dokum.
- 17.00 **Zholovani: ciężarówka w opalach** (7) (11) – dok.
- 18.00 **Porzucone konstrukcje** (8) – serial dokum., Wlk. Bryt.
- 18.55 **Okrety wojenne** (5) – dok.
- 19.50 **Zholovani: ciężarówka w opalach** (7) (12) – dok.
- 20.50 **Co poszło nie tak** (1)
- 21.55 **Pokonani** (5) – serial krym.
- 22.55 **Zaskada przyjemności** (1)
- 0.05 **Pilarsze na podszuchu** (7)
- 1.00 **Furioza** (1) – serial sens.

TLC 9.00 Wyzwanie - pierwsze dziecko 10.00 Wiza na miłość: dalsze losy 8 - reality show, USA 11.00 Wiza na miłość: pierwsze spotkanie 8 (21) - pr. rozr., USA 2025 13.00 Dr Mercy - reality show 14.00 Mali kulturyści - dok. 15.00 Wiza na miłość: dalsze losy 8 - reality show, USA 16.00 Historie wielkiej wagi 18.00 Pokonać otyłość (3) 19.00 Wiza na miłość - oczami bohaterów 6 20.00 Premiera: Mali ludzie, wielka rodzina 11

POLSAT CAFÉ 8.00 Komisarz Mama (24) 9.00 Drugie życie sukni ślubnej (27) - rozr., Pol. 9.30 Hell's Kitchen - Piekielna Kuchnia (55, 56) - reality show, Pol. 12.30 Bogaty dom - biedny dom (114, 115) 14.30 Kolacja w ciemno (84, 85) - pr. rozr., Polska 16.30 Hell's Kitchen - Piekielna Kuchnia (17) 18.00 Nasz nowy dom (322, 323) - reality show 20.00 Najpiękniejsze domy na wsi (2) - serial dok. 21.00 Rolniczy (8) - dok., Pol.

TVN STYLE 5.25 Czas na zmianę (9) - reality show, Pol. 2021 5.55 Damy i wiesniaczki. Litwa (19, 20) - pr. rozr. 7.45 Złoty remont (8) - rozr. 8.45 Pojedynek na podróże (9) - pr. rozr., Polska 2024 9.50 I nie opuścisz Cię aż do ślubu (2, 3) - reality show, Polska 2015 11.25 Ugotowani (9, 10) 13.30 Kuchenne rewolucje (2, 1) - pr. rozr., Pol. 2018 15.35 Jestem z Polski 15 (2, 1) - serial dok., Pol. 2025 17.45 Kuchenne rewolucje (5-7) - pr. rozr., Pol. 2018

DISCOVERY CHANNEL 8.00 Gorączka złota: zapomniane kopalnie 9.00 Gorączka złota: rzeka skarbów 10.00 Klan z Alaski 11.00 Przetwac nad Jonukem 12.00 Fani czterech kółek 15 13.00 Nagi instykt przetrwania 11 15.00 Złomowisko PL 4 (1) 16.00 Gorączka złota 16: Pojedynek szefów 17.00 Nic do zgłoszenia (5) 18.00 Kamperem przez świat (1) 19.00 Złomowisko PL 7 (8, 9)

TVP HISTORIA 8.30 Pogranicze w ogniu (9) 9.35 Była sobie piosenka 10.35 Wędrowcy Karkonoszy - film dok. 11.35 Kanadyjskie parki narodowe (1) 12.35 Obłoki śmierci. Bolimów 1915 13.40 Film dokumentalny 14.00 Królowie (22) - hist., Pol. 14.30 Pogranicze w ogniu (10) - serial sens., Polska 15.35 Sensacje XX wieku 17.25 Czas honoru (61) - serial wojenny, Polska 2012 18.30 Ojciec - film dok., Pol. 19.40 Królowie (61) - hist., Pol.

FOKUS TV 8.55 Wehikuł czasu 9.00 Starożytni kosmici (1) 10.00 Gwiazdy lombardu (45-48) - reality show, USA 12.00 Wielkie konstrukcje III Rzeczy (4) 13.00 Premiera: Poszukiwacze historii (2, 3) 14.00 Bitwy morskie - historia okrętów wojennych (3, 4) - dok. 16.00 Premiera: Dorwać tuńczyka (4, 5) - dok. 18.00 Rolnicy. Podlasie (22, 23) - serial dokum. 20.00 Galileo 26 (32) 21.00 Tajemnice zamków (2)

21.00 Premiera: Rodzina 10+ 8 (6) - program rozrywkowy 22.00 Premiera: Kiedy dzieci mają dzieci 7 23.00 Transplantacja: drugie życie: Siostrzana miłość Dr Pryszczyla 5 1.00 Mali ludzie, wielka rodzina 11 2.00 Rodzina 10+ 8 (6) - rozr.

22.00 Bogaty dom - biedny dom (144) - reality show 23.00 Gry małżeńskie (183) - reality show, Pol. 2025 0.00 Love Island. Wyspa miłości (2, 3) 2.00 Gry małżeńskie (184, 185) - reality show 4.00 Zdrady (68, 69) - serial paradokumentalny, Pol.

20.50 Ostre cięcie 11 (5) - rozr. 21.50 Jestem z Polski 15 (8, 9) - serial dok., Pol. 2025 23.45 Hotel Paradise 9 (2) - reality show, Pol. 2024 0.45 40 kontra 20 2 (35, 36) - reality show, Pol. 2022 2.40 Apetyt na miłość (8) 3.45 Wiem, co jem i wiem, co kupuję (8, 11) - mag.

21.00 Premiera: Teorie spiskowe pod lupą 22.00 Premiera: Brudne skarby 2 (8) 23.00 Premiera: Bimbrownicy 14: Kradzione dynie 0.00 Fani czterech kółek: w trasie 2: Czechy: skoda 110R 1.00 Hot rod w Kindiga

20.15 Ekstradycja 2 (3) - sens. 21.20 Zapomniane agentki II wojny światowej (3) - hist., Niemcy/Wlk. Bryt. 22.20 Nieznana wojna na północy 2 (4) - dok. 23.25 Sensacje XX wieku 1.15 Encyklopedia II wojny światowej: Pojedynek gigantów - serial dokum.

22.00 Ostatnie dni nazistów (1, 2) - serial fabularno-dokumentalny 0.00 Starożytni kosmici (4) - serial dokum., USA 2009 1.00 Rolnicy. Podlasie (13-16) - serial dokumentalny, Pol. 2024 5.00 Kołowrotek (8, 9) - magazyn wędkarski

METRO METRO 8.35 Szpital (723, 724) - paradok. 10.30 Sędzia Anna Maria Wesołowska (293, 294) 12.35 Szkoła (690) - paradok., Pol. 13.35 Zapis na życie 5 (1) 14.35 Zapukaj do moich drzwi (145) - telen., Turcja 2020 15.45 The Floor - teleturniej, Pol. 17.00 Fani czterech kółek 16 18.00 Prawo Agaty 4 (12) - obycz. 19.00 Kartoteka 9 (27) - fab., dok. 20.00 Kartoteka 10 (10) - fab., dok. 21.05 Kryminalni (7, 8) - krym. 23.15 CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 10 (12) - krym. 0.10 Zbrodnie z pierwszych stron gazet 6 - serial dok. 1.15 Szpital (720) - paradok., Pol. 2.15 Szkoła (815, 810) - paradok.

ZOOM ZOOM 6.00 Kojak (17, 18) - serial krym. 8.00 Strażnik Tekساس 8 (2, 3) - serial sensacyjny, USA 1999 9.50 MacGyver (17, 18) - sens. 11.55 Pułapki umysłu 13.00 Wujno magazynowe: Kanada - reality show, Kan. 15.30 Sensacje XX wieku - hist. 17.00 Wojciech Ciejrowski - bosso przez świat 20.00 Kobra - oddział specjalny 22 (2, 3) - sens. 22.00 Dynamo: Więcej niż magia - serial dokum. 23.00 Magia nagosci. Polska 4 0.05 Magia nagosci - pr. rozrywk. 1.15 Magia nagosci. Dania 2.05 I love kabaret - pr. rozr., Pol. 3.05 I love kabaret EXTRA

FOOD NETWORK 8.10 Wiem, co jem na diecie 9.20 Co nas truje - pr. rozrywk. 11.35 Człowiek kontra jedzenie 13.05 Posiekani na słodko 14.05 Dziwaczne potrawy - dok. 15.00 Wiosenny turniej wypieków - reality show 16.05 Kuchenne rewolucje - rozr. 17.05 Magda gotuje internet 17.40 MasterChef - pr. rozrywk. 19.05 Wakacyjny turniej wypieków 2 - telet. kulin. 20.05 Kulinaryny poker 21.10 24/24 - maraton kulinarny 22.15 Pyszne miejscówka - mag. 23.15 Akcja: Restauracja! 0.15 Człowiek kontra jedzenie 1.45 Pyszne miejscówka - mag. 3.50 Apetyt na miłość - pr. rozr.

DISCOVERY SCIENCE 6.00 Jak to jest zrobione - samochody marzeń 2 8.00 Jak działa wszechświat? 11.00 Pogromca mitów w akcji 13.00 Zoom na architekturę 15.00 Gwiezdne bitwy 18.00 Jak to jest zrobione - samochody marzeń 2 18.30 Jak to jest zrobione? 25 21.00 Pogromca mitów w akcji: Kolo Smierci - serial dokum. 22.00 Inżynieria ekstremalna: Port w Rotterdamie - dok. 23.00 W sieci eksperymentów 1.00 Autostrada spotkań z UFO 2.00 Gwiezdne bitwy 4.00 Tajemnice ładowania na Księżycu 5.00 Zoom na architekturę

NATIONAL GEOGRAPHIC 12.00 Przetwarzanie w kanadyjskiej dzicz 13.00 Wojna widziana z powietrza 15.00 Strzegąc granic - serial dok. 17.00 Inkawie: Powstanie i upadek imperium 18.00 Wcielenia zła: Adolf Hitler 19.00 Piękło pod wodą: II wojna światowa 20.00 Katastrofa w przestworzach: Kłopoty z mocą - dok. 21.00 UFO: Przelomowe śledztwa 22.00 CIA: Tajemnice i szpierzy 23.00 Wyjaśnij katastrofe 0.10 Ostatni lot: Anatomia katastrofy 1.20 Życie na Alasce

BBC EARTH 12.10 Błękitna Planeta 2 - dok. 13.25 Pociągami przez starożytny Egipt - dok. 14.30 W okowach mrozu: Kanada 2 - serial dokum. 15.30 Życie na pustkowiach UK 16.30 Starożytne mocarstwa 17.35 Wielkie archeologiczne odkrycia - serial dokum. 18.40 Zielona planeta - serial dok. 19.45 Wielkie koty 24/7 2 - dok. 20.55 Życie na pustkowiach UK - serial dokum. 21.55 W okowach mrozu: Kanada 2 - serial dokum. 22.55 Chirurgia: kwestia życia i śmierci 2 - serial dokum. 23.55 Michael Mosley: sekrety naszych zakupów - dok.

WP WP 11.00 Porzucone budowle 8 12.00 Wariaci za kierownicą 5 13.00 Maklowicz w podróży 14.00 Pokochaj lub sprzedaj Vancouver 3: Cindy & Chris 16.55 Pogoda 17.00 Komisarz Cassandre: Zbrodnie w Alpach 6 (1) 19.00 Policjanci z sąsiedztwa 3 20.00 Policjanci w akcji (2) 21.00 Policjanci z sąsiedztwa 3 21.56 Pogoda 22.00 Mistrzowie Kabaretu 15 23.00 Mistrzowie Kabaretu 17 0.00 Mistrzowie Kabaretu 13 1.00 Mistrzowie Kabaretu 10 2.00 Mistrzowie Kabaretu 13 3.00 1, 2, 3... Kabareci 2 - pr. rozr.

NOWA TV NOWA TV 9.30 Całkiem nowe lata miodowe (3) - serial kom. 10.00 Miodowe lata (11) - kom. 12.30 Wzięcinie - serial dokum. 10.00 Poirot 5 (4, 5) - serial krym. 14.00 Świat według Kiepskich (323, 324) - serial kom., Polska 15.00 Świat według Bundy'ch 3 (54-57) - serial komedijowy 17.00 Świat według Bundy'ch 4 (58, 59) - serial komedijowy 18.00 Całkiem nowe lata miodowe (17) - serial kom. 18.30 Miodowe lata (54-56) 21.00 Zdrady (100) - paradok., Pol. 22.00 Ślad (11, 12, 102) - krym., Pol. 1.00 Łowca pedofilów - dok. 3.00 TV okazje

HGTV HOME & GARDEN 10.00 Remontujemy dom na plaży 9 - program rozrywkowy 11.00 Zarobik na remoncie 9 13.00 Zbudujemy większy dom 13.55 House Hunters - Poszukiwacze domów 5 15.00 Mieszkanie na miarę 16.00 Mieszkanie na miarę 4 17.00 Polowanie na ogród 7 - program rozrywkowy 18.10 Będzie pięknie - pr. rozr. 19.05 Złoty remont 11 - pr. rozr. 20.05 Dorota inspiruje 21.00 Dorota was urządził! - rozr. 22.30 House Hunters - Poszukiwacze domów 6 0.40 Kupujemy dom na plaży 29 - serial dokum.

TRAVEL CHANNEL 6.00 Nowe życie na wyspie 8.05 Człowiek kontra jedzenie 10.10 Smakuj świat z Pascalem 12.15 Małżeństwo w dżungli 14.20 Człowiek kontra jedzenie 14.55 Dziwaczne potrawy: Smakowite miasta - serial dok. 17.00 Wyprawa w nieznaną - serial dokum. 19.00 Aloha, nowy dom! - pr. rozr. 21.00 Nagi instykt przetrwania - serial dokum. 22.55 Kobieta na krańcu świata - serial dokum. 0.40 Małżeństwo w dżungli - serial dokum. 2.45 Wyprawa w nieznaną 4.50 Człowiek kontra jedzenie

NATIONAL GEOGRAPHIC WILD 9.00 Europa z powietrza 10.00 Weterynar do zadań specjalnych 11.00 Kraina dzikich zwierząt 12.00 Królstwo drapieżników 13.00 Podwodne skarby Ameryki - film dokum., USA 14.00 Genusze afrykańskiej dzicy - film dokum. 15.00 Drapieżnik kontra ofiara 16.00 Parki narodowe Ameryki 17.00 Stworzone, by przetrwać 18.00 Dziką Laponia - film dokum. 19.00 Zwierzy w amoku 20.00 Niszczycielskie żywioły 21.00 Niezwykły dr Pol 2.00 Przewidywana planeta Ziemia: Siła sprawcza - dok.

POLSAT WIASAT HISTORY 10.20 Ramzes: władca Egiptu 11.20 Wojna światowa: 1914-1945 12.25 Military ranking 13.35 Wojny faraonów 14.50 Nازیści: korzenie zła 16.45 Grobowce Egiptu: Imhotep, twórca piramid 17.50 Wojenne fabryki 3 18.50 Military ranking 20.00 Zaginione miasta Biblii (2) 21.00 Tatauzysta z Auschwitz: historia prawdziwa - dok. 22.15 Swita Hitlera: Albert Speer 23.20 Ramzes: władca Egiptu 0.25 Wojenne fabryki 3 1.20 Military ranking 2.15 Zaginione miasta Biblii (2)

CANAL+ KUCHNIA 14.50 Kucharskiego pomysłu na kuchnię 2 - mag. 15.45 Włoska kuchnia Gino... 16.40 Po prostu Jamie: szybko i łatwo - magazyn kulinarny 17.35 David Rocco w zaciszu domowej kuchni - dok. 18.30 Jakubiak rozgrzyza Wietnam - magazyn kulin. 18.55 Nie tylko kimchi - mag. 19.25 M jak mięso 3: Polska - dok. 20.15 Mistrzowie przekasek w akcji - Nowa Zelandia 21.15 Anthony Bourdain - miejsca nieznanne 10 0.45 Bitwa na smaki...

CANAL+ DOMO 12.50 Gardeners' World 16 14.00 Cudotwórcy 7 - mag. 15.00 Kupcie sobie zamek! 2 15.55 Przekopemy Ci ogródek 16.50 Gardeners' World 16 18.00 Uczeczka na wies 25 - dok. 19.00 Wielkie projekty: Nowa Zelandia 9 - serial dok. 20.00 Daleko od miasta 10 - dok. 21.00 Cudotwórcy 7 - mag. 21.55 Pokochaj lub sprzedaj: Wielka Brytania 9 22.50 Wiejskie domy do liftingu 3 - serial dokum. 23.40 Wielkie projekty: Australia 11 - serial dokum.

SUPER POLSAT 10.30 SuperLudzie - serial dokum. 11.00 Świat według Kiepskich (439-442) - serial kom., Polska 13.30 Bitwa o palety 14.30 Hell's Kitchen - Piekielna Kuchnia 5 - reality show, Pol. 16.00 Ninja Warrior Polska 18.00 Świat według Kiepskich (501, 502, 584, 585) - kom. 20.00 Ziemiarze - serial dokum. 21.00 50 pierwszych randek 23.00 Ostrzenie z dziewczynami 23.00 Ostrzenie z dziewczynami 23.00 Ostrzenie z dziewczynami 0.55 Świat według Kiepskich (156, 419-423) - serial kom.

TVP Kobieta 12.30 Kwiaty na warsztat - mag. 12.45 Przepis dnia 4 - mag. kulin. 13.00 Na dobre i na złe (559) 13.55 Dzikie imperium 15.00 Rosół polski - mag. kulin. 15.30 Ojciec Mateusz 28 (367, 368) - serial kryminalny 17.30 Sekrety dzikich kwiatów 18.30 Lato z Radiem i Telewizją Polską - widowisko 19.30 Miłość i nadzieja (255) 20.30 Wichrowe wzgórze (236) 21.30 La Promesa - pałac tajemnic (238) - serial obycz. 22.30 Człowiek maffii - film sensacyjny, USA 2015

PLANETE+ 12.15 Dokąd dzisiaj? 4 - dok. 12.35 Portugalia na dziko - dok. 13.40 Ewangelia dobrobytu. Historia kapitalizmu (2) 14.50 Kobrażący światła - dok. 15.50 Niezwykłe podróże kolej 3 - serial dokum. 16.65 Afryka z góry: Zambia - dok. 18.05 Na targach świata 2 18.50 Eksplozja w Lac Męgantic. To nie był wypadek - dok. 19.50 Niesamowity zmysł węchu - film dokum. 20.50 Niezwykłe podróże kolej 14 - serial dokum. 22.00 Psychodeliczna terapia

TVP DOKUMENT 15.40 Potwór czy zemedium? 16.50 Pięsto przez dżunglę Rumunię - dok., Austria 17.50 Cafe dancing, czyli muzyka rozrywkowa dwudziestolecia międzywojennego - dok. 19.00 Chiny kontra Filipiny - zarzewie konfliktu - dok. 20.05 Z ust royalsoów: Harry i Meghan - cykl dokumentalny 21.05 Kroniki Hitlera 22.10 Barbara Włodarczyk zaprasza - magazyn 22.15 Peru. Życie na 4000 metrów - film dokumentalny

TVP SPORT

7.15 Lekkoatletyka: Lisek w domu. Mityng Skoku o Tyczce w Dusznikach 2026

9.00 Koszykówka mężczyzn: NBA – mecz 3. rundy fazy play-off

10.05 Magazyn 2. ligi piłkarskiej – mag.

10.45 Betlic 1. liga magazyn

12.10 Piłka nożna: PKO BP Ekstraklasa

14.15 GOL – magazyn piłkarski

15.05 Gala PKO BP Ekstraklasy

16.35 GOL – magazyn piłkarski

17.30 Piłka kobiet – mag.

EUROSPORT 1

8.30 Kolarstwo: Giro d'Italia: Voghera – Mediolan

10.30 Tenis: Turniej French Open w Paryżu – mecz 1. rundy gry pojedynczej

11.00 Tenis: Turniej French Open w Paryżu – mecz 1. rundy (live)

14.00 Tenis: Turniej French Open w Paryżu – mecz 1. rundy (live)

16.00 Tenis: Turniej French Open w Paryżu – mecz 1. rundy (live)

18.00 Tenis: Turniej French Open w Paryżu – mecz 1. rundy (live)

POLSAT SPORT 1

6.00 Siatkówka mężczyzn: PlusLiga – mecz fazy play-off

9.00 Polsat SiatCast – magazyn siatkarski

10.00 Siatkówka mężczyzn: PlusLiga – mecz fazy play-off

12.15 Hokej: Mistrzostwa świata – Szwajcaria 2026 – mecz: Norwegia – Dania (live)

15.00 Siatkówka kobiet – mecz towarzyski

16.10 Hokej: Mistrzostwa świata – Szwajcaria 2026: Szwecja – Słowacja (live)

TVP ABC

8.30 Wissper

9.00 Tru i Tęczowe Królestwo

9.30 Domisie

10.00 Figu Migu na planecie Czochras

10.20 Przygody Bolka i Lolka

10.45 Reksio

11.05 Male i duże przygody Miffy

11.35 Stacyjkowo

11.55 Strazak Sam 6

12.25 Domisie

13.00 Zagadki zwierzogromadki

13.20 Pszczółka Maja

13.50 Lupin wśród bajek

MINIMINI+

10.25 Ciekawski George 5

10.51 Basia 2

11.17 Koci domek Gabi

11.45 Mush-Mush i Grzybaszki

12.10 Strazak Sam 16

12.25 Blaze i megamaszyn 2

12.50 Moje urodziny

13.00 Blaze i megamaszyn 2

13.30 Koci domek Gabi

13.56 Moje urodziny

14.03 Kicia Kocia

14.22 Cloudy & Stormy

14.45 Gazu, pieski, gazu! 2

15.10 Baranek Shaun

15.36 Język Happy

15.55 Mały Charlie

TVN 24

7.30 Rozmowa Piaseckiego

8.00 Serwis informacyjny, Prognoza pogody

10.00 Serwis informacyjny, Prognoza pogody

11.00 Serwis informacyjny, Prognoza pogody

12.00 Serwis informacyjny, Prognoza pogody

14.00 Serwis informacyjny, Prognoza pogody

15.00 15 na żywo

16.00 Fakty po południu

18.00 Tak jest – pr. publicyst.

19.15 Serwis informacyjny

19.30 Fakty po Faktach

20.00 Kropka nad i – pr. publ.

18.30 Kolarstwo: Tour de Pologne – prezentacja trasy (live)

20.15 Retro TVP Sport – mag.

22.00 Sportowy wieczór

22.35 Piłka nożna: Puchar Portugali – mecz finałowy: Sporting – SCU Torreense

0.45 Boks: Gala w Montrealu: M. Fendero – W. Langston

20.00 Tenis: Turniej French Open w Paryżu – mecz 1. rundy (live)

23.30 Jeździectwo: Turniej Wielkiego Szelem w Aachen

0.30 Tenis: Turniej French Open w Paryżu – 1. runda

1.30 Kolarstwo: Giro d'Italia: Bellinzona – Cari

20.10 Koszykówka mężczyzn: ORLEN Basket Liga – mecz półfinałowy fazy play-off (live)

22.30 Siatkówka mężczyzn – mecz towarzyski

1.00 Tenis: Turniej ATP w Hamburgu – mecz gry pojedynczej

14.05 Nawet nie wiesz, jak bardzo Cię kocham

14.40 Yakari

15.15 Al-chemik

15.35 Mała Marinette

16.05 Krecio

16.35 Tygrysek Percy i jego opowieści

17.05 Dino Ranczo

17.30 Piotruś Królik 2

16.05 Mega Ekspres

16.30 Ciekawski George 5

17.00 Strazak Sam 16

17.25 Staś i fajna Babcia

17.50 Moje urodziny

17.56 Smerfy

18.25 Leśna rodzina: Domek z marzeń – film anim.

18.35 Leśna rodzina: Pamiętnik Frei

20.30 Czarno na białym

21.00 Polska i świat

22.00 Szkoła kontaktowe

23.00 Dzień po dniu

0.26 Kroniki sportowe

0.45 Fakty po Faktach

1.20 Kropka nad i – pr. publ.

1.50 Tak jest – pr. publicyst.

2.50 Nowa Maja w ogrodzie

3.10 Akademia ogrodnika

CANAL+ SPORT

8.00 Premier League Review

9.00 Piłka nożna: Liga hiszpańska

11.15 Piłka nożna: PKO BP Ekstraklasa

13.30 Ekstrapaka Sport+

14.45 Piłka nożna: Liga hiszpańska

18.00 Ekstrapaka

19.00 Premier League Stories (41)

19.30 Premier League Netbusters

20.00 Premier League Review

21.00 Sport+

22.00 Boks: BKFC 89: Palm Desert: Jamel Herring – Nate Maness

0.10 Premier League Review

1.15 Premier League Netbusters

EUROSPORT 2

12.30 Kolarstwo górskie: PS w Nowym Mieście na Morawach – cross-country kobiet

13.00 Kolarstwo: Giro d'Italia – 15. etap: Voghera – Mediolan

13.30 Kolarstwo: Giro d'Italia – 16. etap (live)

17.45 Tenis: Turniej French Open w Paryżu – mecz 1. rundy gry pojedynczej (live)

18.00 Tenis: Turniej French Open w Paryżu – 1. runda (live)

21.00 Kolarstwo: Giro d'Italia – 16. etap: Bellinzona – Cari

23.00 Giro d'Italia. Dreaming in Pink (5)

0.00 Tenis: Turniej French Open w Paryżu – mecz 1. rundy

POLSAT SPORT 2

6.00 Hokej: Mistrzostwa świata – Szwajcaria 2026

8.30 Hokej: Mistrzostwa świata – Szwajcaria 2026

11.00 Magazyn Polskiego Sportu

12.10 Hokej: Mistrzostwa świata – Szwajcaria 2026 – mecz: Węgry – Lotwa (live)

15.00 KOTV Classics

16.10 Hokej: Mistrzostwa świata – Szwajcaria 2026 – mecz: USA – Austria (live)

20.10 Hokej: Mistrzostwa świata – Szwajcaria 2026 – mecz: Czechy – Kanada (live)

22.30 Tenis: Turniej ATP w Hamburgu

1.00 Sporty walki: FEN

NICKELODEON

8.10 Marsupiliami

8.40 Harmidom 4

9.30 Wylde Pak – zakrecona paka 2

9.55 Grzmotomocni: Tajniacy

10.25 Niebezpieczny Henryk 4

11.20 That Girl Lay Lay

11.50 Harmidom 4

12.45 Harmidom 3

13.05 SpongeBob Kanciastoporty 10

14.30 Harmidom

15.30 Smerfy

16.00 SpongeBob Kanciastoporty 9

16.25 SpongeBob Kanciastoporty 12

16.40 Patryk Rozgwiazda Show 4

TELETOON+

7.52 W Papierowym Porcie 2

8.20 Kumpel z dzungli na ratunek! 3

8.47 Gadający Tom i przyjaciele 3

9.25 Dodo

9.55 Charlotte i trzy muszkieterki

10.26 Angelo rzadzi

10.52 Siostry 2

11.22 Polly Pocket 6

12.16 Charlotte i trzy muszkieterki

12.45 Kumpel z dzungli na ratunek! 3

13.39 Polly Pocket 6

14.22 Dinuś i Lusja

14.50 Siostry 2

15.19 Polly Pocket 6

TVP Info... TVP INFO

15.45 Panorama

16.00 Dzień w godzinę

17.00 Teleexpress

17.15 Teleexpress Extra

17.35 Panorama

17.42 Wykrzywacz kłamstw

18.00 Panorama

18.30 Kontrapunkt

19.00 Kontrapunkt – Ring wolny

19.30 Program informacyjny 19.30

20.18 Trójka! Polityczny

21.00 Kwiatki polskie

21.45 Panorama

22.10 Oko na świat

22.30 Program informacyjny 19.30

22.45 112. Magazyn kryminalny

23.00 Panorama dnia

CANAL+ SPORT 2

8.15 Tenis: Turniej WTA w Strasburgu

10.30 Tenis: Turniej WTA w Strasburgu

12.45 Tenis: Turniej WTA w Strasburgu

15.00 Tenis: Turniej WTA w Strasburgu

17.15 Tenis: Turniej WTA w Strasburgu

19.30 Tenis: Turniej WTA w Strasburgu

21.45 Tenis: Turniej WTA w Strasburgu

0.00 Tenis: Turniej WTA w Strasburgu

2.15 Piłka nożna: PKO BP Ekstraklasa

ELEVEN SPORTS 1

6.00 Magazyn sportowy

6.30 Magazyn sportowy

7.00 Magazyn sportowy

7.30 Magazyn sportowy

8.00 Piłka nożna: Liga niemiecka

10.00 Piłka nożna: Liga hiszpańska

12.00 Piłka nożna: Liga włoska

14.00 Piłka nożna: Liga niemiecka

16.00 Piłka nożna: Liga włoska

18.00 Piłka nożna: Liga hiszpańska

20.00 Magazyn sportowy

20.40 Formula 1

22.40 Magazyn sportowy

23.20 Magazyn sportowy

0.00 Piłka nożna: Liga niemiecka

2.00 Piłka nożna: Liga włoska

4.00 Magazyn sportowy

4.30 Magazyn sportowy

POLSAT SPORT 3

6.00 Koszykówka mężczyzn: ORLEN Basket Liga – mecz fazy play-off

8.30 Piłka nożna z archiwum

10.30 Piłka nożna z archiwum

13.00 Piłka ręczna mężczyzn: ORLEN Superliga

15.00 Piłka nożna z archiwum

17.00 Piłka nożna z archiwum

19.00 Piłka nożna z archiwum

20.05 Hokej: Mistrzostwa świata – Szwajcaria 2026 – mecz: Szwajcaria – Finlandia (live)

23.00 Magazyn koszykarski

0.00 Koszykówka mężczyzn: ORLEN Basket Liga – mecz fazy play-off

2.00 Sporty walki: Babilon MMA

NICK JR.

8.20 Pan Krokodyl

8.45 Barbapapa i jego rodzinka 2

9.40 Tim Rex wśród gwiazd 2

10.10 Przygody Misia Paddingtona

11.00 Male Królestwo Bena i Holly

11.30 Dora

11.55 Rubble i jego ekipa

12.45 Psi Patrol 7

13.40 Barbapapa i jego rodzinka

14.30 Barbapapa – szczęśliwa rodzinka

14.45 Zwierzęce zagadki

15.15 Rogata ekipa 4

16.00 Male Królestwo Bena i Holly

DISNEY JUNIOR

8.00 Spidey i superkumple 3

8.30 Klub Myszyki Miki Plus

9.00 Klub przyjaciół Myszyki Miki

10.00 Blue

11.00 Superkoty 2

11.30 Psia Brygada

12.00 Jej Wysokość Zosia 4

12.30 Blue

13.30 Klub Myszyki Miki Plus

14.00 Superkoty 3

14.30 Superkoty

15.00 Iron Man i super ekipa

15.30 Spidey i superkumple 3

16.00 Blue

16.30 Blue 2

17.00 Superkoty 3

17.30 Superkoty

POLSAT NEWS

8.00 Nowy dzień

10.00 W rytmie dnia

12.50 Wydarzenia 12:50

13.30 W rytmie dnia

15.30 Sport

15.50 Wydarzenia 15:50

16.10 Więcej „Wydarzeń”

16.30 Punkt widzenia Jankowskiego

18.00 Punkt widzenia Szubartowicza

19.15 Gość „Wydarzeń”

19.50 Debata Gozdyry

21.50 Wydarzenia wieczorne

22.30 Dzień na świecie

23.30 Obraz dnia

0.00 Punkt widzenia Jankowskiego

CANAL+ SPORT 5

9.00 Żużel: Metalkas 2. Ekstraliga: Polonia Pila – Stal Rzeszów

11.45 Ekstrapaka

12.45 Żużel: PGE Ekstraliga: Gezet Stal Gorzów – Motor Lublin

15.30 Magazyn PGE Ekstraliga

17.15 Magazyn Metalkas 2. Ekstraliga

18.15 Żużel: Metalkas 2. Ekstraliga: Wilki – Hunters PSZ Poznań

21.00 Żużel: Metalkas 2. Ekstraliga: Arged – INPRO ROW Rybnik

23.45 Piłka nożna: PKO BP Ekstraklasa

2.00 Premier League Stories (41)

ELEVEN SPORTS 2

9.00 Magazyn sportowy

9.30 Magazyn sportowy

10.00 Formula 1

12.00 Piłka nożna: Liga niemiecka

14.00 Piłka nożna: Liga włoska

16.00 Piłka nożna: Liga niemiecka

18.00 Magazyn sportowy

18.30 Magazyn sportowy

19.00 Piłka nożna: Liga włoska

21.00 Piłka nożna: Liga hiszpańska

23.00 Magazyn sportowy

23.30 Magazyn sportowy

0.00 Piłka nożna: Liga francuska

2.00 Magazyn sportowy

2.30 Magazyn sportowy

3.00 Magazyn sportowy

POLSAT PLAY

6.00 Niezwykłe pociągi

7.05 Truckersi przez Australię

8.00 Dorwać tuńczyka

9.05 Wojny magazynowe

10.05 Wojny kontenerowe

11.05 Hardkorowy lombard

14.10 Polacy za granicą

16.10 Złomiarze

18.20 Poszukiwacze historii

20.15 Gestapo. Policja terroru – film dokumentalny, Fr. 2022

21.30 Tajna historia XX wieku

22.30 Poszukiwacze historii

23.20 Kolowrotek

23.05 Wakacje z Bałtykiem

4.05 Starożytni kosmici

TVN TURBO

12.15 Naprawy nie do naprawy

13.00 Zawodowi handlarze

14.30 Wojny samochodowe

16.30 Jeździć, obserwowac

18.00 Raport Turbo

18.15 Z drugiej ręki

19.00 Duda kontra Szafranski

19.45 Moto Farchy

20.30 Moto kombat

21.15 Jeździć, obserwowac

22.00 Raport Turbo

22.15 Naprawy nie do naprawy

23.00 Zawodowi handlarze

23.45 Prawko na świecie. Jazda bez zasad

0.25 Usterka 16

TVS TVS

14.40 Doktor Kleist – lekarz rodzinny

15.45 Doktor z alpejskiej wioski – nowy rozdział

16.50 Wydział kryminalny Kitzbühel

17.50 Doktor z alpejskiej wioski – nowy rozdział

18.50 Doktor Kleist – lekarz rodzinny

19.50 Kino TVS: Film fabularny

21.50 Kino TVS: Film fabularny

23.35 Doktor z alpejskiej wioski – nowy rozdział

TRWAM TV TRWAM

17.00 Wierze w Boga

17.30 24. Międzynarodowy Rajd Katyński

18.05 Informacje dnia

18.15 Rozmowy niedokończone

19.30 Każdy maluch to potrafi

19.45 Modlitwa z telefonicznym udziałem dzieci

20.00 Informacje dnia

20.20 Różaniec

20.50 Myśląc Ojczyzna

21.00 Apel Jasnogórski

21.20 Informacje dnia

21.40 Polski punkt widzenia

22.00 Moja sytuacja jest szczególnie trudna – dok.



Marion Cotillard przyszła na świat w 1975 r. Paryżu, ale wychowywała się w Orleanie.



Z Russelllem Crowe'em w komedii romantycznej „Dobry rok”.



Z Guillaume'em Canetem spędzili razem 18 lat.



Za niesamowitą rolę Édith Piaf jako druga w historii Francuzka otrzymała Oscara.

