REJSY

Dezinformacja to choroba cywilizacyjna – uważa Michał Fedorowicz
– Str. 6

Zaproszenie na niedzielny spacer po gdańskim Nowym Porcie
– Str. 11

Telemagazyn
z programem tv i zapowiedziami najciekawszych programów w tygodniu



Nr ISSN 2353-6160
Nr indeksu 350-028
9 772353 616054 48

www.dziennikbaltycki.pl

Nr 276 (24 938) | Cena 6,50 zł (w tym 8% VAT)

Piątek, 27.11.2026

81 *lat*

Dziennik Bałtycki

Relaks

Krzyżówki do kawy. Nowości w programie TV

Turystyka

Pomorze to pierwszy wakacyjny wybór polskich turystów

Podczas Pomorskiego Forum Turystycznego rozmawialiśmy z Martą Chełkowską z Pomorskiej Regionalnej Organizacji Turystycznej
– Str. 12-13

Projekt fotograficzny,
który odczarował zapomnianą gdańską dzielnicę. Ten dokument opowiada o mieszkańcach Rudnik
– Str. 18-19



FOT. KAROLINA MISZTAL

Zdrowie



FOT123RF

Zdrowie psychiczne w stanie zagrożenia

Konieczna jest nowa całościowa, nowoczesna i spójna regulacja dotycząca ochrony zdrowia psychicznego, a nie kolejna fragmentaryczna zmiana – uważa były minister zdrowia, lekarz psychiatra Marek Balicki
– Str. 4-5

REKLAMA 0011618019

1 GRUDNIA – *ŚWIATOWY DZIEŃ AIDS*

Zrób test na HIV, HCV i kiłę

- anonimowo
- bezpłatnie
- bez skierowania

Adresy punktów testowania na: **aids.gov.pl/pkd**

Krajowe Centrum ds. AIDS
Agenda Ministra Zdrowia

eprasa.pl 1eaf2615f9

POLECAMY

JUTRO: Czas na jarmarki świąteczne PONIEDZIAŁEK: Najciekawsze wydarzenia sportowe

27.11.2026
Piątek

Dziś imieniny obchodzą: Walerian, Walery i Wirgiliusz
Telefon alarmowy: 112

DZIENNIK BAŁTYCKI

Redaktor naczelny
Maciej Sandecki
Z-ca redaktora naczelnego
Mariusz Leśniewski
Wydawca
Tomasz Chudzyński, Krzysztof Juras, Mariusz Lesniewski, Dariusz Olejniczak

www.dziennikbaltycki.pl

Polska Press
Makroregion Pomorze
Redakcja
ul. Połęże 3,
80-720 Gdańsk, tel. 32 634 21 00
internet@dziennikbaltycki.pl
Prezes Makroregionu
Piotr Grabowski
Dyrektor reklamy
Ewa Żelazko
Dyrektor marketingu
Robert Gromowski
Druk
Polska Press Oddział Poligrafia,
85-438 Bydgoszcz,
ul. Grunwaldzka 229

POLSKA PRESS GRUPA

Wydawca Polska Press Sp. z o.o.
ul. Domaniewska 45, 02-672 Warszawa,
tel. 22 201 44 00, fax: 22 201 44 10
Prezes Zarządu Polska Press Grupy
Robert Feluś
Redaktor naczelny Polska Press Grupy
Marek Twaróg
Projekt graficzny, dyrektor artystyczny PPG
Tomasz Bocheński
Dyrektor kolportażu PPG Tomasz Osoliński
Biuro Konsumenta PPG
biurokonsumenta@polskapress.pl, tel. 12 688 85 10

©℗ - umieszczenie takich dwóch znaków przy Artykule, w szczególności przy Aktualnym Artykule, oznacza możliwość jego dalszego rozpowszechniania tylko i wyłącznie po uiszczeniu opłaty zgodnie z cennikiem zamieszczonym na stronie www.dziennikbaltycki.pl/tresci i w zgodzie z postanowieniami niniejszego regulaminu.

KRÓTKO

Gdynia

Będzie nowy skwer w mieście

Zaczęło się od wniosku, a skończyło na realnych działaniach. Gdynia będzie miała nowy skwer, a jego patronem będzie Ignacy Daszyński. Radni zdecydowali o tym podczas środowej sesji. Przypomnijmy, że to efekt działania polityków Nowej Lewicy. Politycy ogłosili złożenie wniosku w tej sprawie w Urzędzie Miasta, argumentując, że sylwetka Daszyńskiego jest nie bez powodu celebrowana w wielu polskich miastach.
Gdynia pozostawała długo jedną z tych miejscowości, która nie posiadała ani ulicy, ani żadnej innej przestrzeni upamiętniającej jednego z Ojców Niepodległości.
AK

KURSY WALUT

26.11.2025

Kupno/sprzedaż walut Kantor Green, tel. 58 346 02 48, Wrzeszcz przy Manhattanie, Dmowskiego, Grunwaldzka, Morena Carrefour, Rumia Auchan

EUR	**443/450 (+)**
USD	**404/410 (-)**
GBP	**528/536 (+)**
CHF	**486/494 (-)**

Kantor Max, Gdańsk, ul. Jagiellońska

EUR	**443/450 (+)**
USD	**404/410 (-)**
GBP	**528/536 (+)**
CHF	**486/494 (-)**

(+) wzrost ceny w stosunku do notowania poprzedniego, (-) spadek ceny w stosunku do notowania poprzedniego, (o) bez zmian

DYŻURNY „DZIENNIKA BAŁTYCKIEGO"

Pracuję w dziale wydarzeń „Dziennika Bałtyckiego" i czekam na Państwa listy pod adresem: **radoslaw.konczynski@polskapress.pl**



Radosław Konczyński

AUTOPROMOCJA

Prenumeruj „Dziennik Bałtycki"

tel. 58 728 08 17
bok.prenumerata@polskapress.pl
prenumerata.dziennikbaltycki.pl

POGODA

dziś
2°C/-4°C

jutro
-1°C/-6°C

ROZMOWA

Przemoc nie musi zostawiać siniaków, rozstanie ze sprawcą nie zawsze ją kończy

Mira Suchodolska (PAP)

Przemoc nie musi zostawiać siniaków, żeby człowiek stracił kontrolę nad własnym życiem. Nawet odejście od sprawcy nie gwarantuje bezpieczeństwa – mówi kryminolożka dr hab. Magdalena Grzyb z Uniwersytetu Jagiellońskiego



FOT. GAZETA KRAKOWSKA

Magdalena Grzyb: - Czasami, dopiero kiedy kobieta zostaje pobita, dostrzega, że coś jest nie tak.

Czy w Polsce staliśmy się bardziej wyczuleni na przemoc wobec kobiet, czy wciąż dostrzegamy ją przede wszystkim wtedy, kiedy pojawiają się siniaki, złamania albo dochodzi do tragedii?

Rośnie nasze wyczulenie na przemoc wobec kobiet, choćby społeczna widoczność zjawiska kobietobójstwa. W ramach projektu monitorującego doniesienia medialne o zabójstwach kobiet udało się w ubiegłym roku zgromadzić informacje o niemal wszystkich przypadkach odnotowanych w oficjalnych statystykach. To znaczy, że media o nich informują, co jest dużą zmianą.

Z drugiej strony obserwuję niepokojące trendy: próby zacierania specyfiki przemocy wobec kobiet, a nawet systemowego paraliżowania działań służących jej przeciwdziałaniu.

Porozmawiajmy o przemocy psychicznej, ekonomicznej, izolowaniu od bliskich. Gdzie z punktu widzenia kryminologii kończy się toksyczna relacja, a zaczyna przemoc?

Mam pewne konceptualne zastrzeżenia do nadużywania słowa „przemoc" w odniesieniu do zjawisk, w których nie dochodzi do użycia siły fizycznej ani groźby jej użycia. Istnieje jednak zjawisko określane przez badaczy jako terroryzm intymny czy też, z angielskiego, coercive control, czyli opresyjna kontrola. Polega ono na ograniczaniu wolności, autonomii i suwerenności drugiego człowieka, niekoniecznie przy użyciu siły fizycznej.

Część tych zachowań nazwiemy przemocą psychiczną, część być może nie zostałaby tak zakwalifikowana. Trzeba jednak patrzeć na nie całościowo, ponieważ nie są to odizolowane zachowania, ale cały zespół praktyk, które nie zawsze dają się zakwalifikować jako konkretne przestępstwo. Te niekiedy wieloletnie procesy podporządkowywania sobie drugiego człowieka są dobrze widoczne w badaniach kryminologicznych, ale wymiarowi sprawiedliwości trudno je uchwycić, a tym bardziej im przeciwdziałać, zwłaszcza nie towarzyszy temu widoczna przemoc fizyczna.

