NETFLIX Disney+ HBO max prime video CANAL+

22.05-28.05.2026
Popularny magazyn telewizyjny
Nr indeksu 37836A
Nr 21
18 maja 2026
cena 4,49 zł
w tym 8% VAT

TeleTydzień



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



NA FAKTACH
PORWANY



KONCERT NA 50. URODZINY!
AGNIESZKA CHYLIŃSKA



WOJNA ZASTĘPCZA
RODZINKA.PL
CZAS NA WIELKIE FINAŁY
M JAK MIŁOŚĆ
LOMBARD. ŻYCIE POD ZASTAW



BENEFIS
WYWIAD
WIESŁAW OCHMAN

KUCHNIA TRUSKAWKOWA UCZTA – PRZEPISY PEŁNE SŁOŃCA

ISSN 1230-7912
9 771230 791600 21
Numer w sprzedaży do 24.05.2026

NOWA!

Kobieta i życie

Teraz więcej stron!





2 MAGAZYNY W CENIE JEDNEGO!
TYLKO **5,29 zł**

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: – Wyraź osobowość w swoim wyglądzie. Niech jurorzy się zachwycą! – 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**



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 odkryją, że za zamachem stoi dawny członek znanej im już sekty Komuna Dobra. Jej guru przebywa w więzieniu, ale zza 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 – utalentowana i niezwykle wrażliwa aktorka oraz piosenkarka – odeszła 12 maja.

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

fot. okładka: Polsat/Aldona Karczmarczyk (2), East News (2), Getty Images, AKPA, TVP (2), TV Puls (2), MTL Maxfilm, Ale kino+

fot. Forum (2), TVN (3)

Specjalnie dla Tele Tygodnia



W finale towarzyszyły Gamou jego mama oraz partnerka Eliza.

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!



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



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

Miał Pan przeczucie, że wygra „Taniec z gwiazdami"?

Ależ skąd! Jeszcze stojąc za kulisami, Hania (Żudziewicz, 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 zakończył, 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

fot. AKPA (5), East News, TVN, ZOOM

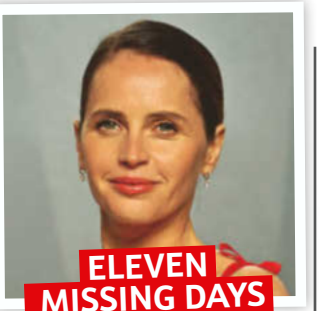
FRYDERYK 2026

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 Brytanią 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 jasnowidza. 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**

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 słoneczkiem

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 podukcja 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 prezenterami pracowite wakacje!

Finał edycji

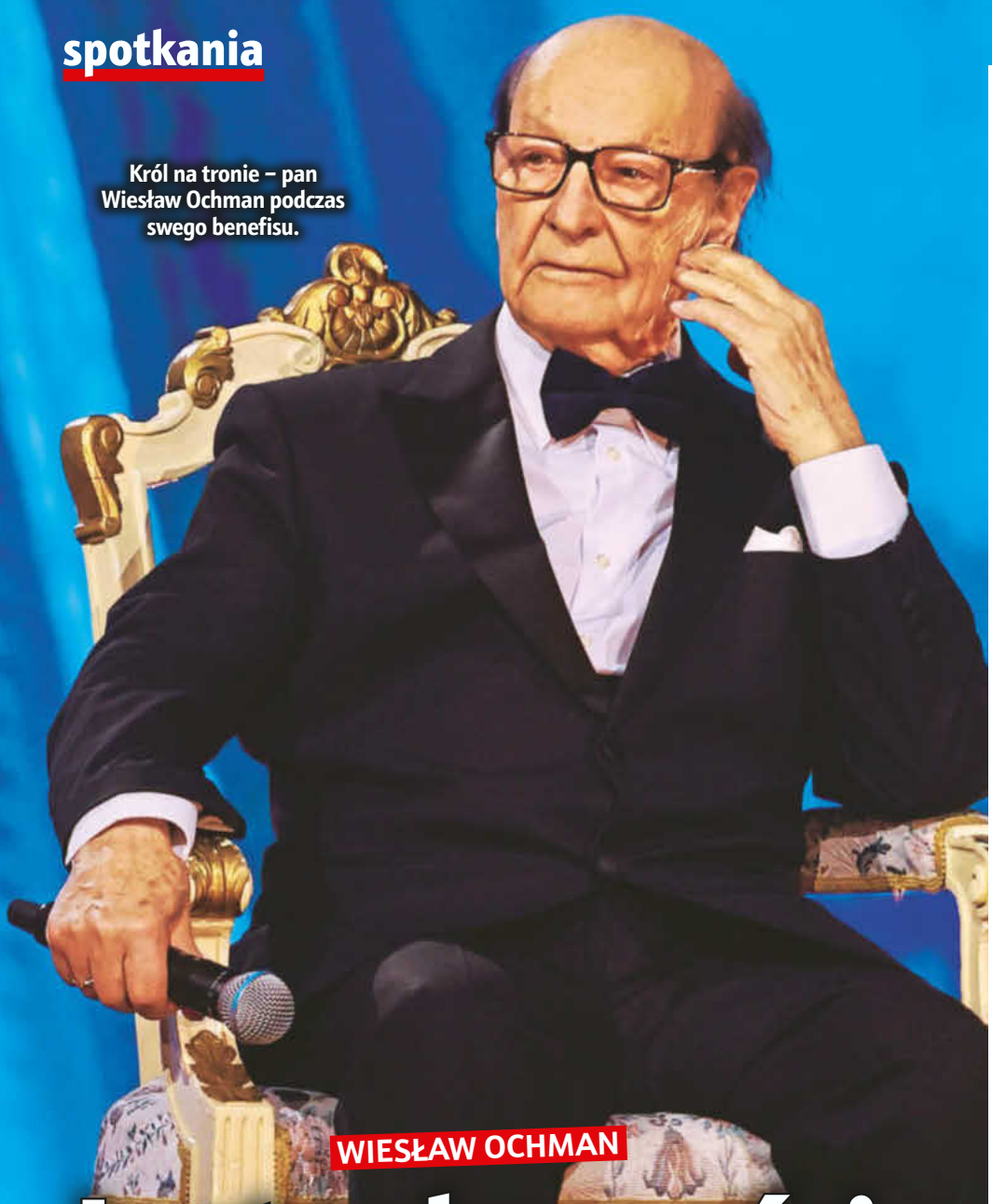


Magda Gessler już szykuje się do kolejnego sezonu.

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 rewolucji". 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**



Król na tronie – pan Wiesław Ochman podczas swego benefisu.

WIESŁAW OCHMAN

Jest własnością narodu

Wiesław Ochman jest, obok legendarnego Jana Kiepury, najsłynniejszym 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 trzynastego 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 głośniej 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 najsłynniejszych 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, Polonusi 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. Oczywiscie kiedy jestem na urlopie w Hiszpanii to widze gotowe obrazy. Pięknie kładą się cienie białej architektury, palmy, kwitnące bugenwille i niezwykłe światło.

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

Ma Pan wrażenie, że kariera Pana wnuka Krystiana niejako odkurzyła Pana postać dla szerokiej 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 poszedł w Pana ślady?

W moje ślady nie poszedł. 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 pewno bardziej odpowiada. Ale ma ze mną coś wspólnego: nie jest zazdrosny. No i piękny głos. Jest szalenie muzykalny, przecież 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 Auxilium w Zawierciu, które wspierają Szpital Powiatowy w Zawierciu, i podczas tej pracy mój przyjaciel Jarosław Świtała 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 Sawczuk, Ewa Warta-Śmietana, Bohdan Łazuka, Adam Zdunikowski, Andrzej Poniedzielski, Oskar Świtała, Krystian Ochman, Grupa MoCarta, no i ja też oczywiście.

ROZMAWIAŁA KATARZYNA SOBKOWICZ



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



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.

fot. AKPA, Forum, TVP/Waldemar Kompała (3)

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 Díeza Fernandeza przedstawiającą 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 „mączką". 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 triumfatorki 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!

fot. East News (3), Getty Images, Adobe Stock (2)



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 kozłem, 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 „nadzienie" najczęściej składają się gotowana szynka, ser Gruyère lub Ementaler oraz sos beznamelowy. 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 zaciekawił Panią Marię i postanowiła sama spróbować. Już po krótkim czasie poczuła różnicę zupełnie jak Zosia! W końcu mogą razem chodzić na ulubione spacery z kijkami. Teraz z dumą obie polecają **Kolastaw** bliskim, wiedząc, że naprawdę pomaga przy wszelkim dyskomforcie!

Nowoczesny krem kolagenowo-hialuronowy z Apteki

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

Plecy
Kolano
Łokieć
Bark
Nadgarstek
Kostka



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*

super produkt 2024 świata kobiety

* NA PODSTAWIE BADAŃ APLIKACYJNYCH

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

polsat HIT FESTIWAL

22-24 MAJA



Kayah i Dawid Kwiatkowski wykonają swój wspólny przebój.



POLSAT HIT FESTIWAL 2026

W rytmie lata



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

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!



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



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



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 Jarockiej przypomną Julia Wieniawa, Piotr Rogucki oraz Wiktor Waligóra.

➔ **POLSAT HIT FESTIWAL 2026 SO 23.05 godz. 19.55 POLSAT**



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 Dyduła 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.



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. Widowisko „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, kultowych 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.

fot. AKPA (9), East News



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

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

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.

➲ **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 sekretnie ochrzczone żydowskie dzieci. Wprawdzie przez setki lat Żydzi mieszkali w specjalnie wyznaczonych gettach i nie mogli zatrudniać 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 Marianny, 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 u innej rodziny, a później wyszła za mąż i wróciła w rodzinne strony.

Minął rok i Mortarowie pewnie już zapomnieli o Ninie. Aż nagle 23 czerwca 1858 roku, chwilę po zmierzchu, rozległ się łomot do ich drzwi. Gdy Momole je otworzył, ujrzał oddział papieskich karabinierów pod dowództwem marszałka Pietra Lucidiego i brygadiera Giuseppe Agostiniego, którzy zażądali wydania sześcioletniego 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

FOT. Ale Kino+ (4), domena publiczna



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



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 niezwykłe – 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 ŻYCIE KOŚCIOŁOWI Po wyświęceniu ojciec Pius Edgardo Mortara (Leonardo Maltese) zajął się pracą misyjną.





CHCESZ WIEDZIEĆ JESZCZE WIĘCEJ?
CZYTAJ ŚWIAT SERIALI

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 rozpaczy narzeczonego po raz trzeci przesuwa bowiem 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.

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 zjawiła się u niego z pistoletem w ręku. Pragnie zemścić się na nim za porzucenie. Gdy Mostowiakówna próbuje ją unieszkodliwić, nagle pada strzał... 60 min

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



ŚR ODC. 4724

Daniel wręcza matce oraz Kai kwiaty i je przeprasza. 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 rozsypce. Uspokaja ją dopiero rozmowa z ojcem. 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



ŚR 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

od piątku 22.05 do czwartku 28.05


Dziennikarka z dumą prezentuje Złote Pióro.

Bruno pożałuje pochopnej decyzji.

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

ŚR 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

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

ŚR 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


Doktor zauważa niepokojące objawy.

Na dobre i na złe

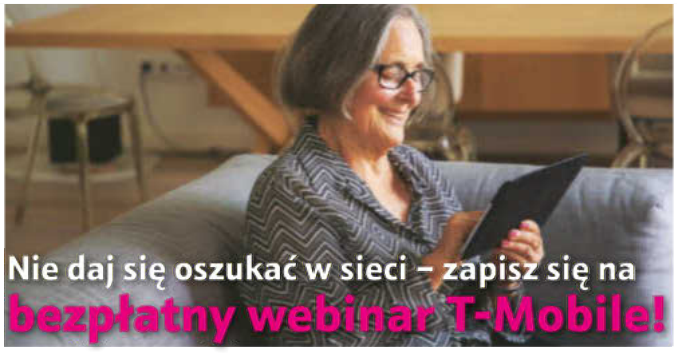
Doktor Malewicz składa zawiadomienie na policji.


Lekarka stawia czoło przeszłości.

TVP 2, 20.55 ŚR 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 zmaga się z powikłaniem po wszczepieniu 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 zaprzyjaźnioną pacjentką, Zuzą. Do Leśnej Góry wraca prawnik Maciej, który wcześniej zwrócił uwagę pielęgniarki Majki. 60 min


Gloria przeżywa niepowodzenie.

REKLAMA



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 podstępu 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. Wychowawczyni 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. Stróże 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



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 obarczony ryzykiem plan przejęcia 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 żyjące w Wilkowyjach pary do zawarcia małżeństwa. Przed ołtarzem stają 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, Kołek, 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



TVN, 16.50
PT-CZ ODC.31-35

Kaja rozmawia z Zytą o liście z Okręgowej Izby Lekarskiej oraz problemach z zarzutami. Zosia i Filip szykują się do ślubu. Niespodziewanie kobieta dowiaduje się, że ich dom weselny spłonął. 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

Akacjowa 38



TVP 1, 18.35
PT-CZ ODC.874-878

Jaime grozi Samuelowi, że doniesie na niego policji. Ten w przypływie złości dusi ojca. Diego prosi Felipe, by mu zagwarantował, że po jego wyjeździe zabójca Martina poniesie zasłużoną karę. 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 muzułmanie. 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 spłonęła. 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. Zuza i Filip nie wiedzą, kto chciał zwabić ich na przystań.
ŚR 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 Nalazka. Chronią też Hanżów, bo jeden z nich może być celem zabójcy.
ŚR 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 Górska 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 interweniują w skateparku.
WT ODC. 912 Medycy walczą o życie chłopaka, który zatruł się nieznaną substancją, by zdobyć popularność w sieci. Jego wyczyn śledzą miliony internautów. Sytuację ratuje Wiktor.
ŚR 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 wszczyna 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



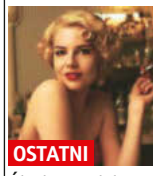
TV 4, 21.30
PO CZ ODC.153-156 Patrycja i Maksym badają serię zabójstw. Ofiarom usunięto mięśnie i organy. Wszystkie były klientkami dietetyczki Anety Brylskiej. Na plaży policja znajduje ciało funkcjonariusza. Szreder działa poza procedurami, by ująć morderców. 70 min

Co się stało z Gracie Darling



Ale kino+, 20.10
ŚR ODC.5, 6 Tablica pamiątkowa Leviego odsłania tragiczną historię. Rodzi się pytanie, dlaczego Darlingowie trzymali ją w tajemnicy. Joni i Jay przeprowadzają seans spirytystyczny. Rzuca 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



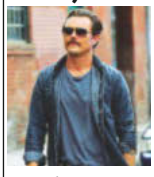
AXN, 22.05
PO ODC.9 Znana psychiatra dziecięca zostaje porwana przez krewnego byłej pacjentki. Zespół rozpoczyna poszukiwania. Okazuje się, że sprawca przed laty był oskarżony o molestowanie przyrodniej siostry Ruthie Denham. 55 min

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

Zabójcza broń 3



AXN, 21.05
ŚR 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



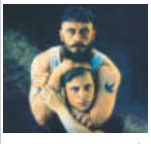
AXN, 21.05
CZ ODC.15 Zespół bada sprawę śmierci podoficera. Śledztwo ujawnia, że mężczyzna potajemnie wspierał wdowy, pomagając im finansowo i będąc dla nich oparciem. Trop prowadzi do ośrodka, w którym kobiety go poznały. 55 min

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 rozwiązaniu 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 ŚR ODC.8 Olympia broni opiekunki ze szkoły, do której uczęszczają jej dzieci. Kobieta została oskarżona o poważne przewinienie. Matty poszukuje najważniejszego dokumentu związanego ze sprawą Wellbrexa. 55 min

Paradise



FX, 22.00 CZ ODC.4 Nękany 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

sky SHOWTIME



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.

prime video

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, wydalona przed laty z uczelni za radykalne poglądy. Pozornie urocza i delikatna, skrywa mroczną naturę i chorobliwe 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.



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 pochłonięty badaniami naukowiec 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



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

PREMIERA 22.05

Panie przodem

KOMEDIA

Damien Sachs (Sacha Baron Cohen) ma pieniądze, władzę i nieprzyzwoite 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 czasoprzestrzeni rządy w firmie sprawują 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

Pod redakcją Joanny Pasztelańskiej

fot. Netflix (2), HBO MAX, Prime Video (2), SkyShowtime, Canal+

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 widzom 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, nierzadko na ich podwórkach.

Peru. Życie na 4000 metrów

WT ***TVP Dokument, 22.15***



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

Historia leniwca

ŚR ***TVP 1, 12.55***



W lasach Gujany odkrywamy strategie 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. Kultowa rola w „Dzikości serca" zapewniła mu miejsce wśród sław, a wybitna kreacja w „Zostawić 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, odsłaniając 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 *Planete+, 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
ŚR *TVN Style, 20.50*



Mama, barman, drifter i kapitan to uczestnicy pojedynku w Trójmieście. Każdy z nich stara się zachwycić 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*



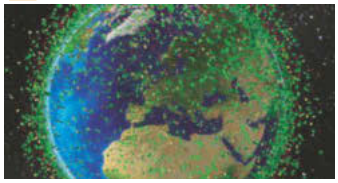
W programie nagrania z kamer i telefonów. Uchwyciły one najbardziej ryzykowne i nieprzewidywalne sytuacje na drogach. Zobaczymy m.in. brawurowe manewry i poważne wypadki.

Makro inżynieria
ND *National Geographic, 20.00*



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

Śmieci na orbicie
ŚR *Planete+, 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 kazirodztwa.

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
PIĄTEK				 NA FAKTACH
	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*** Zapracowana 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. Wieczorkowski, 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**
SOBOTA				
	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. Dracz**	**Na noże** SO ***TVP 1, 21.25*** Dzień po 85. urodzinach ginie zamożny pisarz. Krewni liczą na spadek. Prowadzący śledztwo detektyw sądzi, że mężczyznę zabił ktoś 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. Spybey**	**Dziewczyna influencera** 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. Rezner, O. Kalicka, M. Banasiuk, K. Wodka**
NIEDZIELA			 PREMIERA W TV	
	Sonic. Szybki jak błyskawica ND ***TVN 7, 17.55*** Obdarzony niezwykłymi umiejętnościami niebieski jeż poznaje 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 Michaelem. 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**

WEEKEND od piątku 22.05 do niedzieli 24.05

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. Compte, P. McDade, L. Acuna Jr.**



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**



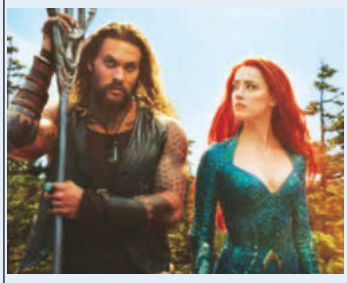
Przerwany lot

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 bezwzględnego twardziela.

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

AKCJA I PRZYGODA



Aquaman

PT ***TVN, 20.00***

Jason Momoa wciela się w potomka władczyni 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**



Dziewiąty legion

SO ***STOPKLATKA, 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**



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**

HORROR I SF



Kruk

PT ***STOPKLATKA, 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**



Zbuntowana

SO ***Kino TV, 22.00***

Kontynuacja historii rebeliantki stworzonej przez pisarkę Veronicę Roth. Naznaczona piętnem niezgodnej Tris zmaga 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**



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**

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. Zapasiewicz, E. Dałkowska, A. Seweryn**



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**



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. Trela**

	FAMILIJNY	KOMEDIA	KOMEDIA ROMANTYCZNA	DRAMAT
PONIEDZIAŁEK				 NA FAKTACH
	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. Damięcki, J. Kamińska, M. Reczek**	**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 najsłynniejszy 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**	**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**	**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 żeglować. Jego partnerka przejmuje stery. ***130 min*** **USA/Islandia/Hongkong 2018 reż. B. Kormákur, wyk. S. Woodley, S. Claflin**
WTOREK				 NA FAKTACH
	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**
ŚRODA				
	W 80 dni dookoła świata ŚR ***Ale kino+, 15.55*** Adaptacja powieści Juliusza Verne'a. XIX wiek. Ekscentryczny wynalazca Phileas Fogg podejmuje wyzwanie rzucone 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 niespiesznego 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 świń" został doceniony na MFF w Karlowych Warach. ***110 min*** **Polska 2022 reż. A. Kazejak, wyk. A. Grochowska, M. Stuhr, G. Damięcki, J. Polak**
CZWARTEK				 NA FAKTACH
	Wakacje Jasia Fasoli CZ ***TV Puls, 20.00*** Pechowiec wygrywa tygodniowy pobyt w Cannes. Od początku podróży prześladuje go pech. Rowan Atkinson w swojej życiowej roli – największej fajtłapy 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 raju** CZ ***Polsat, 21.50*** Na ekranie gwiazdorski duet znany z „Ocean's Eleven: Ryzykowna gra". Rozwodnicy lecą 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 świetny 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**

od poniedziałku 25.05 do czwartku 28.05

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**



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**



Dar
ŚR ***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**



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**

AKCJA I PRZYGODA



Sanktuarium
PO ***TVN, 22.00***

Grupa płetwonurków 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**



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**



Mroczny rycerz powstaje
ŚR ***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**



Johnny English: Nokaut
CZ ***TV Puls, 22.00***

Trzecia misja asa wywiadu, w którego wciela 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**

HORROR I SF



Ksiądz
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.

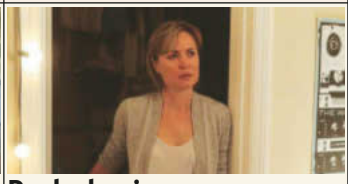
105 min **USA 2011 reż. S. C. Stewart, wyk. P. Bettany, K. Urban, C. Plummer, L. Collins**



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**



Duchy kanionu
ŚR ***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**



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**

KLASYKA



Nikita
PO ***TV 4, 22.40***

Skazana na śmierć narkomanka zostaje pracującą na zlecenie rządu zabójczynią. Po latach treningu otrzymuje zadanie. Dzieło twórcy „Leona zawodowca" Luca Bessona. Na podstawie filmu powstały dwa seriale.

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



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**



Nie ma mocnych
ŚR ***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 mąż. We wsi pojawia się obiecujący kandydat.

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



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 triumf.

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

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

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 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 absencję Hiszpana spróbuje wykorzystać Jannik Sinner. Włoch liczy na swój pierwszy triumf na kortach Rolanda Garrosa.

Pod prąd

125. edycja French Open zaserwuje 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 ukłon 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**

FOT. materiały prasowe

PIŁKA NOŻNA • PUCHAR NIEMIEC

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 odczarowania 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 Arminii Bielefeld (4:2). **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.



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 toczyć się będzie rywalizacja o pozostałe lokaty na podium. Wicemistrzostwo znajduje się w zasięgu m.in. Górnika. Zdobywca Pucharu Polski musi stanąć na wysokości zadania w meczu z Radomiakiem, licząc jednocześnie na potknięcie Jagiellonii w spotkaniu z Zagłębiem oraz Rakowa w meczu z Arką. W dolnych rejonach tabeli mający nóż na gardle Widzew zrobi wszystko, by pokonać Piasta i zapewnić sobie utrzymanie w elicie. Podobny cel ma Lechia. Gdańszczanie zwieńczą ligową kampanię konfrontacją z żegnającym się z Ekstraklasą Bruk-Betem Termalicą Niecieczą. **TJ**



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

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 zawstydza 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 Mercedesa George Russell. Brytyjczyk wydaje się głównym konkurentem Antonelllego 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 Mercedesa Lewisa Hamiltona.

George Russell wygrał dotychczas sześć wyścigów F1.

KALENDARZ SPORTOWY

PIŁKA NOŻNA

SO **Betclic 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 **Betclic 1. Liga** TVP Sport
16.25 Multi1liga

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 **Betclic 2. Liga** TVP 3
19.25 Mecz: Olimpia Grudziądz – Hutnik Kraków

ND **Liga hiszpańska** Eleven Sports 2
20.55 Mecz 38. kolejki

ŚR **Mecz towarzyski** TVP 1; TVP Sport
20.25 Mecz Gwiazd: Polska – Reszta Świata

ŚR **Liga Konferencji UEFA** Polsat Sport Premium 1
20.50 Mecz finałowy: Crystal Palace FC – Rayo Vallecano



CZ **Betclic 1. Liga** TVP Sport
17.25 Półfinałowy mecz barażowy

CZ **Betclic 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 boksu 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

(P) – możliwy występ Polaków

– polskie rozgrywki ligowe i reprezentacja Polski

WT **Tour de Pologne** TVP Sport
18.30 Prezentacja trasy
ŚR **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 MĘŻCZYZN

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
ŚR **ORLEN Basket Liga** Polsat Sport 1
20.10 Mecz półfinałowy fazy play-off
ŚR **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 (P) **Lisek w domu. Mityng Skoku o Tyczce w Dusznikach 2026** TVP Sport
13.15 6. edycja

PIŁKA NOŻNA KOBIET

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

PIŁKA RĘCZNA MĘŻCZYZN

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

SIATKÓWKA KOBIET

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 MĘŻCZYZN

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 (P) **Turniej French Open w Paryżu** Eurosport 1
11.00 Mecz 1. rundy gry pojedynczej
ND (P) **Turniej French Open w Paryżu** Eurosport 1
14.00 Mecz 1. rundy gry pojedynczej
ND (P) **Turniej French Open w Paryżu** Eurosport 1
16.00 Mecz 1. rundy gry pojedynczej
ND (P) **Turniej French Open w Paryżu** Eurosport 1; Eurosport 2
17.45 Mecz 1. rundy gry pojedynczej
ND (P) **Turniej French Open w Paryżu** Eurosport 1
20.00 Mecz 1. rundy gry pojedynczej
PO (P) **Turniej French Open w Paryżu** Eurosport 1; Eurosport 2
10.30 Mecz 1. rundy gry pojedynczej
PO (P) **Turniej French Open w Paryżu** Eurosport 1
14.00 Mecz 1. rundy gry pojedynczej
PO (P) **Turniej French Open w Paryżu** Eurosport 1; Eurosport 2
16.00 Mecz 1. rundy gry pojedynczej
PO (P) **Turniej French Open w Paryżu** Eurosport 1; Eurosport 2
18.00 Mecz 1. rundy gry pojedynczej
PO (P) **Turniej French Open w Paryżu** Eurosport 1
20.00 Mecz 1. rundy gry pojedynczej
WT (P) **Turniej French Open w Paryżu** Eurosport 1
11.00 Mecz 1. rundy gry pojedynczej
WT (P) **Turniej French Open w Paryżu** Eurosport 1
14.00 Mecz 1. rundy gry pojedynczej
WT (P) **Turniej French Open w Paryżu** Eurosport 1
16.00 Mecz 1. rundy gry pojedynczej
WT (P) **Turniej French Open w Paryżu** Eurosport 1; Eurosport 2
17.45 Mecz 1. rundy gry pojedynczej
WT (P) **Turniej French Open w Paryżu** Eurosport 1
20.00 Mecz 1. rundy gry pojedynczej
ŚR **Turniej French Open w Paryżu** Eurosport 1
11.00 Mecz 2. rundy gry pojedynczej
ŚR **Turniej French Open w Paryżu** Eurosport 1
14.00 Mecz 2. rundy gry pojedynczej
ŚR **Turniej French Open w Paryżu** Eurosport 1; Eurosport 2
16.00 Mecz 2. rundy gry pojedynczej
ŚR **Turniej French Open w Paryżu** Eurosport 1; Eurosport 2
18.00 Mecz 2. rundy gry pojedynczej
ŚR **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.



– 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 wcielili się w braci, których konflikt decyduje o losach świata.



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-latka 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 thrillera „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 blockbusterów, 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 czegóż 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 elegancką powierzchnią skrywają moralne pęknięcie. 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 przydadzą mu się na planie emocjonalnego rollercoastera, jakim jest „Przylądek strachu" (premiera 5 lipca na plaformie 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

FOT. East News, Getty Images, TVN/Warner Bros

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 poruszą. 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?

Na faktach



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

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**

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 (Erdoğan Atalay, Daniel Roesner) muszą najpierw odkryć, jakie cenne informacje niechący 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**



Kultowy serial

Serial wyróżniają efektowne sceny akcji.

Fot.: TVP, TV Puls, ZOOM, Dariusz Minkiewicz

TVP 1

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 **Akacjowa 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 Jedynce: **Grenlandzkie olbrzymy. Kraina piżmowołów 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 **Akacjowa 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 piżmowołów...

Wyprawa na wyspę wyróżniającą się unikalną bioróżnorodnością. Znajdziemy tu m.in. piżmowoła, największego roślinożercę regionu oraz jego głównego wroga, niedźwiedzia polarnego. Te dwa gatunki symbolizują wytrzymałość i dzikość 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**

20
20.10 **Sport, Pogoda**
20.30 **Powrót** (5) – serial komediowy, Polska 2022 (patrz obok)
21.30 **Nigdy nie mów nigdy** FILM – komedia obyczajowa, Polska 2009, reż. Wojciech Pacyna, wyk. Anna Dereszowska, Jan Wieczorkowski, Edyta Olszówka, Robert Więckiewicz (patrz obok)
23.25 **Wojna zastępcza** (12): Ślązak – serial szpiegowski, Polska 2025
0.20 **Bogowie ulicy** FILM – dramat kryminalny, USA 2012, reż. David Ayer
2.10 **Wszystko na sprzedaż** FILM – 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 Dereszowska, zdj.) jest singielką. Wbrew zasadom umawia się na randkę z klientem, Markiem (Jan Wieczorkowski, zdj.). To odmienia jej życie. **115 min**

TVP 2

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 – spotkajmy 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 Ekipa Góry jedzie do wypadku na budowie. Na mężczyznę spadła belka. Przy reanimacji pojawiają się komplikacje. Martyna i Basia pomagają pobitemu profesorowi. **30 min**
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 Reanimacja Cihana kończy się sukcesem. Rozwścieczona Mukadder obwinia Hancer o dramatyczne wydarzenia. Beyza odkrywa, że zniknął jej sztuczny brzuch. **55 min**
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 zwierza 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 Sosna, Janek Dąbrowski i Paulina Chylewska. W zespole Filipa Gurłacza znajdą się z kolei Beata Tadla, 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** FILM – dramat biograficzny, USA 2011, reż. Marc Forster, wyk. Gerard Butler, Michelle Monaghan, Kathy Baker, Michael Shannon (patrz obok)
1.55 **Miłość w chmurach** FILM – komedia romantyczna, Niemcy 2017, reż. André Erkau
3.30 **Akacjowa 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

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. Zdruzgotana 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 dziewczyna postanawia rozbić ten nowy związek. Wprowadza się do taty i wykorzystuje lęk jego partnerki przed pająkami. **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**



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 niewinność Waldka. Ma jednak większy problem niż szukanie obrażonego męża. Martwi się o zdrowie córeczki. **50 min**



19.55 KONCERT

Polsat Hit Festiwal 2026 (1-3)

Widzów czeka zabawa w rytmie największych przebojów eteru. Wśród artystów, którzy je zaśpiewają, są Oskar Cyms (zdj.), Roxie Węgiel i Kayah. W hołdzie Krzysztofowi Krawczykowi wystąpią m.in. Edyta Górniak, Andrzej Smolik, Maciej Maleńczuk, Andrzej Piaseczny oraz Sławek Uniatowski. **240 min**

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 Skawiński i Waldemar Tkaczyk będą świętować 50-lecie pracy artystycznej **240 min**
23.55 **Gierek** – film biograficzny, FILM Polska 2021, reż. Michał Węgrzyn, wyk. Michał Koterski, Małgorzata Kożuchowska, Jan Frycz, Cezary Żak, Agnieszka Więdłocha (patrz obok)
3.15 **Nasz nowy dom** (354): Sokoły – reality show, Polska 2025
4.35 **Kabaretowa Ekstraklasa** (79) – program rozrywkowy, Polska 2017



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 ambitnym polityku zagrożenie. **200 min**

▶ – godzina zakończenia programu

PREMIERA – pierwszy raz w telewizji

TVN

DVB 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**

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.
Waldek 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**

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

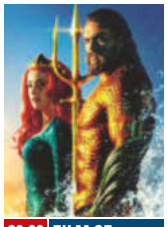
19.50 Uwaga! – magazyn reporterów



7.45 MAGAZYN

Dzień Dobry TVN

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



20.00 FILM SF

Aquaman

Władca podwodnej krainy chce zjednoczyć królestwa Atlantydy. 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**

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

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

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

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

4.45 Uwaga! – magazyn reporterów

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



23.10 DRAMAT SF

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 wprawić je w ruch. **155 min**

TV PULS

DVB T2

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 forsa – 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 Leopardem. 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 Juniora, syna swojego zmarłego kolegi. Współpracuje z nimi Mia. Zespół planuje skok na lombard. Beton kontaktuje się z Ziembińskim, żeby przekazać mu, jakie są efekty przesłuchań Aleksa i Docenta. **120 min**

17.00 Kurierzy (1) – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2023, wyk. Marcin Borchardt, 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. Jędrzej napada przed lombardem na Michała. **120 min**



20.00 DRAM. KRYM.

Krocząc wśród cieni

Były 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**

20.00 Krocząc wśród cieni – dramat kryminalny, USA 2014, reż. Scott Frank, wyk. Liam Neeson (patrz obok)
FILM
Mocne kino na podstawie powieści Lawrence'a Blocka o tym samym tytule. Pierwszym kandydatem na reżysera filmu był Joe Carnahan. Wówczas główną rolę miał zagrać Harrison Ford. **135 min**

22.15 Demaskator – thriller, Australia/Chiny/USA 2022, reż. Mark Williams, wyk. Liam Neeson, Aidan Quinn, Taylor John Smith, Emmy Raver-Lampman (patrz obok)
FILM

0.15 Służby specjalne – film sensacyjny, Polska 2014, reż. Patryk Vega
FILM

2.30 Lombard. Życie pod zastaw 18 (1004) – serial obyczajowy, Polska 2026

3.40 Zobacz to!



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**

TVN 7

DVB T2

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-latka 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. Jedna z zabaw ma tragiczny finał. Mikołaj zostaje utopiony w kanale. **120 min**

18.00 Sekrety życia (24) – serial paradokumentalny, Polska 2023
Rozwiedziona Anna traci pracę. Zmartwiona nastoletnia córka stara się jej pomóc. Opuszcza 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**



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. Chociaż 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 Skałę, gdzie czekają je finałowa misja i trzy zadania pod okiem Małgorzaty Rozenek-Majdan (zdj.). **80 min**

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

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)
FILM

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

3.50 Fachowcy (9) – paradok.

4.25 Dorota was urządzi! (5)



23.35 KOMEDIA

Czyja to kochanka?

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

TVP 3

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. piłkarski

OBYCZAJOWY



22.30 Złoty chłopak (157)
Seyran dowiaduje się, że Pelin 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

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 – wyścig 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**

OBYCZAJOWY



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

21.15 **Na sygnale** (639, 640)
22.15 **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**

TV 4

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 **Dlaczego ja?** (1529, 1530) – serial paradokumentalny, Polska
13.55 **Trudne sprawy** (1109-1111) – serial paradokumentalny, Polska
16.55 **Łowcy skarbów. Kto da więcej?** (532) – reality show, Polska 2025
18.00 **Policjantki i Policjanci** (1429, 1430) – obycz., Pol.