DOBRY ROK
• MARION COTILLARD

Wygrała walkę o siebie

Po swojej najśłynniejszej roli, Édith Piaf, omal nie wpadła w depresję. Była gotowa na wszystko, by znów móc z radością robić to, co kocha.

☉ **DOBRY ROK ŚR 27.05**
godz. 20.00 KINO TV

Wychowała się w rodzinie artystów – jej ojciec, Jean-Claude Cotillard, i matka, Niseema Theillaud, są aktorami. Rodzice jej kibicowali i powtarzali, że jeśli czegoś pragnie, musi zrobić wszystko, by to osiągnąć, ale nie może przy tym krzywdzić innych. A ona chciała być aktorką. Pierwszy sukces odniosła jako 22-latką w zwiariowanej komedii „Taxi” (1998). Marzyła jej się jednak kariera za oceanem, kiedy więc dostała scenariusz „Dużej ryby” (2003), filmu Tima Burtona, spała z nim pod poduszką, wierząc, że to pomoże jej zdobyć rolę. Udało się! Później zagrała m.in. u Ridleya Scotta w uroczej komedii „Dobry rok”, ale rolę życia dał jej rodak, Olivier Dahan.

Wychodząc z Piaf

Myślał o niej już w trakcie pisania scenariusza „Nicze-

go nie żałuję – Édith Piaf” i walczył o nią z producentami, którzy woleli bardziej wtedy znaną Audrey Tautou. Argumentował, że oczy Marion przypominają oczy Piaf i tylko ona może ją wiernie oddać na ekranie. Wygrała, a Cotillard rozpoczęła przygotowania do filmu. Przede wszystkim musiała mocno zmienić się fizycznie – wygoliła włosy, by mieć wyższe czoło, zgoliła brwi i codziennie spędzała po 5 godzin na charakteryzacji. Pracowała nad posturą – Piaf była od niej niższa o 20 cm. Nauczyła się też szydełkować, bo to lubiła robić Édith. Efekt był niesamowity, jej pracę doceniła nie tylko publiczność, ale i branża – nie tylko francuska (Cezar), ale i amerykańska (Oscar).

Miała 32 lata i osiągnęła to, o czym marzyła od dziecka. Jednak zamiast euforii opanował ją dojmujący smutek. Wymagająca rola, próba wiernego

oddania skomplikowanej osobowości piosenkarki, zostawiły w niej ślad – nie tylko mówiła głosem Piaf, ale też wciąż się garbiła. Walczyła z tym przez 8 miesięcy. – Próbowałam wszystkiego. Egzorcyzmów solą i ogniem, podróży na Bora-Bora, szamańskich ceremonii w Machu Picchu. W końcu zrozumiałam, dlaczego nie mogę jej się pozbyć. Porzucono ją jako dziecko, a samotność była jej największym lękiem. Nie chciałam być kimś, kto znowu ją zostawia – wyznała. I dodała: – Byłam o krok od depresji. Nie trwało to długo, ponieważ mam zdolność do walki. Walczyłam z całych sił!

Było o co walczyć, bo czekały już na nią role u najlepszych reżyserów (m.in. u Christophera Nolana w „Incepcji” czy Woody’ego Allena w „O północy w Paryżu”). Rok temu zdecydowała się na nowy etap w karierze – po raz pierwszy zagrała w serialu. W „The

Morning Show” wystąpiła u boku Jennifer Aniston i Reese Witherspoon i tak się w tym rozsmakowała, że czeka na kolejne propozycje.

Wreszcie spokój

W ubiegłym roku, po 18 latach, rozstała się z aktorem i reżyserem, Guillaume'em Canetem. Ich drogi się rozeszły, pozostają jednak w dobrych stosunkach ze względu na dzieci – 15-letniego Marcela i 9-letnią Louise. Cotillard opiekuje się dziećmi, pracuje, a oprócz tego angażuje się w różne akcje społeczne. Działa na rzecz ochrony środowiska i piętnuje niewłaściwe zachowania wobec kobiet.

30 września skończyła 50 lat i przyznała, że teraz jest we właściwym miejscu. – Jestem szczęśliwą mamą, czuję też, że już nie muszę nikomu niczego udowadniać, co sprawia, że moje życie jest o wiele prostsze i spokojniejsze – mówi. **EGP**

NA SYGNALE

Będiesz moja aż po grób

☛ NA SYGNALE ŚR 27.05 godz. 21.55 TVP 2

Leon (Julian Załuga), opętany chorobliwą zazdrością o Różę (Adrianna Jagiełło), posunie się do ostateczności. Młody mężczyzna zaprosi Potocką na randkę-niespodziankę, która okaże się pułapką – Leon zaplanował bowiem rozszerzone samobójstwo! Zanim jednak Róża straci

przytomność, zacznie oglądać album ze zdjęciami Leona. To, co odkryje na jednej z fotografii, zmrozi jej krew w żyłach. Tymczasem Wiktor (Wojciech Kuliński) zwróci uwagę na charakterystyczny styl pisma na jednym z miłosnych liścików do Róży. Kiedy połączy fakty, przeżony zrozumie, kim naprawdę jest wybranek Potockiej. Czy zdąży ją uratować? JP

Finiał sezonu



Dorota będzie walczyć o dobre imię męża...

Po stracie pacjenta Gloria poszuka pocieszenia w ramionach Maksa.

NA DOBRE I NA ZŁE

Szykuje się happy end?

☛ NA DOBRE I NA ZŁE ŚR 27.05 godz. 20.50 TVP 2

Dobry (Mateusz Kmieć) nie zamierza darować Marii (Sylwia Achu), że zrzuciła go ze schodów i zrobi wszystko, by odwrócić uwagę od swojej winy. Jednak doktor Malewicz zapowie mu, że i tak zgłosi sprawę gwałtu na policję. Niespodziewanie na drodze stanie jej żona Jakuba, Dorota (Joanna Kuberska)...

Tymczasem Beger (Tomasz Ciachorowski) wróci do Leśnej Góry po pobycie w klasztorze. Gloria (Aleksandra Grabowska) będzie nieco zaskoczona, gdy wraz z byłym ukochanym przejmie opiekę nad pacjentem ze wstrząsem kardiogenym. Gdy mężczyzna nie przeżyje operacji, Maks spróbuje pocieszyć załamana Gloria, co zakończy się namiętnym pocałunkiem! PM

Finiał sezonu



Leon zaprosi Różę na randkę, która okaże się scenariuszem śmierci.

pletwnoga akrobatka	podobna do pszczoły	grał go Władysław Hańcza	Eric ... „Hulk”	fartuch laboranta	nutka niepewności	torebka na kosmetyki	hałda, stos	graniczy z Ekwadorem	... Moore, „Uwierz w ducha”	ognisty baran
▶	▼	▼	szklana osłona na lampę	▶		▼	▼	żołnierz harcownik	▶	
do zjeżdżania zimą z góry	▶	6			kran	▶	3		młody byczek	wisi na nim kłódka
▶			droga rajdu	▶		1		krzywda ludu	▶	
surowa dla recydywisty	bankiet u konsula	24 godziny	lakoniczny albo poetycki	materiał na kapcie	niegodziwość	▶		końska karma	na firmowym produkcie	do debła szerszy
Valentino, aktor	▶	2			najdłuższa rzeka w Afryce	▶	przy kluczach			4
▶				piłkarze z Mediolanu	▶			gatunek jablek	▶	
szybki bieg	kuzyn jastrzębia, birkut	▶				5	podobny do osła	▶		
tuf wulkaniczny	▶			... Gable, pamiętny Rhett Butler	▶			westernowa broń	▶	7

1	2	3	4	5	6	7
---	---	---	---	---	---	---

Wpisz rozwiązanie

CHWILA NA RELAKS

TVP 1 **DVB T2**

- 5.10 Wykrywacz kłamstw** – pr. publicyst., Pol. 2025-2026
- 5.30 Pytanie dnia** – program publicystyczny, Polska 2026
- 5.50 Reporterzy** – magazyn reporterów
- 6.00 Oko na świat** – magazyn, Polska 2024-2026
- 6.25 Akacyjowa 38** (866) – telenowela, Hiszpania 2015
- 7.00 Transmisja mszy świętej z Sanktuarium Matki Bożej na Jasnej Górze**
- 7.30 Rodzina (nie od) święta** – magazyn religijny, Pol. 2026
- 8.00 Serwis Info** – program informacyjny, Polska
- 8.10 Pogoda Info**
- 8.25 Okrasa lamie przepisy** – magazyn kulin., Polska 2022
- 9.05 Ranczo 4** (40) – serial obyczajowy, Polska 2009
- 10.05 Komisarz Alex 4** (49) – serial kryminalny, Polska 2013
- 11.05 Ojciec Mateusz 12** (155) – serial kryminalny, Pol. 2014
- 12.00 Serwis Info** – program informacyjny, Polska
- 12.10 Agrobiznes** – magazyn rolniczy
- 12.30 Agropogoda**
- 12.35 Magazyn rolniczy**
- 12.55 Natura w Jedyńce: Historia leniwca** – film dokumentalny, Austria 2025, reż. Rainer Bergomaz (patrz obok)
- 14.00 Złoty chłopak** (299) – serial obyczajowy, Turcja 2022
- 15.00 Serwis Info** – program informacyjny, Polska
- 15.15 Reporterzy** – magazyn reporterów
- 15.35 Gra słów. Krzyżówka** – teleturniej, Polska 2019-2026
- 16.05 Dziedzictwo** (931) – serial obyczajowy, Turcja 2020
- 17.00 Teleexpress, Pogoda**
- 17.25 Jaka to melodia?** – teleturniej muzyczny
- 18.00 Klan** (4724) – telenowela, Polska 2026
- 18.35 Akacyjowa 38** (877) – telenowela, Hiszpania 2015
- 19.30 Program informacyjny 19.30**
- 19.55 Pytanie dnia** – program publicystyczny, Polska 2026



12.55 DOKUMENT

Historia leniwca
W lasach Gujany można spotkać rzadkie leniwce bladogardle. Twórcy ukazują ich fascynującą strategię przetrwania, pokazując, że pozornie spokojny tryb życia jest doskonale dostosowany do egzystencji w trudnych warunkach. **65 min**



20.25 SPORT

Piłka nożna
Na stadionie we Wrocławiu zmierza się ze sobą legendy polskiego i światowego futbolu. W składach drużyn znaleźli się m.in. Jakub Błaszczykowski (zdj.), Michał Pazdan, Artur Boruc, Łukasz Piszczek, Sebastian Mila, Andrij Szewczenko, Alessandro Del Piero, Ivan Rakitić, Rivaldo, Rui Patrício i David Silva. **130 min**

TVP 2 **DVB T2**

- 4.20 Na dobre i na złe** – serial obyczajowy, Polska 2023
- 5.20 M jak miłość** (1764) – serial obyczajowy, Polska 2023
- 6.10 Przysiął nad Biblią: Księga Judyty** – program religijny, Polska 2025
- 6.25 Pozyteczni.pl** – magazyn
- 6.55 Barwy szczęścia** (3388) – serial obyczajowy, Polska 2026
- 7.30 Pytanie na śniadanie – pobudka** – magazyn, Polska 2026
- 7.55 Pytanie na śniadanie Gwiazdorska kuchnia**
- 11.40 Ani 4** (46) – magazyn kulinarny, Polska 2026
- 12.10 Rzecznik Polska: Figurka z Cmielowa** – cykl dokumentalny, Polska 2020
- 12.30 Koło fortuny** – teleturniej, Polska 2024
- 13.15 Panna młoda** (106) – serial obyczajowy, Turcja 2024
- 14.05 Va banque** – teleturniej, Polska
- 14.35 Na sygnale** (911): Normalni ludzie – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2026
- Alek chce przekonać się, czy dzięki Wiesławie naprawdę uwolnił się od uczuć do Britney.** Kolejny dyżur spędza z nią naręczoną. **30 min**
- 15.05 La Promesa – pałac tajemnic** (399) – serial obyczajowy, Hiszpania 2022
- Virtudes** lekceważy atak duszności. Lekarz podejrzewa reakcję na środki chemiczne. Alonso wraca myślami do bolesnej straty syna. **45 min**
- 15.50 Domowe patenty 2** (6) – magazyn poradnikowy, Polska 2026
- 16.00 Koło fortuny** – teleturniej, Polska 2024
- 16.35 Familiada** – teleturniej
- 17.20 Panna młoda** (107) – serial obyczajowy, Turcja 2024
- 18.15 Va banque** – teleturniej, Polska
- 18.50 Jeden z dziesięciu** – teleturniej
- 19.25 Barwy szczęścia** (3388) – serial obyczajowy, Polska 2026



20.55 OBYCZAJOWY

Na dobre i na złe (995)
Maria (Sylvia Achu, zdj.) zgłasza na policję gwałt, a Dobrego niespodziewanie odwiedza w szpitalu jego żona. Blanka po pracy spotyka się z zaprzyjzniąoną pacjentką, Zuzą. Do Leśnej Góry wraca prawnik Maciej, który wcześniej zwrócił uwagę Majki. **60 min**



21.55 FAB-DOKUM.

Na sygnale (913, 914)
Martyna (Monika Mazur, zdj.) i Piotr (Dariusz Wieteska, zdj.) jadą do więzienia. Okazuje się, że Miłozłz poknął kapsułki do prania i doznał perforacji przełyku. Z kolei Romek pracuje jako konsultant medyczny na planie filmowym. Gwiazda produkcji wstrzykuje sobie adrenaline, co prowadzi do zaburzeń rytmu serca. **60 min**

- 20.05 Barwy szczęścia** (3389) – serial obyczajowy, Pol. 2026
- 20.40 Przepis dnia** (86) – magazyn kulinarny, Polska 2025
- 20.55 Na dobre i na złe** (995): Co masz zrobić jutro, zrób dzisiaj – serial obyczajowy, Polska 2026 (patrz obok)
- 21.55 Na sygnale** (913, 914) – serial fabularno-dokum., Polska 2026 (patrz obok)
- 22.55 Francuska ruletka** (4-ost.) – serial kryminalny, Fr./Belgia
- 0.00 Wakacyjna terapia** – komedia, Francja 2018, reż. Eloise Lang, wyk. Miou-Miou, Camille Cottin, Camille Chamoux, Johan Heldenbergh (patrz obok)
- 1.35 Okrutna miłość** (3, 4-ost.) – serial kryminalny, Wlk. Bryt.
- 3.20 Inwigilacja. Dla dobra ogółu** – film dokum., Holandia/Niem. **5.00**



22.35 DRAM. OBYCZ.

Smuga cienia
Oficer brytyjskiej marynarki, Joseph (Marek Kondrat, zdj.), obejmuje dowództwo statku handlowego, którego kapitan zmarł. Mimo przeciwności postanawia dostarczyć ładunek do Singapuru. **110 min**

POLSAT **DVB T2**

- 4.40 Disco Gramy** – program muzyczny, Polska 2026
- 5.25 Telezakupy TV Okazje**
- 6.00 Nowy dzień z Polsat News** – program informacyjny
- 8.30 Malanowski i partnerzy** (276, 277): Otruta i zgwałcona; Zabójcza intrzyga – serial fab.-dokumentalny, Polska 2011
- 9.30 Trudne sprawy** (922, 923) – serial paradokumentalny, Polska 2020
- 11.35 Gliniarze** (802-804) – serial paradokumentalny, Polska 2023
- 14.40 Dlaczego ja?** (1576): Niechciany powrót – serial paradokumentalny, Polska 2026
- Do domu Marczaków wraca Ewa, za którą rodzina spłacała kredyt. Dorota patrzy na siostrę z niechęcią. Gdy znikają kosztywności, od razu oskarża ją o kradzież. **70 min****
- 15.50 Wydarzenia**
- 16.15 Pogoda**
- 16.20 Interwencja** – magazyn reporterów
- 16.30 Na ratunek 112** (1173) – serial paradokumentalny, Polska 2026
- Marzena i Karol po latach nieudanych starań o dziecko zostają rodziną preadopcijną Malwinki. Wkrótce kobieta odkrywa, że jej mąż ma niesłubnego syna z Sylwią i prowadzi podwójne życie. W obawie o adopcję milczy i bierza dowody. **30 min****
- 17.00 Gliniarze** (1213): Dubaj – serial paradokumentalny, Polska 2026 (patrz obok)
- 18.00 Pierwsza miłość** (4225) – serial obyczajowy, Polska 2026
- 18.50 Wydarzenia**
- 19.15 Gość „Wydarzeń”** – program publicystyczny
- 19.25 Smak na każdą kieszeń** (3) – magazyn kulinarny, Polska 2026
- 19.35 Sport, Pogoda**
- 19.55 Milionerzy** – teleturniej, Polska 2026



17.00 PARADOKUM.

Gliniarze (1213)
Ktoś włamuje się do willi znanego adwokata i uprowadza jego półtorarocznego syna. Olga i Adam (Aleksander Mackiewicz, zdj.) rozpoczynają poszukiwania chłopca. Kiedy sprawca wysyła nagranie z żądaniem okupu, rozpoczyna się dramatyczna walka z czasem. **60 min**



20.30 KOMEDIA

Nie ma mocnych
Pawlak (Wacław Kowalski, zdj.) zamierza przekazać ziemię dzieciom. Ponięważ starszy syn ma własne gospodarstwo, a młodszy pracuje we Wrocławiu, całą nadzieję pokłada we wnuczce, Ani. Wraz z Kargulem (Władysław Hańcza) postanawia wydać ją za mąż. Wkrótce we wsi jawia się kandydat, Zenek. **130 min**

- 20.10 Sport, Pogoda**
- 20.25 Piłka nożna** – mecz towarzyski: Polska – Reszta Świata (live) (patrz obok)
- 22.35 Wieczór z Mistrzem. Andrzej Wajda: Smuga cienia** – dramat obyczajowy, Polska/Wielka Brytania 1976, reż. Andrzej Wajda, wyk. Marek Kondrat, Graham Lines, Tom Wilkinson, Bernhard Archard (patrz obok)
- 0.25 Jutro nie umiera nigdy** – film sensacyjny, USA/Wielka Brytania 1997, reż. Roger Spottiswoode, wyk. Pierce Brosnan, Jonathan Pryce, Michelle Yeoh, Teri Hatcher
- 2.25 Magazyn Ekspresu Reporterów**
- 3.20 Pograbek** – dramat obyczajowy, Polska 1992, reż. Jan Jakub Kolski **5.00**

- 20.30 Komediowa środa: Nie ma mocnych** – komedia, Polska 1974, reż. Sylwester Chęciński, wyk. Władysław Hańcza, Anna Dymna, Jerzy Janeczek, Wacław Kowalski (patrz obok)
- Kontynuacja losów Kargulów i Pawlaków, która tym razem pokazuje realia epoki Gierka. W 2024 roku powstał prequel trylogii zabużńskiej – „Samy swoi. Początek”. **130 min****
- 22.40 Chiński zodiak** – film karate, Hongkong/Chiny 2012, reż. Jackie Chan, wyk. Jackie Chan, Sang-woo Kwon, Nathan Boyd, Terry Hackett (patrz obok)
- 1.00 Jutro będzie futro** – komedia, USA 2010, reż. Steve Pink
- 3.15 Nasz nowy dom** (355) – reality show, Polska 2025



22.40 KARATE

Chiński zodiak
Najemnik Hawk (Jackie Chan, zdj.) musi znaleźć odlane z brązu posążki symbolizujące chińskie znaki zodiaku. Z czasem jednak dołącza do idealistów, którzy stają w obronie wschodniej kultury. **140 min**

tvn **TVN** **DVB T2**

- 5.40 Uwaga!** – magazyn reporterów
- 5.55 Ukryta prawda** (1650) – serial paradokumentalny, Polska 2024
- 6.50 Kuchenne rewolucje** (1) – program rozrywk., Pol. 2024
- 7.45 Dzień Dobry TVN** – magazyn
- 11.20 Doradca smaku** (38) – magazyn kulinarny, Polska 2026
- 11.25 Kuchenne rewolucje** (12, 10) – program rozrywkowy, Polska Dwóch przyjaciół otworzyło w Gdańsku restaurację. Do biznesu zaprosili Zbyszka. Niestety, wspólnicy wycofali się, a on został z lokalem zupełnie sam. **135 min**
- 13.40 Ukryta prawda** (1621, 1622, 1694) – serial paradok., Polska (patrz obok) Ewa wprowadza się do wynajętego mieszkania z dziećmi. Nachodzi ją były mąż. Kobięcie pomaga sąsiad Piotr. Wkrótce jej syn zostaje zatrzymany przez policję, gdyż zaatakował go nożem. **190 min**
- 16.50 Szpital św. Anny** (34) – serial obyczajowy, Polska 2025 Zosia i Filip są zaangażowani w przygotowania do ślubu, ale ich plany komplikuje pożar. Ratownicy wyjeżdżają do nauczycielki, która zasłabła przed szkołą. Jej objawy może powodować stres. **65 min**
- 17.55 Detektywi** (267) – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2025 (patrz obok)
- 19.00 Fakty**
- 19.35 Sport**
- 19.40 Raport Roland Garros** (4) – program sportowy, Polska 2026
- 19.45 Pogoda**
- 19.55 Uwaga!** – magazyn reporterów (patrz obok)



13.40 PARADOKUM.

Ukryta prawda (1621, 1622, 1694) Alina proponuje Michałowi trójkąt z kobietą. Przez aplikację randkową małżeństwo znajduje idealną partnerkę – Marzenę. Seks z nią jest świetny, więc zaczynają regularnie się spotykać. Po pewnym czasie dziewczyna oznajmia im, że jest w ciąży. **190 min**



17.55 FAB.-DOKUM.

Detektywi (267) Katarzyna Kowalik (zdj.) i Łabaj ratują uwięzioną w saunie kobietę. **65 min**



tv puls **TV PULS** **DVB T2**

- 6.00 Policjanci z Miami** (21, 22): Nikt nie żyje wiecznie; Evan – serial kryminalny, USA 1985
- 8.00 Kobra – oddział specjalny** (13, 14): Bezkrzesna agonía; Pojedynek w dziczy – serial sensacyjny, Niemcy 2015
- 10.00 Triumf miłości** (165, 166) – serial obyczajowy, Meksyk 2010
- 12.00 Nie igraj z aniołem** (83) – serial obyczajowy, Meksyk 2008
- 13.00 Wspaniałe stulecie** (17) – serial kostiumowy, Turcja 2012-2013
- 14.00 Kurierzy** (3) – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2023
- 15.00 Lombard. Życie pod zastaw 10** (480, 481) – serial obyczajowy, Polska 2022 Jan Oleś wynajmował dom lokatorom, z którymi dobrze się dogadywał. Para znika jednak bez zapowiedzi. Jan traci nadzieję, że wrócą, i wchodzi do domu. Czeką go niemiłe zaskoczenie. **120 min**
- 17.00 Kurierzy** (4) – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2023 Informatyk Sergiusz jest szczęśliwy, ponieważ udało mu się kupić unikatową gitarę Jimiego Hendriksa. Adam dostarcza mu przesyłkę. Niestety, po otwarciu okazuje się, że zawartość paczki uległa uszkodzeniu. Instrument wraca do firmy. **60 min**
- 18.00 Lombard. Życie pod zastaw 18** (961, 962) – serial obyczajowy, Polska 2026 Asia zrezygnowała z kariery architektki, by zajmować się synem i domem. Jej mąż, charmatyczny kardiolog, ogranicza jej dostęp do pieniędzy. Kobieta z pomocą Alicji planuje ucieczkę. Łąda i Jędrzej ulegają wypadkowi. **120 min**
- 20.00 DRAMAT**
Nieosiągalne Rok 2004. Henry (Ewan McGregor, zdj.), jego żona i synowie spędzają Boże Narodzenie w Tajlandii. Drugiego dnia Świąt od strony morza nadchodzi fala tsunami i zmiata wszystko z powierzchni ziemi. Rozdzieleni członkowie rodziny zaczynają wzajemnie poszukiwania. **145 min**
- 22.25 THRILLER**
97 minut do śmierci Tajny agent Alex usiłuje zapobiec katastrofie samolotu porwanego przez terrorystów. Dyrektor NSA, Hawkins (Alec Baldwin, zdj.), planuje zestrzelenie maszyny. **100 min**



20.00 DRAMAT

Nieosiągalne Rok 2004. Henry (Ewan McGregor, zdj.), jego żona i synowie spędzają Boże Narodzenie w Tajlandii. Drugiego dnia Świąt od strony morza nadchodzi fala tsunami i zmiata wszystko z powierzchni ziemi. Rozdzieleni członkowie rodziny zaczynają wzajemnie poszukiwania. **145 min**



22.25 THRILLER

97 minut do śmierci Tajny agent Alex usiłuje zapobiec katastrofie samolotu porwanego przez terrorystów. Dyrektor NSA, Hawkins (Alec Baldwin, zdj.), planuje zestrzelenie maszyny. **100 min**

tvn 7 **TVN 7** **DVB T2**

- 5.20 Ten moment** (23) – serial paradokumentalny, Polska 2015-2016
- 5.55 Szkoła** (678-680) – serial paradokumentalny, Polska 2019
- 8.45 Ukryta prawda** (1305, 1380, 1381) – serial paradokumentalny, Polska (1002-1004) – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2013
- 11.55 W-11 – Wydział Śledczy** (1002-1004) – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2013
- 14.00 Detektywi** (91): Mój mąż pedofil – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2024 Klientka prosi o odnalezienie męża. Otrzymała nagranie, na którym widać, jak ktoś katuje go i oskarża o pedofilię. Uważa, że zarzut jest nieprawdziwy, jej brat ma jednak inne zdanie. **60 min**
- 15.00 Szpital św. Anny** (127) – serial obyczajowy, Polska 2026 Kasia zajmuje się dwunastolatkiem z dusznościami po urazie na treningu. Wyniki badań omawia z Kają. Tomek musi jechać do mężczyzny, który zaczął się dusić. Strecker ogłasza powstanie bazy pogotowia lotniczego. **60 min**
- 16.00 Sędzia Anna Maria Wesołowska 6** (20, 21) – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2019 (patrz obok)
- 18.00 Sekrety życia** (27) – serial paradokumentalny, Polska 2023 (patrz obok)
- 19.00 Ukryta prawda** (1498) – serial paradokumentalny, Polska 2023 Wiktoria jest autorką powieści erotycznej, która odniosła sukces. Nieoczekiwanie regularnie dostaje kwiaty i prezenty. Stalker zaczyna ją śledzić i wkrótce zamieszka w inter-necie zrobione z ukrycia zdjęcia, na których widać pisarkę w samej bieliznie. **60 min**



16.00 FAB.-DOKUM.

Sędzia Anna Maria Wesołowska 6 (20, 21) Marcin zostaje oskarżony o ciężkie uszkodzenie ciała Norberta i pozbawienie wolności jego narzeczonej, Kamili. Mężczyzna wynajął parze mieszkanie na Mokotowie. Po trzech miesiącach przestali oni płacić czynsz i rachunki. **120 min**



18.00 PARADOKUM.

Sekrety życia (27) Wdowiec Stefan samodzielnie wychowuje syna, który wciąż choruje. Na domiar złego jego firma ma kłopoty finansowe. Wspólnik wpada na pomysł, skąd wziąć pieniądze. **60 min**

REKLAMA



W APTEKACH I ZIELARNIACH

CUKIERKI ALOESOWE – SEKRET URODY, DOBREGO SAMOPOCZUCIA, WZMOCNIENIA ODPORNOŚCI.

- 20.15 Na Wspólnej** (4219) – serial obyczajowy, Polska 2026
- 20.50 Kiler** – komedia sensacyjna, Polska 1997, reż. Juliusz Machulski Kierowca taksówki zostaje wzięty za osławionego płatnego mordercę. Tropią go gangsterzy i policja. **135 min**
- 23.05 Kilerów 2-óch** – komedia, Polska 1999, reż. Juliusz Machulski
- 1.25 Wielki Szu** – dramat sensacyjny, Polska 1982, reż. Sylwester Chęciński
- 3.35 Szpital św. Anny** (99) – serial obyczajowy, Polska 2026
- 4.30 Uwaga!** – magazyn reporterów
- 4.50 Śmierć Diany: dwa śledztwa** (2) – serial dokumentalny, Wielka Brytania 2022



19.55 MAGAZYN

Uwaga! (8002) Zespół doświadczonych dziennikarzy, w tym Daria Górka (zdj.), prezentuje kolejny szokujący reportaż. Ostatnio przedstawili sytuację ludzi, którzy są odcięci od świata, zasięgu oraz internetu. **20 min**

- 20.00 Nieosiągalne** – dramat katastroficzy, Hiszpania/USA 2012, reż. Juan Antonio Bayona, wyk. Naomi Watts, Ewan McGregor, Tom Holland, Samuel Joslin (patrz obok) Poruszający, umiejętnie budujący dramaturgię obraz, inspirowany głośnym kataklizmem z 2004 roku. **145 min**
- 22.25 97 minut do śmierci** – thriller, USA/Wielka Brytania/Kanada 2023, reż. Timo Vuorensola, wyk. Alec Baldwin (patrz obok)
- 0.05 Syberia** – film kryminalny, Kanada/USA 2018, reż. Matthew Ross, wyk. Keanu Reeves, Boris Gulyarin, Elliot Lazar (patrz obok)
- 2.10 Dzielnica strachu 10** (441): Nie umiem zapomnieć – serial kryminalny, Polska 2025-2026
- 3.10 Zobacz to!**
- 0.05 KRYMINAL**
Syberia Lucas Hill (Keanu Reeves, zdj.) jawia się w Rosji, by sprzedać kolekcję rzadkich kamieni. Nie może nawiązać kontaktu z kontrahentem. Podążając jego tropem, trafia do niewielkiej osady na Syberii. **125 min**



0.05 KRYMINAL

Syberia Lucas Hill (Keanu Reeves, zdj.) jawia się w Rosji, by sprzedać kolekcję rzadkich kamieni. Nie może nawiązać kontaktu z kontrahentem. Podążając jego tropem, trafia do niewielkiej osady na Syberii. **125 min**

- 20.00 Dar** – thriller, USA/Australia/Chiny 2015, reż. Joel Edgerton, wyk. Jason Bateman, Rebecca Hall, Joel Edgerton (patrz obok) Trzymający w napięciu obraz będący debiutem reżyserskim Joela Edgertona („Królestwo zwierząt”). **140 min**
- 22.20 Elita złodziei** – film kryminalny, Finlandia/USA 2021, reż. Renny Harlin
- 0.20 Zawsze jest czas na miłość** – komedia obyczajowa, USA/Wielka Brytania/Belgia 2017, reż. Joel Hopkins
- 2.20 Żyjąc z potworem 7** (16) – serial dokumentalny
- 3.25 Fachowcy** (12) – serial paradokumentalny, Polska 2017
- 4.10 Dorota was urządzi!** (9) – program rozrywk., Pol. 2016



20.00 THRILLER

Dar Simon (Jason Bateman) spotyka dawnego kolegę, Gorda (Joel Edgerton). Niebawem zaczyna na przysyłać jemu i jego żonie (Rebecca Hall, zdj.) podarunki. Prezenty z czasem budzą niepokój. **140 min**

TVP3 **TVP3** **DG 17**

12.00 Telekurier – mag., Polska
12.30 Górna półka smaku (3)
13.00 Agrobiznes – mag.
13.30 Dajcie słowo – Maciej Orłoś 2 (41) – talk-show
14.30 Program informacyjny 14.30
15.00 Koronka do Miłosierdzia Bożego – pr. religijny
15.20 Serwis Info Dzień – inf.
15.30 Program lokalny
19.30 Całkiem niezła historia
19.45 Kryminalna siódemka
20.00 Dziennik regionów
20.13 Gość Regionów – publ.
20.30 Telekurier – mag., Polska
21.00 Program lokalny
22.00 Dziennik regionów
22.30 Złoty chłopak (160)
23.30 Kryminalna siódemka

TVP POLONIA **TVP POLONIA**

15.00 Serwis Info – pr. inform.
15.10 Zakochaj się w Polsce (182) – magazyn
15.35 Zaginiono? Ocalone? Historie zawodów różnych – magazyn
16.00 Zaraz wracam 2 (89)
16.30 Barwy szczęścia (3315)
17.00 Telexpress
17.20 Gra słów. Krzyżówka
17.50 Telexpress Extra – inf.
18.15 Wilno bardzo osobiste (2) – reportaż, Polska 2024
18.25 Polki w dzungli
18.45 Panorama
19.20 Polacy światu
19.30 Program informacyjny 19.30
19.55 Pytanie dnia – pr. publ.
20.10 Sport, Pogoda

TV 4 **DG 17**

6.00 Strażnik Teksasu (23, 24) – serial sensacyjny
7.55 Bogaty dom – biedny dom (120) – reality show
8.55 Policjantki i Policjanci (448, 449) – serial obycz.
10.55 Na ratunek 112 (1114, 473) – paradok., Pol.
11.55 Dlaczego ja? (1535, 1536) – serial paradok., Polska
13.55 Trudne sprawy (1298-1300) – paradok.
16.55 Łowcy skarbow. Kto da więcej? (535) – reality show, Polska 2025
18.00 Policjantki i Policjanci (1432, 1433) – obycz., Pol.
20.00 Uroczysko (259) – serial kryminalny, Polska 2026

puls 2 **DG 17**

7.30 Psi Patrol 8 – serial anim.
7.50 Superkoty – serial anim.
8.30 Myszkla Miki: Frajdomek 2 – anim.
8.50 Masza i Niedźwiedź 5
9.20 Bing – serial animowany
9.35 Basia – serial animowany
10.00 Jeżyk i Przyjaciele
10.25 Spidey i superkumple
11.25 Dinopociąg 3 – anim.
11.55 Smerfy – serial anim.
13.00 Gumisie 6 – serial anim.
14.00 Kacze opowieści
15.00 Miraculous: Biedronka i Czarny Kot 4 – anim.
16.00 Fineasz i Ferb 2 – anim.
17.00 Marta mówi 2 – anim.
17.35 Superkoty – serial anim.
18.00 Blue – serial animowany
18.15 Bing – serial animowany

TVP ROZRYWKI **TVP ROZRYWKI**

6.10 Zakochaj się w Polsce (209) – magazyn
6.40 Gra słów. Krzyżówka – telet., Polska 2019-2026
7.10 Okrasa łamie przepisy – magazyn kulinarny
8.20 Familiada – teleturniej
8.50 Va banque – teleturniej
9.25 Kolo fortuny – telet., Pol.
10.05 Makłowicz w podróży – magazyn kulinarny
10.40 Postaw na milion
12.35 Familiada – teleturniej
13.15 Tygrysy Europy (8)
 – serial kom., Polska 1999
14.10 Rodzinka.pl (161, 162) – serial kom., Polska 2025
15.20 Cafe Fogg (1, 2) – widowisko, Polska 2026
17.25 Va banque – teleturniej

TTV HD **DG 17**

6.20 DeFacto 14 (11)
6.50 Diablenie boskie 2 (18)
7.20 Ukryta prawda (1190)
8.20 Kartoteka 9 (25, 26)
10.30 Detektywi (237, 327)
12.30 Zakup w ciemno 3 (13)
13.30 Zakup w ciemno 4 (12)
14.30 Kartoteka 5 (7)
16.45 Express – pr. inform.
16.58 Pogoda, Sport
17.05 Idź na całość 2 (7) – rozr.
18.05 Zakup w ciemno extra (14) – reality show, Polska
18.45 Damy i wiesniaczki. PL 8 (16) – fab.-dok., Pol.
19.45 Express, Pogoda – inf.
20.05 Zakup w ciemno 7 (11)
21.05 Zakup w ciemno extra (10) – reality show, Polska
21.45 Express, Pogoda – inf.