Dlaczego kobietom tak trudno nazwać przemoc pozafizyczną? Może dlatego, że wciąż słyszą: czego ty od niego chcesz, przecież nie pije, nie bije, zarabia na rodzinę?

Proszę pamiętać, jak głęboko wzorce męskiej dominacji są wpisane w naszą kulturę. Jeszcze w pierwszych dekadach XX w. kobieta w przysiędze małżeńskiej ślubowała mężowi posłuszeństwo. Niektóre zachowania są dla nas niemal niewidoczne, ponieważ traktujemy je jako naturalny porządek rzeczy. To mężczyzna ma rządzić, dominować. Niektóre kobiety uważają wręcz, że jest to stan pożądany.

Czasami, dopiero kiedy kobieta zostaje pobita, dostrzega, że coś jest nie tak. Nawet wtedy jednak nie zawsze przekłada się to na decyzję o zakończeniu związku.

W tym kontekście coraz częściej pojawia się określenie gaslighting. Na czym polega ten mechanizm?

To forma manipulacji psychologicznej. Partner neguje doświadczenia kobiety, jej spostrzeżenia, pamięć, narzuca jej własną interpretację wydarzeń jako jedyną słuszną. Mówi: jesteś przewrażliwiona, histeryzujesz, nic takiego nie powiedziałem, nic ci nie zrobiłem, coś chyba masz z głową, wymyślasz sobie, masz paranoję. Odmawia jej w ten sposób prawa do własnej oceny rzeczywistości.

Czy odejście od sprawcy oznacza koniec przemocy? Co, jeśli były partner wykorzystuje wspólne dzieci, postępowania sądowe czy kwestie majątkowe, żeby nadal kontrolować kobietę?

W idealnym świecie powinno być tak, że kiedy jesteśmy źle traktowane, mówimy: basta, odchodzimy i przemoc się kończy. W praktyce zachowania kontrolujące, nękanie mogą się jeszcze nasilić, kiedy kobieta chce odejść. W skrajnych przypadkach dochodzi do zabójstwa partnerki.

System powinien to uwzględniać poprzez stosowanie zakazów zbliżania się i poważne traktowanie zgłoszeń dotyczących gróźb karalnych. Nawet upływ kilku lat od rozwodu nie gwarantuje kobiecie bezpieczeństwa. Mężczyźni wykorzystują niekiedy kontakty z dziećmi, żeby nadal kontrolować byłe partnerki. Obawiam się, że przepisy dotyczące „alienacji rodzicielskiej" mogą jeszcze pogorszyć tę sytuację.

eprasa.pl 1eaf2615f9

FOKUS

• **27 i 28 listopada Banki Żywności** w 2163 sklepach w całej Polsce organizują 30. Świąteczną Zbiórkę Żywności

POLITYKA

Uśmiech proszę, czyli jak zdjęcia nakręcają polską politykę

Nic tak nie nakręca debaty publicznej, jak zdjęcia publikowane w mediach społecznościowych. A to Grzegorz Braun z Michałem Dworczykiem, a to Tomasz Sakiewicz w salonie kosmetycznym

Dorota Kowalska

Dzisiaj, w dobie telefonów komórkowych, nikt nie może czuć się bezpiecznie, bo zdjęcie może zrobić zwykły przechodzień, kolega, wróg albo sprytny dziennikarz. Potem wrzucić fotę do mediów społecznościowych i robi się afera.

Ostatnio czujność stracił Michał Dworczyk, jeden z najbliższych współpracowników Mateusza Morawieckiego: polityk inteligentny, pracowity i doświadczony.

Braun rozgrywa prawicę

I tak Grzegorz Braun, który uwielbia robić sobie selfie z innymi politykami prawicy, opublikował na X zdjęcie z obrad Parlamentu Europejskiego. Obok siedzi nie kto inny, a właśnie Michał Dworczyk z Rozwoju Plus.

„W miarę postępów Konfederacji Korony Polskiej walka z »braunizacją« zaostrza się, ale tymczasem w parlamencie eurokołchozowym dzień jak co dzień" – napisał europoseł Braun, bo wiadomo, że takie zdjęcia to dla niego bonus. Wyborcy pomyślą: „Nie taki ten Braun zły, skoro inni koło niego siedzą i jeszcze foty sobie z nim robią".

Dworczyk na publikację Brauna zareagował błyskawicznie. „Żeby nie było wątpliwości: miejsce siedzenia podczas głosowań w PE nie zmienia linii politycznej Rozwoju Plus. Na marginesie, to zabawne, że w tym tygodniu jeden poseł PiS zaatakował mnie za to, że przez pewien czas moim adwokatem był Ryszard Kalisz, a drugi poseł PiS za to, że mam zdjęcie z Grzegorzem Braunem. Urocze" – napisał w mediach społecznościowych. „A mówiąc poważnie – to naprawdę szkoda, że tak wielu ludzi nie rozumie lub nie chce zrozumieć, że z innym człowiekiem, nawet gdy fundamentalnie się z nim nie zgadzasz, można normalnie rozmawiać. Można być uprzejmym, niezależnie od poglądów. Właśnie do tego doprowadziła polaryzacja i hejt, które wykorzystują dwie największe partie oraz ich wyznawcy" – dodał jeszcze Dworczyk.

Niby prawda, chociaż w przypadku Grzegorza Brauna i ludzie z jego środowiska politycznego już niekoniecznie, bo jak to stwierdził wicepremier i szef MON Władysław Kosiniak-Kamysz, on też siedział w Sejmie obok Janusza Korwin-Mikkego i nigdy sobie z nim selfie nie robił.

Sakiewicz i jego pedicure

Nieostrożny w ostatnim tygodniu był Tomasz Sakiewicz, szef TV Republika. Od dziesięciu tygodniu trwa protest przed siedzibą Trybunału Konstytucyjnego. Współorganizuje go środowisko związane z Telewizją Republika, która regularnie relacjonuje wydarzenia, a dziennikarze stacji nieustannie trąbią o „zamachu stanu" dokonanym przez rząd Donalda Tuska. Tymczasem Katarzyna Kolenda-Zalewska, dziennikarka Faktów TVN, zobaczyła Tomasza Sakiewicza, jak w czasie protestu przed Trybunałem korzystał z usług salonu kosmetycznego. Salon znajduje się około 200 metrów od miejsca demonstracji. Postanowiła zabieg kosmetyczny, a raczej oczekiwanie na niego, uwiecznić.

„Kiedy protestujący przed siedzibą Trybunału Konstytucyjnego »marzną dla Polski«, Tomasz Sakiewicz, szef TV Republika, tuż obok oddaje się zabiegom pielęgnacyjnym w salonie kosmetycznym. (...) Najwyraźniej to, co politycy PiS nazwali »zamachem stanu«, nie jest na tyle dotkliwe, by przeszkodzić w zrobieniu pedicure" – napisał tvn24.pl.

Cóż, politykom czasami brakuje rozwagi, czasami zdrowego rozsądku, czasami ostrożności, a jak to mówią: „Kto się nie strzeże, ten w biedę wlezie".

REKLAMA 0211611701



eprasa.pl 1eaf2615f9

Magazyn Rejsy

• **Polacy wybierają na wypoczynek Pomorze.** Nasz region staje się też coraz popularniejszy wśród obcokrajowców — Str. 12-13

ZDROWIE

Zmiany w ustawie o ochronie zdrowia psychicznego – tak, ale jakie?

– Niepokoi powszechność różnych form przemocy rówieśniczej: od wyśmiewania wyglądu, przez rozsyłanie w internecie złośliwych treści, aż po przemoc fizyczną oraz bullying, czyli długotrwałe dręczenie. W efekcie mamy takie kryzysowe sytuacje w szkołach, jak te sprzed kilku tygodni – uważa Marek Balicki, lekarz psychiatra i anestezjolog, jeden z głównych twórców i propagatorów psychiatrii środowiskowej w Polsce, inicjator pilotażu Centrów Zdrowia Psychicznego dla dorosłych, polityk oraz dwukrotny minister zdrowia

Jolanta Gromadzka-Anzelewicz



FOT. 123RF

Szkoły to miejsca wrażliwe. Wsparcie ośrodków zdrowia psychicznego pomogłoby nauczycielom

W Krakowie młody mężczyzna otworzył ogień do przechodniów. Zginęło sześć osób. Tego samego dnia w mieszkaniu sprawcy w Ostrowcu Świętokrzyskim policja odnalazła ciała jego rodziców oraz siostry z ranami postrzałowymi. Szaleniec? Chory psychicznie? Bo – jak słyszę od wielu osób – normalny człowiek nie byłby w stanie popełnić takiej zbrodni, a szczególnie zabić swoich najbliższych...