WIDOWISKO



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

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

PULS 2

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.
11.55 **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
18.45 **Masza i Niedźwiedź 5**
19.00 **Kacze opowieści**

KOMEDIA SENSACYJNA



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

21.50 **Jeniec: Tak daleko, jak nogi poniosą** FILM – 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

TVP ROZRYWKA

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 **Koło 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 **Kabaretomaniacy** (24, 27) – pr. rozr., Polska
17.25 **Va banque** – teleturniej
18.00 **Koło fortuny** – telet., Pol.
18.40 **Okrasa łamie przepisy**
19.45 **Makłowicz w podróży**
20.20 **Postaw na milion**

ROZRYWKA



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 **Koło fortuny** – teleturniej, Polska 2025
2.10 Życie to kabaret: **Taka to robota, czyli kabaretowy przegląd zawodów** (2) – rozr., Pol.

TTV HD

6.50 **Diabelnie boskie 2** (15)
7.20 **Ukryta prawda** (1187)
8.20 **Kartoteka 9** (19, 20)
10.30 **Detektywi** (234, 324)
12.30 **Zakup 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 kredycie 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.

FAB.-DOKUM.



22.00 Damy i wieśniaczki. PL 10 (5) – Polska 2025
Monika z Rudnej zamieni się miejscami z Agatą z Krakowa. Zazna wygód i luksusu, zaś Agata doświadczy ciężkiej pracy. Konfrontacja 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 PROGRAMY LOKALNE

BIAŁYSTOK 16.55 Strefa otwarta 17.25 Pozdrawiam was cieplutko 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 że hej 17.30 Klub Kultura 18.15 Językiem 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

GDAŃSK 17.30 Do brzegu 17.50 Polacy na morze 18.15 Czyżewskiego 42 18.30 Panorama 19.00 Zawodowcy 21.00 Bezgranicznie: Karaś&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 Małopolska 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 „Panoramy" 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 mistrzowie 21.00 Zapraszamy do nas 21.30 Łódzkie wiadomości dnia

POZNAŃ 17.00 Wspólne popołudnie 17.30 Teleskop 17.44 Wspólne popołudnie 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 Popołudnie z TVP 3 Rzeszów 18.30 Aktualności 19.00 Rusz się, człowieku 19.13 Podkarpackie tablice i inskrypcje 21.00 Wykrywacz kłamstw 21.30 Aktualności

SZCZECIN 17.30 Całkiem niezła historia 17.45 Vito odkrywa Polskę 18.10 Zwierzolubni 18.30 Kronika 18.52 Spięcie 19.07 MediaLab 21.00 Zwierzolubni 21.10 Spięcie 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 Warszawy i Mazowsza

WROCŁAW 17.09 Interwencja 17.35 Wrocław się zmienia 17.46 Magazyn Dolnośląski 18.00 Przyszłość jest teraz 18.14 Magazyn kulturze 18.30 Fakty 18.58 Rozmowa „Faktów" 19.11 W swoim czasie 21.02 Magazyn ku kulturze 21.16 Rozmowa „Faktów" 21.30 Fakty

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 **Oczy anioła** – dramat FILM obyczajowy, USA 2001
0.15 **PitBull** (17-19) – sens., Pol.
3.20 **Czarne złoto** – dram. hist., FILM Francja/Włochy/Katar 2011

BBC FIRST

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

12.50 **Niezwykła podróż Georgesa Méliesa** – 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 znieczulenia** – dram. FILM obycz., Pol./Fr. 1978

ROMANCE TV

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

ANTENA HD

11.35 **Kabaretowy szał** – rozr.
12.40 **Winnice miłości** (57)
13.50 **Wojciech Cejrowski – boso przez świat** (81, 82) – cykl reportaży, Pol.
14.55 **Ciężarówką przez śnieg i 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 **Czas na pogodę** – pr. inf.
20.00 **Morderstwa we Francji – Pont-Aven** FILM – film kryminalny, Francja 2022
22.00 **Morderstwa we Francji – Porquerolles** FILM – film kryminalny, Francja 2022
0.00 **Na własną rękę** FILM – thriller, Kanada 2012
1.40 **Kabaretowy szał** (8, 17)

COMEDY CENTRAL

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 podrywu 10** (8-13) – kom.
14.30 **Dwóch i pół 11** (13-16)
16.25 **Przyjaciele 9** (3-8) – kom.
19.30 **Teoria wielkiego podrywu 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 **Pracoholicy 4** (11, 12)
2.00 **Śmiesznej nie będzie 3** (9, 10) – program rozrywk.
3.00 **Miasteczko South Park 20** (5-7)
4.30 **Comedy Club 7** (8-10)

TV 6

6.55 **Policjantki i Policjanci** (641, 642) – serial obycz.
8.55 **Kobra – oddział specjalny** (185, 186)
10.55 **48h. Zaginieni** (246-248)
13.55 **Policjantki i Policjanci** (1165) – serial obycz., Polska
14.55 **Kobra – oddział specjalny** (187, 188)
17.00 **Magnum: Detektyw 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** FILM – thriller erotyczny, USA/Wielka Brytania 1999
3.10 **Krejzi patrol** (49-51)
4.40 **Kochane pieniądze** (30)
5.45 **Telezakupy TV Okazje**

TVN FABUŁA

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 **Seriaale 4** – magazyn film.
16.35 **Kino Buzz Top 5** – mag.
16.50 **Mój książę z bajki** – kom. FILM przyg., Fr./Belgia 2020
19.00 **Szpital św. Anny** (38)
20.00 **Fantastyczne zwierzęta i jak je znaleźć** FILM – film fantasy, Wlk. Bryt./USA 2016
22.55 **Dzień Bastylii** – dramat FILM sensacyjny, Wielka Brytania/Francja/USA 2016
0.45 **Zabójcza broń** – film FILM sensacyjny, USA 1987

STOPKLATKA

6.00 **Kabaretowe 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

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 paradokumentalny
12.30 **Dlaczego ja?** (1462, 1463) – paradok.
14.30 **Świat według Kiepskich** (364-368) – serial kom., Polska 2011
17.00 **48h. Zaginieni** (89, 90) – serial kryminalny, Polska
19.00 **Gliniarze** (1135) – serial paradokumentalny, Pol.
20.00 **Ślad** (38) – serial krym.
21.00 **Gliniarze** (1067) – serial paradokumentalny, Pol.

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** (311, 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

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

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

CANAL+ PREMIUM

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

KATASTROFICZNY



20.00 Wreszcie piątek:
FILM **Twister** – USA 1996, reż. Jan de Bont

Jo (Helen Hunt, zdj.) bada trąby powietrzne. 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 **Wałęsa. Człowiek z nadziei** FILM – film biograficzny, Polska 2013
5.25 **Wagary** – film krótkometraż., Pol. 2024

KRYMINAŁ



22.00 **Zakładnik z Wall Street** FILM – USA 2016

Nadawany na żywo program o finansach przerywa uzbrojony mężczyzna, który stracił swoje wszystkie oszczędności. 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**

OBYCZAJOWY



21.30 **Ranczo 6** (72, 73) – Pol.

Więcławska i Hadziukowa postanawiają zatrudnić Francescę do ochrony domu weselnego. Tymczasem Hadziuk wykrywa u siebie nieuleczalną chorobę. Zielarka Zofia wysyła 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 **Zatoka szpiegów 2** (12) – szpiegowski, Pol. 2025
4.10 **Klan** (1419) – telen., Pol.
4.45 **Zaraz wracam 2** (129) – serial obycz., Pol. 2025

DRAMAT 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 Ziętek, zdj.), narastają konflikty. **130 min**

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

THRILLER



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

KRYMINALNY



21.00 **To nie jest zagadka kryminalna** (4)

Do rezydencji przyjeżdżają kolejne osoby. Wywołuje to konflikty. Gdy Quant i Thistlethwaite próbują połączyć 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**
3.50 **Call me lala**
4.15 **Pieniądze to nie wszystko** FILM – komedia, Polska 2001

CANAL+ W CANAL+ 1 emisja każdego programu rozpoczyna się godzinę później niż w CANAL+

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) – sens.
12.25 **Motyw 3** (13) – krym., 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 specjalna** FILM – film sensacyjny, USA 2003
18.40 **Men in Black: International** FILM – komedia s.f., Chiny/USA 2019
21.00 **Nikt** FILM – film sensacyjny, USA/Japonia/Chiny 2021
22.50 **Bad Boys** FILM – komedia sensacyjna, USA 1995
1.20 **Ślad** (92-95) – serial krym.
5.20 **Na ratunek 112** (816)

HBO

12.40 **Na planie 23** (21) – mag.
13.05 **Zgadnij kto** FILM – komedia romantyczna, USA 2005
14.50 **Przyjaźń dla dorosłych** FILM – komedia, USA 2024
16.15 **Fantastyczne zwierzęta: Zbrodnie Grindelwalda** FILM – film fantasy, Wielka Brytania/USA 2018
18.25 **Dzień Bastylii** FILM – dramat sensacyjny, Wielka Brytania/Francja/USA 2016
20.00 **I.S.S.** FILM – thriller s.f., USA 2023, wyk. Ariana DeBose
21.35 **Mrugnij dwa razy** FILM – thriller, USA 2024
23.15 **Człowiek w ogniu** FILM – dramat sensacyjny, USA/Wielka Brytania 2004
1.45 **Zniknięcia** FILM – horror, USA 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 **Za głosem 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)
15.55 **Pełna chata 5** (19-22)
17.55 **Facet z ogłoszenia** FILM – kom. romant., USA 2005
20.00 **Czarownice z Eastwick** FILM – horror kom., USA 1987
22.20 **Kryptonim U.N.C.L.E.** FILM – komedia sensacyjna, USA/Wielka Brytania 2015
0.45 **Pocałunek smoka** – dram. FILM sens., USA/Francja 2001
2.40 **Rzeka tajemnic** – dramat FILM sensacyjny, USA 2003
5.20 **Cudotwórcy** (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 powiedzieć** FILM – thriller, USA 2012, wyk. Brad Pitt
2.15 **Planeta Singli. Osiem historii** (5) – serial kom.

CANAL+ FILM

12.00 **Kaskader** – komedia FILM sensacyjna, USA 2024
14.05 **Battleship: Bitwa o Ziemię** FILM – film s.f., USA/Japonia 2012
16.15 **Krucjata Bourne'a** FILM – thriller, USA/Niemcy 2004
18.00 **Saga „Zmierzch": Przed świtem. Część 1** FILM – film fantasy, USA 2011
19.55 **Łapu capu** – rozr., Pol. 2026
20.00 **Niebezpieczne zwierzęta** FILM – 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

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 **Czarodziejki 6** (22, 23)
13.40 **Grimm 3** (19, 20) – fantasy
15.30 **Medium 7** (6, 7) – krym.
17.20 **Czarodziejki 7** (1, 2) – serial fantasy, USA 2004
19.10 **Grimm 3** (21, 22) – fantasy
21.00 **Sahara** – film przygodowy, FILM USA/Hiszpania/Niem. 2005
23.30 **Krzyżowy ogień** – film FILM sensacyjny, USA 2011
1.30 **Świat triasu** FILM – horror s.f., USA 2018
3.20 **Czarodziejki 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 dziadkach?** – komedia, USA 2017, wyk. Will Ferrell
11.25 **Transformers 3** FILM – film s.f., USA 2011
14.45 **Cast Away: Poza światem** FILM – dramat przygodowy, USA 2000
17.50 **Pompeje** – film katastrof., FILM Kanada/Niemcy/USA 2014
20.00 **Nieoczekiwana zmiana miejsc** FILM – kom., USA 1983
22.30 **Immortals. Bogowie i herosi** FILM – 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: Chirurdzy** (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 **Poirot** (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 **Uprowadzona 3** – sens., FILM Francja/Hiszpania/USA 2014
22.15 **Jeden gniewny człowiek** – thriller, USA/Wielka Brytania 2021
0.45 **Kamienne Pięści** – dram. FILM biograf., Panama/USA 2016

CANAL+ SERIALE

9.45 **Łapu 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 infiltracja** (1-3)
18.10 **Wszystko, czego nie zdążyliśmy powiedzieć** (7-9) – serial komediowy, Fr.
20.00 **Klangor 2** (1, 2) – krym.
21.50 **Łapu capu** – rozr., Pol. 2025
22.00 **Paryż w ogniu. Paris Has Fallen** (1, 2) – serial sens.
23.40 **Koniec lata** (1, 2) – krym.
1.45 **Żmijowisko** (7) – krym.

CANAL+ 360

14.00 **Okręty 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 **Zhołowani: ciężarówki w opałach 7** (9) – dok.
18.00 **Porzucone konstrukcje** (6) – serial dokum., Wlk. Bryt.
18.55 **Okręty wojenne** (4) – dok.
19.50 **Zhołowani: ciężarówki w opałach 7** (10) – dok.
20.50 **Koleją przez świat** (2)
21.55 **Pokonani** (4) – serial krym.
22.55 **Łowcy tajemnic Bałtyku** (7) – serial dokum., Pol. 2020
23.45 **Polska z góry: Stadiony** (4) – serial dokum., Pol. 2024

PREMIERA – pierwszy raz w telewizji – tylko dla dorosłych

PIĄTEK 22 maja

WSCH. SŁ. 04.41 | ZACH. SŁ. 20.42 | Imieniny: Emila, Heleny, Julii

TeleTydzień

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 amisze 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 muszę zrobić? – dok.



21.00 Premiera: **Wiza na miłość: Wielka Brytania 3** – reality show
22.00 Wiza na miłość: Single na polowaniu
23.00 Dr Pryszczylla 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 wieśniaczki. Litwa (17, 18) – pr. rozr.
7.35 Zgłoś remont 11 (8)
8.35 Pojedynek na podróże (7) – pr. rozr., Polska 2024
9.35 I nie opuszczę Cię aż do ślubu (4)
10.20 Poukładani (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 Pojedynek 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 Przetrwać nad Jukonem
12.00 Fani czterech kółek 15
13.00 Nagi instynkt 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 Specjalistki (8)
22.00 Bimbrownicy 14
23.00 Nagi instynkt przetrwania 12
0.00 Fani czterech kółek: w trasie 2
1.00 Hot rod wg Kindiga
2.00 Militaria 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 prastarej puszczy
10.45 Historia kuchni polskiej (11) – mag. kulin.
11.35 Świat w filiżance 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
17.40 Czas honoru (59)
18.30 Encyklopedia II wojny światowej
19.20 Królowie (59) – hist., Pol.



20.00 Foxcatcher – dramat
FILM 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 Rzeszy (2) – dok.
13.00 Poszukiwacze historii (10, 11)
14.00 Inżynierowie Hitlera: budowniczowie III Rzeszy (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, superwięzienia i „najfajniejszy dyktator świata" – dok.
1.00 Rolnicy. Podlasie (50-53) – serial dok., Pol.
5.00 Kołowrotek (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 Przepis na życie 4 (13)
14.35 Zapukaj do moich drzwi (143) – telen., Turcja 2020
15.45 The Floor – teleturniej, Pol.
17.00 Ciężarówką 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
FILM przygodowy, USA/Chiny 2017
1.05 Strażacy 24h – pr. rozr., Pol.
1.45 Formuła 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 Cejrowski – boso 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 kąski
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 słodko
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 Pojedynek na grille
20.50 Bójka na plaży – serial dok.
21.55 Dziwaczne potrawy – dok.
22.55 Akcja: Restauracja!
23.55 Człowiek kontra jedzenie
1.30 Pyszne miejscówki – mag.

DISCOVERY SCIENCE

6.00 Zwykłe rzeczy – niezwykłe 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 – niezwykłe wynalazki 16
21.00 DNA epoki lodowcowej – film dokumentalny, 2019
23.00 Kosmiczna mapa skarbów: Wrak na mieliźnie; Skarb i tragedia – serial dok.
1.00 Jak działa wszechświat?
4.00 Tajemnice lądowania na Księżycu

NATIONAL GEOGRAPHIC

12.00 Przetrwanie w kanadyjskiej dziczy
13.00 Wojna widziana z powietrza
15.00 Strzegąc granic
17.00 Imperium Mongołów: Historia Czyngis-chana
18.00 Wcielenia zła: 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 Czarnobyl: 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 Pociągiem przez starożytny Egipt – dok.
14.25 W okowach mrozu: Kanada 2 – serial dokum.
15.25 Życie na pustkowiu UK
16.25 Wielkie koty 24/7 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 Więzienie – serial dokum.
12.00 Poirot 5 (2, 3) – serial kryminalny
14.00 Świat według Kiepskich (275, 276) – serial kom., Polska
15.00 Świat według Bundych (48-53) – serial komediowy
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 Sprzątaczki (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 nieznane: 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 instynkt przetrwania
22.35 Kobieta na krańcu świata
0.55 Wyprawa w nieznane: 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: Odkupienie – dok.
15.00 Porażka drapieżnika
16.00 Ocalenie Ameryka: Południowy Zachód
17.00 Ratując żyrafy – film dokum.
18.00 Dzika Północ Europy
19.00 Zwierzaki w amoku
20.00 Niszczycielskie żywioły
21.00 Niezwykły dr Pol
2.00 Przedziwna planeta Ziemia: Przetrwanie – dok.

POLSAT VIASAT 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 Rzeszy
16.45 Czarni faraonowie – dok.
17.55 Wojenne fabryki 3
18.50 Tajne bronie II wojny światowej: Bomby – dok.
20.00 W poszukiwaniu zaginionych wikingów
21.15 Naziści: korzenie zła
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 nieznane 9 – dok.
0.45 Bitwa na smaki: David vs Matteo

CANAL+ DOMO HD

12.50 Gardeners' World 16
14.00 Cudotwórcy 7 – mag.
15.00 Kupcie sobie zamek! 2
15.55 Porządek musi być – 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 10 – dok.
21.00 Cudotwórcy 7 – mag.
22.00 Wielkie projekty: transformacje – serial dok.
23.05 Pomocy! Kupiliśmy wioskę – 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 komediowy
19.00 Rolniczki – serial dokum.
20.00 Sporty walki: NOC MMA 14: Turek **(live)**
0.00 Nie oddychaj 2
FILM – thriller, USA 2021
2.00 Backdoor. Wyjście awaryjne (1) – serial kom.

TVP KOBIETA

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
18.30 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
FILM

PLANETE+

12.15 Dokąd dzisiaj? 4 – dok.
12.35 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 nieznana
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 ciało człowieka (2) – film dokum.
17.00 Pociągiem 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.

▶ – godzina zakończenia programu O – tylko dla dorosłych

TVP SPORT

10.15 Ryszard Szurkowski – wyścig 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 TVP Sport – mag.
17.50 Sportowe ABC – mag.
18.05 Koszykówka mężczyzn: NBA – mecz 3. rundy fazy play-off
20.05 Strongman: Liga Mistrzów 2025 – Bułgaria



20.55 Socca: Mistrzostwa Europy – Tirana 2026: Polska – Bułgaria **(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

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



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

POLSAT SPORT 1

6.00 Tenis: Turniej ATP w Hamburgu – ćwierćfinał gry pojedynczej
9.00 Kosa na Kosę – 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)**



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

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 Pszczółka 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



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

MINIMINI+

12.25 Blaze i megamaszyny 2
12.50 Moje urodziny
13.00 Blaze i megamaszyny 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 4
17.00 Strażak Sam 16
17.25 Staś i fajna Babcia
17.50 Moje urodziny
17.56 Smerfy



18.25 Leśna rodzina: Piwonia
18.50 Baczne oczka
19.05 Kicia Kocia
19.25 Mały Charlie
19.36 Jeżyk Happy
19.52 Basia 2
20.05 Wierszyki domowe
20.35 Dolina Muminków 4
21.31 Trojaczki
22.07 Hello Kitty: Super styl

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



20.00 Bez kitu – pr. publicyst.
21.00 Polska i świat
22.00 Szkło 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 Szkło 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
13.30 Piłka nożna z archiwum
15.30 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 Wyrosłak – Maksim Grabovich 17.05.2024

NICKELODEON

8.40 Harmidom 4
9.30 Wylde Pak – zakręcona 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 rządzi
10.52 Siostry 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 Lusia
14.50 Siostry 2
15.19 Polly Pocket 6

TVP INFO

15.45 Panorama
16.00 Dzień w godzinę
17.00 Teleexpress
17.15 Teleexpress Extra
17.35 Panorama
17.42 Wykrywacz 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 Formuła 2: Grand Prix Kanady – sesja treningowa **(live)**
17.05 Magazyn sportowy
17.40 Magazyn sportowy
18.10 Formuła 1: Grand Prix Kanady – sesja treningowa **(live)**
19.55 Formuła 2: GP Kanady – sesja kwalifikacyjna **(live)**
20.45 Magazyn sportowy
21.20 Magazyn sportowy
22.00 Formuła 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 – Bułgaria **(live)**
20.00 Siatkówka kobiet – mecz towarzyski: Włochy – Serbia **(live)**
22.45 Szef Superligi
23.00 Handball Arena
2.00 Sporty walki: Babilon MMA 43 w Skierniewicach: 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 Przygody 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 Myszki 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 Myszki 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 Myszki 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 Debata Gozdyry
21.50 Wydarzenia wieczorne
22.30 Dzień na świecie
23.30 Obraz dnia
0.00 Najważniejsze pytania
1.25 Punkt widzenia Jankowskiego

CANAL+ SPORT 5

9.00 Żużel: Metalkas 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 Formuła 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

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 Telesprzedaż
10.05 Dzisiaj w regionie
10.20 Przy muzyce po Śląsku
10.50 Wochenblatt 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 życzeń
19.05 Koncert w TVS
21.05 Koncert w TVS
22.55 Szlagierowa lista
0.55 Program kulinarny
3.00 Pasmo ciekawostek

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 Myśląc 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 Regał

DVB T DVB T2 – stacje dostępne w naziemnej telewizji cyfrowej

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.

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

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!

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 wiedzieć kiedy, to urocze i niesprawiające kłopotów dziecko, przeobraziło się w zbuntowaną i pyskatą 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 muzyka i temu chciała podporządkować swoje życie. Zaczęła więc występować z zespołem Second Face, który wkrótce został supportem znanej w Polsce grupy Skawalker. 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 ślęczała 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 wnosiła 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, „pozdrowiła" 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**

FOT. AKPA, East News, TVN, Instagram.com/agnieszka.chylinska

RODZINKA.PL

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. Zasłynął 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 wnuczęta 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 spadkobierczyni – czy rozwikłają sprawę?

Fot.: TVP (3), Getty Images/Ale Kino+

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 łamie 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 – szybcy i mądrzy** – teleturniej, Polska 2026
18.05 **Omnibus – szybcy 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. Podejrzany 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 owczarka. **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**

20 20.05 **Sport, Pogoda**
20.25 **Komisarz Alex 25** (319) – krym., Pol. 2026(patrz obok)
21.25 Hit na sobotę: **Na noże**
FILM – komedia kryminalna, USA 2019, reż. Rian Johnson, wyk. Daniel Craig, Chris Evans, Ana de Armas (patrz obok)
23.45 **Dziewczyna w sieci 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**
FILM – 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

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 zasiądą 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): Przegrana 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 wykorzystano 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. Sinem 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 swój związek z Sonią. Ludwik odbywa rozmowę z Natalią. Nagle pojawia się podejrzenie, że Magda zaczęła rodzić. Zofia (Emilia Dankwa, zdj.) proponuje Kacprowi, by razem zamieszkali. 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 artysty widzowie poznają również jego pasję do malarstwa. Wieczór uświetnią m.in. Eleni i Grażyna Brodzińska (zdj.). **135 min**

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**
FILM – 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**
FILM – 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, odwiedzają 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 zrobi bezglutenową ciabattę. Na obiad ugotuje wegetariańskie curry z rzodkiewką. Na deser będą rurki z bitą śmietaną. Okazuje się, że ten przebój 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 – film animowany, USA 2015, reż. Genndy Tartakovsky (patrz obok)
13.20 **Gruby i chudszy 2:**
FILM **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 wynaleziony przez niego eliksir młodości. Zdesperowany wykładowca pragnie pozbyć się intruza. **150 min**
15.50 **Sami swoi** – komedia,
FILM Polska 1967, reż. Sylwester Chęciński
Kresy Wschodnie przed II wojną światową. Między Kargulami a Pawlakami wybuchają sąsiedzkie kłótnie. Jasiek, 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 zaśpiewają m.in. Wilki, Ich Troje oraz Piersi. W role wodzirejów wcielą się Paulina Sykut-Jeżyna i Krzysztof Ibisz (oboje na zdj.). Następnie melomani usłyszą utwory gigantów sceny, którzy odeszli, w tym Kory, Grzegorza Ciechowskiego, Ryszarda Riedla i Marka Grechuty. **235 min**

19.55 **Polsat Hit Festiwal 2026** (4-6): Gdzie się podziały tamte prywatki; Zostawili nam piosenki – koncert, Polska 2026 (patrz obok)
23.50 **Kraven Łowca**
FILM – film przygodowy, USA/Islandia/Kanada 2024, reż. J.C. Chandor, wyk. Aaron Taylor-Johnson, Russell Crowe, Alessandro Nivola, Ariana DeBose (patrz obok)
Losy antybohatera z komiksowego uniwersum Marvela, jednego z antagonistów Spider-Mana. Odtwórca tytułowej roli został nagrodzony Złotym Globem za kreację w „Zwierzętach nocy". **155 min**
2.25 **Boski żigolo w Europie**
FILM – komedia, USA 2005, reż. Mike Bigelow
4.00 **Kabaretowa Ekstraklasa** (103) – rozr., Polska 2017



23.50 PRZYGODOWY
Kraven Łowca
Obdarzony nadludzką siłą Sergiej Krawinow (Aaron Taylor-Johnson, zdj.), syn gangstera, tropi bandytów. Czeka go konfrontacja z porywaczem przyrodniego brata, który też posiadł nadprzyrodzoną moc. **155 min**

▶ – godzina zakończenia programu
PREMIERA – pierwszy raz w telewizji

TVN

5.40 Uwaga! – magazyn reporterów

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 FILM Gremliny 2 – horror komediowy, USA 1990, reż. Joe Dante, wyk. Zach Galligan, Phoebe Cates, John Glover, Robert Prosky (patrz obok)

16.50 Agnieszka Chylińska 50 (1) – koncert, Polska 2026

16.55 FILM 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



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. Stworki są niebezpieczniejsze od swoich poprzedników. Billy i Kate z pomocą Gizma 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, muzycznych 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. Przypadkiem zostaje uznany za płatnego zabójcę i trafia do więzienia. Odbija go gangster Siara (Janusz Rewiński), by zlecić mu mokrą robotę. **135 min**

19.45 Agnieszka Chylińska 50 (3) – koncert, Polska 2026 (patrz obok)

22.00 FILM Kiler – komedia sensacyjna, Polska 1997, reż. Juliusz Machulski, wyk. Cezary Pazura, Małgorzata Kożuchowska, Jerzy Stuhr, Janusz Rewiński (patrz obok)

0.15 FILM 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 reporterów

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

TV PULS

6.00 Kobra – oddział specjalny (7): Gdzie jest Semir? – serial sensacyjny, Niemcy 2015
Alex zastaje w domu Semira zamaskowanego przestępcę, który go obezwładnia 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 zrozumieniu tej niezwykłej umiejętności. **120 min**

9.00 Taki 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. Cyprian jest szefem firmy, nad którą wisi widmo bankructwa. Rozwiązaniem okazuje się małżeństwo jego córki. **300 min**



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 początek ma skontaktować się z żoną, Heather (Embeth Davidtz, zdj.). **110 min**

20.00 FILM 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 – „GoldenEye" i „Casino Royale". **130 min**

22.10 FILM Ultimatum – dramat kryminalny, USA/Francja/Hiszpania 2023, reż. Nimród Antal, wyk. Jack Champion, Liam Neeson, Embeth Davidtz (patrz obok)

0.00 FILM Odsiecz – thriller, Kanada/USA 2021, reż. Edward Drake, wyk. Bruce Willis, Rob Gough, Anna Hindman, Trevor Gretzky (patrz obok)

1.55 Zobacz to!



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**

TVN 7

5.00 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 FILM 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 prześladowcą i jego asystentką, Trującym Bluszczem (Uma Thurman), która zabija pocałunkiem. **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): Zaręczyny; Narzeczona – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2026
Narzeczony Malwiny nie zjawia się na obiedzie zaręczynowym. Kobieta zwraca się z prośbą o pomoc do przyjaciółki, detektyw Katarzyny Kowalik. W mieszkaniu zaginionego śledczy znajdują jego rannego kolegę, który twierdzi, że doszło do porwania. **125 min**

17.35 FILM Kong: Wyspa Czaszki – film przygodowy, USA/Chiny 2017, reż. Jordan Vogt-Roberts, wyk. Tom Hiddleston, Samuel L. Jackson, Brie Larson, John C. Reilly (patrz obok)
Losy monstrum, które zadebiutowało na ekranach kin w 1933 roku. Film zdobył nominację do Oscara za efekty specjalne, a całkowity zysk wynosił ponad 550 milionów dolarów. **145 min**



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 KRYMINAŁ

Elita złodziei
Richard (Pierce Brosnan, zdj.) ucieka z więzienia. Zawiązuje 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**

20.00 FILM Elita złodziei – film kryminalny, Finlandia/USA 2021, reż. Renny Harlin, wyk. Pierce Brosnan, Tim Roth, Nick Cannon, Rami Jaber (patrz obok)

22.15 FILM 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 FILM Wygrać ze śmiercią – film sensacyjny, USA 1990, reż. Bruce Malmuth

2.45 Żyjąc z potworem 7 (12) – serial dokumentalny

3.40 Fachowcy (10) – serial parador., Pol. 2017

4.20 Dorota was urządzi! (6) – program rozrywk., Pol. 2016



22.15 KOM. SENS.

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

TVP 3

10.25 **Gwiazdorska kuchnia Ani** – magazyn kulinarny
11.00 **Daję słowo – Maciej Orłoś 2** (40) – talk-show
11.55 **Film dokumentalny**
12.50 **Pierwsza Druga w Trójce** – mag. piłkarski
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** – pr. 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

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 kultowych serialI** (6) – serial dok.
17.00 **Teleexpress**
17.25 **M jak miłość** (1924)
18.15 **54. KFPP w Opolu – Wariatka 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

6.00 **Łowcy skarbów. Kto da więcej?** (179) – reality show, Polska 2023
7.00 **Galileo** (1108, 1109) – pr. popularnonaukowy
9.05 **#Jestem 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 **Policjantki i Policjanci** (1416-1420) – obycz., Pol.

PULS 2

5.50 **Ale numer! 18** (6) – rozr.
6.35 **Smerfy** – 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:**
FILM **Księżniczka i skryba** – baśń film., Czechy 2014
19.00 **Asterix podbija**
FILM **Amerykę** – film anim., Niem./Francja 1994

TVP ROZRYWKA

9.30 **Koło fortuny** – telet., Pol.
10.05 **Tancząca 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 Orłoś 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

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
Reporterzy 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 Orłoś 2** (40) – talk-show

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

SZPIEGOWSKI



20.20 Zatoka szpiegów (2)
Franz dowiaduje się, że jego ojcem jest Polak Kurkowski. Wkrótce Engel informuje go o tym, że namierzył polskiego szpiega, brata więźnia, który otruł się podczas przesłuchania. **55 min**

21.15 **Sanatorium miłości 8** (10) – reality show, Polska
22.10 **Daję słowo – Maciej Orłoś 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 Kłos 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 **Telezakupy TV Okazje**

KOMEDIA



20.45 Nic do oclenia – Francja
FILM 2010, reż. Dany Boon
Dwaj celnicy, Belg Ruben (Benoît Poelvoorde, zdj.) i Francuz Mathias (Dany Boon, zdj.), są pełni uprzedzeń etnicznych. Trafiają do jednego patrolu. Ich współpraca okazuje się pełna trudności. **130 min**

22.55 **Dziewczyna**
FILM **influencera** – dramat obyczajowy, Polska 2024
0.55 **Wstydliwe 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

ROZRYWKA



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 Śleszyńska. **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 **Kabaretomaniacy** (22, 23) – pr. rozr., Polska

ROZRYWKA



21.00 Gogglebox. Przed telewizorem 22 (13)
Konrad Mariański, Krzysztof Ufnal i Jakub Feliński (wszyscy na zdj.) zobaczą m.in., jak zakończy się historia „Porządnego człowieka". 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 **Diabelnie boskie** (1, 2)
1.55 **Zapukaj do moich drzwi** (114, 115) – telen.
3.55 **Detektywi** (124) – serial fab.-dokum., Polska 2024

TVP 3 PROGRAMY LOKALNE

BIAŁYSTOK 16.40 Tamte lata, tamte dni 17.05 Historie niezapisane 17.20 Klub seniora 17.30 Astronarium 17.55 DorastaMy 18.15 Ze zdrowiem na Ty 18.30 Obiektyw 18.50 Sport, Pogoda 19.00 Świadkowie czasu 21.00 Kwartet 21.30 Obiektyw

BYDGOSZCZ 16.30 Nad Drwęcą 16.45 Po obu stronach Wisły 17.00 Bliżej 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

GDAŃSK 17.00 Drogi wolności 18.00 Adwokaci w sztuce 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 Raczka gotuje 18.30 Aktualności 18.55 Pogoda, Sport 19.12 Ziołowa 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 Językowy zakręt 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 zza 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 18.30 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 pasja 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 internet straszny 19.19 Muzeum Polskiej Piosenki 21.00 Smaki świata po polsku 2 21.30 Kronika 21.50 Wokół nas

WARSZAWA 17.15 Daję słowo – Maciej Orłoś 2 18.01 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

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**
18.20 **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 **Kochając Pabla, nienawidząc Escobara** – dramat biograficzny, Hiszpania/Bułgaria 2017

BBC FIRST

9.10 **Co ludzie powiedzą** (3, 4)
10.30 **Morderstwa w Midsomer 23** (2)
12.25 **Ojciec Brown 3** (15)
13.25 **Ojciec Brown 4** (1, 2)
15.25 **Powrót do raju 2** (5, 6)
17.35 **Ulica nadziei 5** (1) – serial kryminalny, Wielka Brytania 2026
18.30 **Śmierć z dala od palm 4** (2) – serial krym., Wlk. Bryt.
19.45 **Śmierć pod palmami 10** (6) – serial kryminalny
21.00 **Dyplomatki** (6) – krym.
22.00 **Milczący świadek 21** (3, 4) – krym., Wlk. Bryt. 2018
0.10 **Ojciec Brown 13** (6)
1.15 **Na niebieskich światłach 2** (2) – krym.

TVP KULTURA

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 **Sicario** – dram. krym., USA/
FILM Meksyk/Hongkong 2015
22.10 **Klub Jazzowy** – koncert
23.25 **Wybuch** – thriller, USA
FILM 1981, reż. Brian De Palma
1.20 **Dobry tytuł** – mag. kult.
1.55 **Niewiniątka** – film
FILM obyczajowy, USA 1961

ROMANCE TV

12.15 **O, mamma mia!**
FILM – komedia, Niemcy 2012
14.20 **Statek marzeń – Laponia**
FILM – film obycz., Niemcy 2022
16.15 **Karla, Rosalie i dziura**
FILM **w ścianie** – komedia, Niemcy 2022
18.05 **Lato na Istrii** – film
FILM obyczajowy, Niemcy 2021
20.00 **Kanary – o jedno życie mniej** (3, 4) – serial kryminalny, Hiszpania 2024
22.05 **Krawcowa z Madrytu** (15, 16) – serial obyczajowy
0.05 **Wieśniaczki – możemy**
FILM **inaczej!** – komedia, Niemcy 2023
1.55 **Kanary – o jedno życie mniej** (3, 4) – serial krym.