23.55 Panorama
 Podsumowanie najważniejszych wydarzeń dnia ze świata. W programie znajdują się informacje polityczne, gospodarcze i kulturalne oraz analizy ekspertów. **30 min**

- 0.25 Program informacyjny 19.30**
0.45 Panorama dnia – pr. inf.
1.20 Kryminalna siódemka
1.40 Dziedzictwo (815)
2.30 Trójkąt Polityczny
3.20 Program informacyjny 19.30
3.50 Sanatoria
4.25 Dziennik regionów
4.50 Gość Regionów – publ.

TVP 3 jest wspólnym pasmem programów lokalnych stacji telewizyjnych: Białystok, Bydgoszcz, Gdańsk, Katowice, Kraków, Lublin, Łódź, Poznań, Rzeszów, Szczecin, Warszawa, Wrocław



20.25 Dom nad rozlewiskiem (7, 8) – Polska 2009
 Gosia oczekuje przyjazdu męża i córki. Chce wrócić z nimi do Warszawy i podjąć próbę ratowania małżeństwa. Konrad wyznaje żonie, że od dwóch lat spotyka się z koleżanką z pracy. **110 min**

- 22.15 Rozmowy (nie) wygodne** – pr. publicyst.
23.00 Słowo daje! – magazyn
23.15 Panorama
23.45 Magazyn Ekspresu Reporterów
0.40 Zaraz wracam 2 (89)
1.10 Stacja innowacja (21)
1.30 Program informacyjny 19.30
1.55 Pytanie dnia – pr. publ.



20.30 Sprawiedliwi – Wydział Kryminalny (1038) – Polska 2026
 Rosa oraz Walczak otrzymują kadr z monitoringu z otwarciami isprawcy Mucha na miejscu zbrodni. Prokurator Marc uznaje dowód za niewystarczający. **60 min**

- 21.30 Sprawiedliwi. Trójmiasto** (155) – krym.
22.40 Terytorium wroga
FILM – dram. wojenny, Fr. 2011
0.50 Love Island. Wyspa miłości (49)
1.55 Hardkorowy lombard (5, 6) – serial dokum., USA
2.55 Śmierć na 1000 sposobów (3) – dok.
3.25 Lubię disco! – pr. muz.



18.45 Masza i Niedźwiedź 5
 Najmłodszy widzowie poznają kolejne zabawne perypetie niesfornej, ale sympatycznej dzwiniaczki o imieniu Masza. Towarzyszą jej przyjaciel Niedźwiedź oraz inne leśne zwierzęta. **15 min**

- 19.00 Kacze opowieści**
Lombard. Życie pod zastaw 18 (1000) – serial obyczajowy, Polska 2026
21.00 Dzielnica strachu 10 (445, 446) – serial krym.
23.00 Bad Boy – film
FILM sensacyjny, Polska 2020
1.10 Lombard. Życie pod zastaw 12 (618) – obycz.
2.05 Lombard. Życie pod zastaw 9 (454) – obycz.



18.00 Kolo fortuny – Pol.
 Uczestnicy programu kreca kółem, a następnie typują litery, które według nich mogą znajdować się w hasle. Ten, kto odgadnie jej pierwszy, zatrzymuje wygraną w rundzie. **40 min**

- 18.40 Okrasa łamie przepisy**
19.45 Makłowicz w podróży
20.25 Postaw na milion
22.10 Rodzinka.pl (38) – kom.
22.50 Sanatorium miłości 8 (10) – reality show, Polska
23.50 Kabaretomaniacy (38)
0.45 Kolo fortuny – telet., Pol.
2.05 Do śmiechu! (76, 77)
3.55 Program rozrywkowy
4.45 Hity wszech czasów (36) – magazyn muzyczny



22.00 Idź na całość 2 (30) – Polska 2026
 Uczestnicy mają do wygrania niemal trzy miliony złotych. W każdym odcinku podejmują ryzyko i próbują uniknąć zbanka. Program prowadzi Zygmunta Chajzer (zdj.) i Robert Motyka. **60 min**

- 23.00 Gogglebox. Przed telewizorem 24** (14) – pr. rozrywk., Pol. 2026
0.00 Nic do zgłoszenia 6 (2) – serial dokumentalny, Pol.
1.00 Życie na kredycie 8 (23, 24) – reality show, Pol.
2.10 Dobra robota (4) – dok.
3.10 Detektywi. Na leczenie 2 (14, 15) – serial fabularno-dokum.

TVP3 **TVP3 PROGRAMY LOKALNE**

BIAŁYSTOK 17.35 Moda na język polski **18.00** Grajmy swoje **18.10** Panorama łomżyńska **18.30** Obiekt wy **18.50** Gość „Obiektu” **19.00** Sport, Pogoda **19.10** Budowniczo wie świata **21.00** Przegląd suwalski **21.20** Gość „Obiektu” **21.30** Obiekt wy **BYDGOSZCZ 17.30** Samorządni **18.15** Pokochaj! **18.30** Zbliżenia **19.00** Rozmowa dnia **19.20** Wilczy apetyt **21.00** Rozmowa dnia **21.20** Ekspert ZUS odpowiada **21.30** Zbliżenia **21.45** Sport, Pogoda **GDĄSK 17.30** Na 2 kontakty **17.50** Raport gospodarczy **18.15** Czystegość **18.30** Panorama **19.00** Droga **21.00** Tedę jo **21.15** Czystegość **42** **21.30** Panorama **KATOWICE 17.15** Nasza strona miasta **17.32** Dzień z bliska **17.50** Święta wojna **18.15** Protokół rozbieżności **18.30** Aktualności **18.55** Pogoda, Sport **19.10** Gramy dla was **21.15** Protokół rozbieżności **21.30** Aktualności **KRAKÓW 17.19** 4 x Kraków – Miasto Kazimierz pod Krakowem **17.46** W stronę gró **18.04** Bezpieczny powiat, bezpieczna gmina **18.15** Magazyn medyczny **18.30** Kronika **18.55** Tematy dnia **19.12** Spichlerz smaku **21.04** Wykrywacz kłamstw **21.30** Kronika **21.45** Tematy dnia **LUBLIN 17.55** Zdarzenia **18.10** Lubelskie Obserwatorium Rynku Pracy **18.30** Panorama lubelska **19.00** Magazyn sportowy **19.15** Okiem kierowcy **21.02** Login: NAWKA **21.15** Gość „Panoramy” **21.30** Panorama lubelska

TV HD **TVP HD**

8.55 Ojciec Mateusz 14 (180, 181) – krym., Pol. 2015
10.45 Gra słów. Krzyżówka
11.20 Na sygnale (575, 576)
12.25 Ojciec Mateusz 3 (35)
13.20 Komisarz Alex 22 (280)
14.15 Ranczo 8 (101, 102)
16.10 Super Gary. Gotuj z Bosacką! – mag. kulin.
16.40 Operacja zdrowie – mag.
17.10 Okrasa łamie przepisy
17.45 Makłowicz w podróży
18.20 Ojciec Mateusz 21 (277)
19.20 Ranczo 10 (124) – obycz.
20.10 Rodzinka.pl (239, 240)
21.25 Ojciec Mateusz (420)
22.20 Papillon. Motylek
FILM – dramat biograficzny, Czecho/Hiszpania/USA 2017
0.40 Colombiana – dramat **FILM** sensacyjny, USA/Fr. 2011

BBC FIRST **BBC FIRST**

12.55 Shakespeare i Hathaway: Prywatni detektywi 2 (5, 6) – krym.
14.50 Ojciec Brown 5 (2) – krym.
15.50 Lewis (1) – krym., Wlk. Bryt.
16.55 My Life is Murder 3 (9)
18.00 Morderstwa w Midsummer (13) – serial kryminalny, Wielka Brytania 2010
19.55 Śmierć pod palmami 11 (2) – serial krym., Wlk. Bryt.
21.00 My Life is Murder 3 (9) – serial kryminalny
22.00 Na niebieskich świątach 2 (2) – krym.
23.10 Shakespeare i Hathaway: Prywatni detektywi 2 (5, 6) – krym.

TVP KULTURA **TVP KULTURA**

11.15 Braciszek – film (180, 181) – obyczajowy, Polska 2007
13.05 Czesław Wołłejko – aktor i poeta – film dok.
14.50 Poznań '56 – dramat **FILM** społecny, Polska 1996
16.55 Zmiennicy (5) – kom., Pol.
18.05 Dobre strony – cykl fel.
18.30 Informacje kulturalne
18.50 Reżyserzy (10-ost.) – dok.
19.45 Andrzej Wajda – Notatki
20.00 Fucking Bornholm
FILM – komediodramat, Pol. 2022
21.50 Przygody Sherlocka... (13) – serial krym., Wlk. Bryt.
23.00 ENTER 2025 Perpetus 0.00 Hala odlotów (62)
0.55 Billy Elliot – film obyczajowy, Wlk. Bryt./Francja 2000
2.50 Informacje kulturalne
3.10 Minotaur Picasso – dok.

afena ANTENA HD **DG 17**

11.40 Kabaretowy szal (3)
12.35 Winnice miłości (60)
13.50 Wojciech Ciejrowski – bosko przez świat (87, 88) – cykl reportaży, Pol.
14.55 Cieżarówka przez śniegi 2 (8) – serial dokum.
15.55 Cieżarówka przez śniegi 3 (1) – serial dokum.
16.50 77 TV 2 (11) – pr. rozr., Pol.
17.50 77 TV 5 (20) – pr. rozr., Pol.
18.50 Astrid i Raphaëlle. Kryminalne Geniuzki (5)
20.00 Morderstwa we Francji
FILM – Sariat – thriller, Fr. 2017
22.00 Detektywi z Bordeaux 2 (7) – serial krym., Fr./Bel.
23.10 Astrid i Raphaëlle. Kryminalne Geniuzki (6)
0.20 Polska. Największe tajemnice 2 (7) – rozr., Pol.

TV 6 **DG 17**

6.00 Więzienie (216, 217) – dok.
6.55 Policjantki i Policjanci (647, 648) – serial obycz.
8.55 Kobra – oddział specjalny (191, 192)
10.55 48h. Zaginięci (255-257)
13.55 Policjantki i Policjanci (1168) – serial obycz., Polska
14.55 Kobra – oddział specjalny (193, 194)
17.00 Magnum: Detektyw z Hawajów 5 (89) – sens.
18.00 Strażnik Teksasu (25, 26)
20.00 CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku (156-158)
23.00 Sprawiedliwi – Wydział Kryminalny (673, 674)
1.00 Kości (71, 72) – serial krym.
3.00 Septagion (47, 48) – krym.
5.05 Nona i jej córki (5)
5.45 Telezakupy TV Okazje

STOPKLATKA

- 6.00 Złoty interes 2 (5, 6)
- 7.45 Wojciech Ciejrowski – boso przez świat
- 8.55 Robert Makłowicz (206, 219) – mag. kulin.
- 10.45 Pyszne dania w 10 minut z Julią Oleś (5)
- 10.55 Doktor z alpejskiej wioski – nowy rozdział (8, 9) – serial obyczajowy
- 13.00 Katastrofy w przestworzach (10, 1, 8) – serial dok., Kan.
- 16.00 MacGyver 2 (20, 21) – serial sens., USA/Kanada
- 18.00 Wojny magazynowe: Kanada 2 (15, 16) – reality show, Kan. 2014
- 19.10 Wojny kontenerowe 3 (6, 7) – serial dokum., USA



- HORROR**
- 20.00 Duchy kanionu – USA FILM 2016, reż. Greg McLean
 - 21.55 Lek pierwotny – thriller, USA 1996, wyk. Richard Gere, Edward Norton
 - 0.40 Ostatni gliniarz – komedia kryminalna, Niemcy 2019, wyk. Henning Baum
 - 2.50 Milioner – film FILM obyczajowy, Polska 1977
 - 5.00 Biblijne tajemnice (2) – serial dokum., Kan. 2014

POLSAT 2

- 5.50 Wydarzenia
- 6.30 Nasz nowy dom (264) – reality show, Pol. 2022
- 7.30 Na ratunek 112 (865, 866) – serial paradokumentalny, Polska
- 8.30 Sekrety rodziny (291-293) – paradok., Pol.
- 11.30 Trudne sprawy (1209) – serial paradokumentalny
- 12.30 Dlaczego ja? (1468, 1469) – serial paradokumentalny, Polska
- 14.30 Świat według Kiepskich (379-383) – serial komediowy, Pol.
- 17.00 48h. Zaginieni (95, 96) – serial kryminalny, Polska
- 19.00 Gliniarze (1138) – serial paradokumentalny, Polska



- KRYMINALNY**
- 20.00 Ślad (41) – Pol. 2018-2019
 - 21.00 Gliniarze (1070) – serial paradokumentalny, Pol.
 - 22.00 Tajemnicze zaginięcia kobiet (5) – serial dok.
 - 23.00 Świat według Kiepskich (310, 311) – serial kom., Polska 2009
 - 0.00 Ślad (95) ○ – krym., Pol.
 - 1.00 Zdrady II (48) – paradok.
 - 2.05 Wydarzenia
 - 2.45 Ewa gotuje (503, 502)
 - 4.00 Atleci – mag. sportowy

TVP SERIALE

- 5.55 Rodzinka.pl (72) – kom.
- 6.30 Na sygnale (454, 455)
- 7.45 Ojciec Mateusz (4)
- 8.40 Komisarz Alex 24 (301)
- 9.35 Rodzinka.pl (73) – kom.
- 10.05 Klan (1422) – telen., Pol.
- 10.35 Ranczo 6 (72) – obycz.
- 11.25 Na dobre i na złe (994)
- 12.25 Pan Mama (51) – kom.
- 13.05 Zaczynamy (131)
- 13.40 Ojciec Mateusz 27 (355)
- 14.40 Ojciec Mateusz 28 (356)
- 15.35 Komisarz Alex 24 (302)
- 16.25 Na sygnale (456, 457) – serial fabularno-dokum.
- 17.35 Ranczo 6 (73, 74) – obycz.
- 19.30 Ojciec Mateusz 28 (357) – serial kryminalny, Polska
- 20.25 Ojciec Mateusz (5) – serial kryminalny, Polska



- OBYCZAJOWY**
- 21.30 Ranczo 6 (75, 76) – Pol.
 - 23.20 Ojciec Mateusz 28 (358) – serial kryminalny, Polska
 - 0.15 Pan Mama (55, 56)
 - 1.35 Falszerze. Powrót sfory (14-ost.) – sens., Pol.
 - 2.30 Erynie (1) ○ – serial kryminalny, Polska 2021
 - 3.30 Zatkota szpiegów 2 (14)
 - 4.20 Klan (1422) – telen., Pol.
 - 4.55 Zaczynamy 2 (131)
 - 5.20 Rodzinka.pl (72) – serial komediowy, Pol. 2012

KINO POLSKA

- 6.00 Polska z góry. Zamki, dworki, pałace 3 (8) – serial dokumentalny
- 6.25 Och! Kabaret 4 (2)
- 7.10 Zwierzęta Wajraka 3 (1) – serial dokumentalny
- 7.40 Polska Kronika Filmowa – serial dokum.
- 7.50 Ranking naj polskiego kina (2, 3) – pr. rozrywk.
- 9.00 Nad Niemnem (2-ost.) FILM – film obyczajowy, 1986
- 11.00 Stara baśń – film FILM kostiumowy, 2003
- 13.30 Ziemia obiecana FILM – dram. obycz., 1974, wyk. Daniel Olbrychski
- 17.00 Pogranicze w ogniu (1, 2) – serial sensacyjny



- SENSACYJNY**
- 20.20 Ekstradycja 2 (1, 2)
 - 21.00 Komisarz Halski wyjeżdża na urlop z córeczką i jej opiekunką Beatą. Siostra Olga, Sabina, wiąże się z biznesemka z Rosji, Należąca, groźna przestępczynią. Ta uprowadza córkę Halskiego. 135 min
 - 22.15 Misja Afganistan (4) – serial wojenny, 2012
 - 23.30 Karate po polsku FILM – dram. obyczajowy, 1983, wyk. Michał Anioł
 - 1.30 Konsul – komedia kryminalna, 1989, wyk. Piotr Fronczewski
 - 3.45 Jak pies z kotem ○ FILM – komediodramat, 2018, wyk. Robert Więckiewicz, Olgiard Łukasiewicz

AXN

- 6.00 CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 10 (10, 11) – serial kryminalny, USA/Kanada
- 7.30 Doktor Larsen (5, 6) – serial obycz., USA 2025
- 9.20 Castle 7 (20, 21) – serial krym., USA 2014-2015
- 11.10 Detektyw Monk 2 (13, 14) – serial kryminalny, USA 2004
- 13.10 Doktor Larsen (7, 8) – serial obycz., USA 2025
- 15.10 Agenci NCIS 15 (7, 8) – serial sensacyjny, USA
- 17.05 Kryminalne zagadki Las Vegas (7, 8) – serial kryminalny, USA/Kanada
- 19.05 Castle 7 (22, 23) – serial krym., USA 2014-2015



- SENSACYJNY**
- 21.05 Zabójcza broń 3 (2, 3)
 - 23.00 Kryminalne zagadki Las Vegas (7, 8) – serial kryminalny, USA/Kanada
 - 0.45 Castle 7 (22, 23) – serial krym., USA 2014-2015
 - 2.40 Zabójcza broń 3 (2)
 - 3.40 FBI 2 (18) – serial krym.
 - 4.35 Walker: Strażnik Teksasu (18) – serial kryminalny, USA 2021
 - 5.20 Blok promocyjny AXN

CANAL+ PREMIUM

- 10.10 Robin i obrońcy królestwa – przyg., Wlk. Bryt./Irlandia 2024
- 11.50 Łapućapu
- 11.55 MTV Unplugged: Maryla Rodowicz
- 13.15 Hollywood Buzz – mag.
- 13.45 Cat's Eyes (6) – przyg., Fr.
- 14.40 Hannah Arendt: Myślenie jest niebezpieczne – dok.
- 16.05 Azyl – dramat FILM biograficzny, Czecho/Wielka Brytania/USA 2017
- 18.10 Łapućapu
- 18.15 Listy do Julii – komedia FILM romantyczna, USA 2010
- 20.00 Para z sąsiedztwa 2 (5) – serial obyczajowy
- 20.50 Making of – mag. film.



- REALITY SHOW**
- 21.00 Projekt Fighter (6-ost.)
 - 21.45 Wojna o przetrwanie (PREMIERA) FILM horror, Australia 2025, wyk. Ryan Kwanten, Tricia Helfer
 - 23.55 Minghun – dramat FILM obyczajowy, Polska 2023
 - 1.30 Rozgrzeszenie FILM – thriller, USA 2024
 - 3.25 Tylko dzień i noc – dok.
 - 4.35 Wiraż – film dokum., Pol.
- W CANAL+ 1 emisja każdego programu rozpoczyna się godzinie później niż w CANAL+

13 ULICA

- 6.10 Zbrodnie idealne (1, 2) – serial kryminalny, Fr. 2017
- 8.20 Kapitan Marleau 9 (1) – serial kryminalny, 2025
- 10.25 Agenci NCIS: Los Angeles 14 (3, 4) – sens.
- 12.15 Motyw 4 (6, 7) – krym.
- 14.10 Zbrodnie idealne (3, 4)
- 16.20 Kapitan Marleau 9 (2) – serial kryminalny, 2025
- 18.20 Agenci NCIS: Los Angeles 14 (5, 6) – sens.
- 20.10 Motyw 4 (6, 7) – krym.
- 22.00 Nowołęgno śledztwo (4) – serial kryminalny, Fr. 2023
- 0.00 Niepokojące zaginięcia: Zgoda rodzicielska 5 – film kryminalny, Fr. 2023
- 2.00 Kapitan Marleau 9 (2) – serial kryminalny, 2025
- 4.00 Zbrodnie idealne (1, 2)

POLSAT FILM

- 6.05 Rolnicy – Tak się żyje u nas na wsi (70-72) – dok.
- 7.30 Doktor Martin (5) – obycz.
- 8.30 Przyjaciółki (265, 266)
- 10.25 Świat według Kiepskich (110, 111, 235, 236, 127, 128, 193) – serial kom., Pol.
- 14.45 Szcześnieły mężczyzna FILM – kom. obycz., Francja 2023
- 16.40 Wstrząs – dramat FILM obyczajowy, USA/Wielka Brytania/Australia 2015
- 19.20 S.W.A.T.: Miasto w ogniu FILM – film sensacyjny, USA 2011
- 21.00 Metro strachu – film FILM sens., USA/Wlk. Bryt./USA 2009
- 23.20 Bullet Train – film FILM sensacyjny, Jap./USA 2022
- 1.50 Fala zbrodni (53) – sens.
- 2.50 Ślad (8, 9) – serial krym.
- 4.50 Na ratunek 112 (820, 821)

HBO

- 9.30 Jak wytresować smoka 3 – film animowany, USA/Japonia 2019
- 11.10 Mountainhead – dramat FILM obyczajowy, USA 2025
- 13.00 Wyzwolenie – dramat FILM biograficzny, USA 2023
- 14.40 Królewskie święta FILM – kom. romant., USA 2023
- 16.05 W ogniu pasji – dramat FILM obyczajowy, USA 2025
- 17.55 Milion minut – dramat FILM obyczajowy, Niemcy 2024
- 20.00 Materiałsiści – komedia FILM romantyczna, USA/Finlandia 2025, wyk. Dakota Johnson
- 21.55 Euforia 3 (7) – serial obycz.
- 23.00 Blizę – dramat FILM obyczajowy, USA 2004
- 0.40 Mrugnij dwa razy FILM – thriller, USA 2024

WARNER TV

- 9.20 Bajer z Bel-Air 2 (22, 23)
- 10.20 Za głosem serca (90)
- 11.20 Pełna chatą 5 (25, 26)
- 12.20 JAG – Wojskowe Biuro Śledcze 8 (24) – serial sens.
- 13.15 JAG – Wojskowe Biuro Śledcze 9 (2) – serial sens.
- 14.10 Bajer z Bel-Air 2 (22-24)
- 15.35 Bajer z Bel-Air 3 (1) – kom.
- 16.10 Pełna chatą 5 (25, 26)
- 17.10 Pełna chatą 6 (1, 2) – kom.
- 18.15 Miłość jak narkotyki FILM – kom. romant., USA 1997
- 20.20 Akademia policjanta 3: Powrót do szkoły – komedia, USA 1986
- 22.00 W sieci kłamstw – film FILM sensacyjny, USA 2008
- 0.30 Greystoke: Legenda Tarzana, władcy małp – przyg., Wlk. Bryt. 1984

ALE KINO+

- 9.30 The Hero – film krótkometr.
- 10.00 Wszystko, czego nie zdążyliśmy powiedzieć (4-6) – serial komediowy, Fr.
- 12.00 Vera 12 (2) – serial krym.
- 13.55 Porwanie Heinekena FILM – dramat sensacyjny, Belgia/Holandia/USA 2015
- 15.55 W 80 dni dookoła świata – film przygodowy, USA/Niemcy/Irlandia 2004
- 18.15 Vera 12 (3) – serial krym.
- 20.10 Co się stało z Gracie Darling (5, 6-ost.) – krym.
- 22.10 Rzykownicy napad FILM – thriller, Hiszpania 2025
- 0.10 Zaginieni (3, 4) – sens.
- 2.30 Kłangor 2 – serial krym.
- 3.20 Pornografia – film obycz. FILM jowy, Polska/Francja 2003
- 5.15 Sortownia (2) – psycholog.

CANAL+ FILM

- 13.20 Łapućapu – rozr., Pol. 2026
- 13.25 Balony – film krótkometr.
- 13.55 Battleship: Bitwa
- FILM ○ Ziemię – film s.f., USA/Japonia 2012
- 16.00 Premierowa jazda – mag.
- 16.15 Zapaleńcy. Historia polskiego filmu animowanego – film dok.
- 17.45 Hollywood Buzz – mag.
- 18.10 Krucjata Bourne'a FILM – thriller, USA/Niemcy 2004
- 19.55 Łapućapu – rozr., Pol. 2026
- 20.00 To się nie dzieje FILM – thriller, Polska 2025
- 21.15 Skok stulecia 2 – sens., FILM USA/Kan./Hiszpania 2025
- 23.25 Cash Out 2: Wysoka
- FILM stawka – sens., USA 2025
- 1.10 Pani od polskiego
- FILM – dram. obycz., Polska 2025

SCI FI

- 6.00 Wojna królestw (3) – serial fantasy, Niem. 2025
- 7.00 The Ark (4-6) – serial s.f.
- 10.00 Medium 7 (10, 11) – krym.
- 11.50 Czardziejki 7 (5, 6)
- 13.40 Grimm 4 (3, 4) – fantasy
- 15.30 Medium 7 (12, 13) – krym.
- 17.20 Czardziejki 7 (7, 8) – serial fantasy, USA 2004
- 19.10 Grimm 4 (5, 6) – fantasy
- 21.00 Sanktuarium: Opowieść czarownicy 2 (6) – krym.
- 22.00 Pompeje – film katastrof., FILM Kanada/Niemcy/USA 2014
- 0.10 Powietrze – dramat FILM s.f., USA 2015
- 2.10 Czardziejki 7 (7, 8) – serial fantasy, USA 2004
- 4.10 Wojna królestw (2, 3)

PARAMOUNT NETWORK

- 6.00 Elementary 3 (5-8) – krym.
- 9.20 Policjnia grupa pościgowa 21 (3) – dok.
- 10.25 Jak stracić chłopaka FILM w 10 dni – komedia romantyczna, USA/Niemcy 2003
- 12.55 Kosmiczna załoga FILM – komedia s.f., USA 1999
- 15.00 Włoska robota – sens., FILM USA/Francja/Wlk. Bryt. 2003
- 17.25 Mission: Impossible 2 FILM – sens., USA/Niemcy 2000
- 20.00 Mission: Impossible 3 FILM – film sensacyjny, USA/Niemcy/Chiny 2006
- 22.35 Apokalypso – dramat FILM przyg., USA/Meksyk 2006
- 1.20 Projekt: Monster FILM katastroficzny, USA 2008

FX

- 7.20 Kości (3, 4) – serial krym.
- 9.10 Z archiwum X (17) – s.f.
- 10.05 CSI: Kryminalne zagadki Miami (2, 3) – serial krym.
- 11.55 CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku (7, 8)
- 13.45 Agenci NCIS (4, 5) – sens.
- 15.35 FBI (17) – serial kryminalny
- 16.30 CSI: Kryminalne zagadki Miami (4, 5) – serial krym.
- 18.20 Z archiwum X (18) – s.f.
- 19.15 FBI (18) – serial kryminalny
- 20.10 CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku (9, 10)
- 22.00 Matlock (8) – serial krym.
- 22.55 Z archiwum X (18) – s.f.
- 23.55 The Hunting Party (10)
- 0.50 FBI (18) – serial kryminalny
- 1.45 Agenci NCIS (5) – sens.

KINO TV

- 8.35 Zagadki kryminalne panny Fisher 2 (4, 5)
- 11.00 Panna Scarlet i komisarz 3 (3, 4) – krym.
- 13.10 Poirot (7, 8) – serial krym.
- 15.15 Zagadki kryminalne panny Fisher 2 (6, 7) – serial krym., Australia
- 17.50 Panna Scarlet i komisarz 3 (5, 6) – krym.
- 20.00 Dobry rok – komediodramat, USA/Wlk. Bryt. 2006
- 22.35 Gangi Nowego Jorku FILM – dramat sensacyjny, USA/Niemcy/Włochy 2002
- 1.55 I stanie się koniec FILM – horror, USA 1999
- 4.45 Klasyka krótkich animacji (2) – filmy anim.

CANAL+ SERIALE

- 9.45 Łapućapu – rozr., Pol. 2026
- 9.55 Planeta Singii. Osiem historii (5) – serial kom.
- 11.00 Naruto (19-24) – anime
- 14.00 Hollywood Buzz – mag.
- 14.35 Captain Tsubasa (49-52)
- 16.15 Premierowa jazda – mag.
- 16.35 Łapućapu Extra (3) – rozr.
- 17.10 Świat zwierząt – rodzicielsstwo (5) – dok.
- 18.15 The Office PL 5 (10-12)
- 20.00 Gangi Londynu 3 (7, 8)
- 21.35 Premierowa jazda (10)
- 22.00 Minuta ciszy 2 (1) – obycz.
- 0.10 Petla (1-4) – sens., Pol. 2020
- 3.25 Premierowa jazda (9)
- 3.40 Łapućapu – rozr., Pol. 2025
- 3.45 Belfer (3, 4) – serial krym.
- 5.30 Hollywood Buzz – mag.

CANAL+ 360

- 13.00 Polska z góry: Stadion (5, 6) – serial dok., Pol. 2024
- 14.00 Okręty wojenne (8) – dok.
- 15.00 Chwilą prawdy (3) – dok.
- 16.00 Hot Roads – Najniebezpieczniejsze drogi świata 3 (3) – serial dokum.
- 17.00 Złotani: ciężarówk w opalch 7 (12) – dok.
- 18.00 Porzucone konstrukcje (9) – serial dokum., Wlk. Bryt.
- 18.55 Okręty wojenne (6) – dok.
- 19.50 Złotani: ciężarówk w opalch 7 (13) – dok.
- 20.50 Co poszło nie tak (2)
- 21.55 Pokonani (6) – serial krym.
- 22.55 Zasada przystojności (2)
- 0.10 Pielką na podłuchę (8)
- 1.00 Furioza (2) – serial sens.

TLC

10.00 **Wiza na miłość: dalsze losy 8** (18) – reality show

11.00 **Wiza na miłość: pierwsze spotkanie, pościelowe rozmowy 8** (21) – reality show, USA

12.00 **Wiza na miłość: znowu do wzięcia. Między sporami** – reality show

13.00 **Dr Przystycylla 3**

15.00 **Wiza na miłość: dalsze losy 8** – reality show, USA

16.00 **Historie wielkiej wagi**

18.00 **Pokonać otyłość** (4) – serial dokum., Włochy

19.00 **Wiza na miłość: Romans na Karaibach**

POLSAT CAFÉ

6.00 **Oszukane** (44, 45) – serial paradokumentalny

8.00 **Komisarz Mama** (25) – serial kryminalny, Polska

9.00 **Drugie życie sukni ślubnej** (28) – rozr., Pol.

9.30 **Hell's Kitchen** – **Piekielna Kuchnia** (57, 58) – reality show, Pol.

12.30 **Bogaty dom – biedny dom** (116, 117)

14.30 **Kolacja w ciemno** (86, 87) – pr. rozrywk., Pol.

16.30 **Hell's Kitchen** – **Piekielna Kuchnia** (18)

18.00 **Nasz nowy dom** (324, 325) – reality show

TVN STYLE

5.25 **Czas na zmianę** (10-ost.) – reality show, Pol. 2021

5.55 **Damy i wiesniaczki. Litwa 2** (21, 22) – pr. rozr.

7.45 **Złoty remont** (9) – rozr.

8.45 **Pojedynek na podróże** (10-ost.) – pr. rozr., Polska

9.50 **I nie opuścisz Cię aż do ślubu** (4, 5) – reality show, Polska 2015

11.25 **Ugotowani** (11, 12-ost.)

13.30 **Kuchenne rewolucje** (4, 5) – pr. rozr., Pol. 2018

15.35 **Jestem z Polski** (15, 4, 3) – serial dokum., Pol. 2025

17.45 **Kuchenne rewolucje** (8-10) – pr. rozr., Pol. 2018

DISCOVERY CHANNEL

7.00 **Budowa na końcu świata**

8.00 **Gończąca złota: zapomniane kopalnie**

9.00 **Gończąca złota: rzeka skarbow: Rabunek**

10.00 **Klan z Alaski**

11.00 **Przetwać nad Junkem**

12.00 **Fani czterech kółek 15**

13.00 **Nagi Instynkt: przetrwania 11**

15.00 **Ziomowisko PL 4** (2)

16.00 **Gończąca złota 16**

18.00 **Kamperem przez świat** (2)

19.00 **Ziomowisko PL** (9-11)

TVP HISTORIA

10.35 **Było, nie minęło...**

11.15 **Polskie parki narodowe**

11.45 **Wszystkie kolory świata 2**

12.55 **Nieznana wojna na Północy** (4) – dok.

14.00 **Królowie** (23) – hist., Pol.

14.35 **Pogranicze w ogniu** (11) – serial sens., Polska

15.40 **Sensacje XX wieku**

17.30 **Czas honoru** (62) – serial wojenny, Polska 2012

18.25 **Encyklopedia II wojny światowej: Decydująca bitwa** – serial dokum.

19.00 **Fake czy historia?**

FOKUS TV

6.05 **48h. Zaginieni** (32)

7.00 **Była sobie Ziemia** (21-24) – serial anim., Fr.

8.55 **Wielki czas**

9.00 **Starożytni kosmici** (2)

10.00 **Gwiazdy lombardu** (49-52) – reality show, USA

12.00 **Wielkie konstrukcje III Rzeczy** (5)

13.00 **Premiera: Poszukiwacze historii** (4, 5)

14.00 **Naziści: ściśle tajna nauka** (1, 2) – serial dok.

16.00 **Premiera: Dorwać tuńczyka** (6, 7) – dok.

18.00 **Rolnicy. Podlasie** (24, 25) – serial dokum.

20.00 **Kilogramy do szczęścia 2**

21.00 **Nie do uwierzenia!**

22.00 **Premiera: Transplantacja: drugie życie**

23.00 **Moje koszarne story 2**

0.00 **Dr Przystycylla 5**

1.00 **Kilogramy do szczęścia 2**

20.00 **Ani słowa pannie młodej** (1, 2) – dok., Pol.

22.00 **Ambulans** (5) – dok., Pol.

23.00 **Gry małżeńskie** (186)

0.00 **Love Island. Wyspa miłości** (4, 5)

2.00 **Gry małżeńskie** (187, 188) – reality show

4.00 **Zdrady** (70, 71) – serial paradokumentalny, Pol.

20.50 **Ugotowani** (3) – program kulin.-rozrywk., Polska

21.50 **Jestem z Polski** (10, 11) – serial dokum.

23.45 **Hotel Paradise** (9, 3) – reality show, Pol. 2024

0.45 **40 kontra 20** (2, 37, 38)

2.40 **Apetyt na miłość** (9)

3.45 **Wiem, co jem i wiem, co kupuję** (9, 12-ost.)

22.00 **Premiera: Nagi Instynkt: przetrwania 12**

23.00 **Dorwać komandos: Filipiny**

0.00 **Fani czterech kółek: w trasie 2** (8)

1.00 **Hot rod wg Kindiga**

2.00 **Militaria na warsztat** (13) – serial dok.

3.00 **Królowie asfaltu** (9, 10)

19.40 **Królowie** (62) – hist., Pol.

20.15 **Ekstradycja 2** (4) – sens.

21.20 **Zapomniana granica Europy** – film dokum.

22.20 **Śniadanie w Wannsee** – film dokumentalny, Pol.

23.30 **Sensacje XX wieku** – program historyczny

1.10 **Encyklopedia II wojny światowej** (1): Kursk

20.00 **Galileo** (1)

21.00 **Tajemnice zamków** (3) – serial dokum., Kan. 2023

22.00 **Ostatnie dni nazistów** (3, 4) – serial fab.-dokum.

0.00 **Starożytni kosmici** (5) – serial dokum., USA 2009

1.00 **Rolnicy. Podlasie** (17-20) – serial dok., Pol.