Nie znamy motywacji sprawcy i nie wiemy, jak on dotychczas funkcjonował. Za mało wiemy, żeby oceniać i komentować okoliczności tej tragedii, więc ja bym to zostawił, aż postępowanie się zakończy.

Tak, ale czy rzeczywiście tego typu zachowanie kojarzy się z chorobą psychiczną?

Już kilku psychiatrów wypowiadało się w tej sprawie. Wiemy, że osoby chorujące psychicznie, czyli cierpiące na najcięższe zaburzenia psychiczne, rzadziej popełniają tak dramatyczne przestępstwa.

Przeciętny człowiek reaguje negatywnie. Chory psychicznie to znaczy wariat.

Ciemną stroną naszej debaty publicznej jest to, że obie strony sporu politycznego przypisują czasem drugiej stronie objawy zaburzeń psychotycznych i z tym wiążą takie, a nie inne spojrzenie na różne sprawy. To jest szkodliwe, bo stygmatyzuje osoby, które rzeczywiście przeżywają ciężkie kryzysy. Ale jeśli chodzi o ten zamach w Krakowie to – na szczęście – przez media głównego nurtu nie przeszła jakaś fala, która mogłaby wywołać niepokój wśród osób chorujących psychicznie. Mam wrażenie, że tym razem nam się udało. Czekamy teraz na pełne wyjaśnienie tego dramatu.

Co się dzieje, że ludzie decydują się na takie kroki w ogóle?

Nasz świat bardzo się zmienił. Mamy smartfony i media społecznościowe. Te środki informowania i porozumiewania się między ludźmi wymknęły się spod kontroli. Bombardują nas informacjami, uzależniają, bo „coś nas może ominąć", tworzą sztuczny obraz świata, fałszywe relacje. Po drugie, dom i rodzina też są inne niż kiedyś. Jak mówią socjolodzy: „Jesteśmy razem, ale osobno". Po trzecie szkoła, która często jest miejscem wielu zagrożeń. Niepokoi powszechność różnych form przemocy rówieśniczej: od wyśmiewania wyglądu, przez rozsyłanie w internecie złośliwych treści, aż po przemoc fizyczną oraz bullying, czyli długotrwałe dręczenie. W efekcie mamy takie kryzysowe sytuacje w szkołach, jak te sprzed kilku tygodni. Wymaga to całościowego podejścia i łączenia różnych sposobów działania, czyli np. tych prowadzonych w ramach szkoły z pomocą środowiskowych ośrodków zdrowia psychicznego. A dzisiaj to jest niestety rozdzielone, ciągle mamy tę sektorowość. Była reforma psychiatrii dzieci i młodzieży, ale ona nie jest powiązana ze szkołami. A przecież w szkole młodzież spędza wiele godzin.

A były plany, żeby to było połączone?

W przypadku psychiatrii dorosłych od razu wyszliśmy z takiego założenia, że centrum zdrowia psychicznego musi być dla mieszkańców określonego obszaru, np. dzielnicy czy miasta. W reformie psychiatrii dzieci i młodzieży takiego założenia nie było.

Czyli trzypoziomowy nowy model, który przenosi ciężar wsparcia ze szpitali do środowiska lokalnego.

Tak. Na pierwszym, ambulatoryjnym poziomie powstało kilkaset środowiskowych ośrodków pomocy psychologicznej, ale nie są one powiązane z konkretnymi szkołami. Czyli każdy z tych ośrodków może zajmować się dziećmi z każdej szkoły. Wiemy jednak, że na co dzień nie da się współpracować z dużą liczbą szkół. I mieliśmy zresztą dobre praktyki – tu, w Warszawie, na Bielanach, jeszcze zanim ta reforma ruszyła, był środowiskowy ośrodek dla dzieci i młodzieży i on współpracował ze szkołami ze swojej dzielnicy, nawiązywał relacje z nauczycielami i zapewniał im wsparcie. Wiemy, że praca w środowisku dzieci i nastolatków nie jest łatwa. Rodzice też często przerzucają swoje oczekiwania

Ciemną stroną naszej debaty publicznej jest to, że obie strony sporu politycznego przypisują czasem drugiej stronie objawy zaburzeń psychotycznych

MAREK BALICKI

na szkołę. Wsparcie ze strony ośrodków zdrowia psychicznego i codzienna współpraca mogą bardzo pomagać nauczycielom. Tym bardziej że liczba godzin pracy psychologów szkolnych jest dość ograniczona, są też nisko wynagradzani. I to jest jeden z takich, można powiedzieć, założycielskich błędów reformy psychiatrii dzieci i młodzieży, że ośrodki te nie są powiązane z konkretnymi szkołami. I drugi – obok ośrodków finansowanych przez NFZ są jeszcze poradnie psychologiczno-pedagogiczne, które działają w resorcie edukacji. Praca ośrodków z obu tych pionów też nie jest skoordynowana. W efekcie szkoła swoje, poradnie psychologiczno-pedagogiczne swoje i ośrodki finansowane przez NFZ swoje. Tymczasem problemy rosną, a rozwiązywać je można na poziomie lokalnym, w szkole, blisko miejsca zamieszkania. Trzeba więc właśnie tu wprowadzić koordynację i współpracę.

Spotkałam młodego człowieka, który miał stany lękowe, poczucie osamotnienia, wykluczenia, nieprzystosowania społecznego. I pytał mnie, gdzie ma pójść. A ja naprawdę nie wiedziałam, co mu powiedzieć, bo na przykład w poradni dziecięcej zdrowia psychicznego czeka się na wizytę dwieście jeden dni. Tutaj, na Pomorzu, jeszcze stosunkowo nie jest najgorzej, bo sto szesnaście według NIK-u, a w za-

eprasa.pl 1eaf2615f9

chodniopomorskim dwieście jeden.

No właśnie, taka jest rzeczywistość. Jeśli jesteśmy w trudnej sytuacji życiowej i potrzebujemy pomocy społecznej, to wiadomo, który ośrodek ma obowiązek się nami zająć i gdzie on jest zlokalizowany. W przypadku poradni zdrowia psychicznego dla dzieci i młodzieży takiej zasady nie ma. Najbliższa placówka może nam powiedzieć: „U nas jest sto dni kolejki, proszę szukać pomocy gdzie indziej". W przypadku Centrum Zdrowia Psychicznego dla dorosłych ten problem odpada, bo mamy punkt zgłoszeniowo-koordynacyjny, który działa codziennie od ósmej do osiemnastej. Jeśli ktoś mieszka na terenie, który obsługuje to centrum, to może przyjść bez wcześniejszego zapisania się, z ulicy, i musi być przyjęty. Dokonuje się wtedy wstępnej oceny stanu zdrowia psychicznego i oceny, czy jest to przypadek pilny, czy stabilny – mówiąc językiem lekarskim. W przypadku pilnym konsultacja lekarza psychiatry jest w ciągu trzech dni. Takiego rozwiązania nie ma w psychiatrii dzieci i młodzieży. Stąd m.in. są tak długie czasy oczekiwania. Ale pamiętajmy, że większość problemów u dzieci i młodzieży, nawet osiemdziesiąt procent, nie wymaga lekarza psychiatry. Potrzebuje pomocy psychologa, psychoterapeuty, terapeuty środowiskowego. Ale potrzebny jest analogiczny, jak u dorosłych, punkt zgłoszeniowy, ale powiązany z określonymi szkołami. Istota tej zasady u dorosłych polega na tym, że centrum musi „swojego" pacjenta przyjąć, ale on ma prawo wybrać inną placówkę i wtedy oczywiście może czekać. To powiązanie jest ważne, bo jak wszyscy mogą zgłosić się wszędzie, to znaczy, że nikt nie ma obowiązku się nami zająć. Tak jak każdy z nas wszędzie może sobie dokonać wszczepienia endoprotezy stawu biodrowego, tylko wszędzie mamy kolejkę. Obowiązek powinien być określony miejscem zamieszkania, a w przypadku dzieci i młodzieży powiązany ze szkołami. Bo szkoła jest właśnie miejscem wielu problemów, które powinny być rozwiązane w szkole. Ale szkoła wymaga wsparcia. Powiązanie ośrodków z określonymi szkołami skróci też kolejki do psychiatry dziecięcego.