ANTENA HD

8.30 **Wojciech Cejrowski – boso przez świat** (74-83) – cykl reportaży, Pol.
13.55 **Australijscy poszukiwacze 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 **– Plaża 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
2.05 **77 TV 4** (5, 7) – pr. rozr., Pol.
4.25 **Kabaretowy szał** – rozr.

COMEDY CENTRAL

6.00 **The Office PL 4** (7, 8)
7.10 **Teoria wielkiego podrywu 9** (15-24) – kom.
11.35 **Teoria wielkiego podrywu 10** (1-4) – kom.
13.30 **Przyjaciele 8** (3-13) – kom.
19.00 **Duchy** (9-12) – fantasy
21.00 **Agent XXL 2**
FILM – komedia, USA 2006
23.05 **Comedy Club 7** (3, 4)
0.05 **Miasteczko South Park 19** (10) – serial animowany dla dorosłych
0.30 **Miasteczko South Park 20** (1-3) – serial animowany dla dorosłych
2.00 **Pracoholicy 4** (3-6) – kom.
4.00 **Śmieszniej nie będzie 3** (1-4) – rozr., Wielka Brytania

TV 6

6.00 **Jeźdźcy smoków: Obrońcy 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, reż. 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 **Telezakupy TV Okazje**

TVN FABUŁA

7.10 **Kryminalni** (6, 7, 9) – krym.
10.25 **Psy i koty: Odwet Kitty**
FILM – film familijny, USA/Australia 2010
12.05 **Vabank** – komedia
FILM sensacyjna, Polska 1981
14.30 **Dungeons & Dragons:**
FILM **Złodziejski honor** – film przygodowy, USA/Kanada/Wielka Brytania 2023
17.25 **Fantastyczne zwierzęta**
FILM **i jak je znaleźć** – film fantasy, Wlk. Bryt./USA 2016
20.00 **Fantastyczne zwierzęta:**
FILM **Zbrodnie Grindelwalda** – film fantasy, Wielka Brytania/USA 2018
22.50 **Legendy ringu** – komedia, FILM USA 2013, reż. Peter Segal

STOPKLATKA

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 Kłamca, kłamca FILM – komedia, USA 1997, wyk. Jim Carrey, Maura Tierney
16.10 Poszukiwany, poszukiwana FILM – komedia, Polska 1972, wyk. Wojciech Pokora, Jolanta Bohdal
17.45 Marley i ja FILM – komedia, USA 2008, wyk. Owen Wilson, Jennifer Aniston

THRILLER



20.00 Czerwony smok FILM – USA/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 FILM – dramat przygodowy, Wielka Brytania/USA 2011
0.55 Nagi instynkt 2 FILM – thriller erotyczny, USA/Niemcy 2006, wyk. Sharon Stone
3.15 I znowu zgrzeszyli-śmy, dobry Boże! FILM – komedia, Francja 2019
5.40 Zakalec – dramat obyczajowy, Polska 2024

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 FILM – komedia, USA 2013, wyk. Adam Sandler, Kevin James

KOMEDIA KRYMINALNA



20.15 22 Jump Street FILM – USA 2014, reż. Phil Lord
Policjanci Schmidt (Jonah Hill, zdj.) i Jenko (Channing Tatum, zdj.) biorą udział w tajnej akcji na terenie kolegiu. Szybko tracą dystans do swojej pracy i zaprzyjaźniają się ze studentami. **135 min**

22.30 Być jak Kazimierz FILM **Deyna** – film obyczajowy, Polska 2011
0.40 Przykładny obywatel FILM – 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

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 Czterdziestolatek (10)
18.15 Na sygnale (905-907)
19.50 U Pana Boga w Królowym Moście (11) – serial obycz., 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 spróbował 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

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 życzeń (5, 6) – serial przygodowy, 1985
12.00 Janosik – film FILM przygodowy, 1974, wyk. Marek Perepeczko
14.55 1920 Bitwa Warszawska FILM – dramat wojenny, 2011
17.35 Seksmisja FILM – komedia s.f., 1983, wyk. Jerzy Stuhr

KOMEDIA



20.00 Kingsajz FILM – 1987, reż. Juliusz Machulski
Krasnoludek, który odkrył skład eliksiru powiększającego, zostaje uwięziony przez chciwego tyrana, Kilkujadka. Na pomoc wyrusza jego wierny przyjaciel, Olo (Jacek Chmielnik, zdj.). **135 min**

22.15 Jeszcze raz FILM – komedia romantyczna, 2008, wyk. Anna Antonowicz
0.10 Ach śpij, kochanie – FILM – film kryminalny, 2017
2.35 Czeka na nas świat – FILM – komediodramat, 2006, wyk. Sebastian Pawlak
4.25 Jesteśmy razem – dok.
5.50 Tego się nie robi kotu – film krótkometraż., 2022

AXN

6.15 Saga „Zmierzch": Przed świtem. Część 1 FILM – 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

SENSACYJNY



20.00 Londyn w ogniu FILM – Wlk. Bryt./USA/Bułgaria 2016
Terroryści 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 FILM – horror s.f., Niemcy/Fr./Wlk. Bryt. 2004
23.45 Resident Evil: Afterlife FILM – horror, Niemcy/Francja/Wielka Brytania 2010
1.45 Ghostbusters. Pogromcy duchów FILM – komedia, USA/Australia 2016, wyk. Kristen Wiig
4.10 FBI: International 4 (5)

CANAL+ PREMIUM

6.00 Łapu-capu
6.05 Ida FILM – dramat obyczajowy, Pol./Dania/Fr. 2013
7.25 Robin i obrońcy królestwa FILM – przyg., Wlk. Bryt./Irlandia 2024
9.05 Mikołaj i ekipa FILM – film anim., Hiszp./Kanada 2024
10.35 Łapu-capu
10.50 Chopin, Chopin! FILM – dram. biograf., Pol. 2025
13.05 Saga „Zmierzch": Przed świtem. Część 1 FILM – film fantasy, USA 2011
15.00 Saga „Zmierzch": Przed świtem. Część 2 FILM – film fantasy, USA 2012
16.55 Piłka nożna: PKO BP Ekstraklasa – wstęp do meczu **(live)**

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
21.00 PREMIERA **Rocznica** – thriller, USA 2025, wyk. Diane Lane, Kyle Chandler
22.50 Cicha noc, śmierci noc FILM – horror, USA 2025
0.30 Wcielenie zła: Akta Epsteina – film dokum.

CANAL+ W CANAL+ 1 emisja każdego programu rozpoczyna się godzinę później niż w CANAL+

13 ULICA

6.00 Fałszerstwo (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 – film kryminalny, Fr. 2019
22.00 Swatka na tropie: zabójcze zaręczyny FILM – film kryminalny, USA 2019
23.50 Uwięziona moc FILM – 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 Klopsiki i inne zjawiska FILM **pogodowe** – film animowany, USA 2009
11.40 Garfield – film FILM familijny, USA 2004
13.25 Siostry – komediodramat, FILM USA 2005
16.05 Percy Jackson: Morze potworów FILM – film przygodowy, USA 2013
18.25 Ewolucja planety małp FILM – film s.f., USA/Wielka Brytania/Kanada 2014
21.00 Niezniszczalni 3 – film FILM sens., USA/Bułgaria/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 FILM – komedia, Włochy 2025
11.20 W skrócie – komediodramat, FILM Niemcy 2024
13.10 Gerta Schnirch (1, 2) FILM – dramat historyczny, Czechy/Niemcy 2025
16.05 Fantastyczne zwierzęta: Tajemnice Dumbledore'a FILM – film fantasy, Wielka Brytania/USA 2022
18.25 Noc w zoo – film FILM animowany, Kanada 2024
20.00 La Grazia – dramat FILM obyczajowy, Włochy 2025
22.15 Fachowiec – film sensacyjny, Wlk. Bryt./USA 2025
0.10 Marsjanin – film s.f., USA/ FILM Wlk. Bryt./Jordania 2015
2.30 Elizjum – dramat s.f., USA FILM 2013, wyk. Matt Damon

WARNER TV

9.10 Nowy Jork, nowa miłość FILM – komedia, USA 2004
10.55 Taxi 2 – komedia FILM sensacyjna, Francja 2000
12.35 Taxi 3 – komedia FILM sensacyjna, Francja 2003
14.15 Superman 2: Wersja reżyserska Richarda Donnera – film przyg., Wlk. Bryt./USA 2006
17.15 Raport Pelikana – film FILM sensacyjny, USA 1993
20.00 Miłość jak narkotyk FILM – 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 FILM – kom., USA 1952
4.00 Czarowny kwiecień FILM – film obycz., USA 1935

ALE KINO+

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

CANAL+ FILM

11.45 Łapu capu – rozr., Pol. 2026
11.50 Elizabeth Taylor. Zbuntowana supergwiazda (1-3) – dok.
14.10 Mamma Mia! – kom. muz., FILM USA/Wlk. Bryt./Niemcy 2008
16.00 Zgred – dramat FILM obyczajowy, Polska 2025
17.25 Gorzko – film krótkometr.
17.55 Warcraft: Początek FILM – film fantasy, Chiny/Kanada/Japonia 2016
19.55 Łapu capu – rozr., Pol. 2026
20.00 Zdążyć przed śmiercią FILM – western, USA 2025
21.45 Świat do rozwałki FILM – thriller, USA/Niemcy 2023
23.35 Rozgrzeszenie FILM – thriller, USA 2024
1.25 Innego końca nie będzie FILM – 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 – 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 FILM – komedia sens., USA 2011
21.00 Uciec, ale dokąd? – film FILM sensacyjny, USA 1993
23.00 Powietrze – dramat FILM s.f., USA 2015
1.00 28 dni później – horror, FILM Wlk. Bryt./USA/Francja 2002
3.10 SurrealEstate 3 (3-5) – serial grozy, Kanada 2025

PARAMOUNT NETWORK

8.00 Plan B – komedia FILM romantyczna, USA 2010
10.20 Czy to ty, czy to ja? FILM – film familijny, USA 1995
12.30 Goonies – film FILM przygodowy, USA 1985
15.00 Dzień zagłady – film FILM katastroficzny, 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 – film fantasy, USA 2011, wyk. Luke Evans
0.30 10 Cloverfield Lane FILM – thriller, USA 2016
2.35 Zapowiedź FILM – thriller, USA/ FILM Wlk. Bryt./Australia 2009

FX

5.00 Tropiciel (14) – serial krym.
6.00 Matlock 1 (7) – 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 – film s.f., USA 1996
22.00 Olimp w ogniu FILM – 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 Czterej pancerni i pies (3, 4) – wojenny, Pol. 1966
10.50 Flicka – film familijny, FILM USA/Wielka Brytania 2006
12.45 K-9 – komedia FILM kryminalna, USA 1989
14.50 Znachor – dramat FILM obyczajowy, Polska 1981
17.40 RoboCop – film s.f., USA FILM 2014, wyk. Joel Kinnaman
20.00 12 godzin – film FILM sensacyjny, USA 2012
22.00 Zbuntowana FILM – film s.f., USA 2015
0.15 Obóz integracyjny FILM – komedia sens., Portoryko/USA/Wielka Brytania 2013
2.10 3000 mil do Graceland FILM – film sensacyjny, USA 2001

CANAL+ SERIALE

9.45 Łapu capu – rozr., Pol. 2026
9.55 Malediwy. Wodne królestwo Oceanu Indyjskiego (1-3) – serial dok.
13.30 Cat's Eyes (2) – przyg., Fr.
14.30 Naruto (19-21) – anime
16.05 Łapu 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 Łapu 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 Reedusem (6) – serial dok.
14.00 Co poszło nie tak 4 (6)
15.00 Koleją przez świat (1, 2)
16.55 Polska z góry: Stadiony (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 szybcy (3) – serial dokum.
21.55 Porzucone konstrukcje (15) – serial dok., Wlk. Bryt.
23.00 Wykrywacz historii 5 (2)
0.00 Co poszło nie tak 4 (4)
1.00 Misja Afganistan (11)

PREMIERA – pierwszy raz w telewizji ○ – tylko dla dorosłych

SOBOTA 23 maja

WSCH. SŁ. 04.39 | ZACH. SŁ. 20.43 | Imieniny: Emilii, Iwy, Iwony

TeleTydzień

TLC

8.00 **Baldwinowie**
9.00 **Bitwa na włosy: 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
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 Pryszczylla 5**



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 **Kolacja w ciemno** (79, 80) – pr. rozr., Polska
18.00 **Nasz nowy dom** (316, 317) – reality show
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.



TVN STYLE

5.30 **Związki z modą** (8-ost.)
6.20 **Co za tydzień** – mag.
6.50 **Ugotowani** (2)
7.45 **Dzień 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 **Zgłoś 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
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)



DISCOVERY CHANNEL

7.00 **Brudne skarby 2** (3)
8.00 **Gorączka 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 – azyl dla zwierząt**
19.00 **Największe napady świata**
20.00 **Bimbrownicy 14**
21.00 **Fani czterech kółek – samochody marzeń:** Tony: land rover 2A
22.00 **Łowcy opali 8**
23.00 **W oku cyklonu: inwazja rekinów 2** (1)
0.00 **Teorie spiskowe pod lupą:** Weather Weapons
1.00 **Potwory z Alaski**
2.00 **Łowcy staroci 11**



TVP HISTORIA

10.30 **Historia polskiego sportu** (3): Ku wyżynom
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 Połanieckich** (5) – serial obycz., Polska
19.05 **Zabójcza nauka** (2)
20.05 **Zapomniane karty historii** (4) – serial dok.
21.10 **Polowanie na ćmy**
FILM – dramat obyczajowy, Polska 2022
23.15 **Foxcatcher**
FILM – dramat biograficzny, USA 2014, wyk. Steve Carell, Channing Tatum
1.40 **Świadkowie Putina** – film dokumentalny, Łotwa/Szwajcaria/Czechy



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 wycieczkowce** (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
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 **Kołowrotek** (2, 3) – mag.



METRO

6.45 **Gorączka 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 lumpeksów**
13.55 **No to lecę!** – pr. rozr., Polska
14.55 **Niezwykłe Stany Prokopa 6** – pr. rozr., Polska
16.00 **Kryminalni** (7, 1, 8) – krym.
19.25 **Magda gotuje internet**
20.00 **W krzywym zwierciadle:**
FILM **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 **Jakubiak rozgryza Włochy**
9.30 **Wojciech Cejrowski – boso przez świat**
12.50 **Sensacje XX wieku** – hist.
15.10 **Czterej pancerni i pies** (7, 8) – serial wojenny, Polska
17.15 **Wielki skok Gangu Olsena**
FILM – komedia, Dania 1972
19.15 **Kabaretowe przeboje 4**
20.25 **G.I. Jane** – dram. obycz.,
FILM USA/Wielka Brytania 1997
23.00 **Adam szuka Ewy. Niemcy 3** – pr. rozr., Niemcy
0.00 **Magia nagości. Niemcy**
1.05 **Magia nagości. 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 **Dziecięce 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 **Morderczа 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: Przełomowe 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: kulisy produkcji**
16.55 **Amerykańskie 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 **Chirurdzy: 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 **Wehikuł czasu**
7.30 **Interwencja – 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 **Wehikuł czasu**
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**
11.05 **Odlotowy 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 **Zgłoś 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 **Sprzątaczki** (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 **Ciężarówką 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:** Obce 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 VIASAT 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
1.00 **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 **Jakubiak rozgryza Maderę** – magazyn kulinarny
18.50 **Włoska kuchnia Gino: Dla rodziny** – serial dokum.
19.50 **Kulinarna mapa Wielkiej Brytanii** – serial dokum.
20.15 **Planeta słodyczy** – 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 HD

16.00 **Patent na zieleń** – mag.
16.30 **Tomasz Pągowski. Remont u Ciebie 8** – mag.
17.05 **Meblokreacje** – 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 **Wiejskie domy do liftingu 2** – serial dokum.
23.45 **Stylowo o wnętrzach**

SUPER POLSAT

9.50 **Ace Ventura: Psi detektyw** – kom., USA 1994
11.30 **Świat według Kiepskich** (81, 28, 56, 61, 38, 50, 29)
14.50 **Złomiarze** – 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. Wyjście awaryjne** (2) – serial kom.
0.35 **Świat według Kiepskich** (115, 111, 408-411) – kom.

TVP KOBIETA

12.30 **Pięknie przyprawiONA**
13.00 **Sanatorium miłości 8**
14.00 **Rodzinka.pl** (120, 121)
15.00 **Tańcząca ze światem – Tunezja** – 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 **Szpieg, 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 **Najdziksze ostępy Europy**
18.00 **Ogień. Azjatycka tradycja**
18.40 **Polska z góry. Zamki, dworki, pałace 4**
19.45 **Komensky. 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 **Wół** – film dokum., Pol. 1977

▶ – godzina zakończenia programu O – tylko dla dorosłych

TVP SPORT

5.50 **Sportowy wieczór**
6.15 **Piłka nożna:** Puchar Anglii – mecz finałowy: Chelsea – Manchester City
8.20 **Hokej:** NHL – mecz 3. rundy fazy play-off
9.50 **Niezwykłe historie Biało-Czerwonych**
10.25 **Piłka nożna kobiet:** ORLEN Ekstraliga – mecz: Śląsk Wrocław – Czarni Sosnowiec **(live)**
12.40 **Piłka nożna:** Betclic 2. Liga: Podhale Nowy Targ – Warta Poznań **(live)**
14.55 **Futsal:** FOGO Futsal Ekstraklasa **(live)**



17.00 **Piłka nożna:** PKO BP Ekstraklasa **(live)**
20.30 **Sportowy wieczór**
21.00 **Boks:** PZB Suzuki Boxing Night w Mielcu **(live)**
23.55 **Kamerą TVP Sport**
0.35 **Boks:** Gala w Montrealu – waga superlekka: A. Biyarslanov – S. Lipinets
1.30 **NBA Action** – mag.

EUROSPORT 1

9.15 **Kolarstwo górskie:** PŚ w Yongpyong
10.00 **Triathlon:** T100 World Tour – Singapur
11.00 **Kolarstwo górskie:** PŚ w Nowym Mieście na Morawach – short track kobiet **(live)**
12.00 **Kolarstwo górskie:** PŚ 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)**



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 PŚ w Nowym Mieście na Morawach – short track kobiet

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)**



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

TVP ABC

10.20 **Przygody Bolka i Lolka**
10.45 **Reksio**
11.05 **Małe i duże przygody Miffy**
11.35 **Stacyjkowo**
11.55 **Strażak Sam 6**
12.05 **Strażak Sam**
12.25 **Domisie**
13.05 **Hulahoo**
13.20 **Pszczółka Maja**
13.50 **Lupin wśród bajek**
14.05 **Nawet nie wiesz, jak bardzo Cię kocham**
14.40 **Yakari**
15.15 **Zwierzaki Czytaki**
15.35 **Mała Marinette**
16.05 **Kosmo-kumple**



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**

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**



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 Lusia**

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.



21.00 **Ranking Mazura**
21.30 **Serwis informacyjny, Prognoza pogody**
22.00 **Szkło kontaktowe**
23.00 **Dzień po dniu**
0.00 **Fakty po Faktach**
0.40 **Superwizjer** – mag.
1.45 **Ranking Mazura**
2.15 **Nowa Maja 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:** Elten 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 – speed kobiet i mężczyzn – 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 Kanciastoporty 11**
9.55 **Marsupilamki**
10.55 **Harmidom 4**
12.20 **Grzmotomocni: 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 **Marsupilamki**
17.25 **SpongeBob Kanciastoporty 15**
17.45 **SpongeBob Kanciastoporty 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 przyjaciele 3**
13.54 **Kumple z dżungli na ratunek! 3**
14.48 **Siostry 2**
15.30 **Gus. Mały – wielki rycerz 2**
16.30 **Dinuś i Lusia**
16.58 **Kumple z dżungli – na ratunek!**
17.25 **Charlotte i trzy muszkieterki**
17.54 **Siostry 2**

TVP INFO

14.30 **Serwis Info Dzień**
15.30 **Trochę kultury**
16.00 **Dzień w godzinę**
17.00 **Teleexpress**
17.15 **Teleexpress Extra**
17.35 **Panorama**
17.42 **Sprawdzamy**
18.00 **Panorama**
18.20 **Teleplotki**
18.30 **Kiedyś to było...**
19.00 **Serwis Info Wieczór**
19.30 **Program informacyjny 19.30**
20.18 **Co ludzie powiedzą?**
21.00 **Serwis Info Wieczór**
21.15 **Kod 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 **Formuła 1:** Grand Prix Kanady – sprint **(live)**
19.25 **Magazyn sportowy**
20.05 **Formuła 2:** Grand Prix Kanady – sprint **(live)**
21.15 **Formuła 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: Ostrovia – 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 **Małe Królestwo Bena i Holly**
11.30 **Dora**
11.55 **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 **Małe 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+ SPORT 5

12.30 **Premier League Preview**
13.00 **Premier League Stories** (41)
13.30 **Żużel:** Metalkas 2. Ekstraliga – mecz: Polonia Piła – ZKS Stal Rzeszów **(live)**
16.15 **Champions Pack**
17.25 **Piłka nożna:** PKO BP Ekstraklasa **(live)**
19.30 **Dart:** Elten 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**

TVN TURBO

8.45 **Samochód marzeń – kup i zrób**
9.45 **Naprawy nie do naprawy**
10.30 **Moto kombat**
11.15 **Ciężarówką przez Chile**
12.15 **Moto Fachury**
13.00 **Jeździć, obserwować**
14.30 **Zawodowi handlarze**
16.00 **Wojny samochodowe**
18.00 **Ciężarówką przez Stany**
19.00 **Ciężarówką przez Indie**
21.55 **Ciężarówką przez Chile**
22.55 **Naprawy nie do naprawy**
1.10 **Zawodowi handlarze**
1.55 **Wypad z kraju**
2.40 **Megatransporty**

TVS

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

TV 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 **Informacje dnia**
20.20 **Różaniec**
20.50 **Myśląc Ojczyzna**
21.00 **Apel Jasnogórski**
21.20 **Informacje dnia**
21.40 **Polski punkt widzenia**
22.00 **Warto być ojcem**
22.15 **Głos serca**
23.00 **Odpowiedzialni za Kościół**

DVB T DVB T2 – stacje dostępne w naziemnej telewizji cyfrowej

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.



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 uwadze 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 charakteryzacja 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 wolał, by pozwolono mu wystąpić jako statyście – 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.).

Historia jednego filmu



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

FOT. TV Puls (2), Adobe Stock

HARALD I SONJA: MIŁOŚĆ WBREW REGUŁOM

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 następca 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.

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

Finał sezonu



Nastia (Paulina Gałązka) pomoże Arturowi (Mateusz Więcławek) 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 Witkowski) 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 Smirnoffa (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.

Fot.: TVP (3), TV Puls

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 Jedynce: **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 przyznaje zespołowi, 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**

20
20.05 **Sport, Pogoda**
20.25 **Wojna zastępcza** (13-ost.): Zaślubiny – serial szpiegowski, Polska 2025 (patrz obok)
21.25 FILM **Zakochana Jedynka: Usłane różami** – komedia, Francja 2020, reż. Pierre Pinaud, wyk. Catherine Frot, Melan Omerta, Fatsah Bouyahmed, Olivia Côte (patrz obok)
23.10 FILM **Na noże** – komedia kryminalna, USA 2019, reż. Rian Johnson, wyk. Daniel Craig, Chris Evans, Ana de Armas
1.25 FILM **Gwiazda szeryfa** – western, USA 1957, reż. Anthony Mann
3.00 FILM **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**

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 Przemyk – 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 Nowatorem. 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 wkracza w dorosłość jako przyszły 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 obecnej w studiu Renaty Przemyk (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. Starannie ułożony plan zaczyna się sypać, gdy dopada go wirus. Dodatkowo zacinają się drzwi balkonowe. Zmagający się z gorączką Bruno (Mirosław Tamchuk, zdj.) przechodzi przemianę. Zaczyna błyskotliwie analizować rzeczywistość. **35 min**

20.20 **Postaw na milion** – teleturniej, Polska
21.20 **Kwiatki polskie duże** – program publicystyczny, Polska 2025-2026
22.25 FILM 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 FILM **Rodziny się nie wybiera** – komedia, Francja 2018, reż. Dany Boon, wyk. Dany Boon, Line Renaud, Laurence Arné
2.55 **Akacjowa 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 perfekcjonistka 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 tu polsat** – magazyn, Polska 2026
12.00 **Między nami żywiołami** FILM – film animowany, USA 2023, reż. Peter Sohn
Miasto Żywiołów zamieszkują przedstawiciele ognia, wody, ziemi i powietrza. Respektują zasadę separacji. Awaria sprawia, że splatają się losy Iskry i Wodka. Wbrew regułom młodzi się zaprzyjaźniają. Wzajemnie odkrywają przed sobą inne oblicze świata. **140 min**
14.20 FILM **Super Mario Bros: Film** – film animowany, Japonia/USA 2023, reż. Pierre Leduc (patrz obok)
Perypetie 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 obowiązki matki z funkcją sołtysa. Angażuje się w pomaganie 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 tu 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 Luigiego, 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 Korólczyk (zdj.) i jego koledzy z Kabaretu Młodych Panów, Kabaret Moralnego Niepokoju, K2 czy grupa Czesuaf.
W rolę gospodarzy wcielą 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 FILM **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**

▶ – godzina zakończenia programu
PREMIERA – pierwszy raz w telewizji

TVN

DVB T2

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
FILM 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. **105min**
14.50 **Aquaman** – film s.f.,
FILM USA/Australia 2018, reż. James Wan
Orm (Patrick Wilson), bezwzględny władca podwodnej krainy, planuje zjednoczyć królestwa Atlantydy. Jego celem jest zlikwidowanie rasy ludzkiej, która szkodzi środowisku naturalnemu i tym samym zatruwa 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

Fred (Freddie Prinze Jr.), Daphne (Sarah Michelle Gellar), Velma (Linda Cardellini, zdj.), Shaggy (Matthew Lillard,) oraz gadający pies Scooby-Doo jadą do popularnego kurortu, zwanego Wyspą Strachów. Jego właściciel (Rowan Atkinson) uważa ośrodek za nawiedzony. **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

DVB T2

5.40 **Taki jest świat 11** – program informacyjny, Polska 2026
6.05 **Kobra – oddział specjalny** (10, 11): Vendetta, część 2; Krwawa forsa – 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:**
FILM **Reaktywacja** – komedia przygodowa, Wielka Brytania/USA/Francja 2011, reż. Oliver Parker
Fajtłapowaty 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:**
FILM **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 wręczania Oscarów. **90 min**
15.55 **Powiedz tak** – komedia
FILM 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**
FILM – 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 samotne wychowywanie córki (Raquel 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 filipińskiej wyspie. Większość załogi i pasażerów zostaje porwana przez rebeliantów. Pilot Brodie Torrance (Gerard Butler, zdj.) ruszą im na pomoc. **130 min**

TVN 7

DVB T2

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 – film familijny, USA 1996, reż. Joe Pytka, wyk. Michael Jordan, Wayne Knight, Theresa Randle, Manner Washington
Królik Bugs i inni bohaterowie kreskówek mają zmierzyć się z obcymi w koszykarskim starciu. Uprowadzają Michaela Jordana, żeby zwiększyć szanse na zwycięstwo. Jeśli przegrają, staną się atrakcją wesołego 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. Przerażona dziewczynka nie chce mówić, ale przekonana przez Dębosza podaje dane matki. Paweł Drawicz jest świadkiem brutalnego pobicia **180 min**
17.55 **Sonic. Szybki jak**
FILM **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 wygląd 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). Łączy 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 sieje zniszczenie w kolejnych miastach. Potwór atakuje konwój, 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**
FILM – komedia, Polska 1999, reż. Juliusz Machulski, wyk. Cezary Pazura, Katarzyna Figura, Janusz Rewiński, Jerzy Stuhr (patrz obok)
22.15 **Wielki Szu** – dramat
FILM sensacyjny, Polska 1982, reż. Sylwester Chęciński, wyk. Jan Nowicki, Andrzej Pieczyński, Leon Niemczyk, Karol Strasburger (patrz obok)
0.20 **Snake Eyes: Geneza G.I.**
FILM **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:
FILM **Przerwany lot** – film sensacyjny, Wielka Brytania/USA 2023, reż. Jean-François Richet, wyk. Gerard Butler, Mike Colter (patrz obok)
Zdjęcia kręcono w Portoryko. Przeciwko pokazywaniu filmu wypowiadał 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/
FILM USA/Hongkong 2016, reż. Jon M. Chu, wyk. Jesse Eisenberg, Mark Ruffalo, Dave Franco, Woody Harrelson (patrz obok)
0.30 **Dorwać gringo**
FILM – 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 czip, który umożliwia deszyfrację każdego systemu komputerowego na świecie. **140 min**

20.00 **Godzilla kontra Kong**
FILM – film s.f., Australia/Indie/Kanada 2021, reż. Adam Wingard, wyk. Alexander Skarsgard, Brad Buckley, Millie Bobby Brown, Tim Appleton (patrz obok)
W tytułowe postaci, dzięki użyciu technologii motion capture, wcielili się kaskaderzy. Na podstawie scenariusza powstała książka, która rozszerza filmowe wątki. **150 min**
22.30 **72 godziny** – dramat
FILM sensacyjny, USA/Francja/Serbia 2014, reż. McG, wyk. Kevin Costner, Amber Heard, Hailee Steinfeld, Connie Nielsen (patrz obok)
0.55 **Norbit** – komedia, USA
FILM 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 podoła misji w trzy dni, otrzyma lek, który ocali mu życie. **145 min**

TVP 3

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 **Całkiem 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**

TVP POLONIA

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 – największe przeboje**
17.00 **Teleexpress**
17.25 **M jak miłość** (1925)
18.15 **Kabaretomaniacy** (57)
19.05 **Muzyczne NAJ** – mag.
19.30 **Program informacyjny 19.30**
19.55 **Pytanie dnia** – pr. publ.
20.05 **Sport, Pogoda**

TV 4

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:**
FILM **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

PULS 2

6.00 **Gwiazdy Mazurskiej Nocy Kabaretowej** (12) – pr. rozrywk., Pol. 2023
7.00 **Taki jest świat 11** – program informacyjny
7.25 **Aukcja w ciemno 3** (10-12) – serial dok., USA
8.55 **Boso przez świat** – cykl reportaży, Polska 2009
10.30 **Skąpiec** – komedia, FILM Francja 1980
12.55 **Oskar** – komedia, Francja FILM 1967, wyk. Louis de Funes
14.45 **Najpiękniejsze baśnie:**
FILM **Następca tronu** – baśń filmowa, Czechy 2015
16.45 **Sześć łabędzi** – film FILM familijny, Niemcy 2012
18.45 **Wieloskórka** – baśń FILM filmowa, Niemcy 2012

TVP ROZRYWKA

8.15 **Górna półka smaku** (13)
8.50 **Kiedyś to było...** – mag.
9.30 **Koło fortuny** – telet., Pol.
10.05 **Tańcząca ze 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 2** (3)
18.50 **Do śmiechu!** (79) – rozr.
19.50 **Moje przeboje** (6) – rozr.

TTV HD

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 wieśniaczki. 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 wieśniaczki. 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)

PIŁKA NOŻNA



19.25 Betclic 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 **Całkiem niezła historia**
23.55 **Panorama**
0.25 **Serwis Info Wieczór**
1.05 **Ze zdrowiem na Ty** (3)

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

KRYMINALNY



20.20 Komisarz Alex 22 (278)

W śmietniku znaleziono ciało kobiety. Śledczy ustalają, że jest to Ukrainka Lena, której zaginięcie zgłosiła matka. Zosia i Guteк odwiedzają dyskotekę, w której pracowała ofiara. **55 min**

21.15 **Gabi Drzewiecka 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.

KRYMINALNY



20.00 Sprawiedliwi. Trójmiasto (149-152)

Pod kołami auta ginie Alejandro Vargas. Okazuje się, że wcześniej ktoś wyciął mu z nogi mięsień. Trop prowadzi Patrycję i Maksyma do domu podróżnika. Tymczasem znika 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 **Lubię disco!** (280) – program muzyczny
4.25 **Top 10 – lista przebojów** – program muzyczny, Polska
5.30 **Telezakupy TV Okazje**

DRAMAT HISTORYCZNY



20.00 Aleksander – Francja/
FILM USA/Niemcy 2004

Rok 331 p.n.e. Oddziały Aleksandra Wielkiego (Colin Farrell, zdj.) szykują się do walki z Persami. Pomimo że przewaga wroga wydaje się miażdżąca, młody wódz 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 **Niesamowite!** (16) – serial dokumentalny, Pol.
5.00 **Lombard. Życie pod zastaw 18** (1001) – serial obyczajowy, Polska 2026

ROZRYWKA



20.30 Kocham Cię, Polsko! (11) – Polska

W drużynie Michała Koterskiego wystąpią: Michalina Sosna, Janek Dąbrowski i Paulina Chylewska. W zespole Filipa Gurłacza znajdą 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 zmory im. sierżanta Zdyba** – pr. rozrywk., Pol.

DOKUMENT



22.00 Żony Podlasia 4 (8) – Pol.

Gala z Krysią nie mają jak dotrzeć do Michałowa. Zaczynają marzyć o motocyklu, wspominając młodość. 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 wieśniaczki. 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 PROGRAMY LOKALNE

BIAŁYSTOK 16.35 Panorama litewska 16.45 Przegląd ukraiński 16.55 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 Agroregion 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

GDAŃSK 16.00 Modrzejewska 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 Wykrywacz kłamstw 17.30 Credo 18.00 Dej pozór 18.30 Aktualności 18.55 Pogoda, Sport 19.10 Gramy dla was 21.30 Aktualności

KRAKÓW 16.31 Z górnej półki Telewizji Kraków 17.00 Pogoda w regionie 17.10 Młodzież kontra, czyli pod ostrzałem 18.00 Kronika tygodnia 18.30 Kronika 18.52 Bliżej polityki 19.07 Bezpieczny powiat, bezpieczna gmina 21.30 Kronika

LUBLIN 16.05 Który jesteś 16.20 Koncerty 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 17.30 TalentAsy 18.30 Teleskop 18.50 Opowieści stąd 19.03 Reportaż 21.02 Seans dla każdego 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 Podkarpacka 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 Kurier Mazowiecki 19.02 Spacerowym okiem 21.30 Kurier Warszawy i Mazowsza

WROCŁAW 16.13 Agro-Fakty 16.30 Fakty 16.42 Magazyn 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

TVP HD

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 oszalałem dla niej**
FILM – komediodramat, Pol. 1980
0.15 **Daleko od szosy** (4)
1.45 **Oczy anioła** – dramat
FILM obyczajowy, USA 2001
3.35 **62. KFPP w Opolu – Trzy ćwiartki Jacka Cygana – urodziny** – koncert, Pol.
4.20 **Zakochaj się w Polsce**

BBC FIRST

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 **Ludwig** (4) – serial krym.
19.50 **Śmierć pod palmami 10** (7) – serial kryminalny
21.00 **Tajemnice Brokenwood 11** (2) – krym.
22.55 **Dyplomatki** (6) – krym.
23.55 **Na niebieskich światłach 2** (2) – krym.
1.05 **Śmierć pod palmami 10** (7) – serial kryminalny

TVP KULTURA

11.15 **Pan wzywał, milordzie?** – serial kom., Wlk. Bryt.
12.15 **Narodziny brytyjskiego kina** – film dok., Wlk. Bryt.
13.35 **W poszukiwaniu dobrego filmu** – mag. film.
14.15 **Panienki 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 **Afonia** – film krótkometr.
0.35 **Rozwiązanie** – film anim.
0.50 **Klub Jazzowy** – koncert

ROMANCE TV

12.05 **Katie Fforde: Powrót**
FILM **nad morze** – melodramat, Niemcy 2015
14.00 **Kanary – o jedno życie mniej** (1, 2) – serial krym.
16.15 **Rosamunde Pilcher:**
FILM **Niechciana miłość** – film obyczajowy, Niemcy 2026
18.05 **Katie Fforde: Sercowa**
FILM **sprawa** – film obyczajowy, Niemcy 2017
20.00 **Rosamunde Pilcher:**
FILM **Miłość jest nieobliczalna** – film obyczajowy, Niemcy/Austria 2022
21.55 **Szalony dzień** – komedia
FILM romantyczna, Niemcy 2022
23.50 **Inga Lindström: Szalone**
FILM **czasy** – obycz., Niem. 2021

ANTENA HD

7.25 **Papież: Najpotężniejszy człowiek w historii** (5, 6) – serial dokumentalny, USA
9.15 **Krzysztof Ziemiec zaprasza** – pr. publicyst.
10.05 **Zagłada Ziemi** – film dok.
12.00 **Polska. Największe dylematy** – program publicyst.
13.00 **Gdzie tu coś zjeść?**
14.05 **Łowcy skarbów 3** (22)
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.