5.00 **Kolowrotek** (10, 11)

METRO

8.35 **Szpital** (725, 726) – paradok.

10.35 **Sędzia Anna Maria Wesołowska** (295, 296)

12.35 **Szkola** (691) – paradok., Pol.

13.35 **Przepis na życie 5** (2)

14.35 **Zapukaj do moich drzwi** (146) – telen., Turcja 2020

15.45 **The Floor** – teleturizm, Pol.

17.00 **Fani czterech kółek 16**

18.00 **Prawo Agaty 4** (13) – obycz.

19.00 **Kartoteka 9** (28) – fab.-dok.

20.00 **Kartoteka 10** (12) – fab.-dok.

21.05 **Kryminalni** (9, 10) – krym.

23.15 **CSi: Kryminalne zagadki Las Vegas** 10 (13) – krym.

0.10 **Zbrodnie z pierwszych stron gazet 6** – serial dok.

1.15 **Szpital** (721) – paradok., Pol.

2.10 **Szkola** (816, 817) – paradok.

ZOOM

6.00 **Kojak** (18, 19) – serial krym.

8.00 **Strażnik Teksasu 8** (3, 4)

9.50 **MacGyver** (18, 19) – sens.

11.55 **Pułapki umysłu: Pieniędzy**

13.00 **Wojny magazynowe: Kanada** – reality show, Kan.

15.30 **Sensacje XX wieku** – hist.

17.55 **Wojciech Ciejrowski – bosy przez świat**

20.00 **Kobra – oddział specjalny** 22 (3, 4) – sens.

22.05 **Dynamo: Więcej niż magia** – serial dokumentalny

23.05 **Adam szuka Ewy VIP. Holandia** – pr. rozr., Holandia

0.05 **Magia nagości. Polska** 3

1.20 **Magia nagości** – pr. rozrywk.

2.35 **I love Kabaret** – pr. rozr., Pol.

5.45 **I love Kabaret EXTRA**

FOOD NETWORK

8.15 **Dziwaczne potrawy** – dok.

9.10 **Gotowanie na ranczu z Guyem** – magazyn kulin.

11.15 **Sztuka mięsa** – mag. kulin.

12.25 **Pyszne historie** – serial dok.

13.10 **Posekani na słodko**

14.10 **Dziwaczne potrawy** – dok.

15.10 **24/24 – maraton kulinarny**

16.15 **Kuchenne rewolucje** – rozr.

17.15 **Magda gotuje internet**

17.50 **Apetyt na miłość** – pr. rozr.

18.50 **Wakacyjny turniej wypieków 2** – telet. kulin.

19.50 **Kulinaryny poker**

20.50 **Ogniem i patelnią 3**

21.55 **Pyszne miejscówki** – mag.

23.00 **Akcja: Restauracja!**

0.00 **Człowiek kontra jedzenie**

1.30 **Pyszne miejscówki** – mag.

DISCOVERY SCIENCE

6.00 **Jak to jest zrobione – samochody marzeń 2**

6.30 **Jak to jest zrobione? 25**

8.00 **Jak działa wszechświat?**

10.00 **Autostrada spotkań z UFO**

11.00 **Gigantyczne konstrukcje według Hammonda** – rozr.

13.00 **Podziemne sekrety**

15.00 **Jak działa wszechświat?**

18.00 **Jak to jest zrobione?**

21.00 **Na tropie legendarnych potworów: Wielka Stopa; Potwór z Loch Ness – dok. Tajemnice Alaski: Zagniony samolot; Potwór z Port Chatham – serial dokum.**

1.00 **Jak działa wszechświat?**

4.00 **Gigantyczne konstrukcje według Hammonda** – rozr.

NATIONAL GEOGRAPHIC

12.00 **Przetwarzanie w kanadyjskiej dżicyz**

13.00 **Wojna widziana z powietrza**

15.00 **Strzegąc granic** – serial dok.

17.00 **Inkwizycja: Powstanie i upadek imperium**

18.00 **Wcielania zła**

19.00 **Piecko pod wodą: II wojna światowa**

20.00 **Katastrofa w przestworzach: Wątpliwości** – dok.

21.00 **Katastrofy pod ląd**

22.00 **Inżynierie tragedie**

23.00 **Najniebezpieczniejsze drogi Europy**

0.00 **Katastrofa w przestworzach: Odcienie mocy** – dok.

1.00 **Życie na Alasce**

BBC EARTH

9.05 **W okowach mrozu 11**

11.05 **Wielkie archeologiczne odkrycia** – serial dokum.

12.10 **Błękitna Planeta 2** – dok.

13.25 **Pociągami przez Imperium Osmańskie**

14.30 **W okowach mrozu: Życie 2** – serial dokum.

15.30 **Zanica na pustkowiu UK**

16.30 **Brytyjskie fabryki 10** – dok.

17.35 **Wielkie archeologiczne odkrycia** – serial dokum.

18.40 **Zielona planeta** – serial dok.

19.45 **Starożytne mocarstwa**

20.55 **Życie na pustkowiu** – dok.

21.55 **W okowach mrozu: Kanada 2** – serial dokum.

22.55 **Brytyjskie fabryki 10** – dok.

0.00 **Jak budowano imperia 5**

WP

10.00 **Rosja i Korea Północna – komunistyczny romans** (2) – film dokum., Wlk. Bryt.

11.00 **Porzucone budowle 8**

12.00 **Wariaci za kierownicą 5**

13.00 **Makłowicz w podróży**

14.00 **Pokochaj lub sprzedaj Vancouver 3**

16.55 **Pogoda**

17.00 **Komisarz Cassandra: Zbrodnie w Alpach** 6 (2)

19.00 **Strażacy z sąsiedztwa 2**

20.00 **Policjanci z sąsiedztwa 3**

21.55 **Pogoda**

22.00 **Mistrzowie Kabaretu 14**

23.00 **Mistrzowie Kabaretu 12**

0.00 **1, 2, 3... Kabaret!** 3 – pr. rozr.

1.00 **Mistrzowie Kabaretu 15**

NOWA TV

9.30 **Calkiem nowe lata miodowe** (4) – serial kom.

10.00 **Miodowe lata** (12) – kom.

10.30 **Wieżenie** – serial dokum.

12.00 **Piloci 5** (5, 6) – serial krym.

14.00 **Świat według Kiepskich** (325, 326) – serial kom., Polska

15.00 **Świat według Bundych** (57) – serial komediody, USA

17.00 **Świat według Bundych 4** (58-62) – serial komediody

18.00 **Calkiem nowe lata miodowe** (1) – serial kom.

18.30 **Miodowe lata** (57-59)

21.00 **Zdrady** (101) – paradok., Pol.

22.00 **Ślad** (12, 13, 103) – krym., Pol.

1.00 **Lowa pędzli** – dok.

3.00 **TV okazje**

HGTV HOME & GARDEN

10.00 **Design w australijskim stylu** – program rozrywkowy

11.00 **Zrobić na remoncie 9**

13.00 **Zbudujemy fajny dom**

13.55 **House Hunters – Poszukiwacze domów 5**

15.05 **Mieszkanie na miarę 7**

17.00 **Polowanie na ogród 7**

18.10 **Złoty remont 11** – pr. rozr.

19.05 **Będzie pięknie** – pr. rozr.

20.05 **Dorota inspirowa**

21.00 **Dorota was urządzi!** – rozr.

22.30 **House Hunters – Poszukiwacze domów 6**

0.40 **Kupujemy dom na plaży 29** – serial dokum.

1.35 **Remontujemy dom na plaży 4** – program rozrywkowy

TRAVEL CHANNEL

6.00 **Nowe życie na Karaibach** – program rozrywkowy

8.05 **COOL gadżet** – pr. rozrywk.

10.10 **Kobieta na krańcu świata** – serial dokumentalny

12.30 **Cieężarówka przez Stany**

14.55 **Smakuj świat z Pascalem**

17.00 **Wycieczka dookoła smaku** – reality show

19.00 **Małżeństwo w dżungli** – serial dokumentalny

21.05 **Bimbrownicy** – serial dok.

23.10 **Kobieta na krańcu świata** – serial dokumentalny

0.55 **Wycieczka dookoła smaku** – reality show

3.00 **Bimbrownicy** – serial dok.

5.05 **Człowiek kontra jedzenie**

NATIONAL GEOGRAPHIC WILD

9.00 **Europa z powietrza**

10.00 **Weterynarz do zadań specjalnych**

11.00 **Kraina dzikich zwierząt**

12.00 **Królestwo drapieżników**

13.00 **Tajemniczy świat wielorybów** – film dokum.

14.00 **Kalańar: podziemne życie pustyni** – film dokumentalny

15.00 **Drapieżnik kontra ofiara**

16.00 **Parki narodowe Ameryki**

17.00 **Stworzone, by przetrwać**

18.00 **Dzikie szlaki Europy**

19.00 **Zwierząt w amoku**

20.00 **Niezwykskie żywioły**

21.00 **Przywódca dr Pol**

22.00 **Pierdziwna planeta Ziemia: Obcy** – serial dokum.

POLSAT WIASAT HISTORY

11.25 **Wojna światowa: 1914-1945**

12.30 **Military ranking: Bitwy**

13.35 **Zaginienie miasta Biblii** (2)

14.40 **Jeden dzień w Auschwitz**

15.50 **Najgroźniejsi ludzie Hitlera: Adolf Eichmann**

16.45 **Piramidy w Gizie: sięgnąć do gwiazd** – film dokum., Fr.

17.55 **Wojenne fabryki 3**

18.50 **Military ranking: Bitwy**

20.00 **Kleopatra: tajemnicza władczyni**

21.15 **Adolf Hitler: Zrozumieć dyktatora**

22.20 **Przywódca III Rzeczy**

23.30 **Ramzes: władca Egiptu**

0.30 **Wojenne fabryki 3**

CANAL+ KUCHNIA

14.50 **Kucharskiego pomysły na kuchnię 2** – mag.

15.45 **Włoska kuchnia Gino: Dla rodziny** – serial dokum.

16.40 **Po prostu Jamie: szybko i łatwo** – magazyn kulinarny

17.35 **David Rocco w zaciśnię domowej kuchni** – dok.

18.30 **Jakubiak rozgryza Wietnam** – magazyn kulin.

18.55 **Nie tylko kimchi** – mag.

19.25 **M jak mięso 3: Argentyna**

20.15 **Dzień dobry, obiad 2**

21.15 **Anthony Bourdain – miejsca nieznanne** 10

0.45 **Bitwa na smaki...**

CANAL+ DOMO

12.50 **Gardeners' World** 16

14.00 **Cudotwórcy 7** – mag.

15.00 **Kupcie sobie zamek! 2**

15.55 **Meblokreacje 5** – mag.

16.50 **Gardeners' World** 16

18.00 **Ucieczka na wieś 25** – dok.

19.00 **Wielkie projekty: Nowa Zelandia** 9 – serial dokum.

20.00 **Daleko od miasta 11** – dok.

21.00 **Cudotwórcy 7** – mag.

22.00 **Tomasz Pagowski. Remont u Ciebie 8** – mag.

22.30 **Patent na zieleni** – mag.

22.55 **Daleko od miasta 14** – dok.

23.20 **Zbudujemy ten dom 3**

23.45 **TkaniNOWE kreacje** – mag.

SUPER POLSAT

8.00 **Doktor Martin** 10 (75, 76)

10.00 **Wydarzenia**

10.30 **SuperLudzie** – serial dokum.

11.30 **Świat według Kiepskich** (443-446) – serial kom., Polska

13.30 **Bitwa o palety**

14.30 **Hell's Kitchen – Piekielna Kuchnia 5** – reality show, Pol.

16.00 **Ninja Warrior Polska**

17.55 **Świat według Kiepskich** (503, 504, 538, 493) – kom.

20.00 **Ziomiarze** – serial dokum.

21.00 **Air Force One** – thriller, FILM USA/Niemcy 1997

23.35 **Świat w płomieniach** – film sensacyjny, USA 2013

TVP Kobieta

12.30 **Pięknie przyprowiona**

12.50 **Przepis dnia 4** – mag. kulin.

13.00 **Na dobre i na złe** (560)

13.55 **Dzikie imperium**

15.00 **Piękno, zgłoś się!**

15.30 **Ojciec Mateusz 29** (369, 370) – serial kryminalny

17.25 **Sekrety dzikich kwiatów**

18.30 **Gabi Drzewiecka zaprasza** – talk-show

19.30 **Miłość i nadzieja** (256)

20.30 **Wichrowe wzgórze** (237)

21.30 **La Promesa – pałac tajemnic** (239) – serial obycz.

22.30 **Żeby nie było śladów** – dramat obycz., Polska 2021

PLANETE+

12.35 **Oman. Cuda Półwyspu Arabskiego** (1) – film dokum.

13.40 **Ewangelia dobrobytu. Historia kapitalizmu** (3)

14.50 **Krajobrazy świata** – dok.

15.50 **Niezwykłe podróże koleją 4** – serial dokum.

16.55 **Afryka z góry: Mozambik**

18.05 **Na targach świata 2**

18.50 **Eksplozja w Lac Mégantic. To nie był wypadek** – dok.

19.45 **Śmieci na orbicie** – dok.

20.50 **Niezwykłe podróże koleją 14** – serial dokum.

22.00 **System żłobków NRD. Wstęp do piekła** – film dok.

TVP DOKUMENT

12.35 **Z ust royalows**

13.30 **Ukrzyte serce Irlandii**

14.30 **Dźwiękowe krajobrazy Australii** (2) – dok., Australia

15.40 **Cuda światowego transportu**

16.45 **Pieśń przez dżiką Rumunię** – dok., Austria

17.50 **Zasada** – film dok., Pol. 2022

19.10 **Magia irańskiego jedwabiu** – film dokum.

20.05 **Z ust royalows**

21.05 **Kroniki Hitlera**

22.10 **Barbara Włodarczyk zaprasza** – magazyn

22.20 **Rakka, cień ISIS** – film dok.

TVP SPORT

9.00 Piłka nożna kobiet: ORLEN Ekstraliga: Śląsk – Czarni Sosnowiec

11.00 Piłka kobiet

12.00 GOL – magazyn piłkarski

12.50 Gala PKO BP Ekstraklasy

14.20 GOL – magazyn piłkarski

15.15 Kolarstwo: Tour de Pologne – prezentacja trasy

16.50 Pełnosprawni

17.25 Żużel: Drużynowe Mistrzostwa Europy – Rzeszów 2026 – finał

19.20 Motocross: Mistrzostwa Polski – Piekoszów 2026

EUROSPORT 1

8.30 Kolarstwo: Giro d'Italia: Bellinzona – Carl

10.00 Tenis: Turniej French Open w Paryżu – mecz 1. rundy gry pojedynczej

11.00 Tenis: Turniej French Open w Paryżu – mecz 2. rundy (live)

14.00 Tenis: Turniej French Open w Paryżu – mecz 2. rundy (live)

16.00 Tenis: Turniej French Open w Paryżu – mecz 2. rundy (live)

18.00 Tenis: Turniej French Open w Paryżu – mecz 2. rundy (live)

POLSAT SPORT 1

6.00 Siatkówka mężczyzn: PlusLiga – faza play-off

9.00 Polsat Futbol Cast
Kibice poznają często skrajnie różne opinie na dany temat. Nowy format na zmianę poprowadzą Tomasz Hajto i Roman Kołtór oraz Bożydar Iwanow i Maciej Stolarczyk

10.00 Siatkówka mężczyzn: PlusLiga – faza play-off

12.30 Siatkówka kobiet – mecz towarzyski

15.00 Siatkówka mężczyzn – mecz towarzyski

17.30 Siatkówka kobiet

TVP ABC

9.30 Domisie

10.00 Zagadki zwierzo-gromadki

10.20 Przygody Bolka i Lolka

11.05 Male i duże przygody Miffy

11.35 Stacyjkowo

11.55 Strzałak Sam 6

12.25 Domisie

13.00 Cześć, czy mogę Cię zjeść?

13.20 Pszczołka Maja

13.50 Lupin wśród bajek

14.05 Nawet nie wiesz, jak bardzo Cię Kocham

14.40 Yakari

15.15 Al-chemik

MINIMINI+

11.45 Mush-Mush i Grzybaski

12.15 Strzałak Sam 16

12.25 Blaze i megamaszyn 2

12.50 Moje urodziny

13.00 Blaze i megamaszyn 2

13.30 Koci domek Gabi

13.56 Moje urodziny

14.03 Kicia Kocia

14.22 Cloudy & Stormy

14.45 Gazu, pieski, gazu! 2

15.10 Baranek Shaun

15.36 Jeżyk Happy

15.55 Mały Charlie

16.05 Mega Ekspres

16.30 Ciekawski George 5

17.00 Strzałak Sam 16

TVN 24

7.30 Rozmowa Piaseckiego – program publicystyczny

8.00 Serwis informacyjny, Prognoza pogody

10.00 Serwis informacyjny, Prognoza pogody

11.00 Serwis informacyjny, Prognoza pogody

12.00 Serwis informacyjny, Prognoza pogody

14.00 Serwis informacyjny, Prognoza pogody

15.00 15 na żywo

16.00 Fakty po południu

18.00 Tak jest – pr. publicyst.

19.15 Serwis informacyjny

19.30 Fakty po Faktach

20.25 Piłka nożna: Polska – Reszta Świata (live)

23.00 Sportowy wieczór

23.35 Piłka nożna kobiet: Liga hiszpańska: Barcelona – Real Sociedad

1.25 NBA Action – mag.

2.00 Koszykówka mężczyzn: NBA – mecz fazy play-off (live)

20.00 Tenis: Turniej French Open w Paryżu – mecz 2. rundy (live)

23.30 Biegi górskie: GT World Series – Trydent – podsumowanie

0.00 Tenis: Turniej French Open w Paryżu – 2. runda

1.30 Kolarstwo: Giro d'Italia: Cassano d'Adda – Andalo

20.10 Koszykówka mężczyzn: ORLEN Basket Liga – mecz półfinałowy fazy play-off (live)

22.30 Siatkówka mężczyzn – mecz towarzyski

1.00 Tenis: Turniej ATP w Hamburgu – mecz gry pojedynczej

15.35 Mała Marinette

16.05 Krecio

16.35 Trygrysek Percy i jego opowieści

17.05 Długo Ranczo

17.30 Piotruś Królik 2

18.00 Nowe przygody Piotrusia Pana

18.25 Leo da Vinci

19.00 44 Koty

17.25 Staś i fajna Babcia

17.50 Moje urodziny

17.56 Smerfy

18.25 Leśna rodzina: Pamiętnik Frei

18.50 Bacznie oczka

19.05 Kicia Kocia

19.25 Mały Charlie

19.36 Jeżyk Happy

19.52 Basia 2

20.00 Kropka nad i – pr. publ.

20.30 Czarno na białym

21.00 Polska i świat

22.00 Szklko kontaktowe

23.00 Dzień po dniu

0.26 Kroniki sportowe

0.45 Fakty po Faktach

1.20 Kropka nad i – pr. publ.

1.50 Tak jest – pr. publicyst.

2.50 Nowa Maja w ogrodzie

CANAL+ SPORT

9.00 Piłka nożna: Liga hiszpańska

11.15 Piłka nożna: PKO BP Ekstraklasa

13.30 Premier League Review

14.40 Ekstraklasa

15.45 Piłka nożna: Liga hiszpańska

18.00 Premier League Netbusters

18.30 Magazyn PGE Ekstraliga

20.00 Premier League Stories (42)

20.35 Wysoki Pressing

22.15 Gala PKO BP Ekstraklasy

22.45 Gala PKO BP Ekstraklasy

23.45 Gala PKO BP Ekstraklasy

1.00 Premier League Netbusters

1.30 Premier League: The Big Interview (41)

EUROSPORT 2

11.00 Kolarstwo: Giro d'Italia – 16. etap

12.00 Kolarstwo: Giro d'Italia – 17. etap (live)

16.00 Tenis: Turniej French Open w Paryżu – 2. runda (live)

18.00 Tenis: Turniej French Open w Paryżu – 2. runda (live)

21.00 Kolarstwo: Giro d'Italia: Cassano d'Adda – Andalo

22.00 Discovery golf

22.30 Triathlon: T100 World Tour – Pampeluna – podsumowanie

23.00 Wspinaczka: Zawody World Series w Bernie – bouldering mężczyzn

0.00 Kolarstwo: Giro d'Italia: Cassano d'Adda – Andalo

POLSAT SPORT 2

6.00 Hokej: Mistrzostwa świata – Szwajcaria 2026

8.30 Hokej: Mistrzostwa świata – Szwajcaria 2026

11.00 Siatkówka

13.00 Siatkówka

15.00 Piłka nożna: Copa Libertadores: Flamengo – Cusco Obrona tytułu liczy na drugą wygraną z peruwiańską drużyną w grupie A

17.30 Hokej: Mistrzostwa świata – Szwajcaria 2026

20.00 Hokej: Mistrzostwa świata – Szwajcaria 2026

22.30 Koszykówka mężczyzn: ORLEN Basket Liga – mecz półfinałowy fazy play-off

1.00 Sporty walki: FEN

NICKELODEON

8.10 Marsupilami

8.40 Harmidom 4

9.30 Wylde Pak – zakrecona paka 2

9.55 Grzmotomocni: Tajniacy

10.25 Niebezpieczny Henryk 4

11.20 That Girl Lay Lay

11.50 Harmidom 4

12.45 Harmidom 3

13.05 SpongeBob Kanciastoperty 10

14.00 SpongeBob Kanciastoperty 11

14.30 Harmidom

15.30 Smerfy

16.00 SpongeBob Kanciastoperty 9

16.25 SpongeBob Kanciastoperty 14

TELETOON+

7.52 W Papierowym Porcie 2

8.20 Kumpie z dzungli na ratunek! 3

8.47 Gadający Tom i przyjaciele 3

9.25 Dodo

9.55 Charlotte i trzy muszkieterki

10.26 Angelo rządzą

10.52 Siostry 2

11.22 Polly Pocket 6

12.16 Charlotte i trzy muszkieterki

12.45 Kumpie z dzungli na ratunek! 3

13.39 Polly Pocket 6

14.22 Dinuś i Lusja

14.50 Siostry 2

15.19 Polly Pocket 6

TVP Info_

16.00 Dzień w godzinę

17.00 Teleexpress

17.15 Teleexpress Extra

17.35 Panorama

17.42 Wykrzywacz kłamstw

18.00 Panorama

18.30 Kontrapunkt

19.00 Kontrapunkt – Ring wolny

19.30 Program informacyjny 19.30

20.18 Bez trybu. Justyna Dobrosz-Oracz

21.00 Kwiatki polskie

21.45 Panorama

22.10 Oko na świat

22.30 Program informacyjny 19.30

22.45 112. Magazyn kryminalny

23.00 Panorama dnia

CANAL+ SPORT 2

8.30 Tenis: Turniej WTA w Strasburgu

10.45 Tenis: Turniej WTA w Strasburgu

13.00 Tenis: Turniej WTA w Strasburgu

15.15 Tenis: Turniej WTA w Strasburgu

17.30 Tenis: Turniej WTA w Strasburgu

19.45 Tenis: Turniej WTA w Strasburgu

22.00 Tenis: Turniej WTA w Strasburgu

0.00 Tenis: Turniej WTA w Strasburgu

2.15 Piłka nożna: PKO BP Ekstraklasa

ELEVEN SPORTS 1

6.00 Magazyn sportowy

6.30 Magazyn sportowy

7.00 Magazyn sportowy

7.30 Magazyn sportowy

8.00 Piłka nożna: Liga niemiecka

10.00 Piłka nożna: Liga hiszpańska

12.00 Piłka nożna: Liga włoska

14.00 Piłka nożna: Liga niemiecka

16.00 Piłka nożna: Liga włoska

18.00 Piłka nożna: Liga hiszpańska

20.00 Magazyn sportowy

20.40 Formuła 1

22.40 Magazyn sportowy

23.20 Magazyn sportowy

0.00 Piłka nożna: Liga niemiecka

2.00 Piłka nożna: Liga włoska

4.00 Magazyn sportowy

4.30 Magazyn sportowy

POLSAT SPORT 3

6.00 Koszykówka mężczyzn: ORLEN Basket Liga – mecz fazy play-off

8.30 Piłka nożna z archiwum

10.30 Piłka nożna z archiwum

13.00 Piłka ręczna mężczyzn: ORLEN Superliga – mecz fazy play-off

15.00 Piłka nożna z archiwum

17.00 Piłka nożna z archiwum

19.00 Piłka nożna z archiwum

21.00 Koszykówka mężczyzn: ORLEN Basket Liga – mecz fazy play-off

23.00 Hokej: Mistrzostwa świata – Szwajcaria 2026 – mecz fazy grupowej

2.00 Sporty walki: Babilon MMA

NICK JR.

8.20 Pan Krokodyl

8.45 Barbapapa i jego rodzinka 2

9.40 Tim Rex wśród gwiazd 2

10.10 Przygody Misia Paddingtona

11.00 Male Królestwo Bena i Holly

11.30 Dora

11.55 Rubble i jego ekipa

12.45 Psi Patrol 8

13.40 Barbapapa i jego rodzinka

14.30 Barbapapa – szczęśliwa rodzinka

14.45 Zwierzęce zagadki

15.15 Rogata ekipa 4

16.00 Male Królestwo Bena i Holly

DISNEY JUNIOR

8.00 Spidey i superkumple 3

8.30 Klub Myszyki Miki Plus

9.00 Klub przyjaciół Myszyki Miki

10.00 Blue 3

11.00 Superkoty 2

11.30 Psia Brygada 2

12.00 Jej Wykoskość Zosia 4

12.30 Blue 3

13.30 Klub Myszyki Miki Plus

14.00 Superkoty 3

14.30 Superkoty

14.45 Superkoty 2

15.00 Iron Man i super ekipa

15.30 Spidey i superkumple 3

16.00 Blue 3

17.00 Superkoty 3

17.30 Superkoty

POLSAT NEWS

8.00 Nowy dzień

10.00 W rytmie dnia

12.50 Wydarzenia 12:50

13.30 W rytmie dnia

15.30 Sport

15.50 Wydarzenia 15:50

16.10 Więcej „Wydarzeń”

16.30 Punkt widzenia Jankowskiego

18.00 Punkt widzenia Szubartowicza

19.15 Gość „Wydarzeń”

19.50 Debata Gozdyry

21.50 Wydarzenia wieczorne

22.30 Dzień na świecie

23.30 Obraz dnia

0.00 Punkt widzenia Jankowskiego

CANAL+ SPORTS

7.00 Ekstraklasa

8.00 Wysoki Pressing

9.45 Żużel: Metalkas 2. Ekstraliga: Argęd – INNPRO ROW Rybnik

12.30 Piłka nożna: PKO BP Ekstraklasa

15.00 Żużel: Metalkas 2. Ekstraliga: Polonia Pila – Stal Rzeszów

17.45 Piłka nożna: Liga hiszpańska

20.00 Żużel: PGE Ekstraliga: Gezet Stal Gorzów – Motor Lublin

22.40 Boks: J. Herring – N. Maness

23.45 Piłka nożna: PKO BP Ekstraklasa

2.05 Sporty walki: ONE Friday Fights 155

ELEVEN SPORTS 2

8.00 Magazyn sportowy

8.30 Magazyn sportowy

9.00 Magazyn sportowy

9.30 Magazyn sportowy

10.00 Formuła 1

12.00 Piłka nożna: Liga niemiecka

14.00 Piłka nożna: Liga włoska

16.00 Piłka nożna: Liga niemiecka

18.00 Magazyn sportowy

18.30 Magazyn sportowy

19.00 Piłka nożna: Liga włoska

21.00 Piłka nożna: Liga hiszpańska

23.00 Magazyn sportowy

23.30 Magazyn sportowy

0.00 Piłka nożna: Liga francuska

2.00 Magazyn sportowy

POLSAT PLAY

6.00 Niezwykłe pociągi

7.05 Truckersi przez Australię

8.00 Dorwać tuńczyka

9.00 Wojny magazynowe

10.00 Wojny kontenerowe

11.00 Hardkorowy lombard

14.00 Polacy za granicą

16.00 Złomiarze

18.05 Poszukiwacze historii

20.00 Zawód glina

21.00 Złomiarze

22.00 Więzienie

22.35 Łowca pedofiliów

23.05 Więzienie

4.05 Starożytni kosmici

TVP TURBO

12.15 Naprawy nie do naprawy

13.00 Zawodowi handlarze

14.30 Wojny samochodowe

16.30 Jeździć, obserwowac

18.00 Raport Turbo

18.15 Zawodowi handlarze

19.00 Naprawy nie do naprawy

19.45 Uwaga! Oszust: Ściemna z ogłoszenia

20.15 Jeździć, obserwowac

21.00 Wojny samochodowe

22.00 Raport Turbo

22.15 Duda kontra Szafranski

23.00 Mota kombat

23.45 Z drugiej ręki

0.25 Usterka 16

T V S

14.40 Doktor Kleist – lekarz rodzinny

15.45 Doktor z alpejskiej wioski – nowy rozdział

16.50 Wydział kryminalny Kitzbühel

17.50 Doktor z alpejskiej wioski – nowy rozdział

18.50 Doktor Kleist – lekarz rodzinny

19.50 Kino TVS: Film fabularny

21.50 Kino TVS: Film fabularny

23.35 Doktor z alpejskiej wioski – nowy rozdział

TRVM

16.00 Informacje dnia

16.10 Na zdrowie

16.30 Rozmowy o edukacji

17.00 Po stronie prawdy

18.05 Informacje dnia

18.15 Rozmowy niedokończonych

19.20 Odnaleźć siebie

19.30 Bóg z nami

20.00 Informacje dnia

20.20 Różaniec

20.50 Myśląc Ojczyzna

21.50 Apel Jasnogórski

21.20 Informacje dnia

21.40 Polski punkt widzenia

22.00 Przetrawiliśmy

22.30 Blogosławiona



Rozmowę Michała i Wiktorii przerywa pukanie do drzwi.

Czy Łukasz przypłaci życiem swoje brawurowe działania?

Finały sezonów

**SPRAWIEDLIWI – WYDZIAŁ KRYMINALNY
• SPRAWIEDLIWI. TRÓJMIASTO**

Znów otrą się o śmierć...

I we Wrocławiu, i w Trójmieście nie brakuje przestępców, dla których życie ludzkie nie ma wartości. Zapowiadają się pełen emocji finały sezonów dwóch kryminalnych produkcji.

➔ **SPRAWIEDLIWI – WYDZIAŁ KRYMINALNY CZ 28.05**
godz. 20.30 TV 4

W domu komisarza Gardy (Konrad Jałowicz) pojawia się Wiktoria (Sandra Nauman). Policjant przekonuje ją, że powinni porozmawiać o niedawnych wydarzeniach, gdy nagle rozlega się pukanie do drzwi. Michał, który podejrzewa, że to może być Dagmara (Magdalena Margulewicz), każe Wiktorii natychmiast się ukryć. Tymczasem niespodziewanymi gośćmi okazują się Wojtala (Sasha Reznikow) i Bosacka. Przybyli nalegają na komisarza, by spróbowali ustalić, w jaki sposób zniknęła próbka DNA zmarłego z pustostanu lub odtworzyli przebieg wydarzeń po wyjściu Bastiana Bosackiego z komendy. Zniecierpliwiony Garda delikatnie, acz zdecydowanie sugeruje gościom, że jest bardzo zajęty, a do sprawy wróci nieco później...

Po ich wyjściu wściekła na komisarza Wiktoria wybiega z mieszkania... Gdy nie wraca na noc, Michał zaczyna się niepokoić. A kiedy okazuje się, że siostrzenica Górskiej nie nocowała także u ciotki, prosi Kropelkę (Anna Antoniewicz), by namierzyła jej telefon. Gdy dociera na wskazane miejsce, okazuje się, że telefon Wiktorii ma bezdomna kobieta – był w torebce, którą znalazła na ulicy...

Krwawy rytuał

Na komendzie Górską i Kropelkę przeglądają akta spraw dotyczących mieszkania Dagi. Odkrywają, że w lokalu przy Kłonowej 12 doszło do kilku makabrycznych zgonów: w 2005 roku, młoda kobieta pozbawiła życia męża, a w 2012 roku powiesiły się tam dwie siostry. Po kolejnych siedmiu latach doszło do podwójnego morderstwa podczas włamania. Ta sekwencja zdarzeń wygląda

tak, jakby ktoś ją dokładnie zaplanował...

Analizując akta dochodzeń, policjantki wpadają na pewien trop – jako świadek we wszystkich sprawach występuje Czeremuzińska, sąsiadka ofiar. Kobieta nie mieszka już na Kłonowej, ale Górską szybko ją odnajduje. Z jej opowieści wynika, iż tragedie zaczęły się już wcześniej. Do pierwszego zabójstwa doszło, gdy mieszkała tam rodzina Kruków – mężczyzna zabił żonę, a potem popełnił samobójstwo. Ciało znalazł ich kilkulatni syn Ludwik. Policjantka nie kojarzy takiej sprawy, więc sugeruje, że rozmówczyni może się mylić, ale Czeremuzińska obstaje przy swoim. Według niej Ludwik po latach wrócił do tego mieszkania i znów doszło do tragedii...

Wbrew rozkazom

Także finałowy odcinek serialu „Sprawiedliwi.

Trójmiasto” (emisja: CZ, 28.05, godz. 21.30, TV 4) przyniesie widzom sporo emocji. Po odbiciu Pauliny (Katarzyna Pośpiech) Łukasz (Robert Gulaczyk) decyduje się na działania poza procedurami, przekonany, że tylko tak uda mu się powstrzymać przestępców. Wiadomość o śmierci Barabasza (Sławomir Grzymek) utwierdza Szredera w przekonaniu, że musi wyeliminować Józwiaka. Niestety, samotna akcja kończy się zasadzką – Łukasz trafia do lasu na odludziu, gdzie ma zostać stracony...

Tymczasem Gołaszewski (Artur Dziurman) widzi, jak klan Józwiaka przejmuje miasto, a rozkaz odsunięcia jego jednostki od tej sprawy tylko potwierdza, jak silne wpływy ma banda. Mimo to „Musashi” wysyła jednostkę antyterrorystyczną na spotkanie z gangiem...

HANNA MIŁKOWSKA

Wyjątkowe piękno Italii

➔ **ABRUZJA – KLEJNOT WŁOCH. DZIKA NATURA**
CZ 28.05 godz. 12.50 TVP 1

Abruzja, leżąca w centralnej części Półwyspu Apenińskiego nad Adriatykiem, to prawdziwa perła Włoch. Słynie z produkcji wina, serów, a przede wszystkim szafranu. Jednak jej największym atutem jest przyroda – ośnieżone górskie krajobrazy, żyjące tu endemiczne gatunki zwierząt, takie

jak wilki apenińskie, kozice abruzyjskie i lokalne kumaki afrykańskie. W podróży przez Abruzję czekają nas widoki nieopisanie kolorowych od różnorodnej roślinności górskich łąk, podglądanie słynnego okresu godowego jeleni szlachetnych w Majelli, spotkamy też – rzadkość w Europie – samotną czarną wilczycę, która pragnie dołączyć do watahy.

MP



Okres godowy jeleni w Abruzji to magiczny czas.

Wyjątkowo emocjonujący finał z gościem specjalnym, czyli Bagim!