Osiem lat trwał pilotaż Centrum Zdrowia Psychicznego. Będzie znowu przedłużany?

Kilka dni temu odbyło się spotkanie Ministerstwa Zdrowia z przedstawicielami Centrów Zdrowia Psychicznego, których mamy już sto dziewiętnaście. I właśnie na tym spotkaniu pani wiceminister zdrowia Katarzyna Kęcka poinformowała, że pilotaż najprawdopodobniej będzie przedłużony do końca czerwca 2027 roku.

Jaka jest idea Centrów Zdrowia Psychicznego? Pytam, bo pan jest ich głównym autorem...

Zadaniem CZP jest zapewnienie kompleksowej opieki psychiatrycznej dla dorosłych blisko miejsca zamieszkania. Oznacza to, że każda dorosła osoba mieszkająca na terenie obsługiwanym przez CZP po zgłoszeniu się otrzyma pomoc dostosowaną do jej potrzeb. Obszar działania CZP jest precyzyjnie określony: może to być dzielnica miasta, miasto lub powiat. Każde CZP powinno zapewniać wszystkie podstawowe formy opieki: doraźną, ambulatoryjną, środowiskową (domową), dzienną i szpitalną. Dzięki temu pacjent otrzymuje w jednym ośrodku skoordynowaną pomoc w formie dostosowanej do swojego stanu zdrowia, bez konieczności szukania jej w innych placówkach. Tak jest w pilotażu.

W tym roku ministerstwo zdecydowało o jego zakończeniu, co zresztą było oczekiwane. Problem polega jednak na tym, że przyszły model CZP ma być inny niż pilotażu. Jak jeszcze za psychiatrię odpowiadał minister Konieczny, to widzieliśmy, że słucha ekspertów i coraz lepiej rozumie problemy psychiatrii środowiskowej. Niestety, pani minister Kęcka oparła się na stanowisku prezentowanym od dawna przez NFZ, mimo odmiennych opinii ekspertów i pozytywnych doświadczeń pilotażu.

Żeby to sobie lepiej wyobrazić. Testowaliśmy samochody marki T., które się świetnie sprawdziły. Ale po zakończeniu testu kierownictwo podejmuje decyzje o zakupie samochodów nowej marki X, której jeszcze nikt nie przetestował. Do tego się sprowadza propozycja ministerstwa. Nie wprowadzamy modelu CZP, który się sprawdził w pilotażu, i jego kilku podstawowych założeń, w tym tzw. odpowiedzialności terytorialnej.

Właśnie, a na czym miała ta odpowiedzialność polegać?

Widzimy czasem, jak przedszkolanki z przedszkolakami idą na spacer i dzieci trzymają się za ręce, żeby nikt się nie zgubił. Tak CZP odpowiada za mieszkańców. Na przykład w Lęborku jest Centrum Zdrowia Psychicznego. Wiadomo, że mieszkaniec Lęborka, jak się zgłosi do CZP, to im ciężej chorujący, tym szybciej trzeba się nim zająć. CZP odpowiada za zapewnienie mu pomocy. Nie może powiedzieć: „To zapiszemy cię do kolejki albo proszę szukać miejsca gdzie indziej, bo u nas jest miesiąc czekania". Odpowiedzialność za swoich mieszkańców zmienia też sposób działania placówki w dłuższej perspektywie, zmusza do planowania organizacji opieki w sposób najlepiej odpowiadający lokalnym potrzebom. Z odpowiedzialnością terytorialną wiąże się nierozerwalnie sposób finansowania działalności CZP. W pilotażu jest to ryczałt zależny od liczby mieszkańców, a nie od liczby leczonych czy wykonanych procedur. I to się sprawdziło. Mimo że NFZ nie płacił za liczbę wizyt, to było ich więcej niż przed pilotażem. Zadziałała odpowiedzialność. Ministerstwo chce teraz wprowadzić dość skomplikowany system finansowania powiązany z liczbą świadczeń, ale wcześniej nieprzetestowany. Znowu jednak bardziej będzie się opłacać wykonanie punktów niż zapewnienie opieki mieszkańcom.



FOT. TOMASZ GOŁA

Marek Balicki, lekarz psychiatra i anestezjolog

I trzecia zasada, że na określonym obszarze działa jedno centrum zdrowia psychicznego. Ma przewidywalny budżet zależny od liczby mieszkańców i może zawierać umowy z prywatnymi gabinetami, które działają na tym terenie. Część psychiatrów czy psychoterapeutów może chcieć zachować organizacyjną niezależność, co umożliwiał pilotaż. To też ma się zmienić. Z tego, co zapowiada ministerstwo, wynika, że kilkaset placówek psychiatrycznych w skali kraju nie będzie miało zapewnionego dalszego finansowania ze środków NFZ. Zobaczymy, jak to ostatecznie będzie, czy rzeczywiście tak dużo placówek wypadnie z systemu. Byłoby to niewątpliwie ze szkodą dla pacjentów, bo zmuszałoby ich do zmiany z dnia na dzień lekarza prowadzącego czy psychoterapeuty. W pilotażu jest natomiast obowiązek zawarcia umowy przez CZP z placówkami działającymi na jego obszarze, chyba że dana placówka nie chce. Chodziło właśnie o umożliwienie kontynuowania opieki nad swoimi pacjentami, którzy się przyzwyczaili do tego miejsca i wybrali tych terapeutów.

Odejście od archaicznego już dzisiaj terminu „choroba psychiczna" jest słuszne, ale nie może ono polegać na automatycznej zamianie „choroby psychicznej" na „zaburzenia psychiczne"

MAREK BALICKI

Dlaczego?

To jest właśnie pytanie do Ministerstwa Zdrowia. Myślę, że nie wszystkie szczegóły tego nieprzetestowanego modelu zostały przemyślane. Być może dlatego, mimo wcześniejszych zapowiedzi pani minister Kęckiej, że pilotaż nieodwołalnie zakończy się w tym roku, ulegnie on po raz kolejny przedłużeniu. Widocznie w trakcie prac nad kolejnymi aktami prawnymi i dyskusjami z przedstawicielami CZP otwierają się urzędnikom oczy. I właśnie to jest jeden z takich nieprzemyślanych punktów, który może spowodować, że jeśli pacjent leczy się od dziesięciu czy piętnastu lat w jakiejś małej poradni, to ta poradnia straci kontrakt. A wiemy, jakie relacja terapeutyczna ma znaczenie w każdej dziedzinie medycyny, a co dopiero, jeśli chodzi o psychiatrię.

Mówi się, że będą zmiany w ustawie o ochronie zdrowia psychicznego dotyczące między innymi przyjmowania pacjentów do szpitala bez zgody oraz zastąpienia pojęcia „choroba psychiczna" terminem „zaburzenie"...

Takie zamiary ministerstwo ma już od długiego czasu, ale na stronie Rządowego Centrum Legislacji nie ukazał się jeszcze projekt ustawy, który byłby skierowany do konsultacji publicznych. A to jest pierwszy krok, żeby proces legislacyjny ruszył. Przedstawiane wcześniej przez ministerstwo wstępne projekty zawierały szereg potrzebnych i niebudzących kontrowersji zmian poprawiających obecne przepisy. To, co wywołało największy niepokój, wiązało z projektem poszerzenia przesłanek hospitalizacji psychiatrycznej bez zgody pacjenta. Dzisiaj konieczną przesłanką medyczną jest występowanie choroby psychicznej, czyli ciężkiej postaci zaburzeń psychicznych. Proponowana nowelizacja rozszerza przesłankę medyczną na wszystkie zaburzenia psychiczne, a więc także np. na zaburzenia nerwicowe. Samo odejście od archaicznego już dzisiaj terminu „choroba psychiczna" jest słuszne, ale nie może ono polegać na automatycznej zamianie „choroby psychicznej" na „zaburzenia psychiczne", bo znaczenie tych pojęć w ustawie jest różne. Choroba psychiczna obejmuje jedynie ciężkie postacie zaburzeń psychicznych – psychozy. Proponowane nowe zasady przyjęć bez zgody do szpitala psychiatrycznego nie były poddane szerszej debacie publicznej, a dotyczą podstawowych praw i wolności, a także codziennego funkcjonowania izb przyjęć szpitali. Mogą spowodować w niektórych sytuacjach większe nieprawidłowości niż to ma miejsce w obecnym stanie prawnym. Żeby to sobie uzmysłowić, wystarczy sięgnąć do wyników badań epidemiologicznych EZOP, zgodnie z którymi w populacji osób dorosłych co czwarta osoba ma lub miała w ciągu życia objawy pozwalające na rozpoznanie u niej zaburzeń psychicznych, ale tylko niewielki procent z nich to ciężkie zaburzenia psychiczne.