COMEDY CENTRAL

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 **Poznaj naszą rodzinkę**
FILM – komedia, USA 2010
17.55 **Agent XXL 2**
FILM – komedia, USA 2006
20.00 **Ilu miałaś 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 **Pracoholicy 4** (7-10)
4.00 **Śmieszniej nie będzie 3** (7-10) – program rozrywk.

TV 6

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 **Policjantki 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
1.40 **Kochane pieniądze** (34-37) – serial paradokum.
5.45 **Telezakupy TV Okazje**

TVN FABUŁA

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
FILM przygodowy, USA 2022
17.25 **Fantastyczne zwierzęta:**
FILM **Zbrodnie Grindelwalda** – film fantasy, Wielka Brytania/USA 2018
20.00 **Fantastyczne zwierzęta:**
FILM **Tajemnice Dumbledore'a** – film fantasy, Wielka Brytania/USA 2022
23.05 **Szukając sprawiedliwości** – film sens., USA 1991
1.10 **Zabójcza broń 3** – film
FILM sensacyjny, USA 1992
3.35 **Andrzej Sołtysik 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, FILM USA 2015, reż. Lee Daniels, wyk. Josh Wiggins, Lauren Graham
17.20 **Kamerdyner** – dramat FILM biograficzny, USA 2013, wyk. Forest Whitaker, Oprah Winfrey

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 **Więzienie 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

TVP SERIALE

5.50 **Na sygnale** (906) – serial fabularno-dokum., Polska
6.25 **Czterdziestolatek** (9, 10) – obycz., 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 Wilkowyje** FILM – 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

KINO POLSKA

6.00 **Dom w cenie mieszkania** (3, 4) – mag.
6.50 **Polska Kronika Filmowa** – serial dokum.
7.15 **Podróże kapitana Klipera** (3, 4) – anim.
7.45 **Reksio** (6, 11, 31, 33) – serial animowany
8.25 **Siedem życzeń** (7-ost.) – serial przygodowy, 1985
9.55 **Pan Kleks w kosmosie** FILM (1/2, 2-ost.) – przyg., Pol./Czechosłowacja 1988
13.05 **Joanna** – dramat FILM psychologiczny, 2010
15.40 **Piłsudski** – film FILM biograficzny, 2019, wyk. Borys Szyc
17.55 **Rozmowy nocą** FILM – komedia romant., 2008

AXN

6.10 **Saga „Zmierzch": Przed świtem. Część 2** FILM – film fantasy, USA 2012, wyk. Kristen Stewart
8.00 **Zabójcza broń 2** (22) – serial sensacyjny, USA
9.00 **Zabójcza broń 3** (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**

CANAL+ PREMIUM

6.00 **Łapu-capu**
6.15 **Kiler-ów 2-óch** FILM – komedia, Polska 1999
8.15 **O psie, który jeździł koleją 2** FILM – film familijny, Polska 2025
9.50 **Dziki robot** FILM – film animowany, USA 2024
11.30 **Luca. Legenda Ferrari** (2) – serial dok., Wlk. Bryt.
12.30 **Łapu capu Extra** – rozr.
13.00 **Battleship: Bitwa o Ziemię** FILM – film s.f., USA/Japonia 2012
15.10 **Wujowy dwór** FILM – kom., Wlk. Bryt./USA 2025
16.45 **Listy do Julii** FILM – komedia romantyczna, USA 2010
18.30 **Peacock** FILM – thriller, USA 2010, wyk. Cillian Murphy

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 FILM sensacyjny, USA/Wielka Brytania/Dania 1998
0.40 **Bo we mnie jest seks** FILM 18 – film biograficzny, Polska 2021
2.50 **Tama** – etiuda filmowa, Polska 2024
3.35 **Odwyk** – film krótkometraż., Pol. 2011
4.15 **Sprawa się rypła** FILM – komedia, Polska 1984

THRILLER



20.40 Przykładny obywatel 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 Kyle przedawkował narkotyki. Zamierza odkryć prawdę na własną rękę. **140 min**

23.00 **Ucieczka z piekła** FILM – 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.

FAB.-DOKUM.



18.05 Na sygnale (907-909)
Ekipa dr. Góry jedzie do pacjenta ze skręconą kostką. Przy okazji ratownicy odkrywają zatrucie toksyną koralowców. 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 **Fałszerze. Powrót sfory** (14-ost.) – sens., Pol.
3.30 **Ratownicy** (9) – obycz.
4.25 **Matylda** (11) – kostium.
5.15 **Rodzinka.pl** (69) – kom.

KOMEDIA OBYCZAJOWA



20.00 Komedia małżeńska 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 18 – film biograficzny, 2021, wyk. Maria Dębska
5.45 **Instalove** – etiuda filmowa, 2022

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** FILM – horror, Niemcy/Francja/Wielka Brytania 2010
0.20 **Resident Evil: Ostatni rozdział** FILM – horror, Wielka Brytania/Fr./USA 2016
2.25 **Underworld – Bunt Lycanów** FILM – horror, USA/Nowa Zelandia 2009
4.10 **Agenci NCIS: Hawaje 2** (3) – serial kryminalny

KOMEDIA SENSACYJNA



20.00 Kaskader FILM – USA 2024, reż. David Leitch
Colt (Ryan Gosling, zdj.) porzuca karierę kaskadera i ukochaną Jody (Emily Blunt, zdj.). Wraca jednak do branży, by ratować debiut reżyserski byłej partnerki. **125 min**

22.05 **Franz Kafka** FILM – dramat biograficzny, Czechy/Polska/Niemcy 2025
0.10 **Uciekinier** FILM – film s.f., Wielka Brytania/USA 2025
2.20 **Szkoda, że nareszcie**
3.55 **Asekuracja** – film krótkometraż., Pol.
4.25 **W stronę słońca** – dok.

CANAL+ M1 W CANAL+ 1 emisja każdego programu rozpoczyna się godzinę później niż w CANAL+

13 ULICA

6.00 **Fałszerstwo** (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** FILM – 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** FILM – komedia, USA 1996
15.35 **Men in Black: International** – komedia s.f., Chiny/USA 2019
17.50 **Armageddon** – film s.f., FILM USA 1998, wyk. Bruce Willis
21.00 **Bad Boys** – komedia FILM sensacyjna, USA 1995
23.30 **American Pie: Zjazd absolwentów** FILM – komedia obyczajowa, USA 2012
1.50 **Ślad** (19) – serial kryminalny

HBO

10.15 **Kung Fu Panda: Sekrety Potężnej Piątki** – anim.
10.40 **Jedynka plus** FILM – komedia, USA 2025
12.15 **Twórca** – thriller FILM s.f., USA 2023
14.25 **Przypadek Harolda Cricka** FILM – komediodramat, USA 2006, wyk. Will Ferrell
16.15 **Pan Aznavour** – dramat FILM biograficzny, Francja 2024
18.25 **Amrum** – dramat FILM wojenny, Niemcy 2025
20.00 **Materialiści** – komedia FILM romantyczna, USA/Finlandia 2025, wyk. Dakota Johnson
21.55 **Nie!** – thriller, Japonia/FILM Kanada/USA 2022
0.00 **Lalka** – komedia, FILM 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** FILM – komedia sens., USA 1998
13.05 **Akademia policyjna 2: Pierwsze zadanie** – komedia, USA 1985
14.50 **Taxi 2** – komedia FILM sensacyjna, Francja 2000
16.30 **Superman 2: Wersja reżyserska Richarda Donnera** – film przyg., Wlk. Bryt./USA 2006
19.25 **Superman 2** – przyg., Wlk. FILM Bryt./USA/Kanada 1980
22.00 **Yellowstone** (5, 6) – obycz.
23.50 **Czarownice z Eastwick** FILM – horror kom., USA 1987
2.15 **13. dzielnica: Ultimatum** FILM – film sensacyjny, Fr. 2009

ALE KINO+

10.40 **King Kong żyje** – film FILM przygodowy, USA 1989
12.50 **Terapia dla par** FILM – komediodramat, Hiszpania 2023, wyk. Malena Alterio
14.50 **W imię dziecka** – dramat FILM obycz., Wlk. Bryt./USA 2017
17.00 **Nicolas Cage: Szalony geniusz Hollywoodu**
18.15 **Punkty zwrotne** FILM – thriller, Hiszpania 2024
20.10 **Grantchester 10** (5, 6)
22.10 **Ryzykowny napad** FILM – thriller, Hiszpania 2025
0.05 **Pokusa** – thriller, USA FILM 2012, wyk. Matthew McConaughey
2.10 **Planeta Singli. Osiem historii** (7) – serial kom.
3.05 **Moje miasto** – film FILM obyczajowy, Polska 2002

CANAL+ FILM

13.05 **Ida** – dramat obyczajowy, FILM Polska/Dania/Francja 2013
14.25 **Mamma Mia! Here We Go Again** FILM – komedia muz., USA/Wlk. Bryt./Chiny 2018
16.15 **L.A.R.P. Miłość, trolle i inne questy** FILM – komedia, Polska 2025
17.50 **Piękna łąka kwietna**
18.20 **Morderstwo w ambasadzie** FILM – film kryminalny, Wlk. Bryt. 2025
19.45 **Łapu capu** – rozr., Pol. 2026
20.00 **Uciekinier** – film s.f., FILM Wielka Brytania/USA 2025
22.15 **Shadow Force** – thriller, FILM USA 2025, wyk. Omar Sy
23.55 **Minghun** – dramat FILM obyczajowy, Polska 2023
1.30 **Puchatek: Krew i miód 2** FILM – horror, Wlk. 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 **Przygody Tintina** FILM – film animowany, USA/Nowa Zelandia 2011
18.45 **Bumblebee** – film s.f., FILM Chiny/USA 2018, wyk. Hailee Steinfeld, John Cena
21.00 **Pompeje** – film FILM katastroficzny, Kanada/Niemcy/USA 2014
23.10 **Sahara** – film przygodowy, FILM 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, FILM USA 1986, wyk. Tom Cruise
15.20 **Pompeje** – film katastrof., FILM Kanada/Niemcy/USA 2014
17.30 **Nieoczekiwana zmiana miejsc** – komedia, USA FILM 1983, wyk. Eddie Murphy
20.00 **Noe: Wybrany przez Boga** – dramat FILM przygodowy, USA 2014
23.00 **Straszny film** – horror FILM komediowy, USA 2000
0.30 **Traffic** – dramat sens., FILM 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 orchideę** – film sensacyjny, USA 2004
22.45 **Na fali** – film 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 **Czterej pancerni i pies** (5, 6) – wojenny, Pol. 1966
11.05 **Grobowiec smoka** FILM – film przygodowy, Wielka Brytania/Chiny 2013
12.55 **Beethoven** – komedia, FILM USA 1992
14.50 **Komandosi z Navarony** FILM – wojenny, Wlk. Bryt. 1978
17.35 **Seksmisja** – komedia FILM s.f., Polska 1983
20.00 **Igrzyska śmierci** FILM – dramat s.f., USA 2012
23.00 **Uprowadzona 3** – sens., FILM Francja/Hiszpania/USA 2014
1.20 **I stanie się koniec** FILM – 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 **Mały 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 **Mały Grand Hotel** (5)
3.35 **Niewidzialna wojna** (3, 4)
5.05 **Miasta rytm** (6) – dok., Pol.

CANAL+ 360

12.05 **Toni Kroos** – film FILM biograficzny, Niemcy 2019
14.20 **Wolne duchy. Starcie z żywiołami** (3) – dok.
15.00 **Hot Roads – 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 **Porzucone konstrukcje** (12) – serial dok., Wlk. Bryt.
21.00 **W trasie z Normanem Reedusem 3** (1) – dok.
22.00 **Słodko-gorzki** – dramat FILM obyczajowy, Polska 1996

PREMIERA – pierwszy raz w telewizji 18 – tylko dla dorosłych

NIEDZIELA 24 maja

WSCH. SŁ. 04.38 | ZACH. SŁ. 20.44 | Imieniny: Dagmary, Joanny, Mileny

TeleTydzień

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 sporami** – 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



21.00 Premiera: **Wiza na miłość 12** (1)
23.00 Transplantacja: drugie życie
0.00 Dr Pyszczylla 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

POLSAT CAFÉ

8.00 Bogaty dom – biedny dom (110) – reality show
9.00 Rolniczki (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 Demakijaż (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



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.

TVN STYLE

5.15 Czas na zmianę (8)
5.45 Skąd pochodzę? (10-ost.) – serial dokum.
6.50 Zgłoś remont 11 (9)
7.45 Dzień 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.



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.

DISCOVERY CHANNEL

6.00 Premiera: **Zoom na architekturę: Siedem cudów świata:** Siedem cudów Ameryki
8.00 Ciężarówką przez Indonezję 4 (9)
9.00 Złomowisko PL (8, 9)
11.00 Kolejarze (1)
12.00 Lotnisko (7)
13.00 Gorączka złota 16 (23)
15.00 Premiera: **Vantara – azyl dla zwierząt:** Chcieć to móc
16.00 Specjalistki (8)
17.00 Nic do ukrycia (3)
18.00 Celnicy na straży Szwecji 4 (1)



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 instynkt przetrwania 12
1.15 Jesus, brytyjski król kokainy

TVP HISTORIA

10.45 Wszystkie kolory świata
11.50 Świat w filiżance herbaty (2) – serial dok.
12.50 Kanadyjskie parki narodowe (1)
13.50 Flesz historii (762)
14.20 Juliusz Cezar – dramat
FILM hist., Wielka Brytania 1970
16.20 Juliusz Cezar, narodziny dyktatury (1)
17.15 Ex Libris – magazyn
17.40 Rodzina Połanieckich (6) – serial obycz., Polska
19.10 Zapomniane agentki II wojny światowej (3)
20.10 Kroniki Hitlera (12)



21.15 2026 rokiem Andrzeja
FILM Wajdy: **Panny z Wilka** – dramat obyczajowy, Polska/Francja 1979
23.20 Gangsterzy i filantropi – film
FILM sensacyjny, Polska 1963
0.55 Grzesiuk, chłopak z ferajny – film dokumentalny, Pol. 2004

FOKUS TV

6.00 Wehikuł czasu
6.05 48h. Zaginieni (24) – serial kryminalny, Polska
7.00 Rolnicy. Podlasie (17, 18) – serial dokum.
9.00 Podróże Gienka i Jastrzębia 2 (3, 4) – serial dokum., Pol. 2025
10.00 Podglądacze przyrody 2 (1, 2)
11.00 Z klimatem i z pasją
11.30 Wojny magazynowe (6-10) – reality show, USA
14.00 Premiera: **Gwiazdy lombardu 25** (7)
15.00 Architektura z odzysku (9, 10) – dok.



19.00 Premiera: **Rolnicy. Podlasie** (18-21) – dok.
21.00 Podglądacze przyrody 2 (3): Rycyki
21.30 Górale (11) – serial dok.
22.00 Premiera: **Droga bez powrotu. Przemoc gangów w Szwecji**
23.00 Największe śledztwa CBSP (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 Diagnoza (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 Podsłuchane u fryzjera
3.30 Formuła 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 – boso przez świat
11.35 Sensacje XX wieku – hist.
13.50 Stawka większa niż życie (1, 2) – serial wojenny, Polska
16.35 Gang Olsena 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 nagości. Polska 4
0.25 Adam szuka Ewy. Niemcy 3 – pr. rozr., Niemcy
1.30 Magia nagości. 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 Dziecięce 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 Miłość 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 – niezwykłe wynalazki 11
13.30 Jak to jest zrobione – samochody marzeń 3
14.00 Uliczne laboratorium
16.00 Tajemnice lądowania na Księżycu
18.00 Jak to jest zrobione?
20.00 Wyprawa w nieznane 10
21.00 Wyprawa w nieznane 9
22.00 Zoom na architekturę
0.00 Autostrada spotkań z UFO
2.00 NASA – archiwum tajemnic

NATIONAL GEOGRAPHIC

10.00 W pułapce żywiołów
11.00 Porzucone konstrukcje
12.00 Tucci we Włoszech
14.00 Kosmiczne horyzonty
15.00 Zaginione skarby Biblii: Tajemnice wiary
16.00 Egipt: Miejsce pełne tajemnic
17.00 Sztuka obrony: Wojny w Europie: Brytania – dok.
18.00 Historia Związku Radzieckiego (1) – film dok.
19.00 UFO: Przełomowe 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 Jimmy'ego Doherty'ego
15.20 Fenomeny współczesnego życia 3 – serial dokum.
16.25 Azja: kulisy 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 24/7 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 Quebec 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... Kabaret! 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 Skeczów 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 Zgłoś 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 Sprzątaczki (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 Ciężarówką przez Stany – program rozrywkowy
21.15 Święte miejsca – serial dok.
23.20 Pomocy! W moim domu straszy (7, 8) – serial grozy
1.20 W co wierzą Osbournowie – 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 oblicza 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 Wrogi świat: Oceany – dok.
22.00 Dzikie oblicza Ameryki
23.00 Dzika Afryka Południowa
0.00 Zabójcze safari

POLSAT VIASAT HISTORY

9.50 Życie prywatne przywódców Rzeszy: 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: Żydzi przeciwko nazistom – dok.
23.10 Tatuażysta 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.
14.50 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 HD

12.25 Ucieczka na wieś 24 – dok.
14.20 Wielkie projekty: Szwecja 5 – serial dokum.
15.15 Kupiliśmy sobie zamek – damy radę 2 – serial dok.
16.10 W mieście czy na wsi?
17.05 Wiejskie domy do liftingu 2 – serial dokum.
17.55 Tomasz Pągowski. Remont u Ciebie 7 – mag.
18.25 Daleko od miasta 13 – dok.
19.00 Ucieczka na wieś 22 – dok.
21.00 Pomocy! Kupiliśmy wioskę – 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 przypadku – 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 łyse konie – komedia
FILM sensacyjna, Chiny 2023
1.25 Backdoor. Wyjście awaryjne (3) – serial kom.

TVP KOBIETA

12.00 Okrasa łamie przepisy
12.30 Kwiaty na warsztat 2
13.00 Tak to leciało! – telet. muz.
14.00 Rodzinka.pl (122, 123)
15.00 Podróże Małej 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 Miłość i nadzieja (253)
20.30 Wichrowe wzgórze (234)
21.30 Na przekór losowi (2)
22.30 La Gomera – komedia krym.,
FILM Rumunia/Fr./Niemcy 2019

PLANETE+

13.35 Natura. Proces ciągłej zmiany – film dokumentalny
14.40 Ocalić raj – serial dokum.
15.50 Starożytny Egipt. Najsłynniejsze piramidy
17.00 Najdziksze ostępy 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 trójkąty. Homoseksualiści w III Rzeszy – 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.

▶ – godzina zakończenia programu O – tylko dla dorosłych

TVP SPORT

8.15 **Polska Liga Żeglarska** – 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 Polski Polskiego Związku Padla – mecz finałowy **(live)**
13.15 **Lekkoatletyka:** Lisek w domu. Mityng Skoku o Tyczce w Dusznikach 2026 **(live)**
16.00 **Piłka nożna:** Betclic 1. Liga – Multi1liga **(live)**



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

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)**



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

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)**



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

TVP ABC

11.05 **Małe i duże przygody Miffy**
11.35 **Stacyjkowo**
11.55 **Strażak Sam 6**
12.25 **Domisie**
13.00 **Zwierzaki Czytaki**
13.20 **Pszczółka Maja**
13.50 **Lupin wśród bajek**
14.05 **Nawet nie wiesz, jak bardzo Cię kocham**
14.40 **Yakari**
15.15 **Ugotuj nam bajkę**
15.35 **Mała Marinette**
16.05 **Kosmo-kumple**
16.35 **Tygrysek Percy i jego opowieści**
17.05 **Dino Ranczo**



17.30 **Piotruś Królik 2**
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**

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 **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**
17.55 **Pati i klątwa**
FILM **Posejdona** – film animowany, Fr./USA 2022



19.30 **Baczne oczka**
19.40 **Smerfy**
20.35 **Dolina Muminków 3**
21.01 **Wierszyki domowe**
21.31 **Edzio i Lusia**
22.14 **Barbie: Dreamhouse Adventures 2**
22.46 **Tulipop**
23.52 **Trojaczki**
0.41 **Przyjaciel pies**

TVN 24

7.30 **Serwis informacyjny, Prognoza pogody**
9.30 **Serwis informacyjny, Prognoza pogody**
10.45 **Kawa na ławę** – mag.
11.55 **Loża 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**



20.00 **W kuluarach**
21.30 **Serwis informacyjny, Prognoza pogody**
22.00 **Szkło kontaktowe**
23.00 **Dzień po dniu**
23.43 **Kroniki sportowe**
0.00 **Fakty po Faktach**
0.50 **Kawa na ławę** – mag.
2.00 **Nowa Maja w ogrodzie**
2.30 **Szkło 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: Gezet 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 – Trydent **(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)** Poprzednie starcie tych drużyn w MŚ drużyna z Ameryki Północnej wygrała aż 7:0.
22.30 **Tenis:** Turniej ATP w Hamburgu
1.00 **Sporty walki:** FEN

NICKELODEON

8.35 **SpongeBob Kanciastoporty 11**
9.55 **Marsupilimki**
10.55 **Harmidom 4**
12.20 **Grzmotomocni: 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 **Marsupilimki**
17.25 **SpongeBob Kanciastoporty 15**
17.45 **SpongeBob Kanciastoporty 13**
18.15 **Grzmotomocni: 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 Lassego i Mai 2**
15.37 **Kumple z dżungli – na ratunek!**
16.37 **Dinuś i Lusia**
17.33 **Kumple z dżungli na ratunek! 3**
18.05 **Charlotte i trzy muszkieterki**
18.23 **Kumple z dżungli na ratunek! 3**

TVP INFO

14.30 **Reporterzy extra**
15.05 **Polska. Co dalej?**
16.00 **Dzień w godzinę**
17.00 **Teleexpress**
17.15 **Teleexpress 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

ELEVEN SPORTS 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 **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 5**
13.40 **Barbapapa i jego rodzinka 2**
14.30 **Barbapapa – szczęśliwa rodzinka**
14.45 **Zwierzęce zagadki**
15.15 **Rogata ekipa 4**

DISNEY JUNIOR

8.00 **Spidey i superkumple 4**
8.30 **Klub Myszki Miki Plus**
9.00 **Klub przyjaciół Myszki 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 Myszki 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 **Debata polityczna**
19.15 **Gość „Wydarzeń"**
19.30 **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+ SPORT 5

8.55 **Premier League: The Big Interview**
9.30 **Wysoki Pressing**
11.00 **The Big Pete** (4)
11.45 **Żużel:** Metalkas 2. Ekstraliga – mecz: Polonia Piła – ZKS Stal Rzeszów
14.30 **Żużel:** Metalkas 2. Ekstraliga: Wilki – PSŻ Poznań **(live)**
17.00 **Żużel:** Metalkas 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

ELEVEN SPORTS 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 **Kołowrotek**
9.40 **Taaaka ryba**
10.10 **Jedziemy na ryby!**
12.15 **Chłopaki do wzięcia**
13.05 **Zawód glina**
14.05 **Budowlańcy**
15.05 **Złomiarze**
16.05 **Polacy za granicą**
18.10 **Górale**
21.05 **Chłopaki do wzięcia**
22.00 **Drwale i inne opowieści Bieszczadu**
22.30 **Łowca pedofilów**
23.00 **Więzienie**
0.05 **Tajna historia XX wieku**
4.10 **Starożytni kosmici**

TVN TURBO

12.30 **Jeździć, obserwować**
13.15 **Moto kombat**
14.00 **Zawodowi handlarze**
14.45 **Duda kontra Szafrański**
15.30 **Naprawy nie do naprawy**
16.15 **Prawko na świecie. Jazda bez zasad**
17.00 **Ciężarówką przez Chile**
18.00 **Mobilni mechanicy**
18.45 **Raport końcowy**
19.10 **Nic do ukrycia**
21.10 **Jeździć, obserwować**
21.55 **Moto kombat**
22.40 **Uwaga! Oszust: Ściema z ogłoszenia**
23.10 **Moto Fachury**

TVS

8.05 **Przy muzyce po Śląsku**
8.35 **Muzyczne dzień dobry**
9.35 **Przy muzyce po Śląsku**
10.55 **Klachy i Lachy**
11.25 **Muzyczne podróże Karoliny Treli**
12.20 **Koncert Hansi**
14.30 **Śląska karuzela**
16.00 **Koncert życzeń**
17.50 **Szlagierowa lista**
19.45 **Koncert w TVS**
21.45 Kino TVS: **Film** FILM **fabularny**
23.35 **Śląska karuzela**
1.20 **Program kulinarny**
2.50 **Pasmo ciekawostek**

TV TRWAM

17.30 **Sól ziemi**
18.05 **Informacje dnia**
18.15 **Rozmowy niedokończone**
19.30 **Baśniowy 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**

DVB T DVB T2 – stacje dostępne w naziemnej telewizji cyfrowej



Zakochani powiedzą sobie „tak" podczas szalonej, kowbojskiej ceremonii.



Czy Justinowi uda się udowodnić, że nigdy nie zdradził Oli z Reginą?



Sebastian spróbuje znaleźć dowody na to, że film z udziałem Skotnickiego jest fałszywy.



Na skutek podłej intrygi Ola postanowi zerwać z Justinem!

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 podłą 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. Przerażony 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 Reginą! 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 zjawią się także Regina i Franek (Mateusz Banasiuk), gotowi wesprzeć go w walce o dobre imię. Była ukochana zaoferuje nawet, że spróbuje porozmawiać z Olą, 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 chce działać na szkodę jego partnerki. Tymczasem z wakacji w Stanach Zjednoczonych do Polski wrócą świeżo upieczeni państwo Stańscy… Pierwsze spotkanie Justina ze znienawidzoną 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**

FOT. Artrama

Finał 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 Lipowksa), bo wybiera się na konferencję do Poznania. Już w drodze zmienia nagle zdanie, zawraca i pędzi właśnie do Joanny – chwyta 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**

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 Willisa. 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 Willisa. 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.

REKLAMA

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 kolagen. 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 młodości 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.

TVP 1

DVB T2

6.00 Sprawdzamy – magazyn, Polska 2024-2026
6.20 Akacjowa 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 34 (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 Jedynce: **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 Reporterzy – 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 Akacjowa 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. rozdane zostaną najważniejsze polskie nagrody muzyczne. Poznamy artystę roku oraz laureatów w 13 innych kategoriach. Wręczone będą także wyróżnienia specjalne. Jedno z nich trafi m.in. do zespołu Lady Pank z Januszem Panasewiczem (zdj.) na czele. **140 min**

20

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**

TVP 2

DVB 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 wspólnikami. Z kolei Lorenzo przejmuje 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 Cihana (Cenay Türkseven, zdj.). Czeka, aż odzyska on przytomność. Sinem wyznaje Beyzie, że zamierza powiedzieć Cihanowi prawdę. **55 min**



20.55 OBYCZAJOWY

M jak miłość (1936)
Dorota i Bartek mają powód do radości. Decyzją sądu Franek dołącza oficjalnie do ich rodziny. Joanna (Dominika Sakowicz, zdj.) postanawia odejść z przychodni. Artur (Robert Moskwa, zdj.) wyznaje jej miłość. Daria, była partnerka Mikołaja, demoluje mu samochód. Potem zjawia się u niego z pistoletem w ręku. **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**



22.55 KRYMINALNY

Okrutna miłość (3)
Po kolejnym kryzysie w relacji z Davidem Ruth (Lucy Boynton, zdj.) podejmuje przełomową decyzję. Dochodzi do tragicznego zdarzenia, które wstrząsa opinią publiczną i jest początkiem głośnego procesu. **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 (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 przepis, 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'Connera (Paul Walker, zdj.). Łączy z nim siły przeciw wspólnemu wrogowi. **145 min**

20.30 Megahit: **Szybko i wściekle** FILM – film sensacyjny, USA/Japonia 2009, reż. Justin Lin, wyk. Vin Diesel, Paul Walker, Jordana Brewster, Michelle Rodriguez (patrz obok)
22.55 Siedmiu wspaniałych FILM – 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 szał FILM – komedia sensacyjna, Chiny/Hongkong/USA 2004, reż. Stephen Chow
3.55 Ewa gotuje (552) – magazyn kulinarny, Polska 2025



22.55 WESTERN

Siedmiu wspaniałych
XIX w. Bandyci terroryzują mieszkańców Rose Creek. Wdowa po jednym z zabitych prosi o pomoc Chisolma (Denzel Washington, zdj.). Ten zbiera grupę odważnych najemników. **170 min**

▶ – godzina zakończenia programu

PREMIERA – pierwszy raz w telewizji

TVN

DVB 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 Wrońskiego. 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 podrzuca bombę. Dębosz zarządza ewakuację, a teren zabezpiecza ekipa Łabaja. Pirotechnicy rozbrajają 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 OBYCZAJOWY
Na Wspólnej (4217)
Po zdemaskowaniu kłamstw Kaliny Tadeusz znika. Zakościelny planuje zemstę na Łukaszu. Czeka pod jego domem z nożem. Jarek nawiązuje romans w pracy. Roman i Honorata chcą wyprowadzić się od Włodka (Mieczysław Hryniewicz, 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 ocenią, ile zapłaciliby za nocleg w danym miejscu, a następnie porównają swoje oczekiwania z rzeczywistą ceną. Zwycięzcą zostaje gospodarz, który zdobędzie największy zysk. **70 min**

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



22.00 PRZYGODOWY
Sanktuarium
Frank (Richard Roxburgh, zdj.) wraz z grupą płetwonurków eksploruje największy system jaskiń na świecie. Gdy burza odcina im wyjście na powierzchnię, odkrywcy muszą zmierzyć się z żywiołem. **130 min**

TV PULS

DVB T2

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 Rocio, co więcej – planuje z nią ślub. Cecilla 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 mężczyźnie, że Bernarda była zamieszana w porwanie ich syna. 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 Szwedes, zdj.). Pewnego dnia odbiera przesyłkę od lokalnego artysty. Ten akurat robi odważne zdjęcia modelce Luizie. Tymczasem jedna z paczek pozostawiona w lokalnym sklepie wzbudza szczególne zainteresowanie policyjnego psa. **60 min**

20.00 **Pomścić córkę** FILM – 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 **Krocząc wśród cieni** FILM – dramat kryminalny, USA 2014, reż. Scott Frank
0.10 **Służby specjalne** FILM – 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 wpływowego Fettera (Bruce Willis, zdj.). Ojciec układa plan odwetu. **120 min**

TVN 7

DVB T2

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
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. Rodzinny spokój burzy zniknięcie dziecka. **60 min**



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 towarzyszka 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 Violę (Jane Fonda), która ma zadatki na najgorszą teściową na świecie. Obdarzone silną osobowością kobiety zaczynają ze sobą rywalizować. **125 min**

20.00 **41 dni nadziei** FILM – 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** FILM – 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** FILM – 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



0.15 KOMEDIA
W nowym zwierciadle: Wakacje
Griswoldowie jadą do parku rozrywki. Rusty (Ed Helms, zdj.) ma nadzieję, że wyprawa umocni jego relacje z żoną (Christina Applegate) i synami. Nie wszystko idzie zgodnie z planem. **125 min**

20

DVB T DVB T2 – stacje dostępne w naziemnej telewizji cyfrowej

TVP 3

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**
13.00 **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

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

6.00 **Strażnik Teksasu** (19, 20) – serial sensacyjny
7.55 **Bogaty dom – biedny dom** (118) – reality show, Polska 2024
8.55 **Policjantki 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

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.
11.55 **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
18.45 **Masza i Niedźwiedź 5**
19.00 **Kacze opowieści**

TVP ROZRYWKA

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 **Koło 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 **Koło fortuny** – telet., Pol.
18.40 **Okrasa łamie przepisy**
19.45 **Makłowicz w podróży**

TTV HD

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 wieśniaczki. PL 8** (14) – fab.-dok., Pol.
19.45 **Express, Pogoda** – inf.

MAGAZYN



20.30 **Kryminalna siódemka**
W programie prezentowane są głośne sprawy kryminalne. Widzowie zobaczą brawurowe akcje policji, zagadkowe procesy oraz widowiskowe pościgi. **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

WIDOWISKO



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**

OBYCZAJOWY



18.00 **Policjantki i Policjanci** (1430, 1431) – Pol. 2026
Miłosz i Emilia ruszają na patrol. Góral odbiera paczkę adresowaną do Nadziei. Wkrótce stróże prawa interweniują 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. Trójmiasto** (153) – krym.
22.40 **Nikita** – dramat sens., Francja/Włochy 1990
1.00 **Love Island. Wyspa miłości** (47)
2.00 **Hardkorowy lombard** (3) – serial dokumentalny

OBYCZAJOWY



20.00 **Lombard. Życie pod zastaw 18** (998)
Edward zaparkował kamper w niedozwolonym miejscu. Gdy Mocznos zwraca mu uwagę, kuzyn Barskiego wdaje się z nim w spór. Jędrzej prosi Łandę o rozmowę, ale ta nie chce go widzieć. **60 min**

21.00 **Dzielnica strachu 10** (443, 444) – serial krym.
23.00 **Wstydliwe 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)

TELETURNIEJ



20.25 **Postaw na milion**
W każdej grze bierze udział dwoje uczestników. Na wstępie dostają milion złotych. Jeśli chcą zabrać pieniądze do domu, ich zadaniem jest tylko bezbłędnie odpowiedzieć na osiem pytań. **105 min**

22.10 **Rodzinka.pl** (36) – kom.
22.50 **Cafe Fogg** (1, 2) – widowisko, Polska 2026
0.55 **Koło 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 muzyczni spadkobiercy zespołu 2 plus 1** (1) – koncert, Polska 2025

REALITY SHOW



20.05 **Zakup w ciemno 7** (9)
W Sokołowie 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 **Ciężarówką przez Indie** (7) – serial dokum.
1.20 **Damy i wieśniaczki. PL 8** (12) – fab.-dok., Pol.