Finał edycji

NASZ NOWY DOM

Ze wsparciem Bagiego

➔ **NASZ NOWY DOM**
CZ 28.05 godz. 20.30
POLSAT

W finale 26. sezonu „Naszego nowego domu” odwiedzimy wyjątkowe miejsce. To Specjalny Ośrodek Szkolno-Wychowawczy w Skierniewicach, który jest drugim domem dla młodych ludzi z niepełnosprawnościami ruchowymi i intelektualnymi. Placówka jest prawdziwą kuźnią talentów, a jej podopieczni

zdobyczą nagrody na konkursach plastycznych, wokalnych oraz sportowych. Niestety, szczególnie wiele do życzenia pozostawia zaplecze sportowe, w tym szatnie i prysznice, które wymagają kapitalnego remontu. Gdy ekipa programu zjawia się na miejscu, Elżbieta Romanowska i gość specjalny odcinka, czyli Bagi, zaangażują się w organizowany w mieście Dzień Sportu!

MJ

FOT. POLSAT, Adobe Stock

REKLAMA

Pierwszorzędny dezodorant!

Super Deo jest niewielki, ale ma ogromną moc!

Firma Reutter poleca doskonały dezodorant z krystalicznej skały. Wystarcza aż na rok. Bezzapachowy, dla Pań i Panów. Skutecznie eliminuje przykry zapach potu.

Uwaga! – Nie zostawia plam!
Testowany dermatologicznie.

Super Deo to wypróbowany oryginalny dezodorant!



**DOSTĘPNY
 W APTEKACH
 I SKLEPACH
 MED.-ZIEL.**

Cena: ok. 19 zł

Firma REUTTER GmbH/ Niemcy

TVP 1

- 5.10 Wykrywacz kłamstw** – pr. publicyst., Pol. 2025-2026
- 5.30 Pytanie dnia** – program publicystyczny, Polska 2026
- 5.50 Reporterzy** – magazyn reporterów
- 6.00 Oko na świat** – magazyn, Polska 2024-2026
- 6.20 Akacyjowa 38** (867) – telenowela, Hiszpania 2015
- 7.00 Transmisja mszy świętej z Sanktuarium Matki Bożej na Jasnej Górze**
- 7.30 Pełnia wiary** – magazyn religijny
- 8.00 Serwis Info** – program informacyjny, Polska
- 8.10 Pogoda info**
- 8.25 Okrasa łamie przepisy** – magazyn kulin., Polska 2020
- 9.05 Ranczo 4** (41) – serial obyczajowy, Polska 2009
- 10.10 Komisarz Alex 4** (50) – serial kryminalny, Polska 2013
- 11.05 Ojciec Mateusz 12** (156) – serial kryminalny, Pol. 2014
- 12.00 Serwis Info** – program informacyjny, Polska
- 12.10 Agrobiznes** – magazyn rolniczy
- 12.30 Agropogoda**
- 12.35 To się opłaca** – magazyn
- 12.50 Natura w Jedyńce: Abruzja – Klejnot Włoch. Dzika natura** (1/2) – film dokum., Austria 2025 (patrz obok)
- 14.00 Złoty chłopak** (300) – serial obyczajowy, Turcja 2022
- 15.00 Serwis Info** – program informacyjny, Polska
- 15.15 Reporterzy** – magazyn reporterów
- 15.35 Gra słów. Krzyżówka** – teleturniej, Polska 2019-2026
- 16.05 Dziedzictwo** (932) – serial obyczajowy, Turcja 2020
- 17.00 Teleexpress, Pogoda**
- 17.25 Jaka to melodia?** – teleturniej muzyczny
- 18.00 Klan** (4725) – telenowela, Polska 2026
- 18.35 Akacyjowa 38** (878) – telenowela, Hiszpania 2015
- 19.30 Program informacyjny 19.30**
- 19.55 Pytanie dnia** – program publicystyczny, Polska 2026



12.50 DOKUMENT

Abruzja – Klejnot Włoch. Dzika natura (1)

Wyprawa w wyjątkowe pasmo, które łączy w sobie elementy alpejskie i śródziemnomorskie, a także uprawne tereny z dziką przyrodą. Poznamy historie unikalnych gatunków zwierząt, takich jak wilki apenińskie czy kozice abruzyjskie. **70 min**



21.20 KRYMINALNY

Ojciec Mateusz 35 (450)

Biskup poleca proboszczowi (Artur Żmijewski, zdj.) zajęcie się sprawą siostry Kućji, cierpiącej na niezdiagnozowane zaburzenia. Tymczasem ktoś grozi hipnoterapeucie Stefańskiemu. Wkrótce mężczyzna zostaje zamordowany. Śledztwo ujawnia, że zakonnica była kiedyś jego pacjentką. **60 min**

TVP 2

- 5.30 M jak miłość** (1765) – serial obyczajowy, Polska 2023
- 6.20 Operacja zdrowie** (81) – magazyn medyczny, Polska 2025
- 6.55 Barwy szczęścia** (3389) – serial obyczajowy, Polska 2026
- 7.30 Pytanie na śniadanie – pobudka** – magazyn, Polska 2026
- 7.55 Pytanie na śniadanie**
- 11.40 Dzień z życia artysty:** Joanna Kurowska – talk-show
- 12.15 Którędy po sztuce:** Cecco del Caravaggio – magazyn kulturalny, Polska 2018
- 12.30 Cecco del Caravaggio** był wiertnym naśladowcą Michelangelo Merisi da Caravaggio. Podejmował tematy mistrza w niekonwencjonalny sposób. Tak jest w przypadku obrazu św. Sebastiana. **15 min**
- 12.30 Koło fortuny** – teleturniej, Polska 2024
- 13.15 Panna młoda** (107) – serial obyczajowy, Turcja 2024
- 14.05 Va banque** – teleturniej, Polska
- 14.35 Na sygnale** (912): Live! – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2026
- 15.05 Medycy walczą o życie chłopaka, który zatrul się tylko po to, by zdobyć popularność w sieci i sprawdzić skuteczność ratowników. Transmisję z całej akcji śledzą na żywo internauci. **30 min****
- 15.05 La Promesa – pałac tajemnic** (400) – serial obyczajowy, Hiszpania 2022 (patrz obok)
- 16.00 Koło fortuny** – teleturniej, Polska 2024
- 16.35 Familiada** – teleturniej
- 17.20 Panna młoda** (108) – serial obyczajowy, Turcja 2024
- 18.15 Va banque** – teleturniej, Polska
- 18.50 Jeden z dziesięciu** – teleturniej
- 19.25 Barwy szczęścia** (3389) – serial obyczajowy, Polska 2026
- 19.55 Domowe patenty 2** (6) – magazyn poradnikowy, Polska 2026



15.05 OBYCZAJOWY

La Promesa – pałac tajemnic (400)

Cruz (Eva Martin, zdj.) ma żal do Alonsa (Manuel Regueiro, zdj.), że ten próbuje zewszatać Margaritę z hrabią. Salvador wątpi, czy próbny ślub to dobry pomysł. Jimena zwraca się do markizów o wsparcie w odbudowie relacji z Manuelem. **55 min**



20.05 OBYCZAJOWY

Barwy szczęścia (3390)

W walentynki Oliwka wprowadza się z hotelu i przemasza Kajtką za swoje ostre słowa. Justin nie ustaje w próbach odzyskania Oli i udowodnienia, że kompromitujące nagranie to deepfake. Renata wraca do Feel Good. Romeo (Jacek Tyszkiewicz, zdj.) i Ewa (Gabriela Ziemicka, zdj.) biorą sekretny ślub. **35 min**

TVP 2

- 20.05 Barwy szczęścia** (3390) – serial obyczajowy, Polska 2026 (patrz obok)
- 20.40 Tak to leciało!** – teleturniej muzyczny, Polska 2025 (patrz obok)
- 21.40 Niepewne sytuacje 3** (11) – pr. rozrywk., Polska 2026
- 22.10 Zaćmienie** (5, 6-ost.) – serial kryminalny, Francja 2024
- Na stacji benzynowej** Johana znajduje zakrwawiony koc. Badania wykazują ślady DNA Lukki, dlatego on i Angie trafiają na listę podejrzanych. Manue i Johanna nie wierzą w ich winę. **125 min**
- 0.15 Rodzinka.pl** (313) – serial komediowy, Polska 2026
- 0.45 Wszystko dla mojej matki** – dramat obyczajowy, Polska 2019, reż. Małgorzata Imielska
- 2.35 Akacyjowa 38** – telenowela, Hiszpania 2015 **4.10**



20.40 TELETURNIJ

Tak to leciało! (82)

Pierwszy uczestnik to Leszek z Bartaga na Warmii. Pracuje jako nauczyciel w Olsztynie. Drugą bohaterką jest Zosia, która w studiu pojawia się z chórem gospel. Prowadzi Kacper Kuszewski (zdj.). **60 min**

POLSAT

- 4.40 Disco Gramy** – program muzyczny, Polska 2026
- 5.25 Telezakupy TV Okazje**
- 6.00 Nowy dzień z Polsat News** – program informacyjny
- 8.30 Malanowski i partnerzy** (278, 279): Niekochana; Obląkany – serial fab.-dokumentalny, Polska 2011
- 9.30 Trudne sprawy** (924, 925) – serial paradokumentalny, Polska 2020
- 11.35 Gliniarze** (805-807) – serial paradokumentalny, Polska 2023
- 14.40 Dlaczego ja?** (1577): Talizman – serial paradokumentalny, Polska 2026
- 15.50 Wydarzenia**
- 16.15 Pogoda**
- 16.20 Interwencja** – magazyn reporterów
- 16.30 Na ratunek 112** (1054): Ciężka wysokiego ryzyka – serial paradokumentalny, Polska 2020
- Małgorzacie** do pełni szczęścia brakuje tylko dziecka. Po miesiącach starań cieszy się ona na widok pozytywnego wyniku testu ciążowego. Bardzo źle znosi jednak swój odmienny stan. Okazuje się, że cierpi na raka żołądka. **30 min**
- 17.00 Gliniarze** (1214): Brawura – serial paradokumentalny, Polska 2026
- 18.00 Pierwsza miłość** (4226) – serial obyczajowy, Polska 2026
- Wadlewscy** funkcjonariusze weryfikują trop z awaryjnego telefonu. Funkcjonariusze ustalają, że Miron – nastoletni syn Zenka z niepełnosprawnością intelektualną – bardzo przeżywa poszukiwania Kazanowej. **50 min**
- 18.50 Wydarzenia**
- 19.15 Gość „Wydarzeń”** – program publicystyczny
- 19.25 Smak na każdą kieszeń** (4) – magazyn kulinarny, Polska 2026
- 19.35 Sport, Pogoda**
- 19.55 Milionerzy** – teleturniej, Polska 2026



20.30 REALITY SHOW

Nasz nowy dom (372-ost.)

Elżbieta Romanowska i Mikołaj Bagiński (oboje na zdj.) odwiedzą Specjalny Ośrodek Szkolno-Wychowawczy w Skierniewicach. Zaplecze sportowe placówki wymaga remontu i dostosowania do potrzeb osób niepełnosprawnych. Ekipa podejmie wyzwanie. **80 min**



21.50 KOMEDIA

Bilet do raju

Rozwiedzeni Georgia (Julia Roberts, zdj.) i David (George Clooney, zdj.) lecą na Bali, aby powstrzymać córkę, Lily (Kaitlyn Dever), przed zamążpójściem. W ich przekonaniu małżeństwo znajduje jej życie. Malownicze plenery stają się jednak areną wydarzeń, które każą im przemyśleć własną relację. **135 min**

POLSAT

- 20.30 Nasz nowy dom** (372-ost.) – reality show, Polska 2026 (patrz obok)
- 21.50 Bilet do raju** – komedia romantyczna, USA/Japonia/Wlk. Bryt. 2022, reż. Ol Parker, wyk. Julia Roberts, George Clooney, Kaitlyn Dever, Billie Lourd (patrz obok)
- W rolach** głównych wystąpił gwiazdorski duet znany między innymi z „Ocean’s Eleven: Rzykowna gra”. **135 min**
- 0.05 Jeszcze dłuższe zarczęyny** – komedia romantyczna, USA 2012, reż. Nicholas Stoller, wyk. Jason Segel, Emily Blunt, Chris Pratt, Alison Brie (patrz obok)
- 2.50 Nasz nowy dom** (356) – reality show, Polska 2025
- 4.10 Kabaretowa Ekstraklasa** (125) – program rozrywkowy, Polska 2017



0.05 KOMEDIA

Jeszcze dłuższe zarczęyny

Violet (Emily Blunt, zdj.) i Tom (Jason Segel, zdj.) rozpoczynają przygotowania do ślubu. Muszą zmierzyć się z oczekiwaniami pomyślowej rodziny i niespodziankami losu. **165 min**

- 20.10 Sport, Pogoda**
- 20.30 Omnibus – szybcy i mądzy** – teleturniej, Polska 2026
- 21.00 Omnibus – szybcy i mądzy – dogrywka** – teleturniej, Polska 2026
- 21.20 Ojciec Mateusz 35** (450): Opętanie – serial kryminalny, Polska 2026 (patrz obok)
- 22.20 Sprawa dla reportera** – pr. Elżbiety Jaworowicz
- 23.25 Dekady Diany** (3-ost.) – film dokumentalny, Wielka Brytania 2021 (patrz obok)
- 0.15 Powrót** (5) – serial kom., Pol. 1.05
- 1.05 24 godziny w Le Mans** – film obyczajowy, USA 1971, reż. Lee H. Katzin
- 2.55 Sprawa dla reportera** – pr. Elżbiety Jaworowicz
- 3.50 Misja: Morze Śródziemne. Podwodne muzeum** – film dokum., Fr. 2023 **5.00**



23.25 DOKUMENT

Dekady Diany (3-ost.)

Brytyjska księżna słyneła z tego, że szła z duchem czasu. W latach 90. Diana (zdj.) często wypowiadała się w mediach. Zaskarbiła sobie sympatię ludzi szczerymi wyznaniami. **50 min**

tvn TVN DV3 T2

TVN DV3 T2

TV PULS DV3 T2

TVN 7 DV3 T2

- 5.40 **Uwaga!** – magazyn reporterów
- 5.55 **Ukryta prawda** (1651) – serial paradokumentalny, Polska 2024
- 6.50 **Kuchenne rewolucje** (2) – program rozrywk., Pol. 2024
- 7.45 **Dzień Dobry TVN** – magazyn
- 11.20 **Doradca smaku** (39) – magazyn kulinarny, Polska 2026
- 11.25 **Kuchenne rewolucje** (13, 11) – program rozrywkowy, Polska
- Marta i Sebastian prowadzą restaurację Żłota Kura w Elblągu. Biznes działa już od dwudziestu siedmiu lat. Niestety sytuacja lokalu z roku na rok jest coraz gorsza. **135 min**
- 13.40 **Ukryta prawda** (1623, 1624, 1695) – serial paradokumentalny, Polska
- Basia zauważa Andrzeja, który się w nią wpatruje. Zaczyna regularnie widywać go przed blokiem. Jej rodzice każą mu ją zostawić. W końcu dochodzi do bójki. **190 min**
- 16.50 **Szpital św. Anny** (35) – serial obyczajowy, Polska 2025
- Tomek odkrywa, że Marta zna przeszłość jego ojczyma, jednak nie mają czasu o tym porozmawiać. Zostają wezwani do 50-latk, która spada z balkonu. Możliwe, że jest ofiarą przemocy domowej. **65 min**
- 17.55 **Detektywi** (268) – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2025
- Komisarz Roman Łabaj i Katarzyna Kowalik wracają z weekendu w spa. Muszą rozwiązać zagadkę zaginięcia kobiety z sauny. Jej nadużywający przemocy mąż jest głównym podejrzanym. **65 min**
- 19.00 **Fakty**
- 19.35 **Sport**
- 19.40 **Raport Roland Garros** (5) – program sportowy, Polska 2026
- 19.45 **Pogoda**
- 19.55 **Uwaga!** – magazyn reporterów
- 20.15 **Na Wspólnej** (4220) – serial obyczajowy, Polska 2026
- 20.50 **Kuchenne rewolucje** (12) – dr. rozr., Polska (patrz obok)
- 22.00 **Bogowie** – dramat biograficzny, Polska 2014, reż. Łukasz Palkowski, wyk. Tomasz Kot, Piotr Głowacki, Szymon Piotr Warszawski, Magdalena Czerwińska (patrz obok)
- 0.20 **Freestyle** – dramat sensacyjny, Polska 2023, reż. Maciej Bochniak, wyk. Maciej Musiałowski, Nef Kaczmarek, Michał Sikorski, Filip Lipiecki (patrz obok)
- 2.20 **Szpital św. Anny** (100) – serial obyczajowy, Polska 2026
- 3.25 **Uwaga!** – mag. reporterów
- 3.45 **CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 12** (13) – serial kryminalny, USA 2012
- 4.50 **Nauka jazdy 5** (20) – pr. rozr.



20.50 ROZRYWKA

Kuchenne rewolucje (12)

W Cieszynie, który łączy Polskę oraz Czechy, działa Winiarnia u Czecha, mieszająca smaki tych obu kultur. Lokal zmagają się z poważnymi problemami finansowymi, a właścicielka walczy o jego przetrwanie. Na ratunek przybywa Magda Gessler (zdj.). **70 min**



22.00 BIOGRAFICZNY

Bogowie

PRL, lata 80. XX w. Kardiochirurg Religia (Tomasz Kot, zdj.) przekonuje kolegów po fachu i politycznych decydentów, żeby wsparli jego plany operacji przeszczepu serca. Za bezpardonową walekę o życie pacjenta płaci jednak wysoką cenę. Musi radzić sobie z samotnością oraz ostracyzmem środowiska lekarskiego. **140 min**



0.20 DRAM. SENS.

Freestyle

Raper Diego (Maciej Musiałowski, zdj.) po kuracji odwykowej zrywa z przestępczym życiem i koncentruje się na muzyce. Sytuacja komplikuje się, gdy jego kolega Mąka dopuszcza się kradzieży. **120 min**

- 6.00 **Policjanci w Miami** (22, 23): Evan; Lombard – serial kryminalny, USA 1985
- 8.00 **Kobra – oddział specjalny** (14, 15): Pojedynek w dzicz; Kosmos – serial sensacyjny, Niemcy 2015
- 10.00 **Triumf miłości** (167, 168) – serial obyczajowy, Meksyk 2010
- Lulu składa zeznania obciążające Bernardę. Stan Maksą pogarsza się. Doktor Heriberto mówi Victorii, że jego życie jest zagrożone. **120 min**
- 12.00 **Nie igrzaj z aniołem** (84) – serial obyczajowy, Meksyk 2008
- Cecilia poszukuje córki. Przychodzi do domu, w którym przebywa Marichuy, ale ona prosi Candelarię, żeby jej nie wypuszczała. **60 min**
- 13.00 **Wspaniałe stulecie** (18) – serial kostiumowy, Turcja 2012-2013
- 14.00 **Kurieryz** (4) – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2023
- 15.00 **Lombard. Życie pod zastaw 10** (481, 482) – serial obyczajowy, Polska 2022
- Po wypadku Jarek zmagają się z niedowładem rąk i nóg. Może mu pomóc zagraniczna operacja. Koleżanka proponuje jego partnerce Kamie, że zarobi na nią, pracując jako hostessa. **120 min**
- 17.00 **Kurieryz** (5) – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2023
- Gabi zastępuje w pracy Adama, który przesadził z alkoholem na imprezie i jeszcze nie doszedł do siebie. Kiedy zawozi przesyłkę do malarki Sylwii, artystka wydaje się nieszczerliwa. **60 min**
- 18.00 **Lombard. Życie pod zastaw 18** (962, 963) – serial obyczajowy, Polska 2026
- Emerytowana księgowa Danusia chce zapewnić szczęście wnukowi Damianowi. Wpada na pomysły, jak odzyskać zaległe alimenty od zaniedbującego go ojca. **120 min**
- 20.00 **Wakacje Jasia Fasoli** – komedia, Wielka Brytania/Francja/Niemcy 2007, reż. Steve Bendelack, wyk. Rowan Atkinson, Steve Pemberton, Lily Atkinson, Preston Nyman (patrz obok)
- 22.00 **Johnny English: Nokaut** – komedia sensacyjna, Wielka Brytania/USA/Francja 2018, reż. David Kerr, wyk. Rowan Atkinson, Ben Miller, Kevin Eldon, Emma Thompson (patrz obok)
- 23.50 **Jak dogryźć mafii** – komedia sensacyjna, USA 2017, reż. Mark Cullen, wyk. Bruce Willis, John Goodman, Jason Momoa (patrz obok)
- 1.55 **Dzielnica strachu 10** (442) – serial kryminalny, Pol. 2025
- 3.00 **Lombard. Życie pod zastaw 18** (1008) – obycz.
- 3.55 **Zobacz to!**
- 5.20 **Ten moment** (24) – serial paradokumentalny, Polska 2015-2016
- 5.55 **Szkoła** (681-683) – serial paradokumentalny, Polska 2019
- 8.45 **Ukryta prawda** (1306, 1382, 1383) – serial paradokumentalny, Polska 2013
- 11.55 **W-11 – Wydział Śledczy** (1005-1007) – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2013
- Komisarze prowadzą śledztwo w sprawie morderstwa seniorki. Ustalają, że wcześniej ktoś włamał się do jej mieszkania. Podejrzani padają na córkę. **125 min**
- 14.00 **Detektywi** (92): Fatalny ojciec – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2024 (patrz obok)
- 15.00 **Szpital św. Anny** (128) – serial obyczajowy, Polska 2026
- Zyta walczy o oddział onkologii i pacjentów, lecz nawet w ministerstwie nie znajduje wsparcia. Wynajęta Orłowicz prowadzi o swoim życiu prywatnym i oferuje pomoc w starciu ze Streckerem. **60 min**
- 16.00 **Sędzia Anna Maria Wesołowska 6** (22, 23) – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2019
- Architekt Andrzej jest oskarżony o handel olejem z marihuany, który miał pomagać nieuleczalnie chorym osobom. Mężczyzna przyznaje się do winy, ale twierdzi, że potrzebował leku dla umierającej żony. **120 min**
- 18.00 **Sekrety życia** (28) – serial paradokumentalny, Polska 2023
- Angelika studiuje, pracuje i wraz z siostrą opiekuje się chorą na stwardnienie rozsiane matką. Pewnego dnia kobiety wygrywają na loterii. Sądzą, że los się do nich uśmiechnął. Dokonują jednak niepokojącego odkrycia. **60 min**
- 19.00 **Ukryta prawda** (1499) – serial paradokumentalny, Polska 2023 (patrz obok)
- 20.00 **Norbitt** – komedia, USA 2007, reż. Brian Robbins, wyk. Eddie Murphy, Thandie Newton, Cuba Gooding Jr., Terry Crews (patrz obok)
- Opowiedziane z przymrużeniem oka perypetie dorosłych wychowanków sierotnica. Aktorski popis Eddiego Murphy'ego, który pojawia się na ekranie w aż trzech różnych rolach. **135 min**
- 22.15 **Równi goście** – komedia sensacyjna, USA 2016, reż. Shane Black
- 0.40 **Czyja to kochanka?** – komedia romantyczna, Francja/Włochy/Belgia 2006, reż. Francis Veber
- 2.25 **Żyjąc z potworem 7** (17) – serial dokumentalny
- 3.25 **Fachowcy** (13) – paradok., Pol. 2017
- 4.05 **Dorota was urządzi!** (10)



20.00 KOMEDIA

Wakacje Jasia Fasoli

Pechowy Brytyjczyk Jaś Fasola (Rowan Atkinson, zdj.) wygrywa na loterii wakacje w Cannes. Ruchem podroży życia, ale przez nieznaną mu mowę francuskiego i wrodzoną nieporadność wpada w tarapaty. Problemy zaczynają się tuż po przekroczeniu granicy. **120 min**



22.00 KOM. SENS.

Johnny English: Nokaut

Wskutek ataku hakkerskiego dochodzi do wycieku danych tajnych agentów Wielkiej Brytanii. Emeryt Johnny English (Rowan Atkinson, zdj.) zostaje przywrócony do służby. Z pomocą Bougaha (Ben Miller, zdj.) ma odnaleźć cyberprzestępcę. Wcześniej musi oswoić się z nowoczesną technologią. **110 min**



23.50 KOM. SENS.

Jak dogryźć mafii

Prywatny detektyw Steve Ford (Bruce Willis, zdj.) naraża się mafii. Szef gangu Spider w odwecie porwuje jego psa. Zawierają układ. Śledczy zgadza się odzyskać dla niego walizkę z kokainą. **125 min**



14.00 FAB.-DOKUM.

Detektywi (92)

Do biura zgłasza się napadnięta kobieta. Nieznany sprawca porwał też jej córkę. Ojciec nastolatki wyszedł z więzienia. Możliwe, że uprowadzenie dziewczyny ma związek z jego porachunkami. Mężczyzna nie zamierza współpracować z Anną Potaczek (zdj.) i innymi detektywami. **60 min**



19.00 PARADOKUM.

Ukryta prawda (1499)

Marzena od roku spotyka się z Andrzejem. Z uwagi na wiek ma ostatnią szansę, aby urodzić dziecko. Dowiaduje się, że ukochany nie chce zostać ojcem, ponieważ już wychowuje rocznego chłopczyka. Niebawem przekonuje się, że zerkoma opiekunka malucha to jego matka. **60 min**



20.00 KOMEDIA

Norbitt

Dobroduszny Norbitt (Eddie Murphy, zdj.) żeni się z Rasputią. Żona zaczyna się nad nim znęcać i wdaje się w kolejne romanse. Wkrótce do miasta wraca jego dawna miłość, Kate (Thandie Newton, zdj.). **135 min**

TVP 3 **TVP 3** **DG 17**

11.45 Turystyczna jazda
12.00 Telekurier – mag., Polska
12.30 Okrasa łamie przepisy
13.00 Agrobiznes – mag.
13.30 Bez trybu. Justyna Dobrosz-Oracz – publ.
14.20 Poznaj region – cykl fel.
14.30 Program informacyjny 14.30
15.00 Koronka do Miłosierdzia Bożego – pr. religijny
15.20 Serwis Info Dzień – inf.
15.30 Program lokalny
19.30 Calkiem niezła historia
19.45 Kryminalna siódemka
20.00 Dziennik regionów
20.13 Gość Regionów – publ.
20.30 Telekurier – mag., Polska
21.00 Program lokalny
22.00 Dziennik regionów

OBYCZAJOWY



22.30 Złoty chłopak (161)
 Ferit jest zalamany z powodu odejścia Seyran. Suna postanawia pomóc i fakat odzyskać wiarę w siebie. Serdar desperacko poszukuje nowej pracy. **60 min**

23.30 Kryminalna siódemka
23.55 Panorama
0.25 Program informacyjny 19.30
0.45 Panorama dnia – pr. inf.
1.20 Kryminalna siódemka
1.40 Dziedzictwo (816)
2.30 Bez trybu. Justyna Dobrosz-Oracz – publ.
3.20 Program informacyjny 19.30

TVP 3 jest wspólnym pasmem programowym lokalnych stacji telewizyjnych: Białystok, Bydgoszcz, Gdańsk, Katowice, Kraków, Lublin, Łódź, Poznań, Rzeszów, Szczecin, Warszawa, Wrocław

TVP POLONIA **TVP POLONIA**

14.45 Słowo daje! – magazyn
14.50 Myśliciele – sylwetki polskie (19)
15.00 Serwis Info – pr. inform.
15.10 Tamte lata, tamte dni
15.40 Słownik polsko@polski (691) – talk-show, Polska
16.10 Na festiwalowej scenie – widowisko, Pol.
16.30 Barwy szczęścia (3316)
17.00 Telexpress
17.20 Gra słów. Krzyżówka
17.50 Telexpress Extra – inf.
18.15 UNESCO: Skarby Polski
18.45 Panorama
19.20 Polacy świata
19.30 Program informacyjny 19.30
19.55 Pytanie dnia – pr. publ.
20.10 Sport, Pogoda

OBYCZAJOWY



20.25 Ranczo 2 (21) – Pol. 2007
 Michałowa nawiązuje bliższą znajomość z bratem Japycza, który po długiej tułaczce wrócił do rodzinnej wsi. Z Anglii wraca Pietrek. Parę tygodni zarabiania na czarno odmiennie go. **55 min**

21.20 Polonia 24 Tygodnik
22.25 Profilerka Jastrzę (5)
23.15 Panorama
23.45 Obywatel Zamek – z dziejów odbudowy
0.40 Rodzinka.pl (256) – kom.
1.10 Kresowe grody i rody (12) – cykl reportaży, Pol.
1.30 Program informacyjny 19.30
1.55 Pytanie dnia – pr. publ.
2.05 Sport, Pogoda

TV 4 **DG 17**

6.00 Strażnik Teksasu (25, 26) – serial sensacyjny
7.55 Bogaty dom – biedny dom (121) – reality show, Polska 2025
8.55 Policjantki i Policjanci (450, 451) – serial obycz.
10.55 Na ratunek 112 (1115, 474) – paradok., Pol.
11.55 Diaczyka ja? (1537, 1538) – serial parodokumentalny, Polska
13.55 Trudne sprawy (1301-1303) – serial parodokumentalny, Polska
16.55 Łowcy skarbów. Kto da więcej? (536) – reality show, Polska 2025
18.00 Policjantki i Policjanci (1433, 1434) – obycz., Pol.

KRYMINALNY



20.00 Uroczysko (260)
 Trwa lemkowski obrzęd pośmiertny Igora Wasylemki. Policjanci próbują rozwiłkzać zagadkę jego śmierci. Nagle na komendę dociera wstrząsająca wiadomość dotycząca Marka. **30 min**

20.30 Sprawiedliwi – Wydział Kryminalny (1039) – krym., Pol. 2026
21.30 Sprawiedliwi. Trójmiasto (156) – krym.
22.40 Purpurowe rzeki **FILM** – thriller, Francja 2000
0.50 Love Island. Wyspa miłości (50) – reality show, Wielka Brytania
2.25 Hardkorowy lombard (7) – serial dokumentalny

PULS 2 **DG 17**

8.50 Masza i Niedźwiedź 5
9.20 Bing – serial animowany
9.35 Basia – serial animowany
10.00 Jeżyk i Przyjaciele
10.25 Spidey i Superkumple
11.25 Dinopajacyk 3 – anim.
11.55 Smeryf – serial anim.
13.00 Gumisie 6 – serial anim.
14.00 Kacze opowieści
15.00 Miraculous: Biedronka i Czarny Kot 4 – anim.
16.00 Finesas i Ferb 2 – anim.
17.00 Marta mówi 2 – anim.
17.35 Superkoty – serial anim.
18.00 Blue – serial animowany
18.15 Bing – serial animowany
18.45 Masza i Niedźwiedź 5
19.00 Kacze opowieści
20.00 Lombard. Życie pod zastaw 18 (1001)

KRYMINALNY



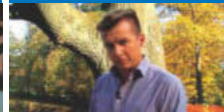
21.00 Dzielnica strachu 10 (446, 447) – Polska
 Śledczy badają okoliczności zabójstwa. Trop prowadzi ich do chorej na schizofrenię dziewczynki, która twierdzi, że zabiła potwora. Dochodzenie ujawnia rodzinny dramat walki z nalogiem. **120 min**

23.00 Aleksander – dram. hist., **FILM** Francja/USA/Niemcy 2004
2.30 Lombard. Życie pod zastaw 12 (619) – obycz.
3.20 Lombard. Życie pod zastaw 9 (455) – obycz.
4.15 Niesamowite! (20) – serial dokumentalny, Pol.
5.00 Lombard. Życie pod zastaw 18 (1005) – serial obyczajowy, Polska 2026

TVP ROZRYWKI **TVP ROZRYWKI**

6.10 Zakochaj się w Polsce (210) – magazyn
6.40 Gra słów. Krzyżówka
7.10 Okrasa łamie przepisy
8.15 Familiada – teleturniej
9.50 Va banque – teleturniej
9.25 Kolo fortuny – telet., Pol.
9.55 Program rozrywkowy
10.05 Makłowicz w podróży
10.45 Postaw na milion
12.35 Familiada – teleturniej
13.15 Tygrysy Europej (9) – serial kom., Polska 1999
14.15 Pan Mama (23, 24) – serial kom., Polska 2025
15.20 Program rozrywkowy
15.35 Tak to leciało!
16.30 Do śmiechu! (79) – rozr.
17.25 Va banque – teleturniej
18.00 Kolo fortuny – telet., Pol.

KULINARNY



18.40 Okrasa łamie przepisy
 Ekspert opowie prowadzącemu ciekawostki na temat pomidorów. Znany kucharz następnie przygotuje szybkie sałatki oraz pomidorowe dodatki do potraw z mięsa oraz z ryb. **65 min**

19.45 Makłowicz w podróży
20.20 Postaw na milion
22.15 Tygodnik Moralnego Niepokoju – The Best of (38) – pr. rozr., Pol. 2025
22.50 Do śmiechu! (64) – rozr.
23.50 Kabaret. Super Show Dwójki (3) – pr. rozr., Pol.
0.45 Kolo fortuny – telet., Pol.
2.05 Kabaretomaniacy (22, 23) – pr. rozr., Polska
3.55 Program rozrywkowy

TTV HD **DG 17**

6.20 DeFacto 14 (12)
6.50 Diabielnie boskie 2 (19)
7.20 Ukryta prawda (1191)
8.20 Kartoteka 9 (27, 28)
10.30 Detektywi (238, 328)
12.30 Zakup w ciemno 3 (14)
13.30 Zakup w ciemno 4 (13)
14.30 Kartoteka 5 (8)
16.45 Express – pr. inform.
16.58 Pogoda, Sport
17.05 Idź na całość 2 (8) – rozr.
18.05 Zakup w ciemno extra (15) – reality show, Polska
18.45 Damy i wiesniaczki. PL 9 (1) – serial fab.-dok.
19.45 Express, Pogoda – inf.
20.05 Zakup w ciemno 7 (12)
21.05 Zakup w ciemno extra (11) – reality show, Polska
21.45 Express, Pogoda – inf.

REALITY SHOW



22.00 Życie na kredytcie 7 (1, 2) – Polska 2025
 Ania wkracza w nowy etap dorastania. Wiesia zaczyna mieć obawy, które denerwują nastolatki. Sylwia i Krystian chcą zobaczyć drugą najwzwyższą na świecie pomnik Jezusa. Ruszają w drogę. **65 min**

23.05 Żony Podlasia 4 (8) – serial dokumentalny, Pol.
0.05 Gogglebox. Przed telewizorem 21 (8)
1.05 Wakacje dla bogaczy (7) – pr. rozrywk., Australia
2.15 Dobra robotka 3 (15)
2.50 Osadzone. Blok F (5, 6) – serial parodokumentalny
3.55 Damy i wiesniaczki. Ukraina 8 (1) – fab.-dok.