Ustawa o ochronie zdrowia psychicznego została uchwalona ponad 30 lat temu, w zupełnie innych warunkach, przy innym systemie opieki zdrowotnej. Wymaga dzisiaj kompleksowego przeglądu i oceny funkcjonowania poszczególnych przepisów, zwłaszcza dotyczących postępowania przymusowego. W mojej ocenie taki przegląd prowadziłby do wniosków, że konieczna jest nowa całościowa, nowoczesna i spójna regulacja, a nie kolejna fragmentaryczna zmiana powodująca, że ustawa staje się coraz bardziej „patchworkowa".

Nowa ustawa powinna także regulować funkcjonowanie środowiskowej opieki psychiatrycznej. Tych regulacji jednak w projektach wstępnych ministerstwa zabrakło, choć mówiły o tym kolejne edycje Narodowego Programu Ochrony Zdrowia Psychicznego. Pisaliśmy o tym także w wydanej społecznym sumptem w tym roku publikacji poświęconej pilotażowi pt. „Przełom w opiece psychiatrycznej w Polsce. CZP w latach 2018-2025". Tam jest wiele tekstów różnych autorów, pisanych z różnych perspektyw, które pokazują, że mimo wielu ograniczeń, trudności, jakie napotykał pilotaż, to model ten sprawdził się. Wiemy więc, jaki powinien być przyszły model, że musi być oparty m.in. na takich zasadach, jak odpowiedzialność centrum za określonych mieszkańców, ryczałt na mieszkańców i jedno centrum na danym obszarze.

Ministerstwo szuka wszędzie oszczędności.

I tu leży pies pogrzebany. Wiemy, że chodzi o oszczędności.

Z tego, co wiem, to na psychiatrię za dużo pieniędzy nie idzie.

Na psychiatrię wydajemy mniej niż pięć procent środków NFZ. W raporcie prestiżowego pisma medycznego „Lancet" z 2018 roku rekomendacja dla krajów europejskich mówi, że powinno być to dziesięć procent środków na zdrowie. Dla krajów o niskich dochodach i rozwijających się rekomendowane jest co najmniej pięć procent. Widać, że u nas najłatwiej zaoszczędzić na pacjentach z problemami zdrowia psychicznego, którzy nie stanowią silnej grupy nacisku.

W czasie kampanii wyborczej kandydat na posła nie zrobi sobie zdjęcia na tle ośrodka psychiatrycznego – on pójdzie do kliniki kardiologicznej i stanie przed aparatem do echa serca.

eprasa.pl 1eaf2615f9

MEDIA SPOŁECZNOŚCIOWE

Michał Fedorowicz: Dezinformacja jest chorobą cywilizacyjną

– Dezinformacja jest dziś chorobą cywilizacyjną – trawi jednostki i całe społeczeństwa. A media społecznościowe stanowią dla niej najlepszy grunt – mówi Michał Fedorowicz, analityk, ekspert ds. komunikacji oraz dezinformacji, przewodniczący Europejskiego Kolektywu Analitycznego „Res Futura”

Tomasz Chudzyński



FOT. PRZEMEK ŚWIDERSKI

Michał Fedrowicz: Media społecznościowe dla dezinformacji stanowią najlepszy grunt

Czy dezinformację w mediach społecznościowych można zmierzyć? Eksperci wskazują na potężną skalę wrogich działań, dezinformacyjnych właśnie, w mediach społecznościowych.

Dezinformacja jest mierzalna, natomiast ważniejszą kwestią jest to, że media społecznościowe dla dezinformacji stanowią najlepszy grunt. Próg wejścia z kłamstwem, wymuszeniem, manipulacją, z operacją psychologiczną czy tzw. pracą komunikacyjną jest tu bardzo niski. Każdy może założyć konto, publikować w nim „treści”. Nie ma praktycznie żadnej weryfikacji tego, czy ktoś „szerzy” kompletne „fejki”, czy kłamstwo zmieszane z ziarnem prawdy. Musimy bowiem wszyscy wiedzieć, że wymyślone, spreparowane umyślnie kłamliwe komunikaty, które spełniają różnego rodzaju cele – od dezintegracji społecznej, od tego budowania braku zaufania do instytucji państwowych, do siania paniki, do siania wątpliwości czy defetyzmu – zawsze mają domieszkę prawdy. Mówisz o wielkiej skali dezinformacji – ona właśnie szerzy się w tak ogromnym stopniu, bo media społecznościowe są jej głównym nośnikiem. Można to porównać do choroby – gdyby operacje dezinformacyjne można uznać za komórki rakowe zatruwające społeczny organizm, to media społecznościowe są ich naturalnym dystrybutorem, który je roznosi i ma realizować odpowiednie zadania.

Media społecznościowe nie powstały po to, żeby zatruwać życie społeczne czy polityczne – to trzeba od razu zaznaczyć.

Media społecznościowe są wypadkową technologicznego rozwoju i potrzeb komunikacyjnych. One powstały dzięki temu, że rozwijał się internet i w pierwszej fazie realizowały nasze potrzeby kontaktu, poznawania ludzi, wymiany informacji. Zapewniały spełnienie wszystkiego, co w relacjach społecznych jest ważne. Natomiast bardzo szybko okazało się, że z powodu owego niskiego progu wejścia, braku weryfikacji, z kim rozmawiamy, kogo poznajemy, można wpływać na ludzi, czy mówiąc szerzej – zatruwać media społecznościowe. Dziś coraz więcej osób określa je mianem platform algorytmicznych, niektórzy mówią, że są one „antyspołecznościowe”. Dziś służą dystrybucji informacji. Rok 2015 był tu momentem przełomowym. To wtedy media tradycyjne weszły masowo do mediów społecznościowych, sądząc, że tam zdobędą zasięgi, że tam zdobędą czytelników, widzów.

Miały one być narzędziem gazet, portali i telewizji – tak sądzono. Wielu dziennikarzy pamięta ten moment.

Po dekadzie wiemy, że media społecznościowe są głównym wrogiem mediów tradycyjnych. W ciągu 10 lat pozbawiły je dawnego autorytetu. Widzimy, że media społecznościowe mają zastąpić prasę, telewizję, radio, portale jako dystrybutora informacji. Wybory prezydenckie z 2025 roku pokazały, że robią to dość skutecznie. Natomiast jest tu pewna kwestia zasadnicza – za dziennikarzem jest zawsze ktoś, kto sprawdza materiały, jest redaktor naczelny, obowiązuje prawo prasowe itd. Za kimś, kto napisze coś w mediach społecznościowych, stwierdzi, że jest to prawda, ogłosi to następnie miastu i światu, nie stoi nikt. Tu nie ma żadnej odpowiedzialności. Dlatego dezinformacja jest dziś chorobą cywilizacyjną. Ona trawi jednostki, ale też społeczeństwa. Dotyczy całej Unii Europejskiej. Jesteśmy państwami demokratycznymi, mamy wolność słowa jako jedną z najważniejszych wartości i musimy ją respektować. To w pewnym sensie „miękkie podbrzusze” demokracji, gdzie łatwo jest wejść i manipulować.

Po dekadzie wiemy, że media społecznościowe są głównym wrogiem mediów tradycyjnych. W ciągu 10 lat pozbawiły je dawnego autorytetu

MICHAŁ FEDOROWICZ,
„Res Futura”

Dezinformacja działa na mieszkańców nawet w najmniejszych wspólnotach, regionach w lokalnych samorządach – na najniższym szczeblu demokracji.

Absolutnie tak! Media społecznościowe to są głównie emocje, a samorządy są to głównie fakty – przepisy, uchwały, finanse, przetargi itp. Samorządy nie wiedzą albo często nie potrafią dezinformacją zarządzać, nie wiedzą wręcz, że są atakowane za pomocą działań dezinformacyjnych. Media społecznościowe nie reagują na fakty, więc samorządy muszą tworzyć emocje, żeby na takie ataki reagować.

O dezinformacji była mowa w czasie niedawnej konferencji na Politechnice Gdańskiej, w czasie której samorządowcy rozmawiali o tym, jak sobie z tym zjawiskiem radzić.