TVP 3 PROGRAMY LOKALNE

BIAŁYSTOK **17.15** DorastaMy **17.30** Poczytalnia **17.40** Tamte lata, tamte dni **18.10** Podlaskie historie **18.20** Nasz Białystok jest EKO **18.30** Obiektyw **18.50** Gość „Obiektywu" **19.00** Sport, Pogoda **19.10** Rezonans polityczny **21.00** Tym żyje wieś **21.20** Gość „Obiektywu" **21.30** Obiektyw

BYDGOSZCZ **17.00** 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

GDAŃSK **16.45** Droga **17.30** Zawodowcy **17.50** Och, ta polityka **18.30** Panorama **19.00** Świat nie jest taki zły **21.00** Reportaż TVP Gdańsk **21.30** Panorama

KATOWICE **16.46** Dej pozór **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** Pełnosprawni **17.30** Magazyn medyczny **17.45** Początek tygodnia **18.30** Kronika **18.55** Tematy dnia **19.13** Tarnowska kronika filmowa **21.03** Wykrywacz 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** Który jesteś **21.15** Gość „Panoramy" **21.30** Panorama lubelska

ŁÓDŹ **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 zbadaj **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** Zaulki rzemiosła **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** Wykrywacz kłamstw **21.31** Aktualności

SZCZECIN **17.30** Przegląd 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 Warszawy i Mazowsza **19.16** Filmowe spotkania **21.00** Kościół z bliska **21.30** Kurier Warszawy i Mazowsza

WROCŁAW **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** – dramat
FILM sensacyjny, USA/Fr. 2011
0.20 **Bo oszalałem dla niej**
FILM – komediodramat, Pol. 1980

TVP KULTURA

10.00 **Zmiennicy** (2) – kom., Pol.
11.10 **Panienki z Rochefort**
FILM – musical, Francja 1967
13.25 **Miles Davis i jego muzyka** – film dokum., USA
15.30 **U Pana Boga za piecem**
FILM – komedia, Polska 1998
17.20 **Zmiennicy** (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** – dramat historyczny,
FILM Wielka Brytania 1986
1.05 **Dzień z życia artysty**
1.35 **Wybuch** – thriller, USA
FILM 1981, reż. Brian De Palma

ANTENA HD

10.35 **Co Polak potrafi na drodze?** (16) – rozr., Pol.
11.40 **Kabaretowy szał** – rozr.
12.40 **Winnice miłości** (58)
13.50 **Wojciech Cejrowski – boso przez świat** (83, 84) – cykl reportaży, Pol.
14.55 **Ciężarówką przez śniegi 2** (6, 7) – serial dok.
16.55 **77 TV 2** (6, 7) – pr. rozr., Pol.
18.55 **Astrid i Raphaëlle: Kryminalne Geniuszki** (3)
20.00 **Morderstwa we Francji**
FILM **– Le Mans** – krym., Fr. 2023
22.05 **Detektywi z Bordeaux 2** (5) – serial krym., Fr./Bel.
23.15 **Astrid i Raphaëlle: Kryminalne Geniuszki** (3, 4) – serial kryminalny
1.35 **Celnicy 3** (3, 4) – serial dok.
3.55 **77 TV 3** (5) – pr. rozr., Polska

TV 6

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. Zaginieni** (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**

BBC FIRST

10.35 **Śmierć z dala od palm 4** (2) – serial krym., Wlk. Bryt.
11.45 **Zagadki doktora Blake'a 4** (5) – serial krym.
12.55 **Shakespeare i Hathaway: Prywatni detektywi 2** (1, 2) – krym.
14.50 **Ojciec Brown 4** (10)
15.50 **Lewis** (1) – krym., Wlk. Bryt.
16.55 **My Life is Murder 3** (7)
17.50 **Morderstwa w Midsomer 12** (11, 12) – serial krym., Wlk. Bryt.
19.50 **Śmierć pod palmami 10** (8) – serial kryminalny
21.00 **Śmierć z dala od palm 4** (3) – serial krym., Wlk. Bryt.
22.15 **W zamknięciu** (1, 2)
0.40 **Ludwig** (4) – serial krym.

ROMANCE TV

14.05 **Lilly Schönauer:**
FILM **Okrężna droga do szczęścia** – film obyczajowy, Niemcy/Austria 2007
16.00 **Kati – Układ dowolny**
FILM **na stałe** – dramat obyczajowy, Niemcy 2024
18.00 **Zwierzyniec doktor Mertens** (100) – obycz.
19.00 **Górski lekarz** (104)
20.00 **Wszyscy lekko stuknięci**
FILM – komedia, Niemcy 2024
21.55 **Zostaniemy przyjaciółmi**
FILM – komedia, Niemcy 2021
23.50 **Górski lekarz** (104)
0.50 **Wszyscy lekko stuknięci**
FILM – komedia, Niemcy 2024
2.45 **Bella Australia**
FILM – komedia, Niemcy 2012

COMEDY CENTRAL

8.50 **Przyjaciele 9** (3-8) – kom.
11.55 **Teoria wielkiego podrywu 10** (14-19) – kom.
14.30 **Dwóch i pół 11** (17-20)
16.25 **Przyjaciele 9** (9-14) – kom.
19.30 **Duchy** (13, 14) – fantasy
20.30 **Tata ma plan 2** (18-20)
22.00 **The Office PL** (5, 6) – kom.
23.05 **Comedy Club 7** (7, 8)
0.05 **Miasteczko South Park 20** (10)
0.30 **Miasteczko South Park 21** (1)
1.00 **Pracoholicy 4** (13) – kom.
1.30 **Pracoholicy 5** (1) – kom.
2.00 **Śmieszniej nie będzie 3** (11, 12) – program rozrywk.
3.00 **Miasteczko South Park 20** (7-9)

TVN FABUŁA

8.45 **Detektywi** (464, 465)
9.50 **Prawo Agaty** (8) – obycz.
10.50 **Szpital św. Anny** (59)
11.50 **Druga szansa 3** (9, 10)
13.55 **Prawo Agaty** (7) – obycz.
14.55 **Detektywi** (466, 467)
15.55 **Filmowe duety** – mag.
16.40 **Vinci** – komedia
FILM kryminalna, Polska 2004
19.00 **Szpital św. Anny** (39)
20.00 **Batman: Początek**
FILM – sens., USA/Wlk. Bryt. 2005
23.00 **Kapitał, czyli jak zrobić**
FILM **pieniądze w Polsce...** – komedia, Polska 1989
0.50 **Zabójcza broń 4** – film
FILM sensacyjny, USA 1998
3.25 **Andrzej Sołtysik 2** – mag.
4.05 **Ukryta prawda** (1306)

STOPKLATKA

6.00 **Złoty interes 2** (3, 4)
7.50 **Wojciech Cejrowski – boso 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 dokum., 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 **Och! 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 – film obyczajowy, 1975, wyk. Jadwiga Barańska
11.50 **Znachor** – dramat
FILM obyczajowy, 1981, wyk. Jerzy Bińczycki
14.50 **Mała wielka miłość**
FILM – 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**
FILM **i inne questy** – komedia, Polska 2025
13.55 **Cat's Eyes** (4) – przyg., Fr.
14.55 **Bałtyk** – film dok., Pol.
16.00 **Mamma Mia! Here We**
FILM **Go Again** – kom. muz., USA/Wlk. Bryt./Chiny 2018
17.55 **Łapu-capu**
18.00 **Jason Bourne**
FILM – thriller, USA 2016
20.00 **Brygada 2** (4) – sens., Fr.
20.55 **Premierowa jazda** – magazyn

SENSACYJNY



20.00 Przebiegła gra
FILM – USA 2013

Agent FBI John Nelson (Cuba Gooding Jr., zdj.) wyjaśnia tajemnicę sfingowanej śmierci swojego informatora. Pomaga mu żona 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**
FILM **drzwi** – film sensacyjny, Polska 1987
4.15 **Powstanie warszawskie** – dokument fabularyzowany, Pol. 2014

PARADOKUMENTALNY



21.00 Gliniarze (1068)

Emerytowany policyjny negocjator zostaje znaleziony martwy w swoim domu. Adam i Olga szukają jego wrogów. Ustalają, że mąż 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 Bieszczadu** (170) – serial dokum., Pol.

OBYCZAJOWY



21.25 Ranczo 6 (73, 74) – Polska 2012

Kusy próbuje uczyć dzieci w swoim domu, co negatywnie wpływa na jego związek z Lucy. Tymczasem Sołejuk 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
FILM **mordercą** – 2016, reż. Maciej Pieprzyca

Lata 70. XX wieku. Seryjny morderca terroryzuje Śląsk. Milicjant Jasiński (Mirosław Haniszewski, zdj.) jest gotów na wiele, aby ująć sprawcę. Ignoruje niejednoznaczność dowodów. **135 min**

22.15 **Kamienie na szaniec**
FILM – dramat wojenny, 2014, wyk. Tomasz Ziętek, Marcel Sabat
0.40 **Symetria** – dramat
FILM obyczajowy, 2003
2.50 **Chemia** – dramat
FILM 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 Vareš. W miejscowej szkole siłą są przetrzymywani muzułmanie. Jednym z więźniów jest kucharz pracujący w obozie Valhall. **45 min**

21.45 **Dziki** – 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 pieczone**
FILM **kurczaki** – film obyczajowy, Polska 2002

CANAL+ M1 W CANAL+ 1 emisja każdego programu rozpoczyna się godzinę później niż w CANAL+

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:**
FILM **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 **Przyjaciółki** (261, 262)
10.25 **Świat według Kiepskich** (106, 107, 231, 232, 188)
13.35 **Narzeczony na niby**
FILM – kom. romant., Polska 2018
15.45 **Ewolucja planety małp**
FILM – 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 – film animowany, USA 2010
10.45 **Romans pachnący**
FILM **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 wzgórza**
FILM – 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**
FILM – komedia sens., USA 1998
20.15 **Taxi 4** – komedia
FILM sensacyjna, Francja 2007
22.00 **Ostatni sprawiedliwy**
FILM – dramat sens., USA 1996
23.50 **Mad Max pod Kopułą**
FILM **Gromu** – film s.f., Australia/USA 1985, wyk. Mel Gibson
1.55 **13. dzielnica** – film
FILM sensacyjny, Francja 2004

ALE KINO+

9.30 **Wyraj** – film krótkometraż.
10.00 **Co się zdarzyło w Mount Affinity? 2** (5, 6-ost.)
12.15 **Vera 11** (6) – serial krym.
14.10 **Klub wtorkowy**
FILM – komediodramat, Szwecja 2022
16.15 **Strefa interesów**
FILM – dramat historyczny, USA/Wielka Brytania/Polska 2023
18.15 **Vera 12** (1) – serial krym.
20.10 **Przekleństwo wyspy**
FILM – 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**
FILM – komediodramat, Wł. 2023
17.25 **Mój jedyny wróg** – film krótkometraż., Pol.
17.45 **Kaskader** – komedia
FILM sensacyjna, USA 2024
19.45 **Łapu capu** – rozr., Pol. 2026
20.00 **Wrogowie publiczni**
FILM – film gangsterski, USA 2009
22.15 **Najpierw strzelaj,**
FILM **potem zwiedzaj** – komediodramat, Belgia/Wielka Brytania/USA 2008
0.00 **Mordercza wataha**
FILM – thriller, Kanada/USA 2024
1.30 **PRO8L3M '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 **Czarodziejki 7** (1, 2)
13.40 **Grimm 3** (21, 22) – fantasy
15.30 **Medium 7** (8, 9) – krym.
17.20 **Czarodziejki 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**
FILM – horror s.f., USA 2018
3.05 **Czarodziejki 7** (3, 4) – serial fantasy, USA 2004
5.00 **Wojna królestw** (1)

PARAMOUNT NETWORK

9.25 **Policyjna grupa pościgowa 21** (2) – dok.
10.25 **Pingwiny z Madagaskaru** (17) – serial animowany
11.00 **Transformers 3**
FILM – film s.f., USA 2011
14.25 **Cast Away: Poza światem** – dramat przygodowy, USA 2000
17.30 **Dzień zagłady** – film
FILM katastroficzny, USA 1998
20.00 **Mission: Impossible**
FILM – 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**
FILM – 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 2** (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 3** (1, 2) – krym.
20.00 **Jeden gniewny**
FILM **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 **Wartownicy** (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 macie 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 Roads – Najniebezpieczniejsze drogi świata 3** (1) – serial dokum.
17.00 **Zholowani: ciężarówki w opałach 7** (10) – dok.
18.00 **Porzucone konstrukcje** (7) – serial dokum., Wlk. Bryt.
19.00 **Zholowani: ciężarówki w opałach 7** (11) – dok.
20.00 **Gala PKO BP Ekstraklasy** – 2026
22.50 **Sung Kang – szybki i dociekliwy** (5) – dok.
23.50 **Łowcy tajemnic Bałtyku** (8)

PONIEDZIAŁEK 25 maja

WSCH. SŁ. 04.37 ZACH. SŁ. 20.46 | Imieniny: Andrzeja, Grzegorza, Magdaleny | TeleTydzień

TLC

8.00 Dom wygrany na loterii 12
9.00 Wyzwanie – pierwsze dziecko: Odwrócone role
10.00 Wiza na miłość: dalsze losy 8 – reality show, USA
11.00 Kiedy dzieci mają dzieci 7: Emocje i ciąża
12.00 Mali ludzie, wielka rodzina 11
13.00 Wiza na miłość: Znowu do wzięcia
15.00 Wiza na miłość: dalsze losy 8 – reality show, USA
16.00 Historie wielkiej wagi
18.00 Pokonać otyłość (2) – serial dokum., Włochy



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

POLSAT CAFÉ

6.00 Oszukane (40, 41) – serial paradokum., Pol.
8.00 Komisarz Mama (23) – serial kryminalny, Polska
9.00 Drugie życie sukni ślubnej (26) – rozr., Pol.
9.30 Hell's Kitchen – Piekielna Kuchnia (53, 54) – reality show, Pol.
12.30 Bogaty dom – biedny dom (112, 113)
14.30 Kolacja w ciemno (82, 83) – pr. rozr., Polska
16.30 Hell's Kitchen – Piekielna Kuchnia (16)
18.00 Nasz nowy dom (320, 321) – reality show



20.05 Więzienie 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.

TVN STYLE

5.20 Związki z modą (1) – program rozrywk., 2020
6.10 Damy i wieśniaczki. Litwa (12) – pr. rozr., Litwa
7.10 Co za tydzień – mag.
7.45 Poukładani (2, 1) – rozr.
8.45 Pojedynek na podróże (8) – pr. rozr., Polska 2024
9.50 I nie opuszczę cię aż do ślubu (6-ost., 1)
11.25 Ugotowani (7, 8)
13.30 Kuchenne rewolucje (12, 11) – pr. rozr., Polska
15.35 Jestem z Polski (6, 7) – serial dokum., Pol. 2018
17.45 Kuchenne rewolucje (2-4) – pr. rozr., Pol. 2018



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
0.45 40 kontra 20 2 (33, 34)
2.40 Apetyt na miłość (7)
3.45 Wiem, co jem i wiem, co kupuję (7, 10) – mag.

DISCOVERY CHANNEL

8.00 Gorączka złota: zapomniane kopalnie
9.00 Gorączka złota: rzeka skarbów: Trudne czasy
10.00 Klan z Alaski: Leśny ślub
11.00 Przetrwać nad Jukonem
12.00 Fani czterech kółek 15
13.00 Nagi instynkt przetrwania 11
15.00 Złomowisko PL 3 (9)
16.00 Budowa na końcu świata: Dom z gliny w Kalifornii
17.00 Celnicy na straży Szwecji 4 (1)
18.00 Truckerki (8)



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)

TVP HISTORIA

8.30 Pogranicze w ogniu (8)
9.30 Ex Libris – magazyn
10.00 Ordonka – film dokum.
10.55 Fake czy historia?
11.35 Najwspanialsze góry Afryki (2) – cykl dokum.
12.40 Zabójcza nauka (2)
13.45 Królowie (21) – hist., Pol.
14.20 Pogranicze w ogniu (9)
15.25 Sensacje XX wieku
17.20 Czas honoru (60)
18.10 Dziewczyny ze Lwowa – tajemnice filmowego planu – felieton, 2017
18.30 Spadł, umarł, utonął
19.40 Królowie (60) – hist., Pol.
20.15 Ekstradycja 2 (2) – sens.



21.20 Obłoki śmierci. Bolimów 1915 – dokument fabularyzowany, Pol. 2020
22.35 Kroniki Hitlera (12): Zbrodniarz wojenny. Lata 1943-1944 – serial dokum.
23.45 Sensacje XX wieku
1.30 Encyklopedia II wojny światowej

FOKUS TV

8.55 Wehikuł czasu
9.00 Starożytni kosmici (16)
10.00 Gwiazdy lombardu (41-44) – reality show, USA
12.00 Wielkie konstrukcje III Rzeszy (3) – dok.
13.00 Poszukiwacze historii (12, 1)
14.00 Bitwy morskie – historia okrętów wojennych (1, 2) – dok.
16.00 Premiera: **Dorwać tuńczyka** (2, 3) – dok.
18.00 Rolnicy. Podlasie (20, 21) – serial dokum.
20.00 Galileo 26 (31) – program popularnonaukowy



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

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 Ciężarówką 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

6.00 Kojak (16, 17) – serial krym.
8.00 Strażnik Teksasu 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 Cejrowski – boso 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

9.15 Makłowicz w drodze
9.50 Makłowicz w Polsce
12.05 10 zadań specjalnych Michela Morana – pr. rozr.
13.15 Posiekani na słodko
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 Kulinarny 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

6.00 Zwykłe rzeczy – niezwykłe 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 – niezwykłe wynalazki 16
21.00 Jak działa wszechświat?: Koszmary gwiazd neutronowych; Kiedy supernowa atakuje – serial dokumentalny
23.00 NASA – archiwum tajemnic 4
1.00 Jak działa wszechświat?
4.00 Tajemnice lądowania na Księżycu

NATIONAL GEOGRAPHIC

12.00 Przetrwanie w kanadyjskiej dziczy
13.00 Wojna widziana z powietrza
15.00 Strzegąc granic – serial dok.
17.00 Inkowie: Powstanie i upadek imperium
18.00 Wcielenia 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

12.15 Błękitna Planeta 2 – dok.
13.30 Pociągiem 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

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 Przebojowe 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

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 Bundych (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 Łowca pedofilów – dok.
3.00 TV okazje

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 urządzi! – rozr.
22.30 House Hunters – Poszukiwacze domów 5
0.00 House Hunters – Poszukiwacze domów 6

TRAVEL CHANNEL

6.00 Nowe życie w górach
8.05 Jak to robią zwierzęta?
10.10 Dziwaczne potrawy: Smakowite miasta – serial dok.
12.15 Aloha, nowy dom! – pr. rozr.
14.20 Człowiek kontra jedzenie
14.55 Nieoczywiste miejsca
17.00 Dorwać komandosa – dok.
19.00 Wyprawa w nieznane: 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 komandosa – dok.
5.05 Człowiek kontra jedzenie

NATIONAL GEOGRAPHIC WILD

8.00 Przedziwna planeta Ziemia: Ucieczka – serial dok.
9.00 Europa z powietrza
10.00 Weterynarz do zadań specjalnych: Ostry dyżur
11.00 Kraina dzikich zwierząt
12.00 Królestwo drapieżników
13.00 Delta rzeki Okawango
15.00 Porażka drapieżnika
16.00 Olśniewająca Ameryka: Południowy Zachód
17.00 Stworzone, by przetrwać
18.00 Dzika Północ Europy
19.00 Zwierzaki w amoku
20.00 Niszczycielskie żywioły
21.00 Niezwykły dr Pol
2.00 Przedziwna planeta Ziemia: Ucieczka – serial dok.

POLSAT VIASAT HISTORY

11.00 Wojna światowa: 1914-1945
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

14.50 Kucharskiego pomysł na kuchnię 2
15.45 Włoska kuchnia Gino...
16.40 Po prostu Jamie...
17.35 David Rocco w zaciszu domowej kuchni – dok.
18.30 Jakubiak rozgryza...
19.00 Nie tylko kimchi – mag.
19.25 M jak mięso 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 nieznane 10
0.45 Bitwa na smaki...

CANAL+ DOMO HD

12.50 Gardeners' World 16
14.00 Cudotwórcy 7 – mag.
15.00 Kupcie sobie zamek! 2
15.55 Tomasz Pągowski. Remont u Ciebie 8 – 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 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

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 Złomiarze – serial dokum.
21.00 Łzy słońca – dramat
FILM wojenny, USA 2003
23.35 Ksiądz
FILM – horror s.f., USA 2011
1.20 Świat według Kiepskich (105, 116, 416-418) – kom.

TVP KOBIETA

13.00 Na dobre i na złe (558)
13.55 Kiedyś to było... – magazyn
14.20 Okrasa łamie 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+

12.15 Dokąd dzisiaj? 4 – dok.
12.35 Portugalia na dziko – dok.
13.40 Ewangelia dobrobytu. Historia kapitalizmu (1)
14.50 Krajobrazy świata – dok.
15.50 Niezwykłe podróże koleją 3 – serial dokum.
17.00 Afryka z góry: Maroko
18.05 Na targach świata 2: Benin
18.40 Starożytny Egipt. Najsłynniejsze piramidy
19.45 Kto zapłacił za II wojnę światową? – film dokum.
20.50 Niezwykłe podróże koleją 14 – serial dokum.
22.00 Dawno temu w Europie (2)

TVP DOKUMENT

13.30 Tajemna wiedza zwierząt
14.30 Sekrety dzikich kwiatów
15.35 Ciemna strona Wszechświata – film dok.
16.45 Pociągiem dookoła świata: Skandynawia
17.40 Polski Broadway, czyli kabaret dwudziestolecia międzywojennego – dok.
18.50 Tom Gleeson i tajemnice australijskiego muzeum
20.00 Łowcy sensacji – film dok.
21.05 Kroniki Hitlera
22.10 Barbara Włodarczyk zaprasza – magazyn
22.20 Hotel Ukraina – film dokum.

▶ – godzina zakończenia programu O – tylko dla dorosłych

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 Torreense
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



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

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)**



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

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**
16.10 **Hokej:** Mistrzostwa świata – Szwajcaria 2026 – mecz: USA – Węgry **(live)**
Amerykanie, obrońcy tytułu mistrzowskiego, mierzą się z ekipą, której celem jest utrzymanie.



20.10 **Hokej:** MŚ – 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

TVP ABC

11.35 **Stacyjkowo**
11.55 **Strażak Sam 6**
12.25 **Domisie**
13.00 **Figu Migu na planecie Czochras**
13.20 **Pszczółka 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**



18.00 **Nowe przygody Piotrusia Pana**
18.25 **Leo da Vinci**
19.00 **44 Koty**
19.25 **Ernest i Celestyna**
19.55 **Czytanie przed spaniem, czyli cała Polska czyta dzieciom**
20.10 **Zig i Sharko**
20.35 **Space Nova**

MINIMINI+

9.31 **Smerfy**
10.25 **Ciekawski George 5**
10.51 **Basia**
11.17 **Koci domek Gabi**
11.45 **Mush-Mush i Grzybaszki**
12.10 **Strażak Sam 16**
12.25 **Blaze i megamaszyny 2**
12.50 **Moje urodziny**
13.00 **Blaze i megamaszyny 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 **Strażak Sam 16**
17.25 **Staś i fajna Babcia**
17.50 **Moje urodziny**
17.56 **Smerfy**
18.25 **Leśna rodzina: Piwonia**
18.50 **Baczne oczka**
19.05 **Kicia Kocia**

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**



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 **Szkło 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 – zakręcona 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 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 rządzi**
10.52 **Siostry 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 Lusia**
14.50 **Siostry 2**
15.19 **Polly Pocket 6**

TVP INFO

15.45 **Panorama**
16.00 **Dzień w godzinę**
17.00 **Teleexpress**
17.15 **Teleexpress Extra**
17.35 **Panorama**
17.42 **Wykrywacz 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 **Debata Gozdyry**
21.50 **Wydarzenia wieczorne**
22.30 **Dzień na świecie**
23.30 **Obraz dnia**
0.00 **Najważniejsze pytania**
1.25 **Punkt widzenia Jankowskiego**

CANAL+ SPORT 5

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 PSŻ 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 **Wojny 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 **Kołowrotek** – magazyn wędkarski
4.05 **Starożytni kosmici**

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 **Wojny samochodowe**
19.15 **Usterka 16**
19.45 **Ciężarówką przez Chile**
20.45 **Naprawy nie do naprawy**
21.30 **Uwaga! Oszust: Ściema z ogłoszenia**
22.00 **Raport Turbo**
22.15 **Moto Fachury**
23.00 **Z drugiej ręki**
23.45 **Jeździć, obserwować**
0.30 **Mobilni mechanicy**

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 **fabularny**
21.50 Kino TVS: **Film**
FILM **fabularny**
23.35 **Doktor z alpejskiej wioski – nowy rozdział**

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 **Myśląc Ojczyzna**
21.00 **Apel Jasnogórski**
21.20 **Informacje dnia**
21.40 **Polski punkt widzenia**
22.00 **Z wędką nad wodę w Polskę i świat**
22.30 **Starowiejski profesor Józef Bielawski** – film dok.

SMAK NA KAŻDĄ KIESZEŃ • JUREK SOBIENIAK

Kuchnia na Dzień Mamy



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.



„Rodzinne zapieksy (jak u mamy Jurka)", czyli pyszna zapiekana 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 to 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 kamerce. 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 znikałem 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?

Myślę, 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

FOT. POLSAT (2), Archiwum prywatne



DROGA BEZ ODWROTU

Desperacka ucieczka

DROGA BEZ ODWROTU WT 26.05 godz. 20.00 TV PULS

Maben (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. Grożąc 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.



Ukrywa Maben 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**

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 Wyszkoni, 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**



spływa po policzku		lasso		... Błaszczyk, „Zmiennicy"		... Górniak, 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		Kampinoski ... Narodowy	za linią boiska				ekstraklasa		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

CHWILA NA RELAKS

Fot.: Puls TV (2), AKPA

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 **Akacjowa 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 Jedynce: **Gołąb i jego krzątanina** – 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 **Akacjowa 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 krzątanina
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 sojuszniczką zostaje agentka Wai Lin (Michelle Yeoh). **130 min**

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 – 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 – film obyczajowy, USA 1971, reż. Lee H. Katzin, wyk. Steve McQueen, Siegfried Rauch, Elga Andersen (patrz obok)
1.20 **Usłane różami** FILM – komedia, Francja 2020, reż. Pierre Pinaud
2.55 **Sztuczki** FILM – komediodramat, Polska 2007, reż. Andrzej Jakimowski ▶ 4.55



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**

TVP 2

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**
11.40 **Rosół polski** (25) – magazyn kulinarny, Polska 2026 (patrz obok)
12.10 **Którędy po sztukę:** 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 wspólnikiem 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.) poszukają źródeł dawnych zwyczajów kulinarnych. W trakcie podróży spróbują 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 wierzy 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** FILM – dramat obyczajowy, Polska 2019, reż. Małgorzata Imielska, wyk. Zofia Domalik, Maria Sobocińska, Malwina Laska, Magdalena Celmer (patrz obok)
1.10 **Pojedynek na głosy** FILM – komediodramat, Wielka Brytania 2019, reż. Peter Cattaneo
3.05 **Christopher Reeve – wieczny Superman** – film dokumentalny, Fr. ▶ 4.10



23.25 DRAM. OBYCZ.
Wszystko dla mojej matki
Ola (Zofia Domalik, zdj.) trafia do zakładu poprawczego. Kiedy pojawia się szansa na nawiązanie kontaktu z matką, postanawia się z nią spotkać. Płaci za to jednak wysoką cenę. **105 min**

POLSAT

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. Ofiara toczyła batalię sądową z byłą żoną o opiekę nad synem. Śledczy muszą ustalić, czy sytuacja rodzinna 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. Interweniuje 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 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 Wyszkoni i Pectus. Prowadzi Tomasz Wolny. **125 min**

20.35 **Nie ma jak u mamy** (1, 2-ost.) – koncert, Polska 2026 (patrz obok)
22.40 **Prometeusz** FILM – 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. Widowiskowa produkcja ze znakomitą obsadą zdobyła nominację do Oscara za efekty specjalne. **165 min**
1.25 **Niewidzialny człowiek** FILM – 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**

▶ – godzina zakończenia programu
PREMIERA – pierwszy raz w telewizji

TVN

DVB 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 szesnaście 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 Koścista, zdj.), jadą do ciężarnej Asi Wrońskiej, 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.

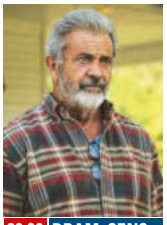
Pan i pani Smith

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

DVB 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 lokatorom, z którymi dotychczas dobrze się dogadywał. Pewnego razu jednak para zniknęła bez zapowiedzi, w dodatku nie płacąc 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

DVB 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 pobić. 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 alkoholika. Pewnego razu umawia się do pubu z poznanym na urodzinach koleżanki Bartkiem. Po wypiciu drinka zaczyna źle się czuć. Podejrzewa, że towarzysz wrzucił jej do napoju pigułkę 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



20.15 Na Wspólnej (4218) – serial obyczajowy, Polska 2026
20.50 Pan i pani Smith – komedia FILM 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 FILM – 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 Rogacewicz. **70 min**

20.00 Droga bez odwrotu FILM – dramat sensacyjny, USA 2023, reż. Nadine Crocker, wyk. Garrett Hedlund, Willa Fitzgerald (patrz obok)
Na podstawie powieści pióra Michaela Farrisa Smitha. Thriller noir osadzony w miasteczku w Mississippi. **155 min**
22.35 Jestem zemstą FILM – film sensacyjny, USA 2016, reż. Chuck Russell, wyk. John Travolta, Christopher Meloni (patrz obok)
0.10 Burza FILM – dramat katastroficzny, 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 – film sensacyjny, USA 1990, reż. Bruce Malmuth, wyk. Steven Seagal, Kelly LeBrock, Bill Sadler, Frederick Coffin (patrz obok)
22.10 Constantine – horror, FILM USA/Niemcy 2005, reż. Francis Lawrence, wyk. Keanu Reeves, Rachel Weisz, Shia LaBeouf, Djimon Hounsou (patrz obok)
0.40 Batman i Robin – film FILM przygodowy, USA/Wielka Brytania 1997, reż. Joel Schumacher, wyk. George Clooney, Arnold Schwarzenegger, Alicia Silverstone, Chris O'Donnell (patrz obok)
3.15 Żyjąc z potworem 7 (15) – serial dokumentalny
4.10 SOS Ekipy w akcji (53) – serial paradokumentalny, Polska 2018



0.40 PRZYGODOWY

Batman i Robin

Zamaskowany miliarder Bruce Wayne (George Clooney, zdj.) musi rozprawić się z prześladowcą, który zagraża mieszkańcom Gotham City. Dołącza do niego sojuszniczka, Batgirl (Alicia Silverstone). **155 min**

DVB T DVB T2 – stacje dostępne w naziemnej telewizji cyfrowej

TVP 3

9.05 **Dlaczego krowa...**
9.30 **Tamara z Olsztyna**
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

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 **Muzyczne 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

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

7.50 **Superkoty** – serial anim.
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.
11.55 **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
18.45 **Masza i Niedźwiedź 5**

TVP ROZRYWKA

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

6.20 **DeFacto 14** (10)
6.50 **Diabelnie 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 wieśniaczki. 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 Telekurier – 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)
23.30 **Kryminalna siódemka**
23.55 **Panorama**
0.25 **Program informacyjny 19.30**
0.45 **Panorama dnia** – pr. inf.
1.20 **Kryminalna siódemka**
1.40 **Dziedzictwo** (814)
2.30 **Bez retuszu** – pr. publ.

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

OBYCZAJOWY



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 **Interwencja** – mag.
2.55 **SuperLudzie** (6, 9, 10) – serial dokum., Polska
5.30 **Telezakupy TV Okazje**

ANIMOWANY



19.00 Kacze opowieści

Zamożny i zgryźliwy skąpiec Sknerus McKwacz oraz jego siostrzeńcy przeżywają wiele przygód. Stawiają też czoła wrogom bogacza, takim jak Granit Forsant i złodzieje, 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 Mikulovie, opowiada o znanych szczepach i przyrządza gulasz. **40 min**

20.25 **Postaw na milion**
22.15 **Rodzinka.pl** (37) – kom.
22.50 **Tak to leciało!**
23.50 **Kabaretomaniacy** (37)
0.50 **Koło fortuny** – telet., Pol.
2.05 **Kabaret. Super Show Dwójki** (2) – pr. rozr., Pol.
3.10 **Do śmiechu!** (63) – rozr.
4.00 **Program rozrywkowy**
4.30 **Wyspa dzieci, czyli muzyczni 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 obuwia. 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 **Żony Podlasia 4** (8) – serial dokumentalny, Pol.
1.45 **Niebezpieczne dzielnice** (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 świecie ciszy **17.49** Nie taki internet straszny **18.00** Zwierzaki od A do Ż **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 czyni 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

GDAŃSK 17.30 Tedë 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** Tarnowska kronika filmowa **18.10** Horyzont wartości. Rozmowa z kard. Grzegorzem Rysiem **18.30** Kronika **18.56** Tematy dnia **19.12** Kultura na Ludowo#wspieram **21.03** Wykrywacz 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 Pomorze Zachodnie **21.15** Agroexpress **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** Wykrywacz kłamstw **21.30** Aktualności

SZCZECIN 17.30 Tajemnice kulinarnych seriali **18.30** Kronika **18.52** Wokół nas **19.00** Wesołe lata Telewizji 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** Informacje z Mazowsza **19.15** MAZOwyprawy extra **21.00** Dobrego dnia z gwiazdą **21.30** Kurier Warszawy i Mazowsza

WROCŁAW 17.30 Sielskie życie **17.44** Prosto z lasu **17.58** Region dialogu **18.14** Pamięć Miasta **18.30** Fakty **18.58** Rozmowa „Faktów" **19.15** Agro-Fakty **21.02** Magazyn Dolnośląski **21.16** Rozmowa „Faktów" **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. Krzyżówka**
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 slow 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 **Klangor** (6, 7) – krym., Pol.
3.50 **Ranczo 7** (89) – obycz., Pol.

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**
FILM **choroba przenoszona drogą płciową** – dramat obyczajowy, Polska 2000
15.20 **Braciszek** – film
FILM obyczajowy, Polska 2007
17.10 **Zmiennicy** (4) – kom., Pol.
18.25 **Mody polskie**
19.05 **Czesław Wołłejko – aktor i poeta** – film dok.
20.00 **Dziś wieczór arszenik**
21.35 **Billy Elliot** – film obyczajo-
FILM wy, Wlk. Bryt./Francja 2000
23.35 **Minotaur Picasso** – dok.
0.35 **W poszukiwaniu dobrego filmu** – mag. film.