TVP 3 **TVP 3** **PROGRAMY LOKALNE**

BIAŁYSTOK 17.37 Mikrokosmosy
18.04 Życie po 18.17 Turbo Podlasie
18.30 Obiektyw 18.50 Gość „Obiektywu” 19.00 Sport, Pogoda
19.10 Pilna sprawa 19.20 Ekspert ZUS odpowiada 21.00 Panorama łomżyńska 21.20 Gość „Obiektywu” 21.30 Obiektyw
BYDGOSZCZ 17.30 Biznes to biznes 18.15 Spotkania z ekologią 18.30 Zbliżenia 19.00 Rozmowa dnia 19.20 Razem dla regionu 21.00 Rozmowa dnia 21.20 Ekspert ZUS odpowiada 21.30 Zbliżenia 21.45 Sport, Pogoda
GDĄSK 17.50 Pin do kultury 18.15 Czysty skiego 42 18.30 Panorama 19.00 Wiatrak 21.00 Na 2 kontakty 21.15 Czysty skiego 42 21.30 Panorama
KATOWICE 17.20 Święta wojna 17.45 Mikrokosmosy 18.15 Protokół rozbieżności 18.30 Aktualności 18.55 Pogoda, Sport 19.10 Gramy dla was 21.15 Protokół rozbieżności 21.30 Aktualności 21.51 Sport
KRAKÓW 17.16 Turystyczna jazda 17.31 Podglądacze 17.41 Pismo jubileuszowe – zapowiedź – Podglądacze Pomniki Krakowa 18.00 Bezpieczny powiat, bezpieczna gmina 18.11 Magazyn medyczny 18.30 Kronika 18.55 Tematy dnia 19.17 Kronika kulturalna 21.03 Wykrywacz kłamstw 21.30 Kronika 21.45 Tematy dnia
LUBLIN 17.55 Historie niezapisane 18.10 Agrowieści 18.30 Panorama lubelska 18.59 Halo, seniorzy! 21.02 Nie taki internet straszny 21.15 Gość „Panorama” 21.30 Panorama lubelska

LDZ 17.15 Słodko gorzka 17.30 Inwestujemy w Twoje zdrowie 17.45 Sport po łódzku 18.15 Na wschód od Łodzi 18.30 Łódzkie wiadomości dnia 18.50 Sport, Pogoda 19.00 Kulturalnie po Łodzi i regionie 19.15 Ale to już było 21.00 Zapraszam do nas 21.30 Łódzkie wiadomości dnia
POZNAŃ 17.30 Teleskop 17.45 Wspólne popołudnie 18.30 Teleskop 19.00 Wiek to tylko liczba 21.02 Wykrywacz kłamstw 21.22 Reportaż sportowy 21.30 Teleskop **RZESZÓW** 17.00 Magazyn kultury 17.31 Osobliwości Pogranicza 17.50 Podkarpacka scena przebojów 18.07 Opowieści z duszą 18.30 Aktualności 18.58 Gość TVP Rzeszów 19.15 Stacja Rzeszów Główny 21.00 Wykrywacz kłamstw 21.30 Aktualności
SZCZECIN 17.35 Podróże Małej **SUDECI** 6 18.05 Pełnosprawni 18.30 Kronika 18.52 Wokół nas 19.00 Przytłaczające życie zwierząt 21.00 Wokół nas 21.08 Morski kompas 21.20 Idzie weekend 21.30 Kronika 21.50 Rozmowa dnia
WARSZAWA 17.21 Retro Wawa 17.35 Reagujemy 18.00 Zawsze na temat 18.30 TKW 18.42 Kurier Mazowiecki 19.00 Prosto z Mazowsza 21.00 Nasze miejsce 21.30 Kuriery Warszawy i Mazowsza
WROCLAW 17.10 Energia Przyszłości Dolny Śląsk 17.36 Słownik polsko@polski 18.02 Interwencja 18.30 Fakty 18.58 Rozmowa „Faktów” 19.15 Pamięć Miasta 21.00 Szlachetne zdrowie 21.16 Rozmowa „Faktów” 21.30 Fakty

TVP HD **TVP HD**

10.45 Gra słów. Krzyżówka
11.20 Na sygnale (577, 578)
12.25 Ojciec Mateusz 3 (36)
13.20 Komisarz Alex 22 (281)
14.15 Ranczo 8 (103, 104)
16.10 Tańcząca ze światłem – Maroko – magazyn
16.40 Magiczne Podhale z Sebastianem Karpiem-Bulecką 2 (1)
17.10 Okrasa łamie przepisy
17.45 Makłowicz w podróży
18.20 Ojciec Mateusz 22 (278)
19.20 Ranczo 10 (125) – obycz.
20.10 Rodzinka.pl (241, 242)
21.25 Komisarz Alex 24 (307)
22.20 Sześć roku – komedia, **FILM** Hiszpania 2021
0.30 Kaznodzieja **FILM** z karabinem – dramat biograficzny, USA 2011

BBC FIRST **BBC FIRST**

11.45 Zagadki doktora Blake'a 4 (8) – serial krym.
12.55 Shakespeare i Hathaway: Prywatni detektywi 2 (7, 8) – krym.
14.55 Ojciec Brown 5 (3) – krym.
15.55 Lewis 2 – krym., Wlk. Bryt.
16.55 My Life is Murder 3 (10)
18.00 Morderstwa w Midsomer 13 (3)
19.55 Śmierć pod palmami 11 (3) – serial krym., Wlk. Bryt.
21.00 Na niebieskich światłach 2 (3) – krym.
22.05 Ojciec Brown 13 (6) – serial krym., Wlk. Bryt.
23.05 Shakespeare i Hathaway: Prywatni detektywi 2 (7, 8) – krym.

TVP KULTURA **TVP KULTURA** **DG 17**

11.10 Poznań '56 – dramat **FILM** społeczny, Polska 1996
13.10 J Lee Thompson 6 (10.ostr.) – cykl dokum.
14.10 Legenda Tatr – film **FILM** obyczajowy, Polska 1994
16.10 Zmienicy (6) – kom., Pol.
17.15 Wydarzenie aktualne
17.50 Fenomen Foggia – dok.
19.00 Grand Press Photo – nagrody – 2026
21.05 Czwartkowy klub filmowy – magazyn filmowy
21.10 Człowiek z żelaza **FILM** – dramat społ., Polska 1981
23.50 Dzień, w którym umarła gwiazda rocka – dok.
0.25 Video Killed the Radio Star – serial dok., Wlk. Bryt.
1.00 Fucking Bornholm **FILM** – komediodramat, Pol. 2022

afena ANTENA HD **DG 17**

11.40 Kabaretowy szal – rozr.
12.40 Winnice miłości (61)
13.50 Wojciech Ciejrowski – bosko przez świat (89, 90) – cykl reportaży, Pol.
14.55 Ciężarówka przez śniegi 3 (1, 2) – serial dok.
16.50 77 TV 2 (12) – pr. rozr., Pol.
17.50 77 TV 5 (21) – pr. rozr., Pol.
18.50 Astrid i Raphaëlle: Kryminalne Genuszy (6) – serial krym., Fr./Bel.
19.58 Czas na pogodę – pr. inf.
20.00 Morderstwa we Francji **FILM** – Saint-Paul de Venice – film kryminalny, Fr. 2017
22.00 Detektywi z Bordeaux 2 (8) – serial krym., Fr./Bel.
23.15 Astrid i Raphaëlle: Kryminalne Genuszy (7)
0.40 Zagłada Ziemi – film dok.
2.40 77 TV 3 (13) – pr. rozr., Pol.

TV 6 **DG 17**

6.00 Więzienie (170, 171) – dok.
6.55 Policjantki i Policjanci (649, 650) – serial obycz.
8.55 Kobra – oddział specjalny (193, 194)
11.00 48h. Zaginięcie (258-260)
13.55 Policjantki i Policjanci (1169) – serial obycz., Polska
14.55 Kobra – oddział specjalny (195, 196)
17.00 Magnum: Detektyw z Hawajów 5 (90) – sens.
18.00 Strażnik Teksasu (27, 1)
20.00 CSI: Kryminalne zagadki Miami (166-168) – krym.
23.00 Sprawiedliwi – Wydział Kryminalny (675, 676)
1.00 Kości (73, 74) – serial krym.
2.55 Septagion (49, 50) – krym.
5.05 Nona i jej córki (6)
5.45 Telezakup TV Okazje

STOPKLATKA

6.00 Złoty interes 2 (6, 7)
7.45 Wojciech Cejrowski – boso przez świat
8.55 Robert Makłowicz (202, 214) – mag. kulin.
10.40 Pyszne dania w 10 minut z Julią Oleś (4)
10.55 Doktor z alpejskiej wioski – nowy rozdział (9, 10) – serial obyczajowy
13.00 Katastrofy w przestworzach (1, 2, 9) – serial dok., Kan.
16.00 MacGyver 2 (21, 22) – serial sens., USA/Kanada
18.00 Wojny magazynowe: Kanada 2 (16, 17) – reality show, Kan. 2014
19.10 Wojny kontenerowe 3 (7, 8) – serial dokum., USA

POLSAT 2

5.50 Wydarzenia
6.30 Na sygnale (265)
7.30 Na ratunek 112
8.30 Sekrety rodziny (294-296) – parodok., Pol.
11.30 Trudne sprawy (1210) – serial parodokumentalny
12.30 Dlaczego ja? (1470, 1471) – parodok.
14.30 Świat według Kiepskich (384-388) – serial kom., Polska 2012
17.00 48h. Zaginięci (97, 98) – serial kryminalny, Polska
19.00 Gliniarze (1139) – serial parodokumentalny, Pol.
20.00 Ślad (42) – serial krym.
21.00 Gliniarze (1071) – serial parodokumentalny, Pol.

TVP SERIALE

5.55 Rodzinka.pl (73) – kom.
6.30 Na sygnale (455, 456) – serial fabularno-dokum.
7.45 Ojciec Mateusz (5) – serial kryminalny, Polska
8.45 Komisarz Alex 24 (302)
9.40 Rodzinka.pl (74) – kom.
10.10 Klan (1423) – telen., Pol.
10.45 Ranczo 6 (73) – obycz.
11.35 Ojciec Mateusz 35 (449)
12.30 Pan Mama (52) – kom.
13.05 Zaraz wracam 2 (132)
13.40 Ojciec Mateusz 28 (356, 357) – serial krym.
15.35 Komisarz Alex 24 (303) – serial kryminalny, Polska
16.30 Na sygnale (457, 458) – serial fabularno-dokum.
17.35 Ranczo 6 (74, 75) – serial obyczajowy, Polska 2012

KINO POLSKA

6.00 Zwierzęta Wajraka 3 (1) – serial dokumentalny
6.25 Och! Kabaret 4 (3) – rozr.
7.15 Zwierzęta Wajraka 3 (2) – serial dokumentalny
7.45 Polska Kronika Filmowa – serial dokum.
7.55 Węgry – krótkometraż.
8.25 Szumi i fonie – film krótkometrażowy, 2024
8.50 Skradziona kolekcja FILM – komedia krym., 1979
10.45 Podróż za jeden uśmiech – przyz., 1972
12.45 Jeślib serce masz bijące FILM – dramat psycholog., 1980
14.55 Joanna – dramat psychologiczny, 2010
17.20 Pogranicze w ogniu (2, 3) – serial sensacyjny

AXN

6.00 CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 10 (12, 13) – serial kryminalny, USA/Kanada
7.30 Doktor Larsen (7, 8) – serial obycz., USA 2025
9.25 Castle 7 (22, 23) – serial krym., USA 2014-2015
11.20 Detektyw Monk 2 (15, 16) – serial kryminalny, USA 2004
13.10 Doktor Larsen (9, 10) – serial obycz., USA 2025
15.10 Agenci NCIS 15 (9, 10) – serial sensacyjny, USA
17.05 Kryminalne zagadki Las Vegas (9, 10) – serial kryminalny, USA/Kanada
19.05 Castle 8 (1, 2) – serial krym., USA 2015-2016

CANAL+ PREMIUM

8.35 Fuks – komedia
FILM Sensacyjna, Polska 1999
10.00 Maria Callas. Nieznane lata – film dokum., Grecja
11.45 Kiler-ów 2-óch FILM – komedia, Polska 1999
13.40 Katedy's Eyes (7) – przyz., Fr.
14.30 Luca. Legenda Ferrari (1, 2) – dok., Wlk. Bryt.
16.15 Hollywood – magazyn filmowy
16.40 Zgreb – dramat
FILM obyczajowy, Polska 2025
18.05 Łap-ucap FILM – sens., USA/Niemcy 2007
18.10 Ultimatum Bourne'a FILM – sens., USA/Niemcy 2007
20.00 Król i zdobywca (8-ost.) – serial historyczny
20.55 Premierowa jazda – magazyn

THRILLER

20.00 Kryptonim Bansee FILM – USA 2022, reż. Jon Keeyes
Platna morderczyni Delilah, zwana Bansee (Jaime King, zdj.), dostaje zadanie zabicia swojego dawnego mentora. Nie ma jednak zamiaru tego zrobić. Przyjaciele łączą siły przeciw zleceniodawcy. 120 min

KRYMINALNY

22.00 Komisarz Mama (37) Policjanci znajdują zwłoki Jakuba Świderskiego. Mężczyzna, który dorabiał jako taksówkarz, został uduszony w samochodzie. W jego aucie technicy zabezpieczają odciski palców kobiety. 60 min

KRYMINALNY

19.30 Ojciec Mateusz 28 (358) Policjanci wyjaśniają okoliczności śmierci Sandry. Dziewczyna prowadziła w internecie popularny kanał na temat zdrowego odżywiania. Gościem jednego z odcinków był ksiądz Mateusz. 60 min

KOMEDIA ROMANTYCZNA

20.00 Jeszcze raz – 2008, reż. Mariusz Malec
Rozwiedziona Anna (Danuta Stenka, zdj.) podczas urlopu poznaje Michała (Jan Frycz, zdj.). Tymczasem o względy jej nastoletniej córki zabiega pewny siebie Paweł. Obie zyskują szansę na miłość. 120 min

SENSACYJNY

21.05 Agenci NCIS (15) Zespół pod wodzą McGee bada sprawę śmierci podoficera. Odurowiony mężczyzna stracił panowanie nad samochodem i zginął w wypadku. Śledztwo ujawnia, że pomagał wdowom. 55 min

THRILLER

21.00 Pies 51 – Francja 2025, reż. Cédric Jimenez
ROK 2045. Ginie twórca zaawansowanej sztucznej inteligencji. Agenci Malberg (Adele Exarchopoulos, zdj.) i policjant Brecht (Gilles Lellouche, zdj.) badają sprawę. 105 min

13 ULICA

6.10 Zbrodnie idealne (3, 4) – serial kryminalny, Fr. 2017
8.20 Kapitan Marleau 9 (2) – serial kryminalny, 2025
10.25 Agenci NCIS: Los Angeles 14 (5, 6) – sens.
12.15 Motyw 4 (8, 9) – krym.
14.10 Zbrodnie idealne (5, 6) – serial kryminalny, Fr. 2017
16.20 Petra (1) – serial krym., Wł.
18.20 Agenci NCIS: Los Angeles 14 (7, 8) – sens.
20.10 Motyw 4 (8, 9) – krym.
22.00 Kobra – oddział specjalny (1) – sens., Niem.
0.00 Chicago P.D. 13 (18) – serial kryminalny, USA
1.00 Petra (1) – serial krym., Wł.
3.00 Zbrodnie idealne (3, 4) – serial kryminalny, Fr. 2017
5.05 Falszerstwo (6) – krym.

POLSAT FILM

7.30 Doktor Martin (6) – obycz.
8.30 Przyjaciółki (267, 268) – serial obycz., Polska 2024
10.25 Świat według Kiepskich (112, 113, 237, 238, 129, 130, 70) – serial komediowy
14.40 Garfield 2 – film familijny, FILM USA/Wielka Brytania 2006
16.30 Pogromcy duchów: Imperium lodu – komedia przygodowa, USA/Kanada/Wielka Brytania 2024
18.50 Mój chłopak się żeni FILM – kom. romant., USA 1997
21.00 Miłość do kwadratu jeszcze raz – komedia romantyczna, Polska 2023
23.05 Niezniszczalni 4 – film FILM sensacyjny, USA 2023
1.20 Ślad (94, 95, 10, 11) – krym.
5.15 Na ratunek 112 (822)

HBO HBO

12.15 Oliwina i niewidzialna trzęsienie ziemi – anim., Bel./Szwajcaria/Hiszp. 2025
13.25 Materialiści – komedia FILM romantyczna, USA/Finlandia 2025, wyk. Dakota Johnson
15.20 Lalka – komedia, Francja FILM 2025, wyk. Vincent Macaigne, Cecile de France
16.40 Focus – komedia krym., FILM USA/Argentyna 2015
18.25 Eileen – thriller, USA/FILM Wielka Brytania 2023
20.00 Beziarni – dramat obycz., FILM Włochy/Francja 2022
21.40 Świat między nami – dok., Czechy/Słowacja
23.20 G20 – film sensacyjny, USA FILM 2025, wyk. Viola Davis
1.10 Piękna i rzeźnik – horror FILM komediowy, Kan./USA 2020

WARNER TV

6.30 Prawo Agaty (1, 2)
8.30 JAG – Wojskowe Biuro Śledcze 8 (24) – serial sens.
9.30 Bajer z Bel-Air 2 (24)
10.00 Bajer z Bel-Air 3 (1) – kom.
10.30 Prawo Agaty (1) – obycz.
11.30 Pełna chata 6 (1, 2) – kom.
12.30 JAG – Wojskowe Biuro Śledcze 9 (2, 3) – sens.
14.25 Bajer z Bel-Air 2 (24)
14.50 Bajer z Bel-Air 3 (1-3)
16.20 Pełna chata 6 (1-4) – kom.
18.30 Taxi 4 – komedia
20.15 Godziny szczytu 2 FILM – komedia sens., USA 2001
22.00 Mad Max: Na drodze FILM gniewu – film s.f., Australia/USA 2015, wyk. Tom Hardy
0.20 W sieci kłamstw – film FILM sensacyjny, USA 2008

ALE KINO+

9.30 Problem – film krótkometr.
10.00 Wszystko, czego nie zdążyliśmy powiedzieć (7-9) – serial komediowy, Fr.
12.00 Vera 12 (3) – serial krym.
13.55 Cicha dziewczyna FILM – dram. obycz., Irlandia 2022
16.05 Tatami – thriller, USA/FILM Wielka Brytania/Gruzja 2023
18.15 Vera 12 (4) – serial krym.
20.10 Kamesh. Afgańskie piekło – dramat wojenny, USA/Bulgaria 2019
22.40 Gangster – dramat FILM kryminalny, USA 2012
1.00 Sharon Stone. Instynkt przetrwania – film dokum.
2.10 Klangor (3) – serial krym.
3.00 Sweat – dramat FILM obyczajowy, Polska 2020
4.45 Być kimś – film krótkometr.

CANAL+ FILM

12.05 Masz ci los! – komedia, FILM Polska 2023
13.30 Charlie Chaplin: duch włóczęgi – film dokum.
15.00 Ida – dramat obyczajowy, FILM Polska/Dania/Francja 2013
16.20 Saga „Zmierzyć” FILM Zaćmienie – film fantasy, USA 2010
18.20 Wujow dwór – komedia, FILM Wielka Brytania/USA 2025
19.55 Łapu capu – rozr., Pol. 2026
20.00 Wojna o przetrwanie FILM – horror, Australia 2025
22.10 Sztuka pięknego życia FILM – melodramat, Francja/Wielka Brytania 2024
0.00 Alaram – film sensacyjny, USA 2025
1.35 To nie mój film – komediodramat, Pol. 2024

SCI FI

6.00 Wojna królestw (4) – serial fantasy, Niem. 2025
7.00 The Ark (6-8) – serial s.f.
10.00 Medium 7 (12, 13) – krym.
11.50 Czarodziejki 7 (7, 8) – serial fantasy, USA 2004
13.40 Grimm 4 (5, 6) – fantasy
15.30 Bibliotekarze (1, 2) – serial przygodowy, USA 2014
17.20 Czarodziejki 7 (9, 10) – serial fantasy, USA 2004
19.10 Grimm 4 (7, 8) – fantasy
21.00 Złomnie 3 (1-4) – serial grozy, USA 2015
1.00 Megalodon: Obłąd FILM – horror, USA 2023
3.00 Czarodziejki 7 (9, 10) – serial fantasy, USA 2004
5.00 Wojna królestw (4)

PARAMOUNT NETWORK

9.25 Policjnia grupa pościgowa 21 (4) – dok.
10.30 Dwoje do poprawki FILM – kom. romant., USA 2012
12.50 Pokój Marvina – dramat FILM psychologiczny, USA 1996
15.00 Top Gun – film sensacyjny, FILM USA 1986, wyk. Tom Cruise
17.20 Mission: Impossible 3 FILM – film sensacyjny, USA/Niemcy/Chiny 2006
20.00 Mission: Impossible – Ghost Protocol – sens., FILM USA/Czechy/ZEA 2011
22.55 Immortals. Bogowie FILM i herosi – film fantasy, USA 2011, wyk. Luke Evans
1.00 10 Cloverfield Lane FILM – thriller, USA 2016

FX

7.20 Kości (5, 6) – serial krym.
9.10 Z archiwum X (18) – s.f.
10.05 CSI: Kryminalne zagadki Miami (4, 5) – serial krym.
11.55 CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku (9, 10)
13.45 Agenci NCIS (5, 6) – sens.
15.35 FBI (18) – serial kryminalny
16.30 CSI: Kryminalne zagadki Miami (6, 7) – serial krym.
18.20 Z archiwum X (19) – s.f.
19.15 FBI (19) – serial kryminalny
20.10 CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku (11, 12)
22.00 Paradise (4) – serial krym.
23.05 Z archiwum X (19) – s.f.
0.05 Trojcie! (15) – serial krym.
1.05 FBI (19) – serial kryminalny
2.00 Agenci NCIS (6) – sens.

KINO TV

8.35 Zagadki kryminalne panny Fisher 2 (6, 7)
11.00 Panna Scarlet i komisarz 3 (5, 6) – krym.
13.10 Poirot (9, 10) – serial krym.
15.15 Zagadki kryminalne panny Fisher 2 (8, 9) – serial krym., Australia
17.50 Panna Scarlet i komisarz (1, 2) – serial kryminalny
20.00 Ninja: Cień izy – film FILM sens., Tajlandia/USA 2013
22.00 Następnie 48 godzin – komedia sens., USA 1990
23.55 Istota – thriller s.f., FILM Kanada/Francja/USA 2009
2.05 Wielka premiera FILM – komediodram., USA 2016
4.30 Bonanza – serial obycz.

CANAL+ SERIALE

9.45 Łapu capu – rozr., Pol. 2026
9.55 Dziką fauną sródziemnomorska (3)
10.55 Premierowa jazda – mag.
11.00 Naruto (22-24) – anime
12.30 W rytmie wolności (7, 8)
14.10 The Office Pl. (7-9) – kom.
15.50 Planeta Singli. Osiem historii (2) – serial kom.
16.45 Karl Lagerfeld. Objawienie (1-4) – dok., Fr.
20.00 Sortownia (7, 8)
21.40 Łapu capu – rozr., Pol. 2026
22.00 El Immortal. Gangi Madrytu 2 (1, 2) – sens.
23.50 Król (7, 8) – sens., Pol. 2020
2.20 Planeta Singli. Osiem historii (8) – serial kom.
3.25 Łapu capu – pr. rozr., Pol.

CANAL+ 360

11.05 Rekruci (7, 8) – serial dok.
13.00 Polska z góry: Stadion (7, 8) – serial dok., Pol. 2024
14.00 Najniebezpieczniejsze miejsca na świecie (1)
15.00 Chwila prawdy (4) – dok.
15.55 Hot Roads – Najniebezpieczniejsze drogi świata 3 (4) – serial dokum.
17.00 Zholowani: ciężarównicy w opalach 7 (13) – dok.
18.00 Porzuczone konstrukcje (10) – serial dok., Wlk. Bryt.
18.55 Okrety wojenne (7) – dok.
19.50 Zholowani: ciężarównicy w opalach 7 (14) – dok.
20.50 Koleja przez świat (3)
21.55 Pokonani (7) – serial krym.
22.55 Zaskada przyjemności (3)



TLC

9.00 Wyzwanie – pierwsze dziecko

10.00 Wiza na miłość: dalsze losy 8 (19) – reality show

11.00 Wiza na miłość: Wielka Brytania 3 – reality show

12.00 Miłość bez tłumaczenia

13.00 Przyjaźń wielkiej wagi

15.00 Wiza na miłość: dalsze losy 8 – reality show, USA

16.00 Historie wielkiej wagi (1): Historia Brianne – dok.

18.00 Pokonać otępy (5)

19.00 Wiza na miłość: Romans na Karaibach

20.00 Rodzina 10+ 8 (6) – rozr.



21.00 Premiera: **Wiza na miłość: znowu do wzięcia 5 (11)**

22.00 Wiza na miłość: Single na polowaniu

23.00 Skórce na ratunek 7 0.00 Dr Przyszłyca 5 0.00 Rodzina 10+ 8 (6) – rozr. 2.00 **Wiza na miłość: znowu do wzięcia 5 (11)**

POLSAT CAFÉ

6.00 Oszukane (46, 47) – serial paradokumentalny

8.00 Komisarz Mama (26) – serial kryminalny, Polska

9.00 Hell's Kitchen – Piekielna Kuchnia (59, 60) – reality show, Pol.

12.30 Bogaty dom – biedny dom (118, 119) – reality show, Polska 2024

14.30 Kolacja w ciemno (88, 89) – pr. rozr., Polska

16.30 Hell's Kitchen – Piekielna Kuchnia (19) – reality show, Pol. 2014

18.00 Nasz nowy dom (326, 327) – reality show



20.00 **Walka o życie (5)** – dok. 21.00 **Polacy za granicą – miłość (7, 8):** Lombardia; Bergen – dok. 23.00 **Gry małżeńskie (189)** 0.00 **Love Island. Wyspa miłości (6, 7)** 2.00 **Gry małżeńskie (190, 191)** – reality show 4.00 **Zdrady (72, 73)**

TVN STYLE

5.25 Czas na zmianę (1)

5.55 Damy i wiesniaczki. Litwa 2 (23, 24) – pr. rozr.

7.45 Zgłosz remont (10) – rozr.

8.45 Pojedynk na podróże (1) – pr. rozr., Polska 2023

9.50 I nie opuszczę Cię aż do ślubu (6-ost., 1)

11.25 Ugotowani (1, 2)

13.30 Kuchenne rewolucje (8, 7) – pr. rozr., Pol. 2018

15.35 Jestem z Polski 16 (37) – serial dokum., Pol. 2025

16.40 Jestem z Polski 15 (5) – serial dokum., Pol. 2025

17.45 Kuchenne rewolucje (11-13) – rozr., Polska 2018



20.50 **Zgłosz remont 11 (9)** – pr. rozrywk., Pol. 2026 21.50 **Jestem z Polski 15 (12, 13)** – serial dokum. 23.45 **Hotel Paradise 9 (4)** 0.45 **40 kontra 20 2 (39, 40-ost.)** – reality show 2.40 **Apetyt na miłość (10)** 3.45 **Wiem, co jem i wiem, co kupuję (10, 1)** – mag.

DISCOVERY CHANNEL

9.00 Gorączka złota: rzeka skarbów

10.00 Klan z Alaski

11.00 Przetwarc nad Jukonem

12.00 Fani czterech kółek 15

13.00 Nagi instykt przetrwania 11

15.00 Ziomowisko PL 4 (3)

16.00 Gorączka złota 16 (2)

17.00 Nic do zgłoszenia (6)

18.00 Kamperem przez świat (3)

19.00 Ziomowisko PL 7 (10, 11)

21.00 Premiera: **Gorączka złota 16**



22.00 Premiera: **Łowcy opali 8**

23.00 Premiera: **Akta ekspedycji 2: Zniknięcie 0.00 Fani czterech kółek: w trasie 2 (9):** Malta: ford cortina 1.00 **Hot rod wg Kindiga** 2.00 **Militaria na warsztat (14)** – serial dok. 3.00 **Królowie asfaltu 9 (11)**

TVP HISTORIA

8.05 Szlakiem miejsc niezwykłych: Pomniki historii – cykl reportaży

8.30 Pogranicze w ogniu (11) – serial sens., Polska

9.35 Odnalezione zaginione (17) – serial dokumentalny

10.15 Wszystkie kolory świata

11.20 Ex Libris – magazyn

11.45 Historia polskiego sportu (4): A więc wojna...

12.45 Ojciec – film dok., Pol.

14.00 Królowie (24) – hist., Pol.

14.35 Pogranicze w ogniu (12) – serial sens., Polska

15.40 Sensacje XX wieku



17.30 **Czas honoru (63)** 18.30 **Encyklopedia II wojny światowej** 19.05 **Flesz historii (763)** 19.30 **Królowie (63)** – hist., Pol. 20.00 **Rzecz Polska** 20.15 **Ekstradycja 2 (5)** – sens. 21.15 **Zbrodnie sprzed lat (1)** 22.10 **Wtórnik** – film dok., Pol. 23.20 **Sensacje XX wieku**

FOKUS TV

8.30 Byli sobie podróżnicy (1) – serial anim., Fr. 1997

8.55 Wehikuł czasu

9.00 Starożytni kosmici (3)

10.00 Gwiazdy lombardu (53-56) – reality show, USA

12.00 Wielkie konstrukcje III Rzeszy (6)

13.00 Premiera: **Poszukiwacze historii (6, 7)**

14.00 Naziści: ściśle tajna nauka (3, 4) – serial dok.

16.00 Premiera: **Dorwać tuńczyka (8, 9)**

18.00 Rolnicy: Podlasie (26, 27) – serial dokum.

20.00 Galileo (2)



21.00 Premiera: **Poszukiwacze historii (3-6)**

23.00 Premiera: **Gestapo. Policja terroru** – dok., Fr. 0.00 **Starożytni kosmici (6)** – serial dokum., USA 2009 1.00 **Rolnicy: Podlasie (21-24)** – serial dok., Pol. 5.00 **Kołowrotek (12, 1)** – magazyn wędkarski

METRO

8.35 Szpital (727, 728) – paradok.

10.35 Sędzia Anna Maria Wesołowska (297, 298)

12.35 Szkoła (692) – paradok., Pol.

13.35 Przepis na życie 5 (3)

14.35 Zapukaj do moich drzwi (147) – telen., Turcja 2020

15.45 The Floor – teleturk., Pol.

17.00 Fani czterech kółek 16

18.00 Prawo Agaty 5 (1) – obycz.

19.00 Kartoteka 9 (29) – fab.-dok.

20.00 Kartoteka 10 (14) – fab.-dok.

21.05 Kryminalni (11, 12) – krym.

23.15 Kuba Wojewódzki 0.25 Zbrodnie z pierwszych stron gazet 6 – serial dok. 1.25 **Szpital (723)** – paradok., Pol. 2.25 **Szkoła (817, 812)** – paradok. 4.20 **Nowa Maja w ogrodzie 3**

ZOOM

6.00 Kojak (19, 20) – serial krym.

8.00 Strażnik Teksasu 8 (4, 5)

9.50 MacGyver (19, 20) – sens.

12.00 Pułapki umysłu

13.00 Wojny magazynowe: Kanada – reality show, Kan.

15.30 Sensacje XX wieku – hist.

17.55 Wojciech Ciejrowski – bosu przez świat

20.00 Kobra – oddział specjalny 22 (4, 5) – sens.

22.05 Dynamo: Więcej niż magia 2 – serial dokum.

23.05 Magia nagości. Norwegia 4 – pr. rozrywk.

23.50 Magia nagości 6 – pr. rozr. 1.00 **Magia nagości. Dania** 1.50 **I love kabaret** – pr. rozr., Pol. 5.15 **I love kabaret EXTRA**

FOOD NETWORK

9.00 Molly gotuje na farmie

10.35 MasterChef – pr. rozrywk.

12.05 Gsyler – magazyn kulinarny

13.10 Posiekani na słodko

14.10 Dzwicznacze potrawy – dok.

15.10 Ogniem i patelnią 3

16.15 Kuchenne rewolucje – rozr.

17.15 Magda gotuje internet

17.50 Apetyt na miłość – pr. rozr.

18.50 Wakacyjny turniej wypieków 2 – telet. kulin.

19.50 Kulinaryny poker

20.55 Kulinarne podróże z Guyem Ferim – mag.

22.05 Pyszne miejscówki – mag.

23.05 Akcja: Restauracja!

0.05 Człowiek kontra jedzenie

1.35 Pyszne miejscówki – mag.

DISCOVERY SCIENCE

6.00 Jak to jest zrobione?

8.00 Autostrada spotkań z UFO

11.00 Gigantyczne konstrukcje według Hammonda – program rozrywkowy

13.00 Podziemne sekrety

15.00 Jak działa wszechświat?

18.00 Jak to jest zrobione?

21.00 Jak to jest zrobione? 25

23.00 Zwykłe rzeczy – niezwykłe wynalazki 16: Mięta, rakiety tenisowe; Puzony, hiszpańskie buklaki na wino; Deski surfingowe, skórzane teckiz; Latające konie, szachy – serial dokum. 1.00 **Jak działa wszechświat?** 4.00 **Gigantyczne konstrukcje według Hammonda** – rozr.

NATIONAL GEOGRAPHIC

12.00 Przetwarzanie w kanadyjskiej dziczcy

13.00 Wojna widziana z powietrza

15.00 Strzegąc granic – serial dok.

17.00 Inkowie: Powstanie i upadek imperium: Ostatni władca imperium – serial dok.

18.00 Wcielenia zła

19.00 Piekło pod wodą: II wojna światowa

20.00 Katastrofa w przestworzach: Odcienie mocy – dok.

21.00 Inżynieria po katastrofie

22.00 Jak oni to zbudowali?

23.00 Uwaga, katastrofa!

0.00 Katastrofa w przestworzach: Tragiczna dostawa

1.00 Życie na Alasce

BBC EARTH

9.10 W okowach mrozu 11

11.10 Wielkie archeologiczne odkrycia – serial dokum.

12.10 Błękitna Planeta 2 – dok.

13.25 Pociągami przez Imperium Osmańskie

14.30 W okowach mrozu: Kanada 2 – serial dokum.

15.30 Życie na pustkowiu – dok.

16.25 Układ Słoneczny – dok.

17.35 Wielkie archeologiczne odkrycia – serial dokum.

18.40 Zielona planeta – serial dok.

19.45 Przyszłość natury – dok.

20.55 Życie na pustkowiu – dok.

21.55 W okowach mrozu – dok.

22.55 Zdrowa zmiana – serial dok.

0.05 Chirurgdzy: kwestia życia i śmierci 2 – serial dokum.

WP

10.00 Hitler i zmierzch demokracji (1) – film dokum.

11.00 Porzucone budowle 8

12.00 Wariaci za kierownicą

13.00 Maklowicz w podróży

14.00 Pokochaj lub sprzedaj Vancouver 3: Alice & Jim

16.50 Pogoda

17.00 Komisarz Cassandra: Zbrodnie w Alpach (6)

19.00 Policjanci z sąsiedztwa 3

21.00 Strazacy z sąsiedztwa 2

21.55 Pogoda

22.00 Mistrzowie Kabaretu 7

22.00 Mistrzowie Kabaretu 0.00 Przebijowce kabarety

1.00 Mistrzowie Kabaretu 12

2.00 Kabaret na żądanie – rozr.

NOWA TV

9.30 Całkiem nowe lata miodowe (5) – serial kom.

10.00 Miodowe lata (13) – kom.

10.30 Wierzenie – serial dokum.

12.00 Poitrot 5 (6, 7) – serial krym.

14.00 Świat według Kiepskich (327, 328) – serial kom., Polska

15.00 Świat według Bunchy 4 (60-65) – serial komedijowy

18.00 Całkiem nowe lata miodowe (2) – serial kom.

18.30 Miodowe lata (60-62)

21.00 Zdrady (102) – paradok., Pol.

22.00 Ślad (13, 14, 104) – krym., Pol.

1.00 Łowca pedofilów – dok.