Trójmiasto, mówię o całym obszarze metropolitalnym, jest jednym z najczęściej pojawiających się w rosyjskiej i białoruskiej propagandzie celów działań dezinformacyjnych. Widzimy to w naszych badaniach. Dzieje się tak dlatego, że obszar ten stanowi hub transportowy – są tutaj porty, lotnisko. Jest też hubem biznesowym, wzorcem społecznym itd. Generalnie Trójmiasto się rozwija, stanowi okno na świat całej Polski. Ta dezinformacja, straszenie jest tylko i wyłącznie po to, żeby mieszkańcy nie czuli się tak dobrze, jak im się wydaje.

Jak możemy się bronić przez dezinformacją w mediach społecznościowych?

Przede wszystkim sposobem jest nauka krytycznego myślenia. W Res Futurze nazywamy to ogólnie edukacją medialną. Ma ona na celu budowanie u młodych ludzi krytycznego myślenia, zdolności do podważania tego, co młody człowiek widzi w internecie. To przekaz wskazujący, że to on ma kontrolę nad technologią, a nie na odwrót. Takie zajęcia z edukacji medialnej odbywałyby się w szkołach, dla seniorów byłyby to warsztaty, dla urzędników szkolenia. Im bardziej będą np. samorządy inwestować w edukację medialną swoich mieszkańców, tym wpływ dezinformacji w mediach społecznościowych będzie na nich mniejszy. Krytyczne myślenie jest nas w stanie ustrzec przed fejkami. Wprowadźmy edukację medialną.

Jaka jest tu rola mediów tradycyjnych?

Dzisiaj każde szanujące się medium powinno mieć rubrykę dotyczącą dezinformacji. To zjawisko trzeba pokazywać na konkretnych przykładach. Dziś tego się nie robi w obawie, że na stronę „wpadną nam trolle”. Niech wpadają. Media mają pokazywać prawdę. Nie ma się czego obawiać. Po drugiej stronie w mediach społecznościowych są profile, w większości nic nieznaczące, prowadzone automatycznie.

Walka z dezinformacją to wyzwanie...

Nawiązując do miejsca naszej rozmowy – Gdańsk się nigdy nie bał, i tego też nie powinien się bać.

Co z technologią?

Nieprzypadkowo byliśmy z samorządowcami na Politechnice Gdańskiej i rozmawialiśmy o kwestiach technologii i komunikacji m.in. z rektorem tej uczelni. Dzisiejsi studenci, którzy niebawem staną się inżynierami, będą tworzyć kolejne narzędzia do komunikacji między ludźmi. Od nich zależy, jak będzie za kilka lat taka komunikacja wyglądać. To spora władza i odpowiedzialność. Z jednej strony mamy dziś kult technologii. Ale jest druga strona, która mówi, że to człowiek powinien kontrolować technologię, a nie ona jego. To dotyczy AI czy mediów społecznościowych.

Mam wrażenie, że naszym politykom przydałaby się nauka krytycznego myślenia w kontekście ich działalności w mediach społecznościowych.

Politycy używają dzisiaj mediów społecznościowych masowo, nie wiedząc jednak do końca, jak one działają. W większości przypadków chodziło tylko o to, żeby dostać token w postaci lajka i wyświetlenia pod postem. Z drugiej strony myślę, że sporo polityków zorientowało się już, że jest to droga donikąd. Widzą, że działalność w mediach społecznościowych w obecnej formule przyniosła eskalację emocji społecznych i coraz większą polaryzację. Dzisiaj nie ma już w polskiej polityce deliberacji, kompromisu, dialogu – jest tylko performance, występy. Politycy sami padli ofiarą używania mediów społecznościowych – nie są już w stanie nikogo przekonać do swoich racji. Polscy wyborcy są podzieleni, umocowani we własnych, politycznych bańkach. Taki jest efekt.

MEDIA PRZECIW DEZINFORMACJI

eprasa.pl 1eaf2615f9

MATERIAŁ INFORMACYJNY ORLEN 0011617178

ORLEN wzmacnia rolę Polski jako regionalnego hubu LNG. „Musimy być pragmatyczni i dywersyfikować ryzyko"

Rozbudowa infrastruktury LNG, dywersyfikacja kierunków dostaw, rozwój handlu w regionie i pragmatyczne podejście do roli gazu w transformacji energetycznej dają Polsce szanse na zbudowanie regionalnego hubu gazowego. Sławomir Staszak, wiceprezes ORLENU, uczestniczył w panelu „Polska jako regionalny hub gazowy" podczas siódmej edycji Partnership for Transatlantic Energy Cooperation (P-TEC). Podkreślał, że koncern buduje pozycję na rynkach zagranicznych.



– Pokazujemy, że Polska może stać się ważnym centrum LNG w regionie. Właśnie podpisaliśmy trzy bardzo duże kontrakty z partnerami ze Słowacji, Węgier i Ukrainy. Ostatni z nich rozszerza naszą współpracę z Naftogazem. ORLEN jest największym graczem na polskim rynku LNG, a nasze ambicje sięgają znacznie dalej. Chcemy konsekwentnie wzmacniać tę pozycję również w regionie i budować rolę Polski jako ważnego centrum dostaw gazu dla Europy Środkowo-Wschodniej – mówił **Sławomir Staszak, wiceprezes zarządzający portfelem energetycznym w ORLENIE.**

Świnoujście i Gdańsk są filarami rozwoju LNG

ORLEN rozbudowuje możliwości importu LNG, opierając je na mocach w terminalach w Świnoujściu i Kłajpedzie, planowanych terminalach FSRU w Zatoce Gdańskiej oraz własnej flocie gazowców.

W ocenie wiceprezesa ORLENU rozbudowa infrastruktury jest warunkiem umocnienia pozycji Polski jako regionalnego centrum gazowego.

– Chcemy zwiększać możliwości importowe i mieć możliwość dostarczania gazu zarówno polskim odbiorcom, jak i partnerom zagranicznym. Rozwój infrastruktury daje nam większą elastyczność i pozwala budować pozycję największego gracza LNG w regionie.

Dywersyfikacja dostaw odpowiada na ryzyko geopolityczne

W obecnych realiach geopolitycznych bezpieczeństwo energetyczne wymaga nie tylko dostępu do odpowiedniej infrastruktury, ale również elastyczności w wyborze kierunków importu. Sławomir Staszak podkreśla potrzebę utrzymywania szerokiego i zróżnicowanego portfela dostaw.

– Aktywnie obserwujemy rynek i szukamy możliwości zabezpieczenia dostaw. Nasza strategia musi uwzględniać sytuację międzynarodową i zmiany geopolityczne. Mieliśmy już doświadczenia, które pokazały, jak ważne jest odpowiednie przygotowanie i dywersyfikacja. Obecnie nasz portfel obejmuje dostawy ze Stanów Zjednoczonych, Norwegii, Kataru, Trynidadu i Tobago oraz Nigerii. Nie możemy opierać bezpieczeństwa dostaw na jednym kierunku czy jednym partnerze.

Koncern rozwija międzynarodową obecność handlową dzięki biurom w Londynie i Singapurze. Ułatwia to śledzenie zmian podaży i popytu oraz reagowanie na dynamiczne wydarzenia geopolityczne.

– Sytuacja zmienia się każdego dnia, a czasami nawet z godziny na godzinę. Nasi traderzy bardzo uważnie obserwują rynek. To właśnie dzięki takiej obecności i aktywności możemy monitorować sytuację na świecie oraz zabezpieczać dostawy dla Polski i naszych partnerów regionalnych. Musimy działać z wyprzedzeniem. Chodzi o to, żeby ryzyko nie było skoncentrowane, ale odpowiednio rozproszone. Trzeba zawsze być o krok do przodu.

ORLEN stawia na silną pozycję regionalną

„Gazowa" strategia ORLENU wykracza poza zapewnienie dostaw surowca na potrzeby polskiego rynku. Koncern chce rozwijać rolę regionalnego dostawcy LNG, wzmacniać współpracę z zagranicznymi partnerami i wykorzystywać rozbudowywaną infrastrukturę do zwiększania obecności na rynkach Europy Środkowo-Wschodniej. Kluczowe znaczenie ma przy tym elastyczny model działalności, uwzględniający różne kierunki wykorzystania gazu.

– ORLEN rozwija jednostki gazowo-parowe (CCGT), inwestuje w energetykę offshore i onshore, a gaz wykorzystuje również w systemach ciepłowniczych. Tak zróżnicowany portfel pozwala lepiej reagować na zmieniające się uwarunkowania geopolityczne i rynkowe – podkreśla Sławomir Staszak.

Jak zaznacza, rozwój infrastruktury i importu gazu powinien wynikać przede wszystkim z realnego zapotrzebowania odbiorców. Dlatego koncern uważnie analizuje sytuację na rynkach krajów sąsiednich, dostosowując do niej swoje działania.