ANTENA HD

10.40 **Co Polak potrafi na drodze?** (1) – rozr., Pol.
11.40 **Kabaretowy szał** – rozr.
12.40 **Winnice miłości** (59)
13.50 **Wojciech Cejrowski – boso przez świat** (85, 86) – cykl reportaży, Pol.
14.55 **Ciężarówką przez śniegi 2** (7, 8) – serial dok.
16.50 **77 TV 5** (18, 19) – rozr., Pol.
18.50 **Astrid i Raphaëlle: Kryminalne Geniuszki** (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 Geniuszki** (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. Zaginieni** (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 **Septagon** (45, 46) – krym.
5.10 **Cobra Kai** (4) – serial przyg.
5.45 **Telezakupy TV Okazje**

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 Midsomer 12** (13, 14)
19.55 **Śmierć pod palmami 11** (1) – serial kryminalny, Wielka Brytania 2021
21.00 **Ludwig** (5) – serial krym.
22.10 **W zamknięciu** (3, 4) – serial kryminalny
0.40 **My Life is Murder 3** (8)

ROMANCE TV

14.15 **Bachmannowie. Stan**
FILM **zagrożenia** – komedia, Niemcy 2026
16.05 **Lena Lorenz: Niemowlę**
FILM **wybawcą** – dramat obyczajowy, Niemcy 2021
18.00 **Zwierzyniec 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:**
FILM **Dopóki jesteś** – film obycz., Niem./Austria 2004
0.05 **Górski lekarz** (105) – obycz., Niemcy/Austria
1.00 **Wszystko po połowie**
FILM – komedia, Niemcy 2024

COMEDY CENTRAL

8.50 **Przyjaciele 9** (9-14) – kom.
11.55 **Teoria wielkiego podrywu 10** (20-24) – kom.
14.05 **Teoria wielkiego podrywu 11** (1) – kom.
14.30 **Dwóch i pół 11** (21, 22)
15.30 **Dwóch i pół 12** (1, 2)
16.30 **Przyjaciele 9** (15-20)
19.30 **Teoria wielkiego podrywu 11** (2-7) – kom.
22.00 **The Office PL** (7, 8) – kom.
23.05 **Comedy Club 7** (9, 10)
0.05 **Miasteczko South Park 21** (2, 3)
1.00 **Pracoholicy 5** (2, 3) – kom.
2.00 **Śmieszniej nie będzie 3** (13, 14) – program rozrywk.
3.00 **Miasteczko South Park 20** (9, 10)

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 **Annabelle wraca**
FILM **do domu** – horror, USA 2019, reż. Gary Dauberman
1.25 **Szukając sprawiedliwo-**
FILM **ści** – film sens., USA 1991

STOPKLATKA

6.00 **Złoty interes 2** (4, 5)
7.45 **Wojciech Cejrowski – 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

POLSAT 2

5.50 **Wydarzenia**
6.30 **Nasz nowy dom** (263) – reality show, Polska 2022
7.25 **Na ratunek 112** (863, 864) – serial paradokumentalny, Polska
8.25 **Sekrety rodziny** (288-290) – serial paradokumentalny, Polska
11.30 **Trudne sprawy** (1208) – serial paradokumentalny, Polska 2023
12.30 **Dlaczego ja?** (1466, 1467) – serial paradokumentalny, Pol. 2025
14.25 **Świat według Kiepskich** (374-378) – serial komediowy, Polska 2011

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

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 naj polskiego 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 FILM wojenny, 1971
15.35 **Wielka majówka** FILM – film obyczajowy, 1981
17.20 **Stawka większa niż życie** (12) – wojenny
18.45 **Pogranicze w ogniu** (1) – serial sensacyjny, 1988

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

CANAL+ PREMIUM

6.05 **Benek** – komediodramat, Polska 2007 FILM
7.45 **Jutro będzie nasze** – komediodram., Wł. 2023 FILM
9.40 **Masz ci los!** – komedia, Polska 2023 FILM
11.10 **Łapu-capu**
11.15 **Milli Vanilli** – film dokum.
13.00 **Królowa chmur** – film obyczajowy, Polska 2003 FILM
14.20 **Cat's Eyes** (5) – przyg., Fr.
15.10 **Ostatni bój. Legenda 300 Spartan** – film dok.
16.05 **Kaskader** – komedia sensacyjna, USA 2024 FILM
18.10 **Łapu-capu**
18.15 **Krucjata Bourne'a** – thriller, USA/Niem. 2004 FILM
20.00 **Luca. Legenda Ferrari** (2) – serial dok., Wlk. Bryt.

SENSACYJNY



20.00 Snajper – USA/Peru FILM 1993, reż. Luis Llosa
Strzelec wyborowy Beckett (Tom Berenger, zdj.) ma zlikwidować generała Alvareza i kolumbijskiego bossa narkotykowego. Towarzyszy mu niedoświadczony agent Miller (Billy Zane, zdj.). **120 min**

22.00 **Oczy smoka** – film FILM sensacyjny, USA 2012, wyk. Cung Le, Jean-Claude Van Damme
23.55 **Na fali** – film sensacyjny, FILM USA 1991, wyk. Patrick Swayze, Keanu Reeves
2.45 **Wielka wsypa** – FILM komedia sens., Pol. 1992
5.00 **Biblijne tajemnice** (1) – serial dokum., Kan. 2014

KRYMINALNY



17.00 48h. Zaginieni (93, 94)
Alina, matka Leny, zgłasza się do detektywów. Dwa dni temu jej córka dzwoniła do rodziców, lecz nagle przerwała rozmowę. Po tym wydarzeniu dziewczyna się nie kontaktowała. **120 min**

19.00 **Gliniarze** (1137)
20.00 **Ślad** (40) – serial krym.
21.00 **Gliniarze** (1069)
22.00 **Łowca pedofilów** (181, 182) – serial dokum.
22.55 **Świat według Kiepskich** (308, 309)
0.00 **Ślad** (94) – krym., Pol.
1.00 **Zdrady II** (47) – paradok.
1.55 **Wydarzenia**
2.45 **Ewa gotuje** (501) – mag.
3.25 **Strzelnica Navala** (5)

KRYMINALNY



20.30 Ojciec Mateusz (4) – Pol.
Planowana od miesięcy akcja mająca na celu rozbicie gangu narkotykowego 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

KOMEDIA ROMANTYCZNA



20.00 Rozmowy nocą FILM – 2008, reż. Maciej Żak
Artystka Matylda (Magdalena Różczka, zdj.) nie chce angażować się w romanse, ale marzy o roli matki. Poszukuje dawcy nasienia. Na jej anons odpowiada Bartek (Marcin Dorociński, zdj.). **115 min**

21.55 **Supermarket** – thriller, FILM 2012, reż. Maciej Żak, wyk. Mikołaj Roznerski
23.40 **Dom zły** – dramat FILM kryminalny, 2009, wyk. Arkadiusz Jakubik
2.15 **Kamienne tablice** FILM – dramat obyczajowy, 1983, wyk. Krzysztof Chamiec, Laura Łącz
5.20 **Tama** – etiuda film., 2024

KRYMINALNY



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.
3.50 **FBI 2** (17) – serial krym.
4.45 **Walker: Strażnik Teksasu** (17) – krym.
5.30 **Blok promocyjny AXN**

THRILLER



21.00 To się nie dzieje PREMIERA FILM – 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** FILM – 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

CANAL+ W CANAL+ 1 emisja każdego programu rozpoczyna się godzinę później niż w CANAL+

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 **Fałszerstwo** (5) – krym.

POLSAT FILM

6.05 **Rolnicy – Tak się żyje u nas na 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: Imperium lodu** – komedia FILM przygodowa, USA/Kanada/Wielka Brytania 2024
21.00 **American Pie: Zjazd absolwentów** – komedia FILM obyczajowa, USA 2012
23.15 **Nie oddychaj 2** FILM – thriller, USA 2021
1.25 **Fala zbrodni** (50-53)
5.25 **Na ratunek 112** (820)

HBO

10.45 **W skrócie** – komediodramat FILM, 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 **Półbrat** (5) – serial obycz.
22.05 **Ród smoka 2** (5) – fantasy
23.10 **Bękart** – dram. hist., Dania/ FILM Szwecja/Norwegia 2023
1.15 **Joe Baby** – thriller, USA FILM 2024, wyk. Ron Perlman

WARNER TV

8.25 **JAG – Wojskowe Biuro Śledcze 8** (19) – serial sens.
9.20 **Bajer z Bel-Air 2** (20, 21)
10.20 **Za głosem serca** (89)
11.20 **Pełna chata 5** (23, 24)
12.20 **JAG – Wojskowe 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 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/Francja 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 **Zła nie ma** – dramat FILM obyczajowy, Japonia 2023
16.05 **Pod Starym Dębem** FILM – dramat obycz., Belgia/Francja/Wlk. Bryt. 2023
18.15 **Vera 12** (2) – serial krym.
20.10 **Źródło nadziei** – dramat FILM wojenny, Australia/USA/Turcja 2014
22.25 **Porwany** – dramat hist., FILM Wł./Francja/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

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) – serial fantasy, USA 2004
4.15 **Wojna królestw** (1, 2) – serial fantasy, Niem. 2025

PARAMOUNT NETWORK

6.00 **Elementary 3** (3-6) – krym.
9.25 **Pingwiny 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 węża** FILM – dramat obycz., USA 2006
2.30 **Traffic** – dramat sens., FILM USA/Niemcy 2000

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 krym.
0.50 **FBI** (17) – serial kryminalny
1.40 **Agenci NCIS** (4) – sens.

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 **Sąsiedzi 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.
3.25 **Mały Grand Hotel** (5)
3.45 **Belfer** (1, 2) – serial krym.

CANAL+ 360

13.00 **Polska z góry: Stadiony** (3, 4) – serial dok., Pol. 2024
14.00 **Okręty wojenne** (7) – dok.
15.00 **Chwila prawdy** (2) – dok.
16.00 **Hot Roads – Najniebezpieczniejsze drogi świata 3** (2) – serial dokum.
17.00 **Zholowani: ciężarówki w opałach 7** (11) – dok.
18.00 **Porzucone konstrukcje** (8) – serial dokum., Wlk. Bryt.
18.55 **Okręty wojenne** (5) – dok.
19.50 **Zholowani: ciężarówki w opałach 7** (12) – dok.
20.50 **Co poszło nie tak** (1)
21.55 **Pokonani** (5) – serial krym.
22.55 **Zasada przyjemności** (1)
0.05 **Piłkarze na podsłuchu** (7)
1.00 **Furioza** (1) – serial sens.

PREMIERA – pierwszy raz w telewizji – tylko dla dorosłych

WTOREK 26 maja

WSCH. SŁ. 04.36 | ZACH. SŁ. 20.47 | Imieniny: Marianny, Filipa, Wilhelminy

TeleTydzień

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**



21.00 Premiera: **Rodzina 10+ 8** (6) – program rozrywkowy
22.00 Premiera: **Kiedy dzieci mają dzieci 7**
23.00 Transplantacja: drugie życie: Siostrzana miłość
0.00 Dr Pryszczylla 5
1.00 Mali ludzie, wielka rodzina 11
2.00 Rodzina 10+ 8 (6) – rozr.

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 Rolniczki (8) – dok., Pol.



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.

TVN STYLE

5.25 Czas na zmianę (9) – reality show, Pol. 2021
5.55 Damy i wieśniaczki. Litwa (19, 20) – pr. rozr.
7.45 Zgłoś remont (8) – rozr.
8.45 Pojedynek na podróże (9) – pr. rozr., Polska 2024
9.50 I nie opuszczę 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 dokum., Pol. 2025
17.45 Kuchenne rewolucje (5-7) – pr. rozr., Pol. 2018



20.50 Ostre cięcie 11 (5) – rozr.
21.50 Jestem z Polski 15 (8, 9) – serial dokum., 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.

DISCOVERY CHANNEL

8.00 Gorączka złota: zapomniane kopalnie
9.00 Gorączka złota: rzeka skarbów
10.00 Klan z Alaski
11.00 Przetrwać nad Jukonem
12.00 Fani czterech kółek 15
13.00 Nagi instynkt 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)



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 wg Kindiga

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.



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.

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 Rzeszy (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)



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

8.35 Szpital (723, 724) – paradok.
10.35 Sędzia Anna Maria Wesołowska (293, 294)
12.35 Szkoła (690) – paradok., Pol.
13.35 Przepis 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

6.00 Kojak (17, 18) – serial krym.
8.00 Strażnik Teksasu 8 (2, 3) – serial sensacyjny, USA 1999
9.50 MacGyver (17, 18) – sens.
11.55 Pułapki umysłu
13.00 Wojny magazynowe: Kanada – reality show, Kan.
15.30 Sensacje XX wieku – hist.
17.50 Wojciech Cejrowski – boso przez świat
20.00 Kobra – oddział specjalny 22 (2, 3) – sens.
22.00 Dynamo: Więcej niż magia – serial dokumentalny
23.00 Magia nagości. Polska 4
0.05 Magia nagości – pr. rozrywk.
1.15 Magia nagości. Dania
2.05 I love kabaret – pr. rozr., Pol.
5.35 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 Kulinarny poker
21.10 24/24 – maraton kulinarny
22.15 Pyszne miejscówki – mag.
23.15 Akcja: Restauracja!
0.15 Człowiek kontra jedzenie
1.45 Pyszne miejscówki – 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: Koło śmierci – 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 lądowania na Księżycu
5.00 Zoom na architekturę

NATIONAL GEOGRAPHIC

12.00 Przetrwanie w kanadyjskiej dziczy
13.00 Wojna widziana z powietrza
15.00 Strzegąc granic – serial dok.
17.00 Inkowie: Powstanie i upadek imperium
18.00 Wcielenia zła: Adolf Hitler
19.00 Piekło pod wodą: II wojna światowa
20.00 Katastrofa w przestworzach: Kłopoty z mocą – dok.
21.00 UFO: Przełomowe śledztwa
22.00 CIA: Tajemnice i szpiedzy
23.00 Wyjaśnić katastrofę
0.10 Ostatni lot: Anatomia katastrofy
1.20 Życie na Alasce

BBC EARTH

12.10 Błękitna Planeta 2 – dok.
13.25 Pociągiem przez starożytny Egipt – dok.
14.30 W okowach mrozu: Kanada 2 – serial dokum.
15.30 Życie na pustkowiu 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 pustkowiu UK – serial dokumentalny
21.55 W okowach mrozu: Kanada 2 – serial dokum.
22.55 Chirurdzy: kwestia życia i śmierci 2 – serial dokum.
23.55 Michael Mosley: sekrety naszych zakupów – dok.

WP

11.00 Porzucone budowle 8
12.00 Wariaci za kierownicą 5
13.00 Makłowicz 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... Kabaret! 2 – pr. rozr.

NOWA TV

9.30 Całkiem nowe lata miodowe (3) – serial kom.
10.00 Miodowe lata (11) – kom.
10.30 Więzienie – serial dokum.
12.00 Poirot 5 (4, 5) – serial krym.
14.00 Świat według Kiepskich (323, 324) – serial kom., Polska
15.00 Świat według Bundych 3 (54-57) – serial komediowy
17.00 Świat według Bundych 4 (58, 59) – serial komediowy
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 Zarobić 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 Zgłoś remont 11 – pr. rozr.
20.05 Dorota inspiruje
21.00 Dorota was urządzi! – 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 nieznane – serial dokumentalny
19.00 Aloha, nowy dom! – pr. rozr.
21.00 Nagi instynkt przetrwania – serial dokumentalny
22.55 Kobieta na krańcu świata – serial dokumentalny
0.40 Małżeństwo w dżungli – serial dokumentalny
2.45 Wyprawa w nieznane
4.50 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 Podwodne skarby Ameryki – film dokum., USA
14.00 Geniusze afrykańskiej dziczy – film dokumentalny
15.00 Drapieżnik kontra ofiara
16.00 Parki narodowe Ameryki
17.00 Stworzone, by przetrwać
18.00 Dzika Laponia – film dokum.
19.00 Zwierzaki w amoku
20.00 Niszczycielskie żywioły
21.00 Niezwykły dr Pol
2.00 Przedziwna planeta Ziemia: Siła sprawcza – dok.

POLSAT VIASAT HISTORY

10.20 Ramzes: władca Egiptu
11.20 Wojna światowa: 1914-1945
12.25 Militarny ranking
13.35 Wojny faraonów
14.50 Naziści: korzenie zła
16.45 Grobowce Egiptu: Imhotep, twórca piramid
17.50 Wojenne fabryki 3
18.50 Militarny ranking
20.00 Zaginione miasta Biblii (2)
21.00 Tatuażysta z Auschwitz: historia prawdziwa – dok.
22.15 Świta Hitlera: Albert Speer
23.20 Ramzes: władca Egiptu
0.25 Wojenne fabryki 3
1.20 Militarny ranking
2.15 Zaginione miasta Biblii (2)

CANAL+ KUCHNIA

14.50 Kucharskiego pomysł 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 rozgryza Wietnam – magazyn kulin.
18.55 Nie tylko kimchi – mag.
19.25 M jak mięso 3: Polska – dok.
20.15 Mistrzowie przekąsek w akcji – Nowa Zelandia
21.15 Anthony Bourdain – miejsca nieznane 10
0.45 Bitwa na smaki...

CANAL+ DOMO HD

12.50 Gardeners' World 16
14.00 Cudotwórcy 7 – mag.
15.00 Kupcie sobie zamek! 2
15.55 Przekopiemy Ci ogródek
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 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.
11.30 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 Złomiarze – serial dokum.
21.00 50 pierwszych randek
FILM – komedia romant., USA 2004
23.00 Ostrożnie z dziewczynami
FILM – komedia romant., USA 2002
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 mafii – film
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 Krajobrazy świata – dok.
15.50 Niezwykłe podróże koleją 3 – serial dokum.
16.55 Afryka z góry: Zambia – dok.
18.05 Na targach świata 2
18.50 Eksplozja w Lac Mégantic. To nie był wypadek – dok.
19.50 Niesamowity zmysł węchu – film dokumentalny
20.50 Niezwykłe podróże koleją 14 – serial dokum.
22.00 Psychodeliczna terapia

TVP DOKUMENT

15.40 Potwór czy remedium?
16.50 Pieszo przez dziką 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 royalsów: Harry i Meghan – cykl dokumentalny
21.05 Kroniki Hitlera
22.10 Barbara Włodarczyk zaprasza – magazyn
22.15 Peru. Życie na 4000 metrów – film dokumentalny

▶ – godzina zakończenia programu
O – tylko dla dorosłych

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 **Betclic 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.



18.30 **Kolarstwo:** Tour de Pologne – prezentacja trasy **(live)**
20.15 **Retro TVP Sport** – mag.
22.00 **Sportowy wieczór**
22.35 **Piłka nożna:** Puchar Portugalii – mecz finałowy: Sporting – SCU Torreense
0.45 **Boks:** Gala w Montrealu: M. Fendero – W. Langston

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)**



20.00 **Tenis:** Turniej French Open w Paryżu – mecz 1. rundy **(live)**
23.30 **Jeździectwo:** Turniej Wielkiego Szlema w Aachen
0.30 **Tenis:** Turniej French Open w Paryżu – 1. runda
1.30 **Kolarstwo:** Giro d'Italia: Bellinzona – Cari

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)**



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

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 **Małe i duże przygody Miffy**
11.35 **Stacyjkowo**
11.55 **Strażak Sam 6**
12.25 **Domisie**
13.00 **Zagadki zwierzogrodmadki**
13.20 **Pszczółka Maja**
13.50 **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 **Krecio**
16.35 **Tygrysek Percy i jego opowieści**
17.05 **Dino Ranczo**
17.30 **Piotruś Królik 2**

MINIMINI+

10.25 **Ciekawski George 5**
10.51 **Basia 2**
11.17 **Koci domek Gabi**
11.45 **Mush-Mush i Grzybaszki**
12.10 **Strażak Sam 16**
12.25 **Blaze i megamaszyny 2**
12.50 **Moje urodziny**
13.00 **Blaze i megamaszyny 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 **Strażak 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**

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.



20.30 **Czarno na białym**
21.00 **Polska i świat**
22.00 **Szkło 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**
14.40 **Sport+**
15.45 **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:** PŚ 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 – Łotwa **(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 **Marsupilamki**
8.40 **Harmidom 4**
9.30 **Wylde Pak – zakręcona 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 **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 rządzi**
10.52 **Siostry 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 Lusia**
14.50 **Siostry 2**
15.19 **Polly Pocket 6**

TVP INFO

15.45 **Panorama**
16.00 **Dzień w godzinę**
17.00 **Teleexpress**
17.15 **Teleexpress Extra**
17.35 **Panorama**
17.42 **Wykrywacz kłamstw**
18.00 **Panorama**
18.30 **Kontrapunkt**
19.00 **Kontrapunkt – Ring wolny**
19.30 **Program informacyjny 19.30**
20.18 **Trójkąt 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 **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
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 **Małe 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 **Małe Królestwo Bena i Holly**

DISNEY JUNIOR

8.00 **Spidey i superkumple 3**
8.30 **Klub Myszki Miki Plus**
9.00 **Klub przyjaciół Myszki Miki**
10.00 **Blue**
11.00 **Superkoty 2**
11.30 **Psia Brygada**
12.00 **Jej Wysokość Zosia 4**
12.30 **Blue**
13.30 **Klub Myszki 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 Piła – 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 PSŻ Poznań
21.00 **Żużel:** Metalkas 2. Ekstraliga: Arged – INNPRO 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 **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**
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**
22.00 **Poszukiwacze historii**
22.30 **Kołowrotek**
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, obserwować**
18.00 **Raport Turbo**
18.15 **Z drugiej ręki**
19.00 **Duda kontra Szafrański**
19.45 **Moto Fachury**
20.30 **Moto kombat**
21.15 **Jeździć, obserwować**
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

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**

TV TRWAM

17.00 **Wierzę 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.

DVB T DVB T2 – stacje dostępne w naziemnej telewizji cyfrowej



Marion Cotillard przyszła na świat w 1975 r. Paryżu, ale wychowywała się w Orleanie.



Z Russellem Crowe'em w komedii romantycznej „Dobry rok".

Z Guillaume'em Canetem spędzili razem 18 lat.



Za niesamowitą rolę Édit Piaf jako druga w historii Francuzka otrzymała Oscara.

DOBRY ROK • MARION COTILLARD

Wygrała walkę o siebie

Po swojej najsłynniejszej 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-latka w zwariowanej 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 „Niczego 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. Wygrał, 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 dojmującym smutkiem. 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**

FOT. Getty Images, East News (3)

Finał sezonu



NA DOBRE I NA ZŁE

Szykuje się happy end?

NA DOBRE I NA ZŁE ŚR 27.05 godz. 20.50 TVP 2

Dobry (Mateusz Kmiecik) 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 kardiogennym. Gdy mężczyzna nie przeżyje operacji, Maks spróbuje pocieszyć załamaną Glorię, co zakończy się namiętnym pocałunkiem! **PM**

NA SYGNALE

Będziesz 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, przerażony zrozumie, kim naprawdę jest wybranek Potockiej. Czy zdąży ją uratować? **JP**



płetwonoga 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 górki		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 debla szerszy
... Valentino, aktor			2				najdłuższa rzeka w Afryce		przy kluczach					4	
					piłkarze z Mediolanu						gatunek jabłek				
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

Fot.: Artrama

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
6.25 **Akacjowa 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 łamie 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 Jedynce: **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 **Akacjowa 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 bladogardłe. Twórcy ukazują ich fascynujący świat. Odkrywają niezwykłe strategie 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 zmierzą 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 Patricio i David Silva. **130 min**

20 20.10 **Sport, Pogoda**
20.25 **Piłka nożna** – mecz towarzyski: Polska – Reszta Świata **(live)** (patrz obok)
22.35 Wieczór z Mistrzem. Andrzej
FILM Wajda: **Smuga cienia** – dramat obyczajowy, Polska/Wielka Brytania 1976, reż. Andrzej Wajda, wyk. Marek Kondrat, Graham Lines, Tom Wilkinson, Berhard Archard (patrz obok)
0.25 **Jutro nie umiera nigdy**
FILM – 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
FILM obyczajowy, Polska 1992, reż. Jan Jakub Kolski ▶ 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**

TVP 2

4.20 **Na dobre i na złe** – serial obyczajowy, Polska 2023
5.20 **M jak miłość** (1764) – serial obyczajowy, Polska 2023
6.10 **Przystań nad Biblią:** Księga Judyty – program religijny, Polska 2025
6.25 **Pożyteczni.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**
11.40 **Gwiazdorska kuchnia Ani 4** (46) – magazyn kulinarny, Polska 2026
12.10 **Rzecz Polska:** Figurka z Ćmielowa – 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 byłą narzeczoną. **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 (Sylwia Achu, zdj.) zgłasza na policji gwałt, a Dobrego niespodziewanie odwiedza w szpitalu jego żona. Blanka po pracy spotyka się z zaprzyjaźnioną 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 Miłosz połknął kapsułki do prania i doznał perforacji przełyku. Z kolei Romek pracuje jako konsultant medyczny na planie filmowym. Gwiazda produkcji wstrzykuje sobie adrenalinę, 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**
FILM – 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



0.00 KOMEDIA
Wakacyjna terapia
Siostry Rose (Camille Cottin) i Alice (Camille Chamoux, zdj.) rzadko się zgadzają. Gdy jednak ich matka (Miou-Miou, zdj.) zostaje porzucona przez męża, córki postanawiają zabrać ją na tropikalną wyspę. **95 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** (276, 277): Otruta i zgwałcona; Zabójcza intryga – 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 kosztowności, 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 preadopcyjną Malwinki. Wkrótce kobieta odkrywa, że jej mąż ma nieślubnego syna z Sylwią i prowadził podwójne życie. W obawie o adopcję milczy i zbiera 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. Ponieważ 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 zjawia się kandydat, Zenek. **130 min**

20.30 Komediowa środa: **Nie ma**
FILM **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 zabużańskiej – „Sami swoi. Początek". **130 min**
22.40 **Chiński zodiak**
FILM – 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**
FILM – 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**

▶ – godzina zakończenia programu
PREMIERA – pierwszy raz w telewizji

TVN

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. Kobiecie 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

6.00 Policjanci z Miami (21, 22): Nikt nie żyje wiecznie; Evan – serial kryminalny, USA 1985
8.00 Kobra – oddział specjalny (13, 14): Bezkresna agonia; 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. Czeka go niemałe 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, charyzmatyczny kardiolog, ogranicza jej dostęp do pieniędzy. Kobieta z pomocą Alicji planuje ucieczkę. Łanda i Jędrzej ulegają wypadkowi. **120 min**



20.00 DRAMAT

Niemożliwe
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 wzajemne 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

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
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 zamieszcza w internecie zrobione z ukrycia zdjęcia, na których widać pisarkę w samej bieliźnie. **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

Reutter
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, FILM 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 FILM – komedia, Polska 1999, reż. Juliusz Machulski
1.25 Wielki Szu FILM – 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 Niemożliwe – dramat FILM katastroficzny, 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 FILM – thriller, USA/Wielka Brytania/Kanada 2023, reż. Timo Vuorensola, wyk. Alec Baldwin (patrz obok)
0.05 Syberia – film kryminalny, FILM 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 KRYMINAŁ

Syberia
Lucas Hill (Keanu Reeves, zdj.) zjawia 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/ FILM 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 FILM kryminalny, Finlandia/USA 2021, reż. Renny Harlin
0.20 Zawsze jest czas na miłość FILM – 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 Ederton). Niebawem zaczyna on przysyłać jemu i jego żonie (Rebecca Hall, zdj.) podarunki. Prezenty z czasem budzą niepokój. **140 min**

DVB T DVB T2 – stacje dostępne w naziemnej telewizji cyfrowej

TVP 3

12.00 Telekurier – mag., Polska
12.30 Górna półka smaku (3)
13.00 Agrobiznes – mag.
13.30 Daję 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

15.00 Serwis Info – pr. inform.
15.10 Zakochaj się w Polsce (182) – magazyn
15.35 Zaginione? Ocalone? Historie zawodów różnych – magazyn
16.00 Zaraz wracam 2 (89)
16.30 Barwy szczęścia (3315)
17.00 Teleexpress
17.20 Gra słów. Krzyżówka
17.50 Teleexpress Extra – inf.
18.15 Wilno bardzo osobiste (2) – reportaż, Polska 2024
18.25 Polki w dżungli
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

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 paradokumentalny, Polska
13.55 Trudne sprawy (1298-1300) – paradok.
16.55 Łowcy skarbów. 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

7.30 Psi Patrol 8 – serial anim.
7.50 Superkoty – serial anim.
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.
11.55 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 ROZRYWKA

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 Koło 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 2015
15.20 Cafe Fogg (1, 2) – widowisko, Polska 2026
17.25 Va banque – teleturniej

TTV HD

6.20 DeFacto 14 (11)
6.50 Diabelnie 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 wieśniaczki. 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.

PROGRAM INFORMACYJNY



23.55 Panorama
Podsumowanie najważniejszych wydarzeń dnia ze świata. W programie znajdą 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 programowym lokalnych stacji telewizyjnych: Białystok, Bydgoszcz, Gdańsk, Katowice, Kraków, Lublin, Łódź, Poznań, Rzeszów, Szczecin, Warszawa, Wrocław

OBYCZAJOWY



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 daję! – 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.

KRYMINALNY



20.30 Sprawiedliwi – Wydział Kryminalny (1038) – Polska 2026
Rosa oraz Walczak otrzymują kadr z monitoringu z Głowackim i sprawcą Muchą 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.

ANIMOWANY



18.45 Masza i Niedźwiedź 5
Najmłodsi widzowie poznają kolejne zabawne perypetie niesfornej, ale sympatycznej dziewczynki o imieniu Masza. Towarzyszą jej przyjaciel Niedźwiedź oraz inne leśne zwierzęta. **15 min**

19.00 Kacze opowieści
20.00 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.

TELETURNIEJ



18.00 Koło fortuny – Pol.
Uczestnicy programu kręcą kołem, a następnie typują litery, które według nich mogą znajdować się w haśle. Ten, kto odgadnie je 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 Koło fortuny – telet., Pol.
2.05 Do śmiechu! (76, 77)
3.55 Program rozrywkowy
4.45 Hity wszech czasów (36) – magazyn muzyczny

ROZRYWKA



22.00 Idź na całość 2 (30) – Polska 2026
Uczestnicy mają do wygrania niemal trzy miliony złotych. W każdym odcinku podejmują ryzyko i próbują unikać zonka. Program prowadzą Zygmunt 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 zlecenie 2 (14, 15) – serial fabularno-dokum.

TVP 3 PROGRAMY LOKALNE

BIAŁYSTOK 17.35 Moda na język polski **18.00** Grajmy swoje **18.10** Panorama łomżyńska **18.30** Obiektyw **18.50** Gość „Obiektywu" **19.00** Sport, Pogoda **19.10** Budowniczowie świata **21.00** Przegląd suwalski **21.20** Gość „Obiektywu" **21.30** Obiektyw

BYDGOSZCZ 17.30 Samorządni **18.15** Pokochaj Grudziądz **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

GDAŃSK 17.30 Na 2 kontakty **17.50** Raport gospodarczy **18.15** Czyżewskiego 42 **18.30** Panorama **19.00** Droga **21.00** Tedë jo **21.15** Czyżewskiego 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 gór **18.04** Bezpieczny powiat, bezpieczna gmina **18.15** Magazyn medyczny **18.30** Kronika **18.55** Tematy dnia **19.12** Spichlerz smaków **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: NAuKA **21.15** Gość „Panoramy" **21.30** Panorama lubelska

ŁÓDŹ 17.15 Łódź światłoczuła **17.30** Strefa biznesu **17.45** Samorządni **18.15** Idź się zbadaj **18.30** Łódzkie wiadomości dnia **18.50** Sport, Pogoda **19.00** Szlakiem filmowej Łodzi **19.20** W archiwach **21.00** Na wschód od Łodzi **21.15** Inwestujemy w Twoje zdrowie **21.30** Łódzkie wiadomości dnia

POZNAŃ 17.29 Teleskop **17.45** Wspólne popołudnie **18.30** Teleskop **19.00** Rozmowa dnia **19.17** Reportaż sportowy **21.02** Opowieści stąd **21.18** Bezbłędnie **21.30** Teleskop

RZESZÓW 17.29 Sport – wydarzenia i komentarze **17.56** Dokument w TVP Rzeszów **18.30** Aktualności **18.59** Gość TVP Rzeszów **19.14** Paragraf **21.00** Wykrywacz kłamstw **21.30** Aktualności

SZCZECIN 17.30 Kulturalnie mówiąc **17.52** Słowo daję! **18.00** Raport naukowy **18.30** Kronika **18.52** Wokół nas **19.00** Polskie ślady **21.00** Wokół nas **21.08** Pełnosprawni **21.30** Kronika **21.50** Rozmowa dnia

WARSZAWA 17.21 Głosy Powstania. Marcin Kaczorowski **17.35** Reagujemy **18.00** Zawsze na temat **18.30** TKW **18.42** Kurier Mazowiecki **19.00** Srebrny telefon **21.00** Kulturalnie mówiąc **21.30** Kurier Warszawy i Mazowsza

WROCŁAW 17.09 Region dialogu **17.29** Magazyn Dolnośląski **17.43** Strefa otwarta **18.14** Energia Przyszłości Dolny Śląsk **18.30** Fakty **18.58** Rozmowa „Faktów" **19.11** Z Unią na Ty **21.02** Pamięć Miasta **21.16** Rozmowa „Faktów" **21.30** Fakty

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, Czechy/Hiszpania/USA 2017
0.40 Colombiana – dramat
FILM sensacyjny, USA/Fr. 2011

TVP KULTURA

11.15 Braciszek – film
FILM obyczajowy, Polska 2007
13.05 Czesław Wołłejko – aktor i poeta – film dok.
14.50 Poznań '56 – dramat
FILM społeczny, 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
FILM
2.50 Informacje kulturalne
3.10 Minotaur Picasso – dok.

ANTENA HD

11.40 Kabaretowy szał (3)
12.35 Winnice miłości (60)
13.50 Wojciech Cejrowski – boso przez świat (87, 88) – cykl reportaży, Pol.
14.55 Ciężarówką przez śniegi 2 (8) – serial dokum.
15.55 Ciężarówką 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 Geniuszki (5)
20.00 Morderstwa we Francji – Sarlat – thriller, Fr. 2017
FILM
22.00 Detektywi z Bordeaux 2 (7) – serial krym., Fr./Bel.
23.10 Astrid i Raphaëlle: Kryminalne Geniuszki (6)
0.20 Polska. Największe tajemnice 2 (7) – rozr., Pol.

TV 6

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. Zaginieni (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 Septagon (47, 48) – krym.
5.05 Nona i jej córki (5)
5.45 Telezakupy TV Okazje

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 Midsomer 13 (1) – 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 światłach 2 (2) – krym.
23.10 Shakespeare i Hathaway: Prywatni detektywi 2 (5, 6) – krym.