3.00 TV okazje

3.50 Wehikuł czasu

4.00 Sala operacyjna 4 – dok.

HGTV HOME & GARDEN

10.55 Zarobić na remoncie 9

11.55 Zarobić na remoncie 6

13.00 Zbudujemy fajny dom

13.55 House Hunters – Poszukiwacze domów 6

15.05 Mieszkanie na miarę 4

16.00 Mieszkanie na miarę 17.00 Polowanie na ogród 7

18.15 Weekendowa metamorfoza 5 – pr. rozr.

20.05 Dorota was urządził – rozr.

21.35 Będzie pięknie – pr. rozr.

22.35 House Hunters – Poszukiwacze domów 6

House Hunters – Poszukiwacze domów 7

0.50 Kupujemy dom na plaży 29 – serial dokum.

TRAVEL CHANNEL

6.00 Nowe życie w Meksyku

8.05 Kobietka na krańcu świata

10.10 Niezwykłe Stany Prokopa

12.15 Ed Stafford poza cywilizacją – serial dokum.

14.20 Człowiek kontra jedzenie

14.55 Kobieta na krańcu świata

17.15 Niezwykłe Stany Prokopa

18.20 Rodzina na camping

19.20 Cieżarówką przez Stany

21.35 Duchy Morgan City – dok.

23.40 Kobieta na krańcu świata – serial dokumentalny

1.25 Ed Stafford poza cywilizacją – serial dokum.

3.30 Niezwykłe Stany Prokopa

4.05 Rodzina na camping

5.05 Za Donalem... do Europy

NATIONAL GEOGRAPHIC WILD

9.00 Europa z powietrza

10.00 Weterynarz do zadań specjalnych: Dobre pytanie!

11.00 Parki narodowe w Austrii

12.00 Królestwo drapieżników

13.00 Mądrość oceanu – film dok.

14.00 Młodoży: mistrzowie przetrwania – film dokum.

15.00 Drapieżnik kontra ofiara

16.00 Parki narodowe Ameryki

17.00 Stworzone, by przetrwać

18.00 Dzikie szlaki Europy

19.00 Zwierzęki w amoku

20.00 Nieszczęśliwiec żywy

21.00 Niezwykły dr Pol

2.00 Przędziwna planeta Ziemia: Oświecenie – dok.

3.00 Europa z powietrza

POLSAT WIASAT HISTORY

11.15 Wojna światowa: 1914-1945

12.20 Military ranking

13.30 Kleopatra: tajemnicza władczyni

14.40 DNA Hitlera: geny dyktatora – serial dokum.

16.45 Abu Simbel: świątynie nad Nilem – film dokum., Fr.

17.50 Wojenne fabryki 3

18.50 Military ranking

20.00 Kryminologia starożytności: Czynniki-shan

21.00 Życie prywatne przwódców Rzeszy

22.00 Życie w kraju Hitlera – dok.

23.05 Ramzes: władca Egiptu

0.05 Wojenne fabryki 3

CANAL+ KUCHNIA

14.50 Kucharskiego pomysłu na kuchnię 2

15.45 Wołoska kuchnia Gino...

16.40 Po prostu Jamie: szybko i łatwo – magazyn kulinarny

17.35 David Rocco w zaciszu domowej kuchni – dok.

18.30 Jakubiani rozgryza Wietnam – magazyn kulin.

18.55 Nie tylko kimchi – mag.

19.25 M jak mięso 3: Hiszpania

20.15 M jak mięso 10 – mag. kulin.

21.15 Anthony Bourdain – miejsca nieznane 10

23.00 Anthony Bourdain – miejsca nieznane 11

CANAL+ DOMO

12.50 Gardeners' World 16

14.00 Cudotwórcy 7 – mag.

15.00 Kupcie sobie zamek! 2

15.55 Daleko od miasta 13 – dok.

16.50 Gardeners' World 16

18.00 Ucieczka na wieś 25 – dok.

19.00 Wielkie projekty: Nowa Zelandia 9 – serial dokum.

20.00 Daleko od miasta 11 – dok.

21.00 Cudotwórcy 7 – mag.

22.00 Cztery pory roku w ogrodach Kew – dok.

22.50 Gardeners' World 14

23.55 W mieście czy na wsi? 0.45 Cudotwórcy 6 – mag. 1.35 **Remont w 48h 9** – mag.

SUPER POLSAT

10.30 SuperMocni – mag.

11.25 Świat według Kiepskich (447-450) – serial kom., Polska

13.30 Bitwa o palety

14.30 Hell's Kitchen – Piekielna Kuchnia 5 – reality show, Pol.

16.00 Ninja Warrior Polska

18.00 Świat według Kiepskich (457, 458, 494, 495) – kom.

20.00 Ziorniarze – serial dokum.

21.00 Pamięć absolutna – dramat

FILM s.f., USA/Kanada 2012

23.30 Air Force One – thriller, **FILM** USA/Niemcy 1997

2.00 Świat według Kiepskich (28, 59, 425, 426) – kom., Pol.

TVP KOBIECI

12.30 Pięknie przyprowiona 2

12.45 Przepis dnia 4 – mag. kulin.

13.00 Cafe Fogg – widowisko

14.00 Dzikie imperium

15.00 Operacja zdrowie – mag.

15.30 Ojciec Mateusz 29 (371, 372) – serial kryminalny

17.30 Wenecja, miasto wyrosłe z bagien – film dok., Fr. 2024

18.30 Zona dla Polaka

19.30 Miłość i nadzieja (257)

20.30 Wichrowe wzgórze (238)

21.30 La Promesa – pałac tajemnic (240) – serial obycz.

22.30 Czerwone maki – film wojenny, Polska 2024

PLANETE+

12.35 Oman. Cuda Półwyspu Arabskiego (2) – film dokum.

13.40 Antropocen: Epoka człowieka – film dok.

14.50 Krajobrazy świata – dok.

15.50 Niezwykłe podróże koleja 4 – serial dokum.

16.55 Afryka z góry: Kamerun Na targach świata 2

18.50 Żydowski nazista (2) – dok.

19.45 Związani z ziemią. Dzieje życia na wsi – serial dokum.

20.50 Niezwykłe podróże koleja 14 – serial dokum.

22.00 Ravensbrück. Ostatni świadkowie – film dokum.

TVP DOKUMENT

13.20 Pójdźki ziemne – historia miłości – dok., Niemcy/USA

14.25 Najwspanialsze drzewo Australii (1) – dok., Australia

15.35 Cuda światowego transportu

16.40 Tajemnicza Wyspa Wielkonoćna – film dokumentalny

17.45 Sean Penn, amerykański wicherzyca – film dok., Fr.

18.45 Świat myśli – film dok., Hol.

20.05 Z utraconych

21.10 Ostatni szpieg – film dok.

22.20 Barbara Włodarczyk zaprasza – magazyn

22.25 Siła kłamstwa – film dok.

TVP SPORT

7.15 Kolarstwo:
Tour de Pologne – prezentacja trasy

9.00 Piłka nożna kobiet: Liga hiszpańska – mecz: FC Barcelona – Real Sociedad

11.00 Mundial 2026 – Legendy miejskie

11.35 Koszykówka mężczyzn: NBA – mecz 3. rundy fazy play-off

13.40 Boks: PZB Suzuki Boxing Night w Kętrzynie

16.00 Ring TVP Sport – mag.

17.00 Piłka nożna: Betclit 1. Liga – półfinałowy mecz barażowy (live)

EUROSPORT 1

8.30 Jeździectwo: Turniej Wielkiego Szelema w Aachen

9.30 Tenis: Turniej French Open w Paryżu – 2. runda

11.00 Tenis: Turniej French Open w Paryżu – mecz 2. rundy (live)

14.00 Tenis: Turniej French Open w Paryżu – mecz 2. rundy (live)

16.00 Tenis: Turniej French Open w Paryżu – mecz 2. rundy (live)

18.00 Tenis: Turniej French Open w Paryżu – mecz 2. rundy (live)

POLSAT SPORT 1

7.00 Siatkówka mężczyzn: PlusLiga – mecz fazy play-off

9.00 Polsat Futbol Cast – magazyn piłkarski, Polska 2026

10.00 Siatkówka mężczyzn: PlusLiga – mecz fazy play-off

12.30 Siatkówka mężczyzn: mecz towarzyski

15.00 Siatkówka kobiet – mecz towarzyski

16.10 Hokej: Mistrzostwa Świata – Szwajcaria 2026 – mecz ćwierćfinałowy (live)

TVP ABC

8.30 Wissper

9.00 Tru i Tęczowe Królestwo

9.30 Domisie

10.00 Zwierzaki Czytali

10.20 Przygody Bolka i Lolka

11.05 Małe i duże przygody Miffy

11.35 Stacykowo

11.55 Strzałak Sam 6

12.25 Domisie

13.00 Szkoła z Kleksem Bystrzakiem

13.20 Puszczółka Maja

13.50 Lutin wśród bajek

14.05 Nawet nie wiesz, jak bardzo Cię Kocham

MINIMINI+

9.05 Baranek Shaun

9.31 Smerfy

10.25 Ciekawski George 5

10.51 Basia 2

11.17 Koci domek Gabi

11.45 Mush-Mush i Gryzbaszki

12.10 Strzałak Sam 16

12.25 Blaze i megamaszynny 2

12.50 Moje urodziny

13.00 Blaze i megamaszynny 2

13.30 Koci domek Gabi

13.56 Moje urodziny

14.03 Kicia Kocia

14.22 Cloudy & Stormy

14.45 Gazu, pieski, gazu! 2

15.10 Baranek Shaun

TVN 24

8.00 Serwis informacyjny, Prognoza pogody

10.00 Serwis informacyjny, Prognoza pogody

11.00 Serwis informacyjny, Prognoza pogody

12.00 Serwis informacyjny, Prognoza pogody

14.00 Serwis informacyjny, Prognoza pogody

15.00 15 na żywo

18.00 Fakty po południu

18.00 Tak jest – pr. publicyst.

19.15 Serwis informacyjny

19.30 Fakty po Faktach

20.00 Kropka nad i – pr. publ.

20.30 Czarno na białym

20.25 Piłka nożna: Betclit 1. Liga – półfinałowy mecz barażowy (live)

23.05 Sportowy wieczór

23.40 Boks: Polska Liga Boksu – mecz: KKB Rush Kielce – Pomorzanie Boxing Team Toruń

2.05 Hokej: NHL – 3. runda fazy play-off (live)

20.00 Tenis: Turniej French Open w Paryżu – mecz 2. rundy (live)

23.30 Racing on the Edge

0.00 Tenis: Turniej French Open w Paryżu – 2. runda

1.30 Kolarstwo: Giro d'Italia – 18. etap

3.00 Wspinaczka: Zawody World Series w Bernie

20.05 Koszykówka mężczyzn: ORLEN Basket Liga – mecz półfinałowy fazy play-off (live)

22.30 Siatkówka mężczyzn: mecz towarzyski

1.00 Tenis: Turniej ATP w Hamburgu – mecz gry pojedynczej

14.40 Yakari

15.15 Al-chemik

15.35 Mała Marinette

16.05 Kreccio

16.35 Tygrysek Percy i jego opowieści

17.05 Dino Ranczo

17.30 Piotrusz Królik 2

18.00 Nowe przygody Piotrusia Pana

15.36 Jezyk Happy

15.55 Mały Charlie

16.05 Mega Ekspres

16.30 Ciekawski George 5

17.00 Strzałak Sam 16

17.25 Staś i fajna Babcia

17.50 Moje urodziny

17.56 Smerfy

18.25 Leśna rodzina: Pamiętnik Frei

21.00 Polska i świat

22.00 Szkoła kontaktowe

23.00 Dzień po dniu

0.26 Kroniki sportowe

0.45 Fakty po Faktach

1.20 Kropka nad i – pr. publ.

1.50 Tak jest – pr. publicyst.

2.50 Nowa Maja w ogrodzie

3.10 Akademia ogrodnika

3.20 Kropka nad i – pr. publ.

CANAL+ SPORT

11.15 Piłka nożna: PKO BP Ekstraklasa

13.30 Magazyn PGE Ekstraliga

15.10 Premier League Netbusters

15.45 Piłka nożna: Liga hiszpańska

18.00 Premier League Stories (42)

18.30 Sport+

19.30 Premier League Netbusters

20.00 Premier League: The Big Interview (42)

20.30 Speedway+

21.15 Jej Wysokość Premier League

23.30 Premier League: The Big Interview (42)

0.00 Boks: J. Herring – N. Maness

EUROSPORT 2

10.30 Jeździectwo: Turniej Wielkiego Szelema w Aachen

11.30 Kolarstwo: Giro d'Italia: Cassano d'Adda – Andalo

13.00 Kolarstwo: Giro d'Italia – 18. etap: Fai della Paganella – Pieve di Soligo (live)

17.45 Tenis: Turniej French Open w Paryżu – 2. runda (live)

18.00 Tenis: Turniej French Open w Paryżu – 2. runda (live)

21.00 Kolarstwo: Giro d'Italia – 18. etap

22.00 Golf: Charles Schwab Challenge – 1. runda (live)

1.00 Kolarstwo górskie: Zawody Pucharu Świata w Nowym Mieście na Morawach – cross-country mężczyzn

POLSAT SPORT 2

6.00 Hokej: Mistrzostwa Świata – Szwajcaria 2026

8.30 Hokej: Mistrzostwa Świata – Szwajcaria 2026

11.00 Siatkówka

13.00 Piłka nożna: Copa Sudamericana – mecz: CA River Plate – Club Blooming

15.00 Magazyn sportowy

16.10 Hokej: Mistrzostwa Świata – Szwajcaria 2026 – mecz ćwierćfinałowy (live)

20.10 Hokej: Mistrzostwa Świata – Szwajcaria 2026 – mecz ćwierćfinałowy (live)

22.30 Koszykówka mężczyzn: ORLEN Basket Liga – mecz półfinałowy fazy play-off

1.00 Sporty walki: FEN

NICKELODEON

8.10 Marsupilami

8.40 Harmidom 4

9.30 Wylde Pak – zakrecona paka 2

9.55 Grzmotomocni: Tajniacy

10.25 Niebezpieczny Henryk 4

11.20 That Girl Lay Lay

11.50 Harmidom 4

12.45 Harmidom 3

13.05 SpongeBob Kanciastoparty 11

14.30 Harmidom

15.30 Smerfy

16.00 SpongeBob Kanciastoparty 9

16.25 SpongeBob Kanciastoparty 14

16.40 Patryk Rozgwiazda Show 4

TELETOON+

7.52 W Papierowym Porcie 2

8.20 Kumpel z dzungli na ratunek! 3

8.47 Gadający Tom i przyjaciele 3

9.25 Dodo

9.55 Charlotte i trzy muszkieterki

10.26 Angelo rządzi

10.52 Siostry 2

11.22 Polly Pocket 6

12.16 Charlotte i trzy muszkieterki

12.45 Kumpel z dzungli na ratunek! 3

13.39 Polly Pocket 6

14.22 Dinuś i Lusja

14.50 Siostry 2

15.19 Polly Pocket 6

TVP Info_ TVP INFO

15.45 Panorama

16.00 Dzień w godzinę

17.00 Teleexpress

17.15 Teleexpress Extra

17.35 Panorama

17.42 Wykrzywacz kłamstw

18.00 Panorama

18.30 Kontrapunkt

19.00 Kontrapunkt – Ring wolny

19.30 Program informacyjny 19.30

20.18 Niebezpieczne związki

21.00 Kwiatki polskie

21.45 Panorama

22.10 Oko na świat

22.30 Program informacyjny 19.30

22.45 112. Magazyn kryminalny

23.00 Panorama dnia

CANAL+ SPORT 2

8.15 Tenis: Turniej WTA w Strasburgu

10.30 Tenis: Turniej WTA w Strasburgu

12.45 Tenis: Turniej WTA w Strasburgu

15.00 Tenis: Turniej WTA w Strasburgu

17.15 Tenis: Turniej WTA w Strasburgu

19.30 Tenis: Turniej WTA w Strasburgu

21.45 Tenis: Turniej WTA w Strasburgu

0.00 Tenis: Turniej WTA w Strasburgu

2.15 Piłka nożna: PKO BP Ekstraklasa

ELEVEN SPORTS 1

6.30 Magazyn sportowy

7.00 Magazyn sportowy

7.30 Magazyn sportowy

8.00 Piłka nożna: Liga niemiecka

10.00 Piłka nożna: Liga hiszpańska

12.00 Piłka nożna: Liga włoska

14.00 Piłka nożna: Liga niemiecka

16.00 Piłka nożna: Liga włoska

18.00 Piłka nożna: Liga hiszpańska

20.00 Magazyn sportowy

20.40 Formuła 1

22.40 Magazyn sportowy

23.20 Magazyn sportowy

0.00 Piłka nożna: Liga niemiecka

2.00 Piłka nożna: Liga włoska

4.00 Magazyn sportowy

4.30 Magazyn sportowy

5.00 Magazyn sportowy

POLSAT SPORT 3

6.00 Koszykówka mężczyzn: ORLEN Basket Liga

8.30 Piłka nożna z archiwum

10.30 Piłka nożna z archiwum

13.00 Piłka ręczna mężczyzn: ORLEN Superliga

15.00 Magazyn koszykarski

17.30 Piłka nożna z archiwum

20.10 Hokej: Mistrzostwa Świata – Szwajcaria 2026 – mecz ćwierćfinałowy (live)

W najlepszej osiemce nie może zabraknąć broniących tytułu hokeistów z USA.

23.00 Hokej: Mistrzostwa Świata – Szwajcaria 2026 – mecz ćwierćfinałowy

2.00 Sporty walki: Babilon MMA

NICK JR.

8.20 Pan Krokodyl

8.45 Barbapapa i jego rodzinka

9.40 Tim Rex wśród gwiazd

10.10 Przygody Misia Paddingtona

11.00 Małe Królestwo Bena i Holly

11.30 Dora

11.55 Rubble i jego ekipa

12.45 Psi Patrol 8

13.10 Psi Patrol 9

13.40 Barbapapa i jego rodzinka

14.30 Barbapapa – szczęśliwa rodzinka

14.45 Zwierzęce zagadki

15.15 Rogata ekipa 4

16.00 Małe Królestwo Bena i Holly

DISNEY JUNIOR

8.00 Spidey i superkumple 2

8.30 Klub Myski Miki Plus

9.00 Klub przyjaciele Myszki Miki

10.00 Blue 3

11.00 Superkoty 2

11.30 Psia Brygada

12.00 Jej Wysokość Zosia 4

12.30 Blue 3

12.50 Blue 2

13.30 Klub Myski Miki Plus

14.00 Superkoty 3

14.30 Superkoty 2

14.45 Superkoty 3

15.00 Iron Man i super ekipa

15.30 Spidey i superkumple

16.00 Blue 2

17.00 Superkoty 3

POLSAT NEWS

8.00 Nowy dzień

10.00 W rytmie dnia

12.50 Wydarzenia 12:50

13.30 W rytmie dnia

15.30 Sport

15.50 Wydarzenia 15:50

16.10 Więcej „Wydarzeń”

16.30 Punkt widzenia Jankowskiego

18.00 Punkt widzenia Szubartowicza

19.15 Gość „Wydarzeń”

19.50 Debata Gozdyry

21.50 Wydarzenia wieczorne

22.30 Dzień na świecie

23.30 Obraz dnia

0.00 Punkt widzenia Jankowskiego

CANAL+ SPORTS 5

8.15 Żużel: Metalikas 2. Ekstraliga: Wilki – Hunters PSZ Poznań

11.00 Premier League Stories (42)

11.45 Żużel: Metalikas 2. Ekstraliga: Polonia Piła – Stal Rzeszów

14.45 Piłka nożna: PKO BP Ekstraklasa

17.15 Magazyn Metalikas 2. Ekstraliga

18.15 Magazyn PGE Ekstraliga

20.00 Dart: Premier League Darts w Londynie (live)

23.45 Speedway+

0.25 Piłka nożna: PKO BP Ekstraklasa

ELEVEN SPORTS 2

8.00 Magazyn sportowy

8.30 Magazyn sportowy

9.00 Magazyn sportowy

9.30 Magazyn sportowy

10.00 Formuła 1

12.00 Piłka nożna: Liga niemiecka

14.00 Piłka nożna: Liga włoska

16.00 Piłka nożna: Liga niemiecka

18.00 Magazyn sportowy

18.30 Magazyn sportowy

19.00 Piłka nożna: Liga włoska

21.00 Piłka nożna: Liga hiszpańska

23.00 Magazyn sportowy

23.30 Magazyn sportowy

0.00 Piłka nożna: Liga francuska

2.00 Magazyn sportowy

POLSAT PLAY

6.00 Niezwykłe pociągi

7.00 Truckersi przez Australię

8.00 Dorwać tuńczyka

9.00 Wojny magazynowe

10.00 Wojny kontenerowe

11.00 Hardkorowy lombard

14.00 Polacy za granicą

16.00 Złomiarze

18.05 Poszukiwacze historii

20.05 Drwale i inne opowieści Bieszczału

22.00 Górale

22.30 Rolnicy – Tak się żyje u nas na wsi

4.05 Starożytni kosmici

TVP TURBO

12.15 Naprawy nie do naprawy

13.00 Zawodowi handlarze

14.30 Wojny samochodowe

16.30 Jeździć, obserwowac

18.00 Raport Turbo

18.15 Duda kontra Szafranski

19.00 Mobilni mechanicy

19.45 Prawko na świecie. Jazda bez zasad

20.30 Zawodowi handlarze

21.15 Z drugiej reki

22.00 Raport Turbo

22.15 Uwaga! Oszust: Ścieżka z ogłoszenia

22.45 Wojny samochodowe

23.40 Ciężarówką przez Chile

TVP TVS

14.40 Doktor Kleist – lekarz rodzinny

15.45 Doktor z alpejskiej wioski – nowy rozdział

16.50 Wydział kryminalny Kitzbühel

17.50 Doktor z alpejskiej wioski – nowy rozdział

18.50 Doktor Kleist – lekarz rodzinny

19.50 Kino TVS: Film fabularny

21.50 Kino TVS: Film fabularny

23.35 Doktor z alpejskiej wioski – nowy rozdział

TRWAM TV TRWAM

17.30 Odpowiedzialni za Kościół

18.05 Informacje dnia

18.15 Rozmowy niedokończone

19.25 Rodziny Ogród Zoologiczny „Królestwo Stworzenia”

20.00 Informacje dnia

20.20 Różaniec

20.50 Głos Polski

21.00 Apel Jasnogórski

21.20 Informacje dnia

21.40 Polski punkt widzenia

22.00 Głos serca

22.45 Muzyczne chwile

23.00 Telewizyjny Uniwersytet Biblijny

SUPERDODATEK

Zielony proszek możesz dodać do gotowego kremowego kosmetyku. Możesz też potraktować matchę jako bazę do maseczki – wymieszać ją z jogurtem (proteiny mleczne), bananem (potas) i odrobiną miodu (substancje antibakteryjne) lub rozrobić przegotowaną wodą.

ZE SPOŻYWCZEJ PÓŁKI NA TOALETKĘ

Matcha – modny eliksir dla pań dojrzałych

Ten zielonkawy napój to hit. Wszystko za sprawą cennych składników antiageing, których jest w nim bogactwo. I w filizance, i w kosmetykach działa skutecznie.

Zachwyca kolorem i jest sproszkowaną zieloną herbatą najwyższej jakości. Matcha ma wyjątkowy smak, ale też właściwości. Zawdzięcza je starannej uprawie – na trzy tygodnie przed zbiorami zacień się krzewy. Listki odcięte od dopływu światła produkują więcej składników odżywczych.

Wyjątkowe działanie

● Składnik ten coraz częściej pojawia się w preparatach kosmetycznych. Znajdziesz go w kremach,

maseczkach, tonikach, peelingach do różnych rodzajów skóry.

● Łagodzi podrażnienia wywołane np. wahaniami temperatury, klimatyzacją. Pomaga walczyć z przesuszeniem i szarym kolorytem, przywracając cerze świeżość oraz blask.

Jak łyk energii

● Matchę można pić z wodą lub mlekiem. Dostarcza silnych przeciwutleniaczy, głównie katechin, ale i witamin: A, E, C. Spowalniają one

procesy starzenia się skóry i poprawiają jej koloryt. Matcha hamuje też produkcję sebum i pobudza wzrost włosów.

● O poranku warto wypić koktajl piękności, który poprawia koncentrację i nastrój. Zmiksuj połowę banana, pół mango lub garść owoców jagodowych (mogą być mrożone), 200 ml mleka lub napoju roślinnego i łyżeczkę matchy. Dosłódz np. miodem, stewią, syropem klonowy. I poranne kremowe smothie masz gotowe!

Z beauty pudełeczka

● Kosmetolodzy cenią sobie ekstrakt z matchy i jego rolę w ochronie skóry przed wpływem środowiska (np. smogiem, UV). Często jest łączony z innymi naturalnymi składnikami, jak glinki, aloes, oleje i szczególnie polecany dla skóry wrażliwej, naczynkowej.

● Ma właściwości oczyszczające – absorbuje nadmiar sebum i zanieczyszczenia, sprawdza się więc np. w maseczkach do cery tłustej i mieszanej.

NA PÓŁCE Z dobrą ochroną

Ultralekki krem ochronny Sunbrella Dermedic zawiera bardzo wysoki filtr SPF 50+. Z ochroną UVA i IR wspiera cerę naczynkową oraz nadwrażliwą.

● ok. 55 zł (40 ml)

Nowoczesne wsparcie

Serum rewitalizujące PDRN Adenozyna Biotaniqę przyspiesza procesy naprawcze i działa przeciwzmarszczkowo. Lekkie, sprawdzi się w codziennej pielęgnacji.

● ok. 55 zł (15 ml)

Co za duet!

Serum Le Duo od L'Oréal Paris tworzą dwie formuły, które redukują 10 oznak starzenia skóry. Faza kremowa z peptydami ujędrnia, a złocista emulsja nawilża i wyrównuje koloryt.

● ok. 120 zł (30 ml)

Bez szarpania

Szczotka The Ultimate Detangler Tangle Teezer sprawia, że rozczesywanie jest bezproblemowe. To możliwe dzięki dwupoziomym, elastycznym ząbkom.

● ok. 70 zł

Wyjątkowa maska

Keratynowa maska Anti Damage Cameleo poprawia wygląd zniszczonych włosów. Działa już po pierwszym użyciu i chroni pasma przed wysokimi temperaturami.

● ok. 19 zł (200 ml)

Co pomaga na bóle reumatyczne

Nasz codzienny styl życia może przyczyniać się do ich nasilenia lub łagodzenia. Zadbajmy więc o dobre nawyki.

- Naprawdę ważne jest to, by się ruszać i ćwiczyć. Pracując w czasie aktywności fizycznej mięśnie wytwarzają energię (tzw. mikrowibracji biologicznej) – komórki zaczynają drżeć, a to pobudza procesy odżywienia i oczyszczenia we wszystkich tkankach, w tym stawów. Ale wysiłek nie powinien być nadmierny – najlepiej sprawdzają się marszobieg, umiarkowanie intensywny aerobik, pływanie.
- Dobrze jest zmienić dietę w taki sposób, by było w niej jak najwięcej pokarmów o działaniu przeciwzapalnym – nieprzetworzonych, bogatych w antyoksydanty, zdrowe tłuszcze i błonnik. Funda-

mentem są warzywa i owoce (najlepiej sezonowe, o wyrazistych kolorach jak borówki, truskawki, maliny, a także aronia, owoce cytrusowe, pomidory, brokuły, szpinak, czosnek), ryby, oliwa, orzechy oraz strączki i przyprawy takie jak kurkuma (z pieprzem), imbir, cynamon. Równocześnie powinno się unikać cukru, żywności przetworzonej i tłuszczów trans.

- Dodatkowo warto wmasowywać w stawy masę zawierającą lecznicze składniki takie jak torf leczniczy (borowina), naturalne ekstrakty z tarczycy bajkalskiej, rozmarynu, żywokostu i bazylii. Aplikacja w formie masażu rozluźnia stawy, aktywuje działanie przeciwzapalne, zmniejsza ból, mrowienie i drętwienie stawów oraz łagodzi obrzęki.



Codzienna aktywność to przepustka do zdrowia stawów!

REKLAMA

STOP reumatycznym bólom stawów

REUMA BLOK[®]
AKUT FORTE

Ból stawów od czasu do czasu dokucza każdemu. Jeśli jednak odczuwasz go podczas codziennych czynności, nie możesz rano wstać z łóżka lub masz ograniczenia w uprawianiu sportu, jest to znak ostrzegawczy poważniejszego problemu, którego nie należy bagatelizować.

- Zmniejsz reumatyczne bóle stawów dzięki **REUMABLOK[®] AKUT FORTE**, maści zawierającej borowinę, czyli torf leczniczy, który jest jednym ze sprawdzonych środków na bóle stawów, mrowienie i drętwienie.
- Dodatkowo zawarte naturalne ekstrakty z żywokostu, tarczycy bajkalskiej, rozmarynu i bazylii aktywują naturalne mechanizmy przeciwzapalne, łagodzą obrzęki oraz wspomagają regenerację stawów, a regularny masaż maścią rozluźnia zesztywniałe stawy i poprawia ich ruchomość.
- Ten wyrób medyczny jest skuteczny zarówno w przypadku reumatycznych bólów stawów, jak i w chorobach wyrodnieniowych stawów oraz w przypadku ich przeciążenia.



Producent: Simply You Pharmaceuticals a.s.
Podmiot odpowiedzialny za reklamę: Simply You Poland sp. z o.o.

SimplyYou
Poland

To jest wyrób medyczny. Używaj go zgodnie z instrukcją używania lub etykietą.

Ciekawa książka to najlepszy sposób, by choć na chwilę zapomnieć o codziennych troskach.

WARTO WYPRÓBOWAĆ

Codziennie strategie na stres

Nie zawsze uda się go uniknąć, ale można nauczyć się nim zarządzać, żeby nie odbierał nam zdrowia. Dbanie o swój spokój ducha może być naprawdę przyjemne!

Stres to nasza wrodzona reakcja na zagrożenie – organizm uruchamia mechanizm „walcz albo uciekaj”, co powoduje napięcie mięśni, przyspieszone bicie serca i wzrost ciśnienia. Wydzielane są hormony kortyzol i adrenalina, co przy długotrwałym stresie nie służy zdrowiu. Jak można temu zaradzić?

Dobra rutyna

Warto uregulować swój rytm dobowy – mieć stałe pory snu, stałe godziny posiłków i czas na wieczorne

wyciszenie. To stabilizuje poziom hormonów mających wpływ na stres. Redukuje też lęk.

Trenuj uważność

Stres to często wyczerpująca gonitwa myśli, ale też niepokój. Antidotum na to może być mindfulness, czyli stan świadomej obecności. Weź kilka głębokich wdechów i skup uwagę na tym, co czujesz i robisz. Nazwij i opisz w myślach swoje doznania w ciele, np. napięcie w karku, ucisk w brzuchu. Wyobraź sobie,

jak wdychane powietrze dociera do tych miejsc.

Drobne przyjemności

Chodzi o momenty tylko dla ciebie, w których robisz coś, co lubisz. Może być to zupełnie prosta rzecz, na którą nie miałaś czasu w innej porze dnia, jak wypicie kubka herbaty i delektowanie się jej smakiem, aromatyczna kąpiel albo po prostu nicnierobienie.

Spowolnij oddech

Warto poznawać różne techniki oddechowe, bo

świetnie uspokajają organizm, pomagając opanować napięcie. Gdy tylko poczujesz fizyczne objawy stresu, np. wzmożone pocenie, szybsze bicie serca, drżenie rąk, zacznij spokojnie, miarowo oddychać. Jedną ze skutecznych metod jest spowolnienie oddechu, co obniża tętno i uspokaja myśli. Zrób wdych przez nos trwający 4 sekundy, zatrzymaj powietrze na 4 s, zrób wydech ustami przez 4 s, znów zatrzymaj oddech na 4 s. Powtórz całość co najmniej 5 razy.



PAMIĘTAJ O NAWODNIENIU!

Nawet niewielkie odwodnienie zwiększa produkcję hormonu stresu (kortyzolu). Może też zaburzać produkcję serotoniny – hormonu szczęścia, co potrafi nasilać lęk.

NA PÓŁCE Szałwia w cukierku

Cukierki Szałwiowe niemieckiej firmy Reutter ulepszają funkcjonowanie gardła i krtni. Działają odświeżająco na słuzówkę. Można je nabyć w aptekach i zielarniach.

• ok. 11 zł (50 g)



Dla malucha i dorosłego

Mediprolac Krople to suplement diety zawierający szczep bakterii Lactobacillus rhamnosus GG, przeznaczony dla niemowląt, dzieci i dorosłych. Wspiera mikroflorę jelitową oraz odporność.

• ok. 11 zł (5 ml)



Miód z Nowej Zelandii

Oryginalnie wytwarzany i rozlewany w Nowej Zelandii Miód Manuka MGO 400+ od Manuka Health – zawiera nawet 777 mg / kg metylglicyloksalu na kilogram.

• ok. 155 zł (250 g)



Kłopoty z żołądkiem?

Silicolgel może być stosowany w leczeniu: zgagi, refluksu, wymiotów oraz objawów zespołu jelita drażliwego (wzdęć, bólu brzucha, biegunki).

• ok. 46 zł (12 sasz.)



W trosce o oczy

Oryginalne szwedzkie tabletki Blue Berry Plus są polecane osobom, które chcą wspierać dobry wzrok i vitalność. Zawierają ekstrakt z borówki, świetlika, cynk, miedź oraz witaminę A. Do nabycia na newnordic.pl

• ok. 54 zł (60 tabl.)



MOŻESZ TEMU ZAPOBIEC

Mała ranka, duży problem?

Tak może się zdarzyć, jeśli zawczasu nie zadamy odpowiednio o skaleczenie czy otarcie, zwłaszcza jeśli miejsce to jest zabrudzone. Oto instruktaż, który pozwoli uniknąć zakażenia rany i długiego gojenia się jej.

- Zanim przystąpisz do opatrywania rany, dokładnie umyj ręce ciepłą wodą i mydłem, by nie przenieść z nich bakterii, wirusów, grzybów czy roztozczy. Bogaty mikrobiom na skórze jest normalny, stanowi on naturalną ochronę przed patogenami, zapewnia właściwe pH skóry i równowagę wodno-lipidową. Jednak przy braku prawidłowej higieny rąk może stać się przyczyną zakażenia rany.

- Następnie wypłucz ranę obficie wodą, solą fizjologiczną lub antyseptykiem – by usunąć z niej zarazki.

- W następnym kroku do-

konaj oględzin rany. Przyjrzyj się, na ile rozległe jest skaleczenie, czy mocno krwawi, czy wciąż jest zabrudzone – jeśli tak, lepiej, żeby zobaczył je lekarz.

- Do dezynfekcji wskazany jest antyseptyk ze środkiem biobójczym. Według zaleceń specjalistów, preparat taki powinien zawierać jedną z czterech substancji: poliheksanidynę, oktenidynę, powidon jodu lub podchloryny. Ma on postać płynu, żelu lub aerozolu.

- Pomocny będzie też preparat wspomagający gojenie (np. z kwasem hialuronowym). Zarówno specjalistyczny opatrunek, jak i maść lub spray służą temu, by zapewnić jak najlepsze środowisko gojenia rany, poprawić wytrzymałość blizny i elastyczność tkanki, a także korzystnie wpłynąć na efekt gojenia.

Zanim opatrzysz ranę,
dokładnie umyj ręce.