– Nie chodzi wyłącznie o to, żeby importować jak najwięcej gazu i budować jak największą infrastrukturę. Trzeba pamiętać o tym, kto ostatecznie będzie ten gaz odbierał i wykorzystywał – podsumowuje Sławomir Staszak.



eprasa.pl 1eaf2615f9

MATERIAŁ INFORMACYJNY NFOŚIGW 0011609333

Szkoła przyszłości zaczyna się od dobrych warunków. Termomodernizacja inwestycją w edukację i środowisko

Odpowiednia temperatura w klasach, świeże powietrze, energooszczędne oświetlenie i nowoczesne systemy ogrzewania. Warunki, które jeszcze niedawno nie były oczywistością w wielu polskich szkołach, stopniowo stają się standardem. Dzięki środkom z Krajowego Planu Odbudowy w ramach programu realizowanego przez Narodowy Fundusz Ochrony Środowiska i Gospodarki Wodnej we współpracy z Ministerstwem Klimatu i Środowiska kolejne placówki przechodzą kompleksową modernizację energetyczną. Jej efekty wykraczają jednak daleko poza ograniczenie zużycia energii. To także inwestycja w zdrowie uczniów, komfort pracy nauczycieli, budżety samorządów i świadomość ekologiczną młodego pokolenia.

Szkoła jest jednym z tych miejsc, w których jakość otoczenia ma szczególne znaczenie. Uczniowie spędzają w niej kilka godzin dziennie, uczestnicząc w lekcjach, zajęciach sportowych i spotkaniach z rówieśnikami. Trudno jednak w pełni skupić się na nauce, kiedy w sali jest zbyt zimno, powietrze staje się duszne, a niewystarczające oświetlenie utrudnia pracę. Takie problemy przez lata towarzyszyły wielu budynkom oświatowym, których infrastruktura nie nadążała za współczesnymi potrzebami.
Odpowiedzią na te wyzwania jest kompleksowa termomodernizacja. Jej celem nie jest wyłącznie poprawa wyglądu obiektów, ale przede wszystkim zmiana sposobu ich funkcjonowania. Ocieplone ściany i dachy, szczelne okna, sprawne systemy wentylacji oraz nowoczesne źródła ciepła pozwalają stworzyć przestrzeń bardziej przyjazną użytkownikom. Jednocześnie ograniczają straty energii i zmniejszają koszty utrzymania placówek.

Komfort nauki zaczyna się od otoczenia

Warunki panujące w szkolnych pomieszczeniach wpływają na codzienne funkcjonowanie całej społeczności. Zbyt niska temperatura może utrudniać koncentrację i powodować dyskomfort, natomiast niewłaściwa wentylacja sprzyja gromadzeniu się zanieczyszczeń i pogarszaniu jakości powietrza. Znaczenie ma również oświetlenie, które powinno zapewniać odpowiednie warunki zarówno podczas lekcji, jak i innych aktywności.
Dlatego nowoczesna termomodernizacja obejmuje znacznie więcej niż samo docieplenie budynku. Ważnym elementem jest dostosowanie instalacji grzewczych do potrzeb obiektu, usprawnienie wymiany powietrza oraz zastosowanie energooszczędnych źródeł światła. Dzięki temu szkoła może zapewniać bardziej stabilne warunki niezależnie od pory roku i zmieniającej się temperatury na zewnątrz.
Istotna jest również poprawa izolacyjności budynków. Przez nieocieplone ściany, nieszczelne okna i dachy może uciekać znaczna część energii wykorzystywanej do ogrzewania. W efekcie nawet sprawny system grzewczy nie zawsze gwarantuje odpowiednią temperaturę, a rachunki za energię pozostają wysokie. Usunięcie tych problemów pozwala lepiej wykorzystać ciepło i ograniczyć jego straty.

Od audytu energetycznego do nowoczesnych technologii

Każde przedsięwzięcie termomodernizacyjne powinno zaczynać się od dokładnego rozpoznania potrzeb konkretnego obiektu. Temu służy audyt energetyczny, który pozwala określić stan techniczny budynku, zidentyfikować główne źródła strat energii i wskazać rozwiązania mogące przynieść największe korzyści. Nie każda szkoła wymaga bowiem takiego samego zakresu prac. W jednych najważniejsza jest poprawa izolacji ścian i dachu, w innych modernizacja ogrzewania, wentylacji lub wymiana stolarki okiennej.
Na podstawie przeprowadzonej analizy przygotowywany jest plan działań. Wśród najczęściej realizowanych prac znajdują się docieplenie elewacji, dachów i stropów, wymiana okien oraz drzwi, a także modernizacja instalacji grzewczych i oświetleniowych. Ważną częścią przedsięwzięć jest również poprawa wentylacji, która pozwala zapewnić właściwą wymianę powietrza w pomieszczeniach.
Coraz większą rolę odgrywają technologie umożliwiające produkowanie i efektywniejsze wykorzystywanie energii na miejscu. W szkolnych budynkach montowane są instalacje fotowoltaiczne, a w niektórych również magazyny energii. Dzięki nim placówki mogą korzystać z prądu wytwarzanego przez własne panele, a nadwyżki przechowywać i wykorzystywać w późniejszym czasie.
Uzupełnieniem takich rozwiązań są między innymi pompy ciepła i nowoczesne systemy sterowania ogrzewaniem. Kompleksowa modernizacja łącząca poprawę izolacji budynku z montażem odnawialnych źródeł energii pozwala skuteczniej ograniczać zużycie energii i zwiększać efektywność energetyczną szkół. Zgodnie z wymogami programu inwestycje muszą zapewnić zmniejszenie zapotrzebowania na energię pierwotną o co najmniej 30 proc.



Mniej energii, więcej możliwości dla szkół

Koszty ogrzewania i energii elektrycznej stanowią istotną część wydatków związanych z utrzymaniem placówek oświatowych.
W przypadku starszych, słabo zaizolowanych budynków mogą być szczególnie wysokie. Każda jednostka energii, która nie jest tracona przez nieszczelne przegrody i przestarzałe instalacje, oznacza możliwość bardziej racjonalnego gospodarowania środkami.
Warto jednak pamiętać, że skala oszczędności zależy od wielu czynników, między innymi stanu technicznego budynku, zakresu przeprowadzonych prac i sposobu użytkowania obiektu. Pełna ocena efektów finansowych wymaga porównania zużycia energii oraz kosztów eksploatacyjnych z odpowiednio długich okresów przed modernizacją i po jej zakończeniu.

Korzyści, które wykraczają poza szkolne mury

Poprawa efektywności energetycznej placówek oświatowych ma znaczenie również dla ich najbliższego otoczenia. Ograniczenie zapotrzebowania na energię i wykorzystanie nowoczesnych źródeł ciepła mogą przyczyniać się do zmniejszenia emisji zanieczyszczeń związanych z ogrzewaniem budynków.
To ważne szczególnie w miejscowościach, w których jakość powietrza pozostaje istotnym problemem.
Szkoły mogą odgrywać w tym procesie jeszcze jedną ważną rolę. Nowoczesne instalacje, panele fotowoltaiczne czy rozwiązania pozwalające ograniczać zużycie energii są nie tylko elementami infrastruktury, ale również przykładami, które można wykorzystać podczas zajęć edukacyjnych. Uczniowie mają możliwość obserwowania, w jaki sposób działają odnawialne źródła energii i dlaczego warto racjonalnie korzystać z dostępnych zasobów.

Tysiąc szkół w ogólnopolskim programie

Kompleksowa modernizacja energetyczna placówek oświatowych wymaga znacznych nakładów finansowych. Dlatego ważnym elementem całego przedsięwzięcia jest wsparcie zewnętrzne, dzięki któremu samorządy mogą realizować inwestycje o dużej skali, często obejmujące kilka budynków jednocześnie.
W Polsce działania te prowadzone są w ramach programu „Wymiana źródeł ciepła i poprawa efektywności energetycznej szkół", realizowanego przez Narodowy Fundusz Ochrony Środowiska i Gospodarki Wodnej we współpracy z Ministerstwem Klimatu i Środowiska. Finansowanie pochodzi z Krajowego Planu Odbudowy, a budżet programu przekracza 1,8 mld zł. Dotychczas wsparciem objęto blisko 500 szkół i przedszkoli w różnych częściach kraju. Celem jest jednak znacznie szersza zmiana. Zgodnie z założeniami przedsięwzięcia do 2030 roku modernizację ma przejść łącznie tysiąc szkół. Rozszerzenie programu ma być możliwe dzięki dodatkowym środkom pochodzącym z Funduszu Modernizacyjnego.
Ogólnopolski charakter inicjatywy pozwala prowadzić działania zarówno w dużych ośrodkach miejskich, jak i mniejszych miejscowościach. Dzięki temu poprawa infrastruktury edukacyjnej nie jest zarezerwowana wyłącznie dla samorządów dysponujących największymi budżetami. Wsparcie umożliwia realizację przedsięwzięć, które bez dodatkowego finansowania mogłyby zostać odłożone na kolejne lata.