ROMANCE TV

14.15 Rosamunde Pilcher:
FILM **Śniadanie u Tessy** – melodramat, Niemcy 2024
16.05 Inga Lindstrom:
FILM **Meandry miłości** – dramat obycz., Niem. 2005
18.00 Zwierzyniec doktor Mertens (102) – obycz.
19.00 Górski lekarz (106)
20.00 Rozwód dla
FILM **zaawansowanych** – kom. romant., Niemcy 2010
21.55 Lato na Lazurowym
FILM **Wybrzeżu** – dramat obyczajowy, Niemcy 2024
23.50 Górski lekarz (106)
0.45 Rozwód dla
FILM **zaawansowanych** – kom. romant., Niemcy 2010

COMEDY CENTRAL

8.00 Dwóch i pół 12 (1, 2)
8.55 Przyjaciele 9 (15-20)
11.55 Teoria wielkiego podrywu 11 (2-7) – kom.
14.30 Dwóch i pół 12 (3-6)
16.25 Przyjaciele 9 (21, 22, 25)
18.25 Przyjaciele 10 (1, 2) – kom.
19.30 Teoria wielkiego podrywu 11 (8-13) – kom.
22.00 The Office PL (9, 10)
23.05 Comedy Club 7 (11, 12)
0.05 Miasteczko South Park 21 (4, 5)
1.00 Pracoholicy 5 (4, 5) – kom.
2.00 Śmieszniej nie będzie 3 (15, 16) – program rozrywk.
3.00 Miasteczko South Park 21 (1-3)
4.30 Comedy Club 8 (2-4)

TVN FABUŁA

10.50 Szpital św. Anny (61)
11.50 Druga szansa 3 (13)
12.50 Druga szansa 4 (1)
13.55 Prawo Agaty (9) – obycz.
14.55 Detektywi (470, 471)
15.55 Po pierwsze kino 3 (24)
16.00 Fantastyczne zwierzęta:
FILM **Tajemnice Dumbledore'a** – film fantasy, Wielka Brytania/USA 2022
19.00 Szpital św. Anny (41)
20.00 Mroczny rycerz
FILM **powstaje** – film sens., USA/Wielka Brytania 2012
23.25 Czyja to kochanka?
FILM – komedia romant., Francja/Wł./Bel. 2006
1.05 Judasz i Czarny Mesjasz
FILM – dramat biograf., USA 2021

STOPKLATKA

6.00 **Złoty interes 2** (5, 6)
7.45 **Wojciech Cejrowski – 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

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

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 **Zaraz wracam 2** (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

KINO POLSKA

6.00 **Polska z góry. Zamki, dworki, pałace 3** (8) – serial dokumentalny
6.25 **Och! Kabaret 4** (2) – program rozrywk., 2024
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

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

CANAL+ PREMIUM

10.10 **Robin i obrońcy królestwa** FILM – przyg., Wlk. Bryt./Irlandia 2024
11.50 **Łapu-capu**
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, Czechy/Wielka Brytania/USA 2017
18.10 **Łapu-capu**
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.

HORROR



20.00 Duchy kanionu – USA FILM 2016, reż. Greg Mclean

Bronny (Radha Mitchell, zdj.) i Peter spędzają wakacje w Wielkim Kanionie z córką i synem. Chłopiec zabiera znalezione w jaskini tajemnicze kamienie. Budzi ducha, który opętuje rodzinę. **115 min**

21.55 **Lęk pierwotny** – thriller, FILM USA 1996, wyk. Richard Gere, Edward Norton
0.40 **Ostatni gliniarz** FILM – komedia kryminalna, Niemcy 2019, wyk. Henning Baum
2.50 **Milioner** – film FILM obyczajowy, Polska 1977
5.00 **Biblijne tajemnice** (2) – serial dokum., Kan. 2014

KRYMINALNY



20.00 Ślad (41) – Pol. 2018-2019

Szymańska znajduje w domu ciało męża. W pobliskim lesie detektywi odkrywają zwłoki Barbary Trojeckiej. Przypuszczają, że za oba zabójstwa odpowiada żona zabitego mężczyzny. **60 min**

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

OBYCZAJOWY



21.30 Ranczo 6 (75, 76) – Pol.

Dzieci w Wilkowyjach podejmują różne inicjatywy, aby zebrać środki i zorganizować wycieczkę zagraniczną. Czerepach postanawia wykorzystać ich działania do promowania senatora. **110 min**

23.20 **Ojciec Mateusz 28** (358) – serial kryminalny, Polska
0.15 **Pan Mama** (55, 56)
1.35 **Fałszerze. Powrót sfory** (14-ost.) – sens., Pol.
2.30 **Erynie** (1) – serial kryminalny, Polska 2021
3.30 **Zatoka szpiegów 2** (14)
4.20 **Klan** (1422) – telen., Pol.
4.55 **Zaraz wracam 2** (131)
5.20 **Rodzinka.pl** (72) – serial komediowy, Pol. 2012

SENSACYJNY



20.00 Ekstradycja 2 (1, 2)

Komisarz Halski wyjeżdża na urlop z córeczką i jej opiekunką Beatą. Siostra Olgierda, Sabina, wiąże się z biznesmenką z Rosji, Nadieżdą, groźną przestępczynią. Ta uprowadza córkę Halskiego. **135 min**

22.15 **Misja Afganistan** (4) – serial wojenny, 2012
23.30 **Karate po polsku** FILM – dramat obyczajowy, 1983, wyk. Michał Anioł
1.30 **Konsul** – komedia FILM kryminalna, 1989, wyk. Piotr Fronczewski
3.45 **Jak pies z kotem** FILM – komediodramat, 2018, wyk. Robert Więckiewicz, Olgierd Łukaszewicz

SENSACYJNY



21.05 Zabójcza broń 3 (2, 3)

Murtaugh zaczyna uważać, że współpraca z Cole'em była błędem, gdy zostają przydzieleni do pracy z FBI nad sprawą gangu Surenos. Roger zapomina, że Trish zmaga się z traumą. **115 min**

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) – serial sensacyjny, USA
3.40 **FBI 2** (18) – serial krym.
4.35 **Walker: Strażnik Teksasu** (18) – serial kryminalny, USA 2021
5.20 **Blok promocyjny AXN**

REALITY SHOW



21.00 Projekt Fighter (6-ost.)

Dowiemy się, który z uczestników otrzyma 100 tys. zł i podpisze kontrakt z Martinem Lewandowskim i federacją KSW. Show prowadzi Kinga Kujawska (zdj.). **45 min**

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.

CANAL+ M1 W CANAL+ 1 emisja każdego programu rozpoczyna się godzinę 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 **Równoległe śledztwo** (4) – serial kryminalny, Fr. 2023
0.00 **Niepokojące zaginięcia:** FILM **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 **Szczęśliwy 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. 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 – 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 **Materialiści** – komedia FILM romantyczna, USA/Finlandia 2025, wyk. Dakota Johnson
21.55 **Euforia 3** (7) – serial obycz.
23.00 **Bliżej** – 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 chata 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 chata 5** (25, 26)
17.10 **Pełna chata 6** (1, 2) – kom.
18.15 **Miłość jak narkotyk** FILM – kom. romant., USA 1997
20.20 **Akademia policyjna 3:** FILM **Powrót do szkoły** – komedia, USA 1986
22.00 **W sieci kłamstw** – film FILM sensacyjny, USA 2008
0.30 **Greystoke: Legenda** FILM **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** FILM **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 **Ryzykowny napad** FILM – thriller, Hiszpania 2025
0.10 **Zaginieni** (3, 4) – sens.
2.30 **Klangor** (2) – serial krym.
3.20 **Pornografia** – film obycza- FILM jowy, Polska/Francja 2003
5.15 **Sortownia** (2) – psycholog.

CANAL+ FILM

13.20 **Łapu capu** – rozr., Pol. 2026
13.25 **Balony** – film krótkometr.
13.55 **Battleship: Bitwa** FILM **o 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 **Łapu capu** – 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 **Czarodziejki 7** (5, 6)
13.40 **Grimm 4** (3, 4) – fantasy
15.30 **Medium 7** (12, 13) – krym.
17.20 **Czarodziejki 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 **Czarodziejki 7** (7, 8) – serial fantasy, USA 2004
4.10 **Wojna królestw** (2, 3)

PARAMOUNT NETWORK

6.00 **Elementary 3** (5-8) – krym.
9.20 **Policyjna 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 **Apocalypto** – dramat FILM przyg., USA/Meksyk 2006
1.20 **Projekt: Monster** – film 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** – komediodra- FILM mat, 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 **Łapu capu** – rozr., Pol. 2026
9.55 **Planeta Singli. 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 **Łapu capu Extra** (3) – rozr.
17.10 **Świat zwierząt – rodzicielstwo** (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 **Pętla** (1-4) – sens., Pol. 2020
3.25 **Premierowa jazda** (9)
3.40 **Łapu capu** – rozr., Pol. 2025
3.45 **Belfer** (3, 4) – serial krym.
5.30 **Hollywood Buzz** – mag.

CANAL+ 360

13.00 **Polska z góry: Stadiony** (5, 6) – serial dok., Pol. 2024
14.00 **Okręty wojenne** (8) – dok.
15.00 **Chwila prawdy** (3) – dok.
16.00 **Hot Roads – Najniebezpieczniejsze drogi świata 3** (3) – serial dokum.
17.00 **Zholowani: ciężarówki w opałach 7** (12) – dok.
18.00 **Porzucone konstrukcje** (9) – serial dokum., Wlk. Bryt.
18.55 **Okręty wojenne** (6) – dok.
19.50 **Zholowani: ciężarówki w opałach 7** (13) – dok.
20.50 **Co poszło nie tak** (2)
21.55 **Pokonani** (6) – serial krym.
22.55 **Zasada przyjemności** (2)
0.10 **Piłkarze na podsłuchu** (8)
1.00 **Furioza** (2) – serial sens.

PREMIERA – pierwszy raz w telewizji
– tylko dla dorosłych

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 Pryszczylla 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



20.00 Kilogramy do szczęścia 2
21.00 Nie do uwierzenia!
22.00 Premiera: **Transplantacja: drugie życie**
23.00 Moje koszmarne stopy 2
0.00 Dr Pryszczylla 5
1.00 Kilogramy do szczęścia 2

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



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.

TVN STYLE

5.25 Czas na zmianę (10-ost.) – reality show, Pol. 2021
5.55 Damy i wieśniaczki. Litwa 2 (21, 22) – pr. rozr.
7.45 Zgłoś remont (9) – rozr.
8.45 Pojedynek na podróże (10-ost.) – pr. rozr., Polska
9.50 I nie opuszczę 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



20.50 Ugotowani (3) – program kulin.-rozrywk., Polska
21.50 Jestem z Polski 15 (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.)

DISCOVERY CHANNEL

7.00 Budowa na końcu świata
8.00 Gorączka złota: zapomniane kopalnie
9.00 Gorączka złota: rzeka skarbów: Rabunek
10.00 Klan z Alaski
11.00 Przetrwać nad Jukonem
12.00 Fani czterech kółek 15
13.00 Nagi instynkt przetrwania 11
15.00 Złomowisko PL 4 (2)
16.00 Gorączka złota 16
18.00 Kamperem przez świat (2)
19.00 Złomowisko PL (9-11)



22.00 Premiera: **Nagi instynkt przetrwania 12**
23.00 Dorwać komandosa: 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)

TVP HISTORIA

10.35 Było, nie minęło...
11.15 Polskie parki narodowe
11.45 Wszystkie kolory świata 2
12.55 Nieznana wojna na Północy 2 (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?



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

FOKUS TV

6.05 48h. Zaginieni (32)
7.00 Była sobie Ziemia (21-24) – serial anim., Fr.
8.55 Wehikuł czasu
9.00 Starożytni kosmici (2)
10.00 Gwiazdy lombardu (49-52) – reality show, USA
12.00 Wielkie konstrukcje III Rzeszy (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 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 Kołowrotek (10, 11)

METRO

8.35 Szpital (725, 726) – paradok.
10.35 Sędzia Anna Maria Wesołowska (295, 296)
12.35 Szkoła (691) – paradok., Pol.
13.35 Przepis na życie 5 (2)
14.35 Zapukaj do moich drzwi (146) – telen., Turcja 2020
15.45 The Floor – teleturniej, 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 Szkoła (816, 811) – 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: Pieniądze
13.00 Wojny magazynowe: Kanada – reality show, Kan.
15.30 Sensacje XX wieku – hist.
17.55 Wojciech Cejrowski – boso 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 Posiekani 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 Kulinarny 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.
23.00 Tajemnice Alaski: Zaginiony samolot; Potwór z Port Chatham – serial dokum.
1.00 Jak działa wszechświat?
4.00 Gigantyczne konstrukcje według Hammonda – rozr.

NATIONAL GEOGRAPHIC

12.00 Przetrwanie w kanadyjskiej dziczy
13.00 Wojna widziana z powietrza
15.00 Strzegąc granic – serial dok.
17.00 Inkowie: Powstanie i upadek imperium
18.00 Wcielenia zła
19.00 Piekło pod wodą: II wojna światowa
20.00 Katastrofa w przestworzach: Wątpliwości – dok.
21.00 Katastrofy pod lupą
22.00 Inżynieryjne tragedie
23.00 Najniebezpieczniejsze drogi Europy
0.00 Katastrofa w przestworzach: Odcięcie 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 Pociągiem przez Imperium Osmańskie
14.30 W okowach mrozu: Kanada 2 – serial dokum.
15.30 Życie 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 Cassandre: 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 Całkiem nowe lata miodowe (4) – serial kom.
10.00 Miodowe lata (12) – kom.
10.30 Więzienie – serial dokum.
12.00 Poirot 5 (5, 6) – serial krym.
14.00 Świat według Kiepskich (325, 326) – serial kom., Polska
15.00 Świat według Bundych (57) – serial komediowy, USA
15.30 Świat według Bundych 4 (58-62) – serial komediowy
18.00 Całkiem 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 Łowca pedofilów – dok.
3.00 TV okazje

HGTV HOME & GARDEN

10.00 Design w australijskim stylu – program rozrywkowy
11.00 Zarobić na remoncie 9
13.00 Zbudujemy fajny dom
13.55 House Hunters – Poszukiwacze domów 5
15.05 Mieszkanie na miarę 4
17.00 Polowanie na ogród 7
18.10 Zgłoś remont 11 – pr. rozr.
19.05 Będzie pięknie – pr. rozr.
20.05 Dorota inspiruje
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 Ciężarówką przez Stany
14.55 Smakuj świat z Pascalem
17.00 Wyścig 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 Wyścig 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 Kalahari: 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 Zwierzaki w amoku
20.00 Niszczycielskie żywioły
21.00 Niezwykły dr Pol
2.00 Przedziwna planeta Ziemia: Obcy – serial dokum.

POLSAT VIASAT HISTORY

11.25 Wojna światowa: 1914-1945
12.30 Militarny ranking: Bitwy
13.35 Zaginione 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 Militarny ranking: Bitwy
20.00 Kleopatra: tajemnicza władczyni
21.15 Adolf Hitler: Zrozumieć dyktatora
22.20 Przywódcy III Rzeszy
23.30 Ramzes: władca Egiptu
0.30 Wojenne fabryki 3

CANAL+ KUCHNIA

14.50 Kucharskiego pomysł 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 zaciszu 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 nieznane 10
0.45 Bitwa na smaki...

CANAL+ DOMO HD

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 Pągowski. Remont u Ciebie 8 – mag.
22.30 Patent na zieleń – 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, 588, 493) – kom.
20.00 Złomiarze – serial dokum.
21.00 Air Force One – thriller, FILM USA/Niemcy 1997
23.35 Świat w płomieniach
FILM – film sensacyjny, USA 2013

TVP KOBIETA

12.30 Pięknie przyprawiONA
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
FILM – 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 royalsów
13.30 Ukryte serce Irlandii
14.30 Dźwiękowe krajobrazy Australii (2) – dok., Australia
15.40 Cuda światowego transportu
16.45 Pieszo przez dziką Rumunię – dok., Austria
17.50 Zasada – film dok., Pol. 2022
19.10 Magia irańskiego jedwabiu – film dokum.
20.05 Z ust royalsów
21.05 Kroniki Hitlera
22.10 Barbara Włodarczyk zaprasza – magazyn
22.20 Rakka, cień ISIS – film dok.

▶ – godzina zakończenia programu O – tylko dla dorosłych

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



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)**

EUROSPORT 1

8.30 **Kolarstwo:** Giro d'Italia: Bellinzona – Cari
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)**



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

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 Kołtoń 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**



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

TVP ABC

9.30 **Domisie**
10.00 **Zagadki zwierzogromadki**
10.20 **Przygody Bolka i Lolka**
11.05 **Małe i duże przygody Miffy**
11.35 **Stacyjkowo**
11.55 **Strażak Sam 6**
12.25 **Domisie**
13.00 **Cześć, czy mogę Cię zjeść?**
13.20 **Pszczółka Maja**
13.50 **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 **Krecio**
16.35 **Tygrysek Percy i jego opowieści**
17.05 **Dino Ranczo**
17.30 **Piotruś Królik 2**
18.00 **Nowe przygody Piotrusia Pana**
18.25 **Leo da Vinci**
19.00 **44 Koty**

MINIMINI+

11.45 **Mush-Mush i Grzybaszki**
12.10 **Strażak Sam 16**
12.25 **Blaze i megamaszyny 2**
12.50 **Moje urodziny**
13.00 **Blaze i megamaszyny 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 **Strażak Sam 16**



17.25 **Staś i fajna Babcia**
17.50 **Moje urodziny**
17.56 **Smerfy**
18.25 **Leśna rodzina: Pamiętnik Frei**
18.50 **Baczne oczka**
19.05 **Kicia Kocia**
19.25 **Mały Charlie**
19.36 **Jeżyk Happy**
19.52 **Basia 2**

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**



20.00 **Kropka nad i** – pr. publ.
20.30 **Czarno na białym**
21.00 **Polska i świat**
22.00 **Szkło 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 **Ekstrapaka**
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 Obrońca 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 – zakręcona 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**
14.00 **SpongeBob Kanciastoporty 11**
14.30 **Harmidom**
15.30 **Smerfy**
16.00 **SpongeBob Kanciastoporty 9**
16.25 **SpongeBob Kanciastoporty 14**

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 rządzi**
10.52 **Siostry 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 Lusia**
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 **Wykrywacz 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 **Małe 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 **Małe Królestwo Bena i Holly**

DISNEY JUNIOR

8.00 **Spidey i superkumple 3**
8.30 **Klub Myszki 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**
13.30 **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 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+ SPORT 5

7.00 **Ekstrapaka**
8.00 **Wysoki Pressing**
9.45 **Żużel:** Metalkas 2. Ekstraliga: Arged – INNPRO ROW Rybnik
12.30 **Piłka nożna:** PKO BP Ekstraklasa
15.00 **Żużel:** Metalkas 2. Ekstraliga: Polonia Piła – 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 pedofilów**
23.05 **Więzienie**
4.05 **Starożytni kosmici**

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 **Zawodowi handlarze**
19.00 **Naprawy nie do naprawy**
19.45 **Uwaga! Oszust: Ściema z ogłoszenia**
20.15 **Jeździć, obserwować**
21.00 **Wojny samochodowe**
22.00 **Raport Turbo**
22.15 **Duda kontra Szafrański**
23.00 **Moto kombat**
23.45 **Z drugiej ręki**
0.25 **Usterka 16**

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 **fabularny**
21.50 Kino TVS: **Film**
FILM **fabularny**
23.35 **Doktor z alpejskiej wioski – nowy rozdział**

TV TRWAM

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 niedokończone**
19.20 **Odnaleźć siebie**
19.30 **Bóg z nami**
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 **Przetrwaliśmy**
22.30 **Błogosławiona**

DVB T DVB T2 – stacje dostępne w naziemnej telewizji cyfrowej



Rozmowę Michała i Wiktorii przerywa pukanie do drzwi.

Czy Łukasz przypłaci życiem swoje brawurowe działania?

Finały sezonów

Daga nie może uwierzyć w to, do czego doszło w mieszkaniu, które zajmuje.

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 Jałowiec) 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 (Sasza 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 Górska i Kropelka przeglądają akta spraw dotyczących mieszkania Dagi. Odkrywają, że w lokalu przy Klonowej 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 Klonowej, ale Górska 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. Ciała znalazł ich kilkuletni 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 Jóźwiaka. Niestety, samotna akcja kończy się zasadzką – Łukasz trafia do lasu na odludziu, gdzie ma zostać stracony...

Tymczasem Gołaszewski (Artur Dziurman) widzi, jak klan Jóźwiaka przejmuje miasto, a rozkaz odsunięcia jego jednostki od tej sprawy tylko potwierdza, jak silne wpływy ma bandyta. Mimo to „Musashi" wysyła jednostkę antyterrorystyczną na spotkanie z gangiem…

HANNA MIŁKOWSKA

FOT. TV 4/Ivan Prinus



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 zdobywają 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**

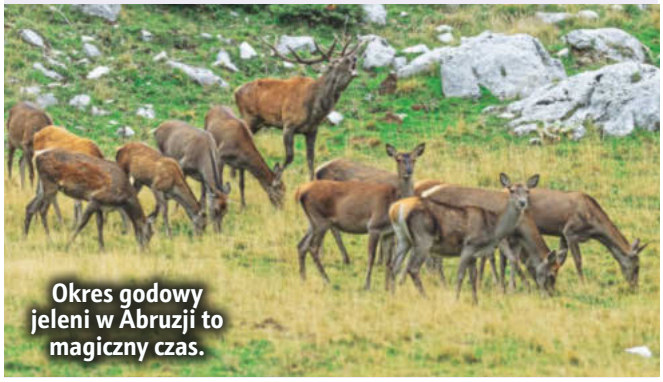
FOT. POLSAT, Adobe Stock

ABRUZJA – KLEJNOT WŁOCH. DZIKA NATURA

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.

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 Akacjowa 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 Jedynce: **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 Akacjowa 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 Łucji, cierpiącej na niezidentyfikowane 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 sztukę: Cecco del Caravaggio – magazyn kulturalny, Polska 2018
Cecco del Caravaggio był wiernym naśladowcą Michelangela Merisi da Caravaggia. 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
Medycy walczą o życie chłopaka, który zatruł 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 Martín, zdj.) ma żal do Alonsa (Manuel Regueiro, zdj.), że ten próbuje zeswatać 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 wyprowadza się z hotelu i przeprasza Kajtka 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 Ziembicka, zdj.) biorą sekretny ślub. **35 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; Obłąkany – 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): Ciąża 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 zrujnuje jej życie. Malownicze plenery stają się jednak areną wydarzeń, które każą im przemyśleć własną relację. **135 min**

20

20.10 Sport, Pogoda
20.30 Omnibus – szybcy i mądrzy – teleturniej, Polska 2026
21.00 Omnibus – szybcy i mądrzy – 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 24 godziny w Le Mans FILM – 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 słynęła z tego, że szła z duchem czasu. W latach 90. Diana (zdj.) często wypowiadała się w mediach. Zaskarbiła sobie sympatię ludzi szczerymi wystąpieniami. **50 min**

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 Johanna znajduje zakrwawiony koc. Badania wykazują ślady DNA Luki, dlatego on i Angle 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 FILM – dramat obyczajowy, Polska 2019, reż. Małgorzata Imielska
2.35 Akacjowa 38 – telenowela, Hiszpania 2015 ▶ 4.10



20.40 TELETURNIEJ

Tak to leciało! (82)

Pierwszy uczestnik to Leszek z Bartąga 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**

20.30 Nasz nowy dom (372-ost.) – reality show, Polska 2026 (patrz obok)
21.50 Bilet do raju – komedia FILM 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: Ryzykowna gra”. **135 min**
0.05 Jeszcze dłuższe zaręczyny FILM – 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 zaręczyny

Violet (Emily Blunt, zdj.) i Tom (Jason Segel, zdj.) rozpoczynają przygotowania do ślubu. Muszą zmierzyć się z oczekiwaniami pomysłowej rodziny i niespodziankami losu. **165 min**

▶ – godzina zakończenia programu

PREMIERA – pierwszy raz w telewizji

TVN

DVB 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 Złota 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-latki, która spadła 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



20.50 ROZRYWKA

Kuchenne rewolucje (12)
W Cieszynie, który łączy Polskę oraz Czechy, działa Winiarnia u Czecha, mieszająca smaki tych obu kultur. Lokal zmaga 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 Religa (Tomasz Kot, zdj.) przekonuje kolegów po fachu i politycznych decydentów, żeby wsparli jego plany operacji przeszczepu serca. Za bezpardonową walkę o życie pacjenta płaci jednak wysoką cenę. Musi radzić sobie z samotnością oraz ostracyzmem środowiska lekarskiego. **140 min**

20.15 Na Wspólnej (4220) – serial obyczajowy, Polska 2026
20.50 Kuchenne rewolucje (12) – pr. 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, Nel 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.



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**

TV PULS

DVB T2

6.00 Policjanci z Miami (22, 23): Evan; Lombard – serial kryminalny, USA 1985
8.00 Kobra – oddział specjalny (14, 15): Pojedynek w dziczy; Kosmos – serial sensacyjny, Niemcy 2015
10.00 Triumf miłości (167, 168) – serial obyczajowy, Meksyk 2010
Lulu składa zeznania obciążające Bernardę. Stan Maksa pogarsza się. Doktor Heriberto mówi Victorii, że jego życie jest zagrożone. **120 min**
12.00 Nie igraj z aniołem (84) – serial obyczajowy, Meksyk 2008
Cecilia poszukuje córki. Przychodzi do domu, w którym przebywa Marichuy, ale ona prosi Candelarię, żeby jej nie wpuszczała. **60 min**
13.00 Wspaniałe stulecie (18) – serial kostiumowy, Turcja 2012-2013
14.00 Kurierzy (4) – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2023
15.00 Lombard. Życie pod zastaw 10 (481, 482) – serial obyczajowy, Polska 2022
Po wypadku Jarek zmaga 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 Kurierzy (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 nieszczęśliwa. **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 pomysł, jak odzyskać zaległe alimenty od zaniedbującego go ojca. **120 min**



20.00 KOMEDIA

Wakacje Jasia Fasoli
Pechowy Brytyjczyk Jaś Fasola (Rowan Atkinson, zdj.) wygrywa na loterii wakacje w Cannes. Rusza w podróż życia, ale przez nieznajomość języka 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 hakerskiego dochodzi do wycieku danych tajnych agentów Wielkiej Brytanii. Emeryt Johnny English (Rowan Atkinson, zdj.) zostaje przywrócony do służby. Z pomocą Bougha (Ben Miller, zdj.) ma odnaleźć cyberprzestępcę. Wcześniej musi oswoić się z nowoczesną technologią. **110 min**

20.00 Wakacje Jasia Fasoli FILM – 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 FILM – 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 FILM – 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!



23.50 KOM. SENS.

Jak dogryźć mafii
Prywatny detektyw Steve Ford (Bruce Willis, zdj.) naraża się mafii. Szef gangu Spyder w odwecie porywa jego psa. Zawierają układ. Śledczy zgadza się odzyskać dla niego walizkę z kokainą. **125 min**

TVN 7

DVB T2

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
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. Podejrzenia 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. Wyznaje Orłowicz prawdę 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)



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 rzekoma opiekunka malucha to jego matka. **60 min**

20.00 Norbit FILM – 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 sierocińca. Aktorski popis Eddiego Murphy'ego, który pojawia się na ekranie w aż trzech różnych rolach. **135 min**
22.15 Równi goście FILM – komedia sensacyjna, USA 2016, reż. Shane Black
0.40 Czyja to kochanka? FILM – 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

Norbit
Dobroduszny Norbit (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**

20

CZWARTEK 28 maja

TVP 3

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 **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**

TVP POLONIA

14.45 **Słowo daję!** – 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 **Teleexpress**
17.20 **Gra słów. Krzyżówka**
17.50 **Teleexpress Extra** – inf.
18.15 **UNESCO: Skarby Polski**
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

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 **Dlaczego ja?** (1537, 1538) – serial paradokumentalny, Polska
13.55 **Trudne sprawy** (1301-1303) – serial paradokumentalny, Polska
16.55 **Łowcy skarbów. Kto da więcej?** (536) – reality show, Polska 2025
18.00 **Policjantki i Policjanci** (1433, 1434) – obycz., Pol.

PULS 2

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
18.45 **Masza i Niedźwiedź 5**
19.00 **Kacze opowieści**
20.00 **Lombard. Życie pod zastaw 18** (1001)

TVP ROZRYWKA

6.10 **Zakochaj się w Polsce** (210) – 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.
9.55 **Program rozrywkowy**
10.05 **Makłowicz w podróży**
10.45 **Postaw na milion**
12.35 **Familiada** – teleturniej
13.15 **Tygrysy Europy** (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 **Koło fortuny** – telet., Pol.

TTV HD

6.20 **DeFacto 14** (12)
6.50 **Diabelnie 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 wieśniaczki. 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.

OBYCZAJOWY



22.30 Złoty chłopak (161)

Ferit jest załamany z powodu odejścia Seyran. Suna postanawia pomóc Ifakat odzyskać wiarę w siebie. Seyran 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

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 odmieniło go. **55 min**

21.20 **Polonia 24 Tygodnik**
22.25 **Profilerka Jastrę** (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**

KRYMINALNY



20.00 Uroczysko (260)

Trwa łemkowski obrzęd pośmiertny Igora Wasylenki. Policjanci próbują rozwikłać 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

KRYMINALNY



21.00 Dzielnica strachu 10 (446, 447) – Polska

Śledczy badają okoliczności zabójstwa. Trop prowadzi ich do chorej na schizofrenię dziewczyny, która twierdzi, że zabiła potwora. Dochodzenie ujawnia rodzinny dramat walki z nałogiem. **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

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 **Koło fortuny** – telet., Pol.
2.05 **Kabaretomaniacy** (22, 23) – pr. rozr., Polska
3.55 **Program rozrywkowy**

REALITY SHOW



22.00 Życie na kredycie 7 (1, 2) – Polska 2025

Ania wkracza w nowy etap dorastania. Wiesia zaczyna mieć obawy, które denerwują nastolatkę. Sylwia i Krystian chcą zobaczyć drugi najwyższy 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 robota 3** (15)
2.50 **Osadzone. Blok F** (5, 6) – serial paradokumentalny
3.55 **Damy i wieśniaczki. Ukraina 8** (1) – fab.-dok.

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

GDAŃSK 17.50 Pin do kultury **18.15** Czyżewskiego 42 **18.30** Panorama **19.00** Wiatrak **21.00** Na 2 kontakty **21.15** Czyżewskiego 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** Pasmo 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 „Panoramy" **21.30** Panorama lubelska

ŁÓDŹ 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** Zapraszamy 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 przeobjów **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 i Dużej 6 **18.05** Pełnosprawni **18.30** Kronika **18.52** Wokół nas **19.00** Prywatne 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** Kurier Warszawy i Mazowsza

WROCŁAW 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

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 światem – Maroko** – magazyn
16.40 **Magiczne Podhale z Sebastianem Karpielem-Bułecką 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 **Szef roku** – komedia, FILM Hiszpania 2021
0.30 **Kaznodzieja z karabinem** – FILM dramat biograficzny, USA 2011

TVP KULTURA

11.10 **Poznań '56** – dramat FILM społeczny, Polska 1996
13.10 **J Lee Thompson 6** (10-ost.) – cykl dokum.
14.10 **Legenda Tatr** – film FILM obyczajowy, Polska 1994
16.10 **Zmiennicy** (6) – kom., Pol.
17.15 **Wydarzenie aktualne**
17.50 **Fenomen Fogga** – 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

ANTENA HD

11.40 **Kabaretowy szał** – rozr.
12.40 **Winnice miłości** (61)
13.50 **Wojciech Cejrowski – boso przez świat** (89, 90) – cykl reportaży, Pol.
14.55 **Ciężarówką 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 Geniuszki** (6)
19.58 **Czas na pogodę** – pr. inf.
20.00 **Morderstwa we Francji – Saint-Paul de Vence** FILM – film kryminalny, Fr. 2017
22.00 **Detektywi z Bordeaux 2** (8) – serial krym., Fr./Bel.
23.15 **Astrid i Raphaëlle: Kryminalne Geniuszki** (7)
0.40 **Zagłada Ziemi** – film dok.
2.40 **77 TV 3** (13) – pr. rozr., Pol.

TV 6

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. Zaginieni** (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 **Septagon** (49, 50) – krym.
5.05 **Nona i jej córki** (6)
5.45 **Telezakupy TV Okazje**

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.

ROMANCE TV

14.20 **Zagłosuj na miłość** – kom. FILM romant., Kanada 2023
16.05 **Dora Heldt: Ucieczka ciotki Inge** – komedia romantyczna, Niemcy 2011
18.00 **Zwierzyniec doktor Mertens** (103) – obycz.
19.00 **Górski lekarz** (107) – obycz., Niemcy/Austria
20.00 **Inga Lindström: Lato na wyspie** – film obyczajowy, Niemcy 2005
21.50 **Rosamunde Pilcher: Miłość i inne skarby** FILM – film obycz., Niemcy 2022
23.45 **Górski lekarz** (107)
0.45 **Inga Lindström: Lato na wyspie** – film FILM obyczajowy, Niemcy 2005

COMEDY CENTRAL

7.00 **Dwóch i pół 12** (3-6)
8.50 **Przyjaciele 9** (21, 22, 25)
10.50 **Przyjaciele 10** (1, 2) – kom.
11.55 **Teoria wielkiego podrywu 11** (8-13) – kom.
14.30 **Dwóch i pół 12** (7-10)
16.25 **Przyjaciele 10** (3-8) – kom.
19.30 **Teoria wielkiego podrywu 11** (14-19) – kom.
22.00 **The Office PL** (11, 12)
23.05 **Comedy Club 8** (1, 2)
0.05 **Miasteczko South Park 21** (6, 7)
1.00 **Pracoholicy 5** (6, 7) – kom.
2.00 **Śmieszniej nie będzie 3** (17, 18) – program rozrywk.
3.00 **Miasteczko South Park 21** (3-5)
4.30 **Comedy Club 8** (4-6)

TVN FABUŁA

8.45 **Detektywi** (470, 471)
9.50 **Prawo Agaty** (11) – obycz.
10.50 **Szpital św. Anny** (62)
11.50 **Druga szansa 4** (2, 3)
13.55 **Prawo Agaty** (10) – obycz.
14.55 **Detektywi** (472, 473)
15.55 **Top 100: filmy wszech czasów** (4) – pr. rozr., Pol.
16.35 **Kino Buzz Top 5** – mag.
16.50 **Prosto w serce** – komedia FILM romantyczna, USA 2007
19.00 **Szpital św. Anny** (42)
20.00 **Dzień Bastylii** – dramat FILM sensacyjny, Wielka Brytania/Francja/USA 2016
22.00 **Showtime** – komedia FILM sens., USA/Australia 2002
23.55 **Matka** – horror, USA 2017, FILM reż. Darren Aronofsky

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 **Nasz nowy dom** (265)
7.30 **Na ratunek 112** (867, 868) – paradok., Pol.
8.30 **Sekrety rodziny** (294-296) – paradok., Pol.
11.30 **Trudne sprawy** (1210) – serial paradokumentalny
12.30 **Dlaczego ja?** (1470, 1471) – paradok.
14.30 **Świat według Kiepskich** (384-388) – serial kom., Polska 2012
17.00 **48h. Zaginieni** (97, 98) – serial kryminalny, Polska
19.00 **Gliniarze** (1139) – serial paradokumentalny, Pol.
20.00 **Ślad** (42) – serial krym.
21.00 **Gliniarze** (1071) – serial paradokumentalny, 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 **Wagary** – krótkometraż.
8.25 **Szumy i fonie** – film krótkometrażowy, 2024
8.50 **Skradziona kolekcja** FILM – komedia krym., 1979
10.45 **Podróż za jeden uśmiech** FILM – przyg., 1972
12.45 **Jeśli serce masz bijące** FILM – dramat psycholog., 1980
14.55 **Joanna** – dramat FILM 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 **Cat's Eyes** (7) – przyg., Fr.
14.30 **Luca. Legenda Ferrari** (1, 2) – dok., Wlk. Bryt.
16.15 **Hollywood Buzz** – magazyn filmowy
16.40 **Zgred** – dramat FILM obyczajowy, Polska 2025
18.05 **Łapu-capu**
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 Banshee FILM – USA 2022, reż. Jon Keeyes

Płatna morderczyni Delilah, zwana Banshee (Jaime King, zdj.), dostaje zadanie zabicia swojego dawnego mentora. Nie ma jednak zamiaru tego robić. Przyjaciele łączą siły przeciw zleceniodawcy. **120 min**

22.00 **Czas zemsty** – film FILM sens., USA/Aruba 2003
23.50 **Legionista** – film FILM przygodowy, USA 1998
2.00 **Cztery wesela i pogrzeb** FILM – komedia romant., Wlk. Bryt. 1994
4.25 **Biblijne tajemnice** (3) – serial dokum., Kan. 2014
5.40 **Moja** – film krótkometr.