REKLAMA

NOWY STANDARD W GOJENIU **RAN**



maść i spray
wyrób medyczny



UNIKALNA
FORMUŁA

5

SKŁADNIKÓW

KADEFARM

www.ranisilver.pl

Dystrybutor w Polsce / Podmiot prowadzący reklamę: Kafefarm Sp. z o.o., Sierostaw, ul. Gipsowa 1B, 62-080 Tarnowo Podgórne, Producent: Sakura Italia Sr., Via Mantova, 24, 25017 Lonato del Garda (BS), Włochy www.kadefarm.pl

TT_RSV_5_26_PC

To jest wyrób medyczny. Używaj go zgodnie z instrukcją używania lub etykietą.

blisko ludzi

Jeśli paszport straci ważność podczas pobytu za granicą, do kraju możemy wrócić nawet z nieważnym dokumentem.



ZANIM WYPISZESZ WNIOSEK O URLOP

Sprawdź, czy masz ważny paszport

Planując wakacje łatwo przeoczyć jedną z kluczowych kwestii: ważność paszportu. Tymczasem brak tego dokumentu może skutecznie pokrzyżować urlopowe plany.

Jeśli chcemy podróżować poza Unię Europejską, musimy mieć ważny paszport. Co więcej, niektóre kraje, np. Egipt czy Indie, wymagają, aby dokument był ważny co najmniej 6 miesięcy od dnia wjazdu. Czasem są jeszcze dodatkowe wymagania, np. władze Tajlandii mogą odmówić wjazdu, jeśli w paszporcie nie ma dwóch pustych stron. Takie informacje można

sprawdzić na stronie: gov.pl/dyplomacja/informacje-dla-podrozujacych lub w aplikacji mObywatel.

Nie tylko data

• Paszport traci ważność po upływie terminu określonego w dokumencie (wydawany jest na 10 lat dla dorosłych, a na 5 lat dla dzieci do 13 lat). Ale nie tylko wtedy. Jeśli zgłosimy zgubienie dokumentu,

a potem go odnajdziemy, to z takim paszportem już nie przekroczymy granicy. Z chwilą zgłoszenia zostaje on unieważniony. Po zmianie danych (np. nazwiska) dokument jest ważny jeszcze przez 120 dni – o tym często zapominają młode mężatki, które po ślubie przyjęły nazwisko męża.

Składamy wniosek

• Można go złożyć w dowolnym urzędzie paszportowym. Trzeba to zrobić osobiście, ponieważ od osób powyżej 12. roku życia pobierane są odciski palców. Dokument będzie gotowy do odbioru w tym samym punkcie – zwykle po miesiącu.

• Wniosek paszportowy dla dziecka do 12. roku życia można złożyć przez internet, przez stronę gov.pl/gov/uzyskaj-paszport-dla-dziecka, a od niedawna również w aplikacji mObywatel.

• Potrzebne będą: aktualne kolorowe zdjęcie, dotychczasowy paszport (a w razie jego braku dowód osobisty) oraz potwierdzenie wniesienia opłaty.

• Standardowa opłata dla osoby dorosłej wynosi 140 zł, jednak przewidziano wiele zniżek. Przykładowo: renciści i emeryci płacą połowę, a osoby po 70. roku życia są z opłaty zwolnione.

NA PÓŁCE

Kto sieje wiatr

DONNA LEON

Sledztwo w sprawie morderstwa prowadzi komisarza Brunettiego za zamknięte drzwi arystokratycznego weneckiego palazzo. Kto miał motyw, by zabić spokojnego, bezbronnego człowieka?

Oficyna Literacka Noir sur Blanc



101 rzeczy, które musisz zrobić, zanim skończą się wakacje

**MØRLAND NILS
PETTER MIKKEL NIVA**

Pomysły na ciekawe zabawy dla dzieci. Choć książka przeznaczona dla najmłodszych, będzie też inspiracją dla rodziców, którzy chcą oderwać swoje pociechy od ekranu.

Wyd. Znak



Dylematy kobiet pracujących

**FUMIO
YAMAMOTO**

Pięć zabawnych, a jednocześnie gorzkich opowiadań o kobietach, które nie chcą dostosować się do narzuconych im norm.

Wyd. W.A.B.



HARLAN COBEN „NIE MA GŁUPICH”

Lata mijają. Sekrety pozostają

Rok po wydarzeniach, które miały miejsce w powieści „Już mnie nie oszukasz”, tajemnica ze studenckich czasów Samiego Kierce'a powraca.

Sami Kierce, młody absolwent college'u podróżujący z przyjaciółmi po Hiszpanii, budzi się pewnego ranka z zakrwawionym nożem w dłoni. Obok niego leży ciało jego dziewczyny. Anna jest martwa. Sami zaczyna krzyczeć – a potem ucieka.

Dwadzieścia dwa lata później Kierce, prywatny detek-

tyw i świeżo upieczony ojciec, łąta domowy budżet, ucząc przyszłych śledczych w nowojorskiej szkole wieczorowej. Na zajęciach z zaskoczeniem rozpoznaje znajomą twarz. To bez wątpienia Anna. Ale gdy tylko nawiązuje z nią kontakt wzrokowy, kobieta ucieka.

Kierce nie ma wyboru. Wie, że musi ją odnaleźć, skonfrontować się z własną przeszłością i rozwiązać zagadkę, która prześladowuje go od tamtego straszego dnia. Jego wspomnienia są wyraźne, ale po

tylu latach fakty nie pasują do siebie. Im głębiej drąży, tym bardziej jest przekonany, że być może niektóre sekrety powinny jednak pozostać w ukryciu...

Wydawnictwo Albatros

Harlan Coben

Jeden z czołowych światowych autorów beletrystyki, którego powieści są publikowane w 46 językach. Wszystkie serie na podstawie jego książek biją rekordy popularności, o role w nich ubiegają się topowi aktorzy.

HARLAN COBEN

Nie ma głupich

thriller



BEZPIECZNE OSZCZĘDNOŚCI

Gdy bank ma kłopoty

Jeśli jakiś bank ma problem z obsługą należności, do akcji wchodzi Komisja Nadzoru Finansowego (KNF). Może zdecydować, że inny bank go przejmie. Z punktu widzenia klientów niewiele się wtedy zmienia. Konta, lokaty, karty działają tak samo. Inna będzie tylko nazwa i numery rachunków, ale np. oddziały pozostaną w tym samym miejscu.

KNF może też zdecydować o przymusowej restrukturyzacji banku. Zostaje wtedy utworzony tzw. bank pomostowy. Klienci są w nim obsługiwani jak do tej pory, nie muszą podpisywać nowych umów, przenieść kont czy lokat.

Co z pieniędzmi

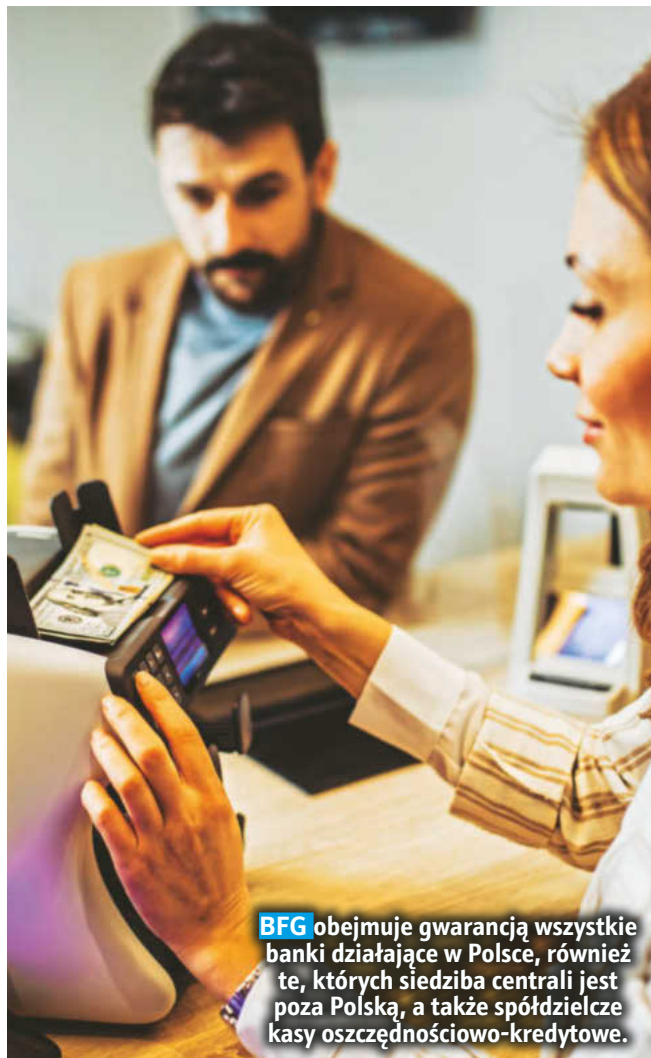
Wszystkie depozyty przechodzą do nowego banku. Umowy (np. dotyczące lokat, kont oszczędnościowych, funduszy) mają zachowane warunki, nie trzeba podpisywać nowych ani aneksów. Kredyty też trzeba nadal spłacać na takich samych zasadach. Jeśli na konto wpływała emerytura lub wynagrodzenie, nowy bank powiadomi ZUS lub pracodawcę o zmianie numeru konta. My nie musimy się o to martwić.

Gwarancja BFG

Ogłoszenie upadłości to ostateczność. Na wypadek, gdyby jednak do niej doszło,

działa gwarancja Bankowego Funduszu Gwarancyjnego (BFG). Obejmuje ona środki

zgrupowane na rachunkach, lokatach i depozytach do równowartości 100 tys. euro (obecnie ok. 423 tys. zł). Ze stratami może więc liczyć się tylko ten, kto w jednym banku zdeponował kwotę powyżej tego limitu.



BFG obejmuje gwarancją wszystkie banki działające w Polsce, również te, których siedziba centrali jest poza Polską, a także spółdzielcze kasy oszczędnościowo-kredytowe.

ZMIANY W PRAWIE PRACY

Nowe zasady obliczania stażu



Od 1 stycznia 2026 r. w tzw. budżetówce, a od 1 maja 2026 r. w firmach prywatnych do stażu pracy wliczane są okresy aktywności zawodowej, które dotąd były pomijane. Są to umowy zlecenia i agencyjne, o ile odprowadzane były od nich składki na ubezpieczenia społeczne. Wliczany jest też okres prowadzenia działalności gospodarczej. W praktyce to znaczy, że pracownik, który w ten sposób pracował, szybciej nabywa prawo do 26 dni urlopu wypoczynkowego. Mogą mu też przysługiwać wyższe dodatki stażowe i odprawa. Aby z tego skorzystać, trzeba złożyć u pracodawcy zaświadczenie z ZUS-u. Jest ono wydawane na wniosek, który składa się przez platformę eZUS.

TO SIĘ PRZYDA RODZICOM!

Bezpłatny poradnik

Zakład Ubezpieczeń Społecznych opublikował poradnik dla rodziców i opiekunów dzieci. Wyjaśnia w nim zasady podlegania ubezpieczeniom społecznym i świadczeń. Pokazuje krok po kroku, jak skorzystać z przysługujących praw. Dowiemy się z niego m.in., kiedy ZUS może podważyć umowę o pracę zawartą przez kobietę w ciąży, jak długo trzeba pracować, żeby otrzymać zasiłek opiekuńczy i czy rodzic na zwolnieniu lekarskim może odpowiadać na służbowe e-maile. Poradnik znajdziemy na stronie: www.zus.pl/-/zus-daje-konkretne-wsparcie.



PRZYDATNE W DOMU



Owocowy smak

Herbaciany Ogród to seria herbattek, których owocowy smak – malinowy, leśny lub truskawka z poziomką – pochodzi z naturalnych składników. Zawierają one kawałki owoców, dzięki którym napój jest wyjątkowo aromatyczny.

■ Herbapol, 5,99 zł/100 g



Obiad w 6 minut

Jeśli masz ochotę na coś pożywnego, sięgnij po Zupę ramen z makaronem oraz kawałkami kurczaka. To naturalnie pyszna propozycja inspirowana kuchnią azjatycką, przygotowana z dbałością o składniki oraz smak.

■ Frosta, ok. 19 zł/400 g

Kokosowo-czekoladowa rozkosz

Lody Grycan Kokosowe z mleczną czekoladą i sosem mleczna czekolada to wyjątkowe połączenie egzotycznego kokosa z przyjemną słodyczą chrupiącej czekolady. Kremowa konsystencja i wyrazisty smak sprawiają, że to deser, który świetnie sprawdzi się jako chwila relaksu po długim dniu. Dostępne są w sklepach Żabka oraz Lodziarni-Kawiarniach Grycan.



Truskawki w roli głównej

Soczyste i pachnące słońcem + to właśnie takie smakują najlepiej. Słodkie, pełne aromatu... Aż proszą się, żeby zrobić z nich coś wyjątkowego.

Czekoladowy serniczek

SKŁADNIKI: ● 750 g mielonego twarogu ● 2 łyżeczki żelatyny ● 260 g gorzkiej czekolady ● po 150 g masła i cukru ● 200 g czekoladowych herbatników ● 300 g śmietany 30% ● 500 g truskawek ● 50 g stopionej białej czekolady ● 2 łyżki dowolnej konfitury morelowej

PRZYGOTOWANIE:

1. Żelatynę namocz wg przepisu. Stop masło i 60 g gorzkiej czekolady. Dodaj pokruszone ciastka. Masą wylep formę. Ubij 200 g śmietany. Pozostałą podgrzej, rozpuść w niej resztę gorzkiej czekolady i żelatynę. Ser połącz z cukrem i masą czekoladowo-śmietanową. Dodaj bitą

Wybierając truskawki, kieruj się przede wszystkim zapachem – im bardziej intensywny i słodki, tym lepszy smak owoców. Zwróć też uwagę na kolor: powinny być równomierne czerwone, bez białych lub zielonych końcówek.

śmietaną. Wylej na spód z ciastek. Schładzaj przez 2 godziny.
2. Konfiturę podgrzej, przetrzuj. Na wierzchu ułóż pokrojone truskawki. Posmaruj konfiturą i ozdób białą czekoladą. Schłódź.

Czas przygotowania: 65 minut
Porcje: 12
Stopień trudności: średni

Kanapki waflowe

SKŁADNIKI: ● 300g truskawek ● 8 bezików (ok. 20 g) ● 2 łyżeczki skrobi ● 1 łyżka likieru pomarańczowego ● 8 sztuk (ok. 100 g) wafli maślanych

PRZYGOTOWANIE:

1. Truskawki oczyść, 2 odłóż, a resztę pokrój. Około 3/4 truskawek przełóż do blendera i zmiksuj na gładki mus. Wymieszaj ze skrobią, podgrzewaj na małym ogniu, mieszając, przez 1-2 minuty, aż zgęstnieje.

Dodaj pokruszone beziki, pozostałe kawałki truskawek oraz odrobinę likieru.
2. Gotową masę równomiernie posmaruj cztery wafle, rozprowadzając ją dokładnie po całej powierzchni. Przykryj je pozostałymi wafkami i lekko dociśnij, aby warstwy dobrze się połączyły. Przełóż wafle do zamrażarki na ok. godzinę, aby masa stężała i nabrała odpowiedniej konsystencji. Udekoruj odłożonymi truskawkami.



Czas przygotowania: 30 minut
Porcje: 4
Stopień trudności: łatwy

Tarta z różową panna cotta

SKŁADNIKI: ● 250 g herbatników owsianych ● 120 g masła ● 100 g białej czekolady ● 600 g truskawek ● 5 łyżeczek żelatyny ● 1 laska wanilii ● 150 g śmietany 30% ● 50 ml mleka ● 50 g cukru ● tłuszcz

PRZYGOTOWANIE:

1. Ciastka pokrusz. Masło stop, ostudź. Ciastka połącz z masłem. Masą wylep natłuszczoną formę. Czekoladę stop na parze. Posmaruj spód. Schłodź.
2. Truskawki opłucz, oczyść, 150 g przetrzuj

przez sitko. Żelatynę rozpuść w 1/5 szkl. wrzątku. Laskę wanilii przekrój wzdłuż, zeszkrob ziarenka.
3. Śmietanę, mleko, cukier, ziarenka i laskę wanilii gotuj 8 minut, ostudź. Wyjmij laskę wanilii. Do masy wlej żelatynę i mus truskawkowy, wymieszaj. Ostudź, napełnij masą spód. W masę powciskaj resztę truskawek. Wstaw do lodówki na 4 godziny.

Czas przygotowania: 45 minut
Porcje: 10
Stopień trudności: średni



Dwukolorowy przekładaniec

SKŁADNIKI: ● 1 kg truskawek ● 250 ml śmietany 36% ● 3 łyżeczki żelatyny ● 4 łyżki soku z cytryny ● 4 łyżek cukru ● 1 cukier waniliowy ● 3 łyżki migdałowego likieru lub syropu do kawy

Dołóż do reszty musu, wymieszaj.

PRZYGOTOWANIE:

1. Truskawki oczyść, 8 odłóż do dekoracji, resztę zmiksuj z cukrem i sokiem z cytryny. Powstały mus przetrzuj przez sitko.
2. Żelatynę rozpuść wg instrukcji i połącz z 4 łyżkami musu truskawkowego.

3. Śmietanę ubij z cukrem waniliowym. Dalej ubijając, dolej likier lub syrop. Odłóż 3/4 bitej śmietany, resztę wmixuj do musu. Schłodź 8 szklanych pucharków. Warstwami układaj w nich masę truskawkową i bitą śmietanę. Schładzaj godzinę. Ozdób odłożonymi owocami.

Czas przygotowania: 30 minut
Porcje: 8
Stopień trudności: łatwy

Kokosowa pychotka

SKŁADNIKI: ● 600 g truskawek ● 400 g mielonego sera ● 200 ml mleczka kokosowego ● 300 g śmietany 36% ● 200 g ciastek owsianych ● 100 g masła ● 5 łyżeczek żelatyny ● 90 g cukru ● 1/2 op. galaretki truskawkowej

PRZYGOTOWANIE:

1. Ciastka pokrusz, połącz ze stopionym masłem. Wylep tortownicę. Żelatynę rozpuść wg instrukcji. Zmiksuj 100 g truskawek z 1 łyżką cukru i żelatyny. Schładzaj 10 minut.

2. Zmiksuj twaróg z resztą cukru i mleczkiem. Dodaj pozostałą, rozpuszczoną w odrobinie wody żelatynę, wymieszaj i schłodź. Połącz z ubitą śmietaną.
3. Połowę masy i piure wyłóż na spód, przemieszaj. Nałóż resztę masy i piure, znów przemieszaj. Schładzaj przez noc. Galaretkę rozpuść w 125 ml wody. Sernik obłóż resztą truskawek, polej galaretką.

Czas przygotowania: 45 minut
Porcje: 12
Stopień trudności: średni



WYSPY ZIEŁONEGO PRZYŁĄDKA

Boski naszyjnik na oceanie

Coraz bardziej popularny wśród Polaków archipelag zachwyca krajobrazami i rozbrzmiewa muzyką. Tu wakacje mogłyby trwać wiecznie...



Gdy patrzymy na tę wioskę przyklejoną do skały, czujemy zachwyt, podziw i zdziwienie.

Nazwa wyspy Sal oznacza sól. Różowe saliny są jak namalowane. Bardzo zdrowe!



Wyspy rozbrzmiewają nostalgiczną muzyką. Stąd pochodziła lubiana też w Polsce pieśniarka, Cesária Évora.

Jeśli jesteśmy w okolicach zwirotnikowej części Oceanu Atlantyckiego, 450 kilometrów na zachód od Senegalu w Afryce. Turystyczna kariera Wysp Zielonego Przylądka zaczęła się później niż leżących tysięcy kilometrów na północ Wysp Kanaryjskich i nie była tak burzliwa. Dzięki temu Cabo Verde (to portugalska nazwa) uniknęło dewastacji dziesięcioletniego środowiska naturalnego.

Tu zawsze świeci słońce

Poznanie archipelagu zaczyna się od Sal. To właściwie jedna wielka wydma z kilkoma miasteczkami. Ma szerokie i długie plaże i, uwaga, 350 słonecznych dni w roku. Dlatego to raj dla plażowiczów i romantycznych dusz ceniących długie spacerowanie nad oceanem.

Sal znaczy po portugalsku sól. Zatem odwiedzmy saliny. Widok niesamowity. A Pedra de Lume stała się turystyczną atrakcją. Można się tu kąpać. Ściśle według zaleceń, bo właściwości lecznicze w nadmiarze mogą zaszkodzić.

Skarby czekają na nas

Boa Vista też jest wyspą płaską, plażową i pustynną, nazywaną Saharą Wysp Zielonego Przylądka. Faktycznie część piasku wiatr przynosi z daleka, aż z odległej pustyni. Poza plażami największą atrakcją są wody wokół Boa Visty. Na dnie spoczywają tu setki wraków z podbojów Ameryki. Może jakiś złoty skarb czeka właśnie na nas?

Atlantyk z lotu ptaka

Jeśli kuszą nas majestatyczne góry, zaprasza wyspa Santo Antão. Trudniej tam się dostać, ale widoki obłędne. Tutaj jeden dzień wystarczy. To miejsce raczej dla gotowych na ciężkie warunki podróżników, nie wakacyjnych turystów.

Bardziej surowa jest Fogo. Widok z samolotu, gdy nad nią przelatujemy... odbiera mowę. Wyspa jest częścią wulkanu chowającego się kilometry pod powierzchnią Atlantyku.

Odwiedzmy jeszcze São Vicente. Warto zajrzeć na nią choćby dla legendy bosonogiej diwy, jak nazywano pieśniarkę Cesária Évora. Tu się urodziła, tu wyjątkowo brzmia jej tęskne melodie. Siadamy w kawiarence i możemy się rozmarzyć...



Nigdzie nie znajdziemy takich plaż. Tu przechodzą w wydmy, i znów wracają na brzeg oceanu. Cudownie.

24.05.1946 – URODZIŁA SIĘ IRENA KIRSZENSTEIN-SZEWIŃSKA

Legenda sportu

Wybitna lekkoatletka, siedmiokrotna medalistka olimpijska, rekordzistka Europy i świata, członkini MKOl... Wymieniacz można bardzo długo, bo Irena Szewińska była w światowym sporcie zjawiskiem wyjątkowym. Na swoje pierwsze igrzyska – do Tokio – poleciała w wieku 18 lat i wywalczyła tam złoto w sztafecie 4 x 100 m i srebro na 200 m oraz w skoku w dal. A potem równie intensywnie zapisywała karty historii lekkoatletyki.



Mimo międzynarodowych sukcesów nigdy nie przestała być sobą – skromnym i życzliwym człowiekiem.

25.05.1960 – PREMIERA FILMU „DO WIDZENIA, DO JUTRA”

Miłość nie zna granic?

O tym debiucie reżyserskim Janusza Morgensterna mówiono, że jest niczym francuskie Kino Nowej Fali, ale w wersji znad Wisły. A tak naprawdę znad Motławy, bo miłosna historia Polaka Jacka i Francuzki Margueritte (Zbigniew Cybulski i Teresa Tuszyńska na zdj.) rozgrywa się w Gdańsku.



22.05.1859 – urodził się Arthur Conan Doyle, twórca postaci Sherlocka Holmesa.
23.05.1926 – Halina Konopacka ustanowiła pierwszy polski lekkoatletyczny rekord świata, uzyskując w rzucie dyskiem 34,15 m.
24.05.1878 – urodziła się Helena Mniszkówna, autorka powieści „Trędowata”.
25.05.2005 – w Stambule w finale Ligi Mistrzów Liverpool FC pokonał po rzutach karnych AC Milan (3:3; karne 3:2). W bramce Liverpoolu wystąpił Jerzy Dudek.
26.05.1967 – urodził się Bartłomiej Topa.
27.05.1983 – żaglowiec „Dar Pomorza” przekształcono w statek-muzeum.
28.05.1974 – premiera komedii „Nie ma mocnych”.

Od 22 do 28 maja 2026

HOROSKOP



Baran 21.3 – 20.4

MIŁOŚĆ Poczujesz potrzebę bliskości. Unikaj impulsywnych słów podczas dyskusji. **PRACA** Przed weekendem skup się na domykaniu projektów. Twoja inicjatywa zostanie zauważona. **ZDROWIE** Nie odkładaj badań kontrolnych – profilaktyka zapoczątkuje w przyszłości.



Byk 21.4 – 21.5

MIŁOŚĆ Warto porozmawiać o zbliżających się wakacjach. Singielki mogą odnowić dawną znajomość. **PRACA** Czekaj Cię analiza finansów. W grę wchodzi dodatkowa propozycja zarobku. **ZDROWIE** Warto ograniczyć ciężkostrawne potrawy oraz nadmiar słodyczy.



Bliźnięta 22.5 – 21.6

MIŁOŚĆ Flirt i lekkość zagoszczą w Twoim życiu. Ktoś zaskoczy Cię wiadomością. **PRACA** Pomysły Bliźniąt zyskają uznanie. Śmiało zaprezentuj nową koncepcję przełożonym. **ZDROWIE** Zredukuj ilość bodźców. Ulgę przyniesie nawet krótka medytacja.



Rak 22.6 – 22.7

MIŁOŚĆ Czas spędzony w rodzinnym gronie wzmocni więzi. Ukochani doceni Twoją troskę. **PRACA** Skup się na obowiązkach. Nie bierz jednak na siebie cudzych zadań. **ZDROWIE** Zaplanuj wieczór z ciekawą książką w ręku lub przy ulubionym serialu.



Lew 23.7 – 23.8

MIŁOŚĆ Romantyczny gest odmieni atmosferę w związku. Możliwe spontaniczne wyznanie uczuć. **PRACA** Nie bój się zabrać głosu na spotkaniu. To dobry moment na planowanie projektów. **ZDROWIE** Lwy będą potrzebowały więcej ruchu na świeżym powietrzu.



Panna 24.8 – 23.9

MIŁOŚĆ Postaw na konkret zamiast domysłów. Szczerość rozwiąże napięcie. **PRACA** Twoja dokładność zapoczątkuje. Uporządkuj dokumenty. Ktoś poprosi Cię o poradę. **ZDROWIE** Wprowadź dobre nawyki żywieniowe. Zatrzeszcz się o plecy w trakcie pracy.



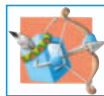
Waga 24.9 – 23.10

MIŁOŚĆ Wyjazd w dwoje poprawi relacje. Możesz liczyć na miłe spotkanie towarzyskie. **PRACA** Dyplomacja pomoże załagodzić spięcia. Współpraca przyniesie lepsze efekty niż rywalizacja. **ZDROWIE** Zrelaksuj się przy muzyce lub sztuce. Unikaj przemęczenia.



Skorpion 24.10 – 23.11

MIŁOŚĆ Spodziewaj się dyskusji o przyszłości. Nie wracaj do dawnych urazów. **PRACA** Skoncentruj się na jednym celu. Uważaj na napięcia w zespole. **ZDROWIE** Kluczowe będą chwile na regenerację, a także odpoczynek psychiczny. Wysypiaj się regularnie.



Strzelec 24.11 – 22.12

MIŁOŚĆ Spontaniczny wyjazd sprzyja nowym znajomościom. Nie składaj deklaracji pod wpływem chwili. **PRACA** Nauka nowych umiejętności przyniesie korzyści. Możliwa ciekawa oferta współpracy. **ZDROWIE** Nadmiar zadań obniży Twoją energię. Stawiaj granice.



Koziorożec 23.12 – 20.1

MIŁOŚĆ Twoja druga połowa doceni lojalność, a także konsekwencję w działaniu. **PRACA** Zachowaj cierpliwość i nie angażuj się w konflikty w środowisku zawodowym. **ZDROWIE** Organizm może sygnalizować przeciążenie. Zwróć uwagę na postawę ciała.



Wodnik 21.1 – 19.2

MIŁOŚĆ Zaskok partnera czymś nietypowym. Ciekawa znajomość może pojawić się online. **PRACA** Nie obawiaj się zmian technologicznych. Działanie w grupie przyniesie sukces. **ZDROWIE** Twój układ nerwowy potrzebuje wyciszenia i przerwy od bodźców.



Ryby 20.2 – 20.3

MIŁOŚĆ Wrażliwość Ryb przyciągnie bratnią duszę. Okaż więcej zainteresowania. Unikaj niedomówień. **PRACA** Intuicja pomoże podjąć dobrą decyzję. Nie odkładaj ważnych spraw na później. **ZDROWIE** Kontakt z naturą przyniesie spokój. Zadbaj o równowagę emocjonalną.

Telefony głównych stacji telewizyjnych: TVP 1, TVP 2, TVP Info – 22 547 44 50, TVP Polonia – 22 387 54 21, Polsat – 22 514 52 50, TVN – 22 856 61 61, TV 4 – 22 715 92 50, TVN 7 – 22 856 61 61



Redaktor naczelna: Marta Lubartowska **Redaktor zarządzająca:** Magdalena Adamcio **Hub Rozrywka i TV: Red. zarządzająca:** Anita Nawrocka **Planner:** Adam Piosik **Koordynator:** Dorota Skalska **Redaktorzy:** Andrzej Czapski, Bogumiła Deka, Ewa Gassen-Piekarska, Marzena Juraczko, Joanna Kotakowska, Iwona Leonczuk, Paulina Miłuska, Hanna Miłkowska, Maciej Misiorny, Joanna Pasztelańska, Mirosław Piwowarek, Katarzyna Sobkowicz-Rusiecka **Hub Poradniki: Red. zarządzająca:** Monika Bobowska **Hub Graficzny: Dyrektor:** Robert Latek **Lider:** Mirosław Orzechowski **Koordynator:** Marcin Makarewicz **Graficy:** Edyta Ciuchta, Dominika Kraśnicka-Walinowicz, Sławomir Kozłowski, Agnieszka Glewicka, Małgorzata Porębska, Piotr Piórkowski **Hub Fotoedycji: Lider:** Agata Zasada **Koordynatorzy:** Emil Przygodzki, Magdalena Wojno **Fotoedytorzy:** Magdalena Dąbek-Makowska, Ludmiła Jeruchimowicz, Anna Jurczewska, Grzegorz Lech, Karolina Liżewska, Miłela Taflińska **Sekretariat:** Aleksandra Kominiek **Serwis TV: AKPA Polska Press Wydawnictwo Bauer Sp. z o.o., Sp. j. Zarząd: Prezes Zarządu:** Tomasz Namysł **Członkowie Zarządu:** Andrzej Chojnowski, Marek Lasota **Director, Publishing Management/Dyrektor Pionu Wydawniczego:** Marek Lasota **Dyrektor produkcji:** Piotr Orekło **Publisher/Wydawca:** Justyna Hałas **Biurowa Reklamy:** ul. Motorowa 1, 04-035 Warszawa **Dyrektor Biura Reklamy:** Izabela Sarnecka **Dyrektor Segmentu Pism Telewizyjnych:** Aneta Rym-Gałka, Aneta.Rym@bauer.pl, www.bauer.pl/reklama/ **Kolportaż: Dyrektor ds. Dystrybucji i Obsługi Klienta:** Piotr Ludwicki **Druk:** Bauer Print Ciechanów Sp. z o.o., Sp. j.

Copyright: Wydawnictwo Bauer Sp. z o.o., Sp. j. Warszawa. Wydawnictwo jest członkiem Izby Wydawców Prasy. TeleTydzień jest objęty badaniami Polskich Badań Cytelictwa. Rozpowszechnianie wszelkich materiałów wydawniczych bez zgody Wydawcy jest zabronione. Redakcja nie ponosi odpowiedzialności za treść reklam ogłoszeń w granicach wskazanych w ust. 2 art. 42 ustawy Prawo prasowe oraz za zmiany w programie telewizyjnym wprowadzone przez stację po oddaniu pisma do druku. Wydawca ostrzega PT. Sprzedawców, że sprzedają aktualnych i archiwalnych numerów czasopisma po innej cenie niż wydrukowana na okładce, jest działaniem na szkodę Wydawcy i skutkuje odpowiedzialnością sądową

Prenumerata krajowa i zagraniczna: czytelnia.pl, e-mail: prenumerata@bauer.pl, tel.: 67 210 86 05, 67 354 16 05.

Wszelkie skargi, reklamacje i pytania dotyczące publikowanych reklam należy kierować na adres: reklama@bauer.pl

krzyżówka

w ręku górnik	ognik	słowa przysięgi	▼	z ustnikiem i cybuchem	▼	wybuch wulkanu	funkcja klimatyzatora	▼	wielka ilość	stanowisko, obowiązek	▼	starogrecki instrument	▼	kawowe resztki
▶	▼			arena bokserów	▶				gatunek figowca	▶				
krawędź, brzeg		kultowy zakaz	▶			imię Zmijewskiego	▶					zatoniony statek		chodzi bokiem
▶			10	trunek z chmielu	▶				zwyczaj, nałóg	▶				
organizacja przestępcza		opłata pocztowa	▶	krępy konik	▶	uchwyt ślusarski	▶		6			stolica Wietnamu		tors, korpus
▶				na niej skarpetka	▶	... Basinger, „Nadine”	▶		niemieckie auto	▶	wolna bez domowników			3
wolny etap	film o Dzikim Zachodzie		składnik curry	kiedys worek podróży	▶						Gierszał, „Najlepszy”			
karta dań					1	owcza gromada	▶	paliwo jądrowe	▶			epoka Rubensa		prohibicja
▶				ciężki metal	▶			linijka tekstu		szybka karetk	wczasy harcerzy			
podrecznik studenta			2			Julia ..., jurorka „Mam talent!”	▶					7		
▶				przepływa przez Berno	▶				pełna szuflad		Joanna ..., grała Annę German			liczby w tabeli
zbczce		piżmian jadalny				wodny ptak		wzywały na wojnę		rozpuszczanie skał				
prowadzi „Nasz nowy dom”									5		osobliwość w kolekcji			
▶				krasomówstwo		zniewaga		uprząż dla wołów		but z wysoką cholewką	strona tułowia		Elizabeth ..., „Kleopatra”	Polak dla Polaka
Paul ..., kanadyjski wokalista	ziarna w krupniku		miazga na dżem	▶										
▶				model Volkswagena	niepowodzenie, przegrana	▶			8			ciasto dla jubilata		zapal, werwa
skraj dachu		cecha osła	▶				ostra choroba zakaźna		w księgo-wości środki własne	▶				
Han ..., grał go Harrison Ford					umówiona odpowiedź na hasło	▶					rycynowy w aptece			9
mleczny napój		zjazd partyjny	▶			4			na głowie miss	▶				
▶					gród Kasandry	▶					rybi tłuszcz			

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----

Wpisz rozwiązanie

CHWILA NA RELAKS

Twój STYL®

4 OKŁADKI
DO WYBORU

Najchętniej czytany luksusowy magazyn dla kobiet



Majowy *Twój* STYL dostępny także z prezentami: serum do ciała **Forget me not** 300 ml lub z zestawem 3 produktów marki **Biotanique**. Możesz też kupić TS w supercenie z kremem liftingującym pod oczy **BANDI** lub zestawem dwóch kremów do ciała z kolekcji **The Ritual of Sakura** i **The Ritual of Ayurveda** w podróżnych opakowaniach (2 x 50 ml).

Wersja cyfrowa oraz pełna oferta prenumeraty dostępna w sklepie czytelnia.pl

Więcej informacji na

t w o j s t y l . p l



JBL



PARTYBOX 520



FLIP 7



GO 5

**ZAWSZE NAJLEPSZY
WYBÓR**



ZESKANUJ KOD ABY UZYSKAĆ
WIĘCEJ INFORMACJI