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**

23.00 **Świat według Kiepskich** (312, 313) – serial kom., Polska 2009
0.00 **Ślad** (96) – krym., Pol.
1.00 **Zdrady II** (49) – paradok.
2.05 **Wydarzenia**
2.45 **Ewa gotuje** (504, 505)
4.00 **SuperLudzie** (9, 10)
5.10 **Drwale i inne opowieści Bieszczadu** (173) – serial dokum., Pol.
5.30 **Telezakupy TV Okazje**

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**

20.30 **Komisarz Alex 25** (318) – serial kryminalny, Polska
21.30 **Ranczo 6** (76, 77) – obycz.
23.20 **Ojciec Mateusz 28** (359) – serial kryminalny, Polska
0.15 **Wojna zastępcza** (13) – szpiegowski, Pol. 2025
1.15 **PitBull** (13, 14) – sens.
3.10 **Zatoka szpiegów 2** (15)
4.00 **Klan** (1423) – telen., Pol.
4.35 **Zaraz wracam 2** (132)
5.05 **Rodzinka.pl** (73) – kom.

KOMEDIA ROMANTYCZNA



20.00 Jeszcze raz – 2008, reż. FILM 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**

22.00 **Sługi boże** – film FILM kryminalny, 2016
0.00 **Ostatni prom** FILM – dramat obycz., 1989
2.00 **1920 Bitwa Warszawska** FILM – dramat wojenny, 2011
4.40 **Najpiękniejsze fajerwerki ever** – film krótkometrażowy, 2017
5.25 **Pokój** – film krótkometr.

SENSACYJNY



21.05 Agenci NCIS (15)

Zespół pod wodzą McGee bada sprawę śmierci podoficera. Odurzony mężczyzna stracił panowanie nad samochodem i zginął w wypadku. Śledztwo ujawnia, że pomagał wdowom. **55 min**

22.00 **Agenci NCIS: Hawaje 2** (4) – serial kryminalny
22.55 **Kryminalne zagadki Las Vegas** (9, 10) – krym.
0.45 **Castle 8** (1, 2) – krym.
2.40 **Agenci NCIS** (15) – sens.
3.35 **FBI 2** (19) – serial krym.
4.25 **Walker: Strażnik Teksasu** (1) – serial kryminalny, USA 2021, wyk. Jared Padalecki
5.10 **Blok promocyjny AXN**

THRILLER



21.00 Pies 51 – Francja 2025, PREMIERA FILM reż. Cédric Jimenez

Rok 2045. Ginie twórca zaawansowanej sztucznej inteligencji. Agentka Malberg (Adele Exarchopoulos, zdj.) i policjant Brecht (Gilles Lellouche, zdj.) badają sprawę. **105 min**

22.45 **Zdążyć przed śmiercią** FILM – western, USA 2025
0.30 **Skarbek** – thriller, Polska/ FILM Wielka Brytania/USA 2024
2.15 **Dwie siostry** – dramat FILM obycz., Pol./Ukraina 2024
3.50 **Warsaw Story**
4.20 **Nadzieja** – dramat sens., FILM Polska/Niemcy 2006

CANAL+ W CANAL+ 1 emisja M1 każdego programu rozpoczyna się godzinę później niż w CANAL+

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 **Fałszerstwo** (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 FILM przygodowa, USA/Kanada/ Wielka Brytania 2024
18.50 **Mój chłopak się żeni** FILM – kom. romant., USA 1997
21.00 **Miłość do kwadratu** FILM **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

12.15 **Oliwia i niewidzialne trzęsienie ziemi** FILM – 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 **Bezmiar** – 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 FILM sensacyjna, Francja 2007
20.15 **Godziny szczytu 2** FILM – komedia sens., USA 2001
22.00 **Mad Max: Na drodze gniewu** – film s.f., Australia/ FILM 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 **Kamdesh. Afgańskie piekło** – dramat wojenny, FILM USA/Bułgaria 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 „Zmierzch": Zaćmienie** – film FILM fantasy, USA 2010
18.20 **Wujowy 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 **Alarum** – film FILM sensacyjny, USA 2025
1.35 **To nie mój film** 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 **iZombie 3** (1-4) – serial grozy, USA 2015
1.00 **Megalodon: Obłęd** FILM – horror, USA 2023
3.00 **Czarodziejki 7** (9, 10) – serial fantasy, USA 2004
5.00 **Wojna królestw** (4)

PARAMOUNT NETWORK

9.25 **Policyjna 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 FILM – Ghost Protocol** – sens., USA/Czechy/ZEA 2011
22.55 **Immortals. Bogowie i herosi** FILM – 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 **Tropiciel** (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 łzy** – film FILM sens., Tajlandia/USA 2013
22.00 **Następne 48 godzin** FILM – 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 **Dzika fauna śródziemnomorska** (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 Inmortal. 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: Stadiony** (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: ciężarówki w opałach 7** (13) – dok.
18.00 **Porzucone konstrukcje** (10) – serial dok., Wlk. Bryt.
18.55 **Okręty wojenne** (7) – dok.
19.50 **Zholowani: ciężarówki w opałach 7** (14) – dok.
20.50 **Koleją przez świat** (3)
21.55 **Pokonani** (7) – serial krym.
22.55 **Zasada przyjemności** (3)

PREMIERA – pierwszy raz w telewizji ○ – tylko dla dorosłych

CZWARTEK 28 maja

WSCH. SŁ. 04.34 | ZACH. SŁ. 20.50 | Imieniny: Augustyna, Emila, Marii

TeleTydzień

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 otyłość (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 Skórze na ratunek 7
0.00 Dr Pryszczylla 5
1.00 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 wieśniaczki. Litwa 2 (23, 24) – pr. rozr.
7.45 Zgłoś remont (10) – rozr.
8.45 Pojedynek 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 Zgłoś 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 Przetrwać nad Jukonem
12.00 Fani czterech kółek 15
13.00 Nagi instynkt przetrwania 11
15.00 Złomowisko PL 4 (3)
16.00 Gorączka złota 16 (2)
17.00 Nic do zgłoszenia (6)
18.00 Kamperem przez świat (3)
19.00 Złomowisko 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 Odnaleźć 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 – teleturniej, 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 Cejrowski – boso 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 Sexy kuchnia Magdy Gessler – magazyn kulinarny
13.10 Posiekani na słodko
14.10 Dziwaczne 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 Kulinarny poker
20.55 Kulinarne podróże z Guyem Fierim – 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 teczki; Latające konie, szachy – serial dokum.
1.00 Jak działa wszechświat?
4.00 Gigantyczne konstrukcje według Hammonda – rozr.

NATIONAL GEOGRAPHIC

12.00 Przetrwanie w kanadyjskiej dziczy
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: Odcięcie 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 Pociągiem 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 Chirurdzy: 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 Makłowicz w podróży
14.00 Pokochaj lub sprzedaj Vancouver 3: Alice & Jim
16.50 Pogoda
17.00 Komisarz Cassandre: Zbrodnie w Alpach 6 (3)
19.00 Policjanci z sąsiedztwa 3
21.00 Strażacy z sąsiedztwa 2
21.55 Pogoda
22.00 Mistrzowie Kabaretu 7
23.00 Mistrzowie Kabaretu
0.00 Przebojowe 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 Więzienie – serial dokum.
12.00 Poirot 5 (6, 7) – serial krym.
14.00 Świat według Kiepskich (327, 328) – serial kom., Polska
15.00 Świat według Bundych 4 (60-65) – serial komediowy
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 urządzi! – rozr.
21.35 Będzie pięknie – pr. rozr.
22.35 House Hunters – Poszukiwacze domów 6
23.05 House Hunters – Poszukiwacze domów 7
0.50 Kupujemy dom na plaży 29 – serial dokum.

TRAVEL CHANNEL

6.00 Nowe życie w Meksyku
8.05 Kobieta 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 campingu
19.20 Ciężarówką 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 campingu
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 Miodożery: 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 Zwierzaki w amoku
20.00 Niszczycielskie żywioły
21.00 Niezwykły dr Pol
2.00 Przedziwna planeta Ziemia: Oświecenie – dok.
3.00 Europa z powietrza

POLSAT VIASAT HISTORY

11.15 Wojna światowa: 1914-1945
12.20 Militarny 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 Militarny ranking
20.00 Kryminologia starożytności: Czyngis-chan
21.00 Życie prywatne przywódców Rzeszy
22.00 Życie w kraju Hitlera – dok.
23.05 Ramzes: władca Egiptu
0.05 Wojenne fabryki 3

CANAL+ KUCHNIA

14.50 Kucharskiego pomysł na kuchnię 2
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 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 HD

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 Złomiarze – 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 KOBIETA

12.30 Pięknie przyprawiONA 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 Żona 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
FILM wojenny, Polska 2024

PLANETE+

12.35 Oman. Cuda Półwyspu Arabskiego (2) – film dokum.
13.40 Antropocen: Epoka człowieka – film dokum.
14.50 Krajobrazy świata – dok.
15.50 Niezwykłe podróże koleją 4 – serial dokum.
16.55 Afryka z góry: Kamerun
18.05 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 koleją 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 Wielkanocna – film dokumentalny
17.45 Sean Penn, amerykański wichrzyciel – film dok., Fr.
18.45 Świat myśli – film dok., Hol.
20.05 Z ust royalsów
21.10 Ostatni szpieg – film dok.
22.20 Barbara Włodarczyk zaprasza – magazyn
22.25 Siła kłamstwa – film dok.

▶ – godzina zakończenia programu O – tylko dla dorosłych

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: Betclic 1. Liga – półfinałowy mecz barażowy **(live)**



20.25 Piłka nożna: Betclic 1. Liga – półfinałowy mecz barażowy **(live)**
23.05 Sportowy wieczór
23.40 Boks: Polska Liga Boksu – mecz: KKB Rushh Kielce – Pomorzanin Boxing Team Toruń
2.05 Hokej: NHL – 3. runda fazy play-off **(live)**

EUROSPORT 1

8.30 Jeździectwo: Turniej Wielkiego Szlema 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)**



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

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)**



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

TVP ABC

8.30 Wissper
9.00 Tru i Tęczowe Królestwo
9.30 Domisie
10.00 Zwierzaki Czytaki
10.20 Przygody Bolka i Lolka
11.05 Małe i duże przygody Miffy
11.35 Stacyjkowo
11.55 Strażak Sam 6
12.25 Domisie
13.00 Szkoła z Kleksem Bystrzakiem
13.20 Pszczółka Maja
13.50 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 Krecio
16.35 Tygrysek Percy i jego opowieści
17.05 Dino Ranczo
17.30 Piotruś Królik 2
18.00 Nowe przygody Piotrusia Pana

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 Grzybaszki
12.10 Strażak Sam 16
12.25 Blaze i megamaszyny 2
12.50 Moje urodziny
13.00 Blaze i megamaszyny 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 Strażak Sam 16
17.25 Staś i fajna Babcia
17.50 Moje urodziny
17.56 Smerfy
18.25 Leśna rodzina: Pamiętnik Frei

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
19.30 Fakty po Faktach
20.00 Kropka nad i – pr. publ.
20.30 Czarno na białym



21.00 Polska i świat
22.00 Szkło 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 Ekstraligi
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 Szlema 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 – zakręcona 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 11
14.30 Harmidom
15.30 Smerfy
16.00 SpongeBob Kanciastoporty 9
16.25 SpongeBob Kanciastoporty 14
16.40 Patryk Rozgwiazda Show 4

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 rządzi
10.52 Siostry 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 Lusia
14.50 Siostry 2
15.19 Polly Pocket 6

TVP INFO

15.45 Panorama
16.00 Dzień w godzinę
17.00 Teleexpress
17.15 Teleexpress Extra
17.35 Panorama
17.42 Wykrywacz 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 ósemce 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 Myszki Miki Plus
9.00 Klub przyjaciół 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 Myszki 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+ SPORT 5

8.15 Żużel: Metalkas 2. Ekstraliga: Wilki – Hunters PSŻ Poznań
11.00 Premier League Stories (42)
11.45 Żużel: Metalkas 2. Ekstraliga: Polonia Piła – Stal Rzeszów
14.45 Piłka nożna: PKO BP Ekstraklasa
17.15 Magazyn Metalkas 2. Ekstraliga
18.15 Magazyn PGE Ekstraligi
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 Bieszczadu
22.00 Górale
22.30 Rolnicy – Tak się żyje u nas na wsi
4.05 Starożytni kosmici

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 Duda kontra Szafrański
19.00 Mobilni mechanicy
19.45 Prawko na świecie. Jazda bez zasad
20.30 Zawodowi handlarze
21.15 Z drugiej ręki
22.00 Raport Turbo
22.15 Uwaga! Oszust: Ściema z ogłoszenia
22.45 Wojny samochodowe
23.40 Ciężarówką przez Chile

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 fabularny
21.50 Kino TVS: **Film**
FILM fabularny
23.35 Doktor z alpejskiej wioski – nowy rozdział

TV TRWAM

17.30 Odpowiedzialni za Kościół
18.05 Informacje dnia
18.15 Rozmowy niedokończone
19.25 Rodzinny 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

DVB T DVB T2 – stacje dostępne w naziemnej telewizji cyfrowej



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 antybakteryjne) 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 filiżance, i w kosmetykach działa skutecznie.

Doskonałą alternatywą dla porannej kawy jest napój z matchy lub koktajl piękności z jej dodatkiem. Dzięki nim zdrowo i pięknie zaczniesz dzień.

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 zacienia 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. Dosłodź np. miodem, stewią, syropem klonowy. I poranne kremowe smoothie 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 Biotaniqe 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 dwupoziomowym, 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)



WIĘCEJ PORAD ZNAJDZIESZ NA: SPRAWDZONE.PL

FOT. Adobe Stock, mat. prasowe

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. Pracujące 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 marszobiegi, 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. Fundamentem 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 maść 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!

FOT. Adobe Stock

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 ksiazka to najlepszy sposób, by choć na chwilę zapomnieć o codziennych troskach.

WARTO WYPRÓBOWAĆ

Codzienne 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 wdech 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 krtani. Działają odświeżająco na śluzówkę. 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 methylglyoxalu 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 witalność. Zawierają ekstrakt z borówki, świetlika, cynk, miedź oraz witaminę A. Do nabycia na newnordic.pl



• ok. 54 zł (60 tabl.)

WIĘCEJ PORAD ZNAJDZIESZ NA: SPRAWDZONE.PL

FOT. Adobe Stock, mat. prasowe

MOŻESZ TEMU ZAPOBIEC

Mała ranka, duży problem?

Tak może się zdarzyć, jeśli zawczasu nie zadbamy 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 roztoczy. 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 ramy.
- Następnie wypłucz ranę obficie wodą, solą fizjologiczną lub antyseptykiem – by usunąć z niej zarazki.
- W następnym kroku dokonaj 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 podchlorany. 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.



REKLAMA

NOWY STANDARD
W GOJENIU RAN

Mikronizowane srebro
Olej migdałowy
UNIKALNA FORMUŁA
5 SKŁADNIKÓW
Fitokolagen akacjowy
Kwas hialuronowy
Wit.E

RANISILVER
KADEFARM
maść i spray
wyrób medyczny

KADE FARM
www.ranisilver.pl

Dystrybutor w Polsce / Podmiot prowadzący reklamę: Kadefarm Sp. z o.o., Sierosław, ul. Gipsowa 18, 62-080 Tarnowo Podgórne. Producent: Sakura Italia Srl, 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.



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

Śledztwo 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

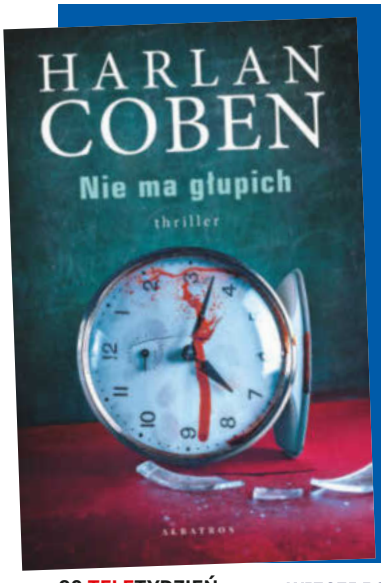


FUMIO YAMAMOTO

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 detektyw i świeżo upieczony ojciec, łata 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 prześladuje go od tamtego strasznego 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 seriale na podstawie jego książek biją rekordy popularności, o role w nich ubiegają się topowi aktorzy.

WIĘCEJ PORAD ZNAJDZIESZ NA: SPRAWDZONE.PL

FOT. Adobe Stock (3), materiały redakcyjne/AI, mat. prasowe

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.

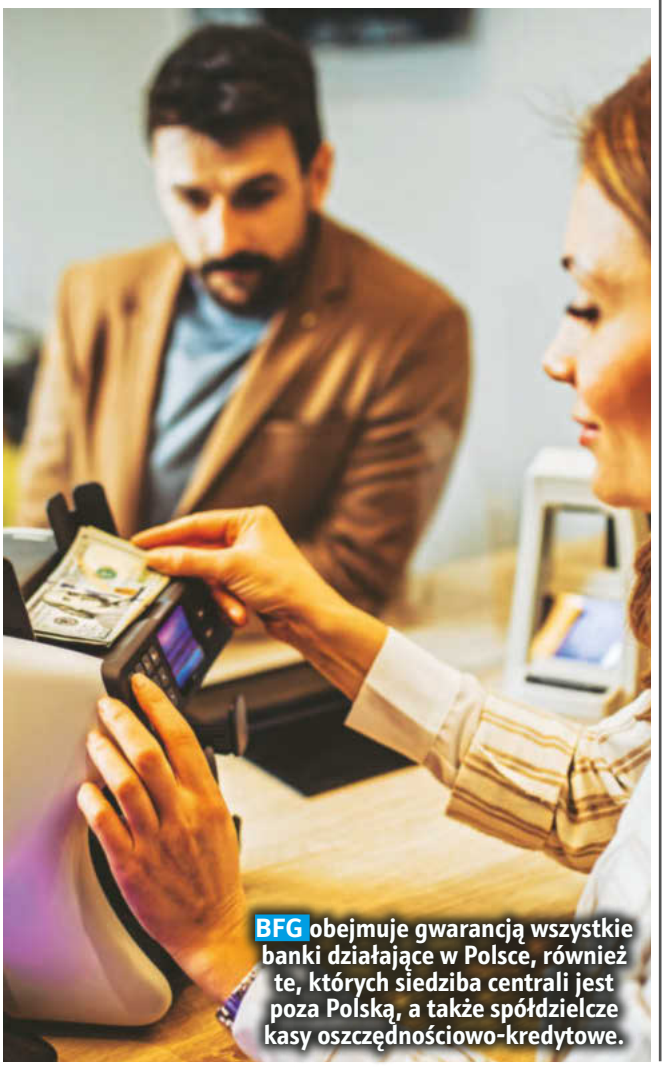
KNF może też zdecydować o przymusowej restrukturyzacji banku. Zostaje wtedy utworzony tzw. bank pomostowy. Klienci są w nim obsługiwani jak do tej pory, nie muszą podpisywać nowych umów, przenosić kont czy lokat.

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 zgromadzone 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 herbatek, 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 Lodziarnio-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.

Wybierając truskawki, kieruj się przede wszystkim zapachem – im bardziej intensywny i słodki, tym lepszy smak owoców. Zwróć też uwagę na kolor: powinny być równomiernie czerwone, bez białych lub zielonych końcówek.

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 śmietanę. Wylej na spód z ciastek. Schładzaj przez 2 godziny.
2. Konfiturę podgrzej, przetrzyj. Na wierzchu ułóż pokrojone truskawki. Posmaruj konfiturą i ozdób białą czekoladą. Schłodź.

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 masą równomiernie posmaruj cztery wafle, rozprowadzając ją dokładnie po całej powierzchni. Przykryj je pozostałymi waflami 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

WIĘCEJ PORAD ZNAJDZIESZ NA: SPRAWDZONE.PL

Tarta z różową panna cottą

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 przetrzyj przez sitko. Żelatynę rozpuść w 1/5 szkl. wrzątku. Laskę wanilii przekrój wzdłuż, zeskrob 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**

PRZYGOTOWANIE:
1. Truskawki oczyść, 8 odłóż do dekoracji, resztę zmiksuj z cukrem i sokiem z cytryny. Powstały mus przetrzyj przez sitko.
2. Żelatynę rozpuść wg instrukcji i połącz z 4 łyżkami musu truskawkowego. Dołóż do reszty musu, wymieszaj.
3. Śmietanę ubij z cukrem waniliowym. Dalej ubijając, dolej likier lub syrop. Odłóż 3/4 bitej śmietany, resztę wmieszaj 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



FOT. House of Food, mat. prasowe

WYSPY ZIELONEGO PRZYLĄDKA

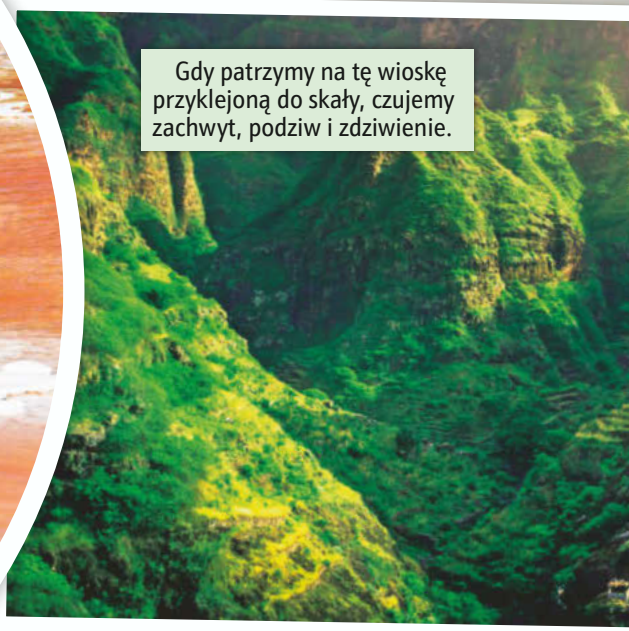
Boski naszyjnik na oceanie

Coraz bardziej popularny wśród Polaków archipelag zachwyca krajobrazami i rozbrzmiewa muzyką. Tu wakacje mogłyby trwać wiecznie...





Nazwa wyspy Sal oznacza sól. Różowe saliny są jak namalowane. Bardzo zdrowe!



Gdy patrzymy na tę wioskę przyklejoną do skały, czujemy zachwyt, podziw i zdziwienie.



Wyspy rozbrzmiewają nostalgiczną muzyką. Stąd pochodziła lubiana też w Polsce pieśniarka, Cesária Évora.

Jesteśmy w okolicach zwrotnikowej części Oceanu Atlantyckiego. 450 kilometrów na zachód od Senegalu w Afryce. Turystyczna kariera Wysp Zielonego Przylądka zaczęła się później niż leżących tysiąc kilometrów na północ Wysp Kanaryjskich i nie była tak burzliwa. Dzięki temu Cabo Verde (to portugalska nazwa) uniknęło dewastacji dziewiczego środowiska naturalnego.

Tu zawsze świeci słońce

Poznawanie archipelagu zacznijmy 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 spacery nad oceanem.

Sal znaczy po portugalsku sól. Zatem odwiedźmy 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 nie 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.

Odwiedźmy jeszcze São Vicente. Warto zajrzeć na nią choćby dla legendy bosonogiej diwy, jak nazywano pieśniarkę Cesárię Évorę. Tu się urodziła, tu wyjątkowo brzmią 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.

FOT. Adobe Stock

24.05.1946 – URODZIŁA SIĘ IRENA KIRSZENSTEIN-SZEWIŃSKA

Legenda sportu



Wybitna lekkoatletka, siedmiokrotna medalistka olimpijska, rekordzistka Europy i świata, członkini MKOl... Wymieniać 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.



W SKRÓCIE

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".

HOROSKOP od 22 do 28 maja 2026



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 zaprocentuje w przyszłości.



Byk 21.4 – 21.5

MIŁOŚĆ Warto porozmawiać o zbliżających się wakacjach. Singielki mogą odnowić dawną znajomość. **PRACA** Czeka 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. Ukochany 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.



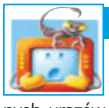
Panna 24.8 – 23.9

MIŁOŚĆ Postaw na konkret zamiast domysłów. Szczerość rozwiąże napięcie. **PRACA** Twoja dokładność zaprocentuje. Uporządkuj dokumenty. Ktoś poprosi Cię o poradę. **ZDROWIE** Wprowadź dobre nawyki żywieniowe. Zatroszcz się o plecy w trakcie pracy.



Waga 24.9 – 23.10

MIŁOŚĆ Wyjazd we 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 Zaskocz 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.

Fot.: Forum, East News

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

Bauer Media Group
TeleTydzień PBC

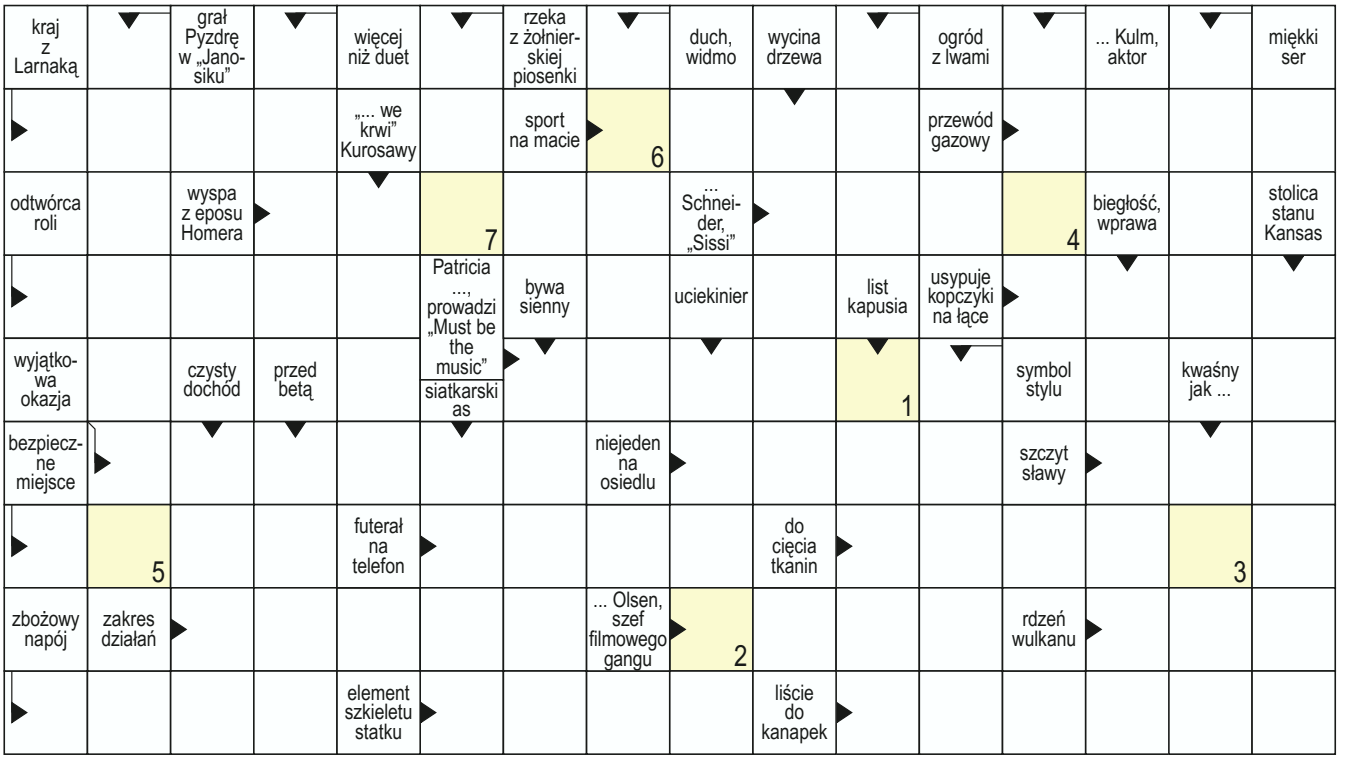
Adres redakcji:
ul. Motorowa 1,
04-035 Warszawa,
tel. 22 517-01-54

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 Kołakowska, Iwona Leończuk, Paulina Miluska, 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, Mirela Taflińska **Sekretariat:** Aleksandra Kominek **Serwis TV:** AKPA Polska Press **Wydawnictwo Bauer Sp. z o.o., Sp. j. Zarząd: Prezes Zarządu:** Tomasz Namysł **Członkowie Zarządu:** Andrzej Choynowski, Marek Lasota **Director, Publishing Management/Dyrektor Pionu Wydawniczego:** Marek Lasota **Dyrektor produkcji:** Piotr Orełko **Publisher/Wydawca:** Justyna Hałas **Biuro 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. Tele Tydzień jest objęty badaniami Polskich Badań Czytelnictwa. Rozpowszechnianie wszelkich materiałów redakcyjnych bez zgody Wydawcy jest zabronione. Redakcja nie ponosi odpowiedzialności za treść reklam i ogłoszeń w granicach wskazanych w ust. 2 art. 42 ustawy Prawo prasowe oraz za zmiany w programie telewizyjnym wprowadzone przez stacje po oddaniu pisma do druku. Wydawca ostrzega P.T. Sprzedawców, że sprzedaż aktualnych i archiwalnych numerów czasopisma po innej cenie niż wydrukowana na okładce, jest działaniem na szkodę Wydawcy i skutkuje odpowiedzialnością sądową

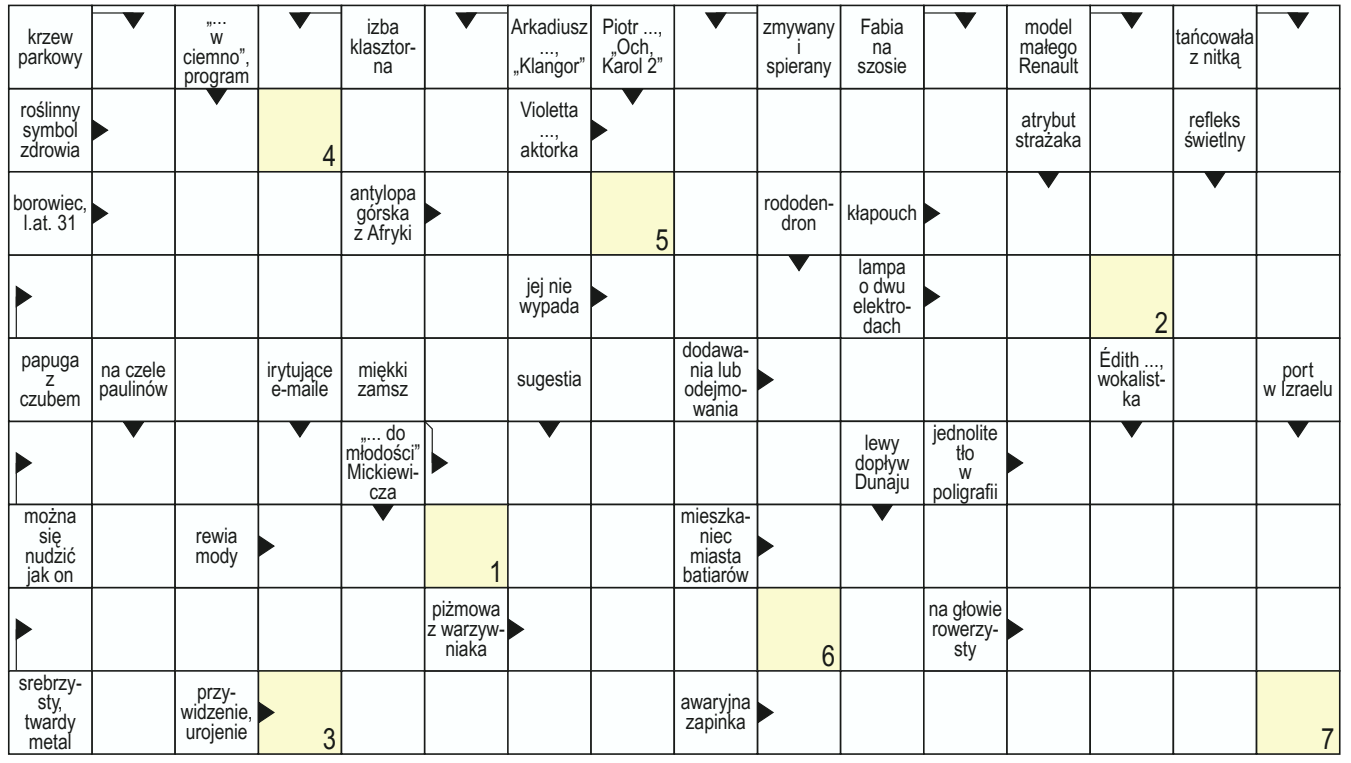
Prenumerata krajowa i zagraniczna: czytelnia.pl, e-mail: prenumerata@bauer.pl, tel.: 67 210 86 05, 67 354 16 05.

Wszelkie skargi, reklamacje i pytania dotyczące publikowanych reklam należy kierować na adres: **reklama@bauer.pl**



1	2	3	4	5	6	7

Wpisz rozwiązanie



1	2	3	4	5	6	7

Wpisz rozwiązanie

CHWILA NA RELAKS

krzyżówka

w ręku górnika	ognik	słowa przysięgi		z ustnikiem i cybuchem			wybuch wulkanu	funkcja klimatyzatora		wielka ilość	stanowisko, obowiązek		staro-grecki instrument		kawowe resztki
					arena bokserów					gatunek figowca					
krawędź, brzeg		kultowy zakaz					imię Żmijewskiego						zatopiony statek		chodzi bokiem
			10		trunek z chmielu					zwyczaj, nałóg					
organizacja przestępcza		opłata pocztowa	krępy koń				uchwyt ślusarski		6			stolica Wietnamu		tors, korpus	
					na niej skarpetka		... Basinger, „Nadine”		niemieckie auto	wolna bez domowników					3
wolny etat	film o Dzikim Zachodzie		składnik curry	kiedyś worek podróżny						... Gierszał, „Najlepszy”					
karta dań					1	owcza gromada		paliwo jądrowe					epoka Rubensa		prohibicja
				ciężki metal				linijka tekstu		szybka karetka	wczasy harcerzy				
podręcznik studenta			2				Julia ..., jurorka „Mam talent!”					7			
				przepływa przez Berno					pełna szuflad		Joanna ..., grała Annę German			liczby w tabeli	
zbocze		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							krewna kruka					
				model Volkswagena	niepowodzenie, przegrana				8			ciasto dla jubilata		zapał, werwa	
skraj dachu		cecha osła					ostra choroba zakaźna		w księgowości 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

4 OKŁADKI DO WYBORU

Twój STYL®

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 **Biotaniqe**. 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

twojstyl.pl

polub nas na: **WWW.FACEBOOK.COM/TWOJSTYLPL**

obserwuj nas na Instagramie: **@TWOJSTYLPL**

JBL

PARTYBOX 520

FLIP 7

GO 5

ZAWSZE NAJLEPSZY WYBÓR

ZESKANUJ KOD ABY UZYSKAĆ
WIĘCEJ INFORMACJI