Ekologiczna świadomość zaczyna się w szkole

Nowoczesna szkoła nie musi być więc jedynie budynkiem wyposażonym w zaawansowane technologie. Powinna być także miejscem, które uczy odpowiedzialności, pokazuje dobre praktyki i przygotowuje młode pokolenie do świadomego podejmowania decyzji. Termomodernizacja łączy te dwa wymiary: poprawia warunki funkcjonowania placówki i tworzy przestrzeń do poznawania rozwiązań ważnych dla przyszłości.
Ostatecznie efekty takich inwestycji można oceniać na kilku poziomach. To mniejsze zapotrzebowanie na energię, potencjalnie niższe rachunki, ograniczenie emisji zanieczyszczeń, a przede wszystkim lepsze warunki codziennej nauki i pracy.



KRAJOWY PLAN ODBUDOWY | Rzeczpospolita Polska | Sfinansowane przez Unię Europejską NextGenerationEU

Ministerstwo Klimatu i Środowiska | NARODOWY FUNDUSZ OCHRONY ŚRODOWISKA i GOSPODARKI WODNEJ

eprasa.pl 1eaf2615f9

MATERIAŁ INFORMACYJNY NFOŚIGW
0011609312

Cieplejsze klasy, nowa energia. Termomodernizacja zmienia polskie szkoły

Niedogrzane sale, nieszczelne okna, przeciekające dachy i wysokie rachunki za ogrzewanie – z takimi problemami przez lata mierzyły się szkoły i przedszkola w wielu polskich miejscowościach. Dziś część z nich zyskuje nie tylko odnowione budynki, lecz także nowoczesne systemy ogrzewania, fotowoltaikę i lepsze warunki do nauki. Dzięki wsparciu z Krajowego Planu Odbudowy w ramach programu realizowanego przez Narodowy Fundusz Ochrony Środowiska i Gospodarki Wodnej we współpracy z Ministerstwem Klimatu i Środowiska, samorządy mogą realizować inwestycje, które służą uczniom, nauczycielom i całym lokalnym społecznościom.

W Szkole Podstawowej nr 4 w Ciechanowie chłodne miesiące oznaczały niegdyś poważny problem. Niedostateczna izolacja ścian i stare okna nie pozwalały utrzymać odpowiedniej temperatury. Szczególnie dotkliwie odczuwali to uczniowie korzystający z hali sportowej. Zdarzało się, że było tam tak zimno, iż zajęcia trzeba było przenosić na szkolny korytarz. Dziś budynek jest ocieplony, ma nowe okna i drzwi, a hala – zmodernizowane ogrzewanie i wentylację.
Podobne zmiany zaszły w placówkach w Brzegu Dolnym i gminie Węgierska Górka.
W pierwszej z tych miejscowości termomodernizację przeszły dwie szkoły, w których wcześniej problemem były między innymi nieszczelne okna, niewystarczające ogrzewanie, przeciekający dach i wilgoć. W Węgierskiej Górce kompleksowe prace objęły trzy obiekty, w tym stuletnią szkołę podstawową w Cięcinie. Każda inwestycja odpowiadała na inne potrzeby, ale cel był wspólny: stworzyć bardziej komfortowe, bezpieczne i tańsze w utrzymaniu miejsca nauki.

Szkoła, w której po prostu jest ciepło

W Cięcinie modernizacja stuletniej szkoły była odpowiedzią na straty ciepła powodowane przez przestarzałą instalację grzewczą, drewniane okna oraz niedostateczną izolację dachu i ścian. Placówka korzystała już z pomp ciepła, ale nie miała fotowoltaiki, która mogłaby dostarczać energię do ich zasilania. W ramach inwestycji ocieplono ściany i dach, zmodernizowano ogrzewanie, wymieniono okna i drzwi oraz zamontowano panele fotowoltaiczne. Większość robót prowadzono na zewnątrz, dzięki czemu – jak podkreśla dyrektorka Agnieszka Ryczkiewicz – szkoła mogła normalnie funkcjonować.
W tej samej gminie ważne problemy udało się rozwiązać w Przedszkolu Publicznym nr 1 w Ciścu. Wymiana dachu była konieczna po zalaniu jednej z sal, a stare drewniane okna powodowały przeciągi. Dziś placówka korzysta z pomp ciepła, fotowoltaiki i magazynu energii. System ogrzewania automatycznie dostosowuje temperaturę, odciążając pracowników.

Koniec z zimną halą, wilgocią i przeciekającym dachem

W Ciechanowie termomodernizacją objęto sześć miejskich szkół, a miasto pozyskało na ten cel ponad 30 mln zł dofinansowania. W Szkole Podstawowej nr 4 ocieplono ściany, dach i fundamenty, wymieniono okna i drzwi oraz zainstalowano pompy ciepła i fotowoltaikę. Zmodernizowano także halę sportową, która zyskała między innymi nową wentylację i grzejniki.
Prace trwały półtora roku, ale szkoła przez cały czas



działała. W placówce uczy się około 800 uczniów, dlatego roboty wymagały dobrej organizacji i współpracy dyrekcji z wykonawcami. Lekcje nie zostały odwołane, a dzieci nie musiały przenosić się do innych szkół.
W Brzegu Dolnym modernizacja objęła Szkołę Podstawową nr 5 przy ul. Zwycięstwa i SP nr 6 przy ul. Młodzieżowej. W pierwszej z nich problemem były przeciekający dach i wilgoć w podpiwniczeniu, gdzie znajdowały się gabinety i świetlice. Wymieniono okna i drzwi, wykonano nową instalację grzewczą, zmodernizowano oświetlenie i odnowiono dach. Poprawiły się warunki w pomieszczeniach, w których wcześniej trudno było komfortowo przebywać. W drugiej szkole wymieniono okna na trzyszybowe, wykonano nowe ocieplenie, zabezpieczono fundamenty i zamontowano grzejniki. Sala gimnastyczna zyskała nawiew świeżego powietrza, a na dachu pojawiła się fotowoltaika.
Jak zauważa dyrektorka Magdalena Wlaźlak-Szał, uczniowie mogą teraz przebywać w salach bez dodatkowych warstw odzieży.



W obu szkołach prace trwały niemal rok i odbywały się podczas zajęć. Konieczne były zmiany w organizacji lekcji, wyznaczenie bezpiecznych stref i bieżące dostosowywanie harmonogramów. Dyrekcje podkreślają znaczenie współpracy z wykonawcami, pracownikami i rodzicami.

Od ocieplenia ścian po własną energię

Historie z Ciechanowa, Brzegu Dolnego i Węgierskiej Górki pokazują, że termomodernizacja nie sprowadza się do odnowienia elewacji czy wymiany okien. Zakres prac dobiera się do stanu technicznego budynku. Obejmuje docieplenie ścian, dachów i fundamentów, wymianę okien i drzwi oraz modernizację ogrzewania, wentylacji i oświetlenia. Coraz częściej uzupełniają je odnawialne źródła energii.
Fotowoltaika pozwala produkować energię elektryczną na potrzeby placówki. W Węgierskiej Górce wszystkie trzy modernizowane obiekty wyposażono w panele i magazyny energii, w których można przechowywać nadwyżki prądu. W szkołach pojawiają się również pompy ciepła i systemy automatycznie dostosowujące ogrzewanie do warunków w budynku.
Każdą inwestycję poprzedza audyt energetyczny. Pozwala on ocenić stan obiektu, wskazać miejsca największych strat ciepła i dobrać rozwiązania, które przyniosą najlepsze efekty. Zgodnie z założeniami programu projekty muszą zapewniać ograniczenie zapotrzebowania na energię pierwotną o co najmniej 30 proc.

Mniejsze rachunki, większe możliwości

Dla samorządów ograniczenie zużycia energii ma wymiar ekologiczny i finansowy. Lepsza izolacja, nowoczesne źródła ciepła i własna produkcja energii mogą zmniejszyć koszty utrzymania placówek. Zaoszczędzone środki będzie można przeznaczyć na inne potrzeby edukacyjne, takie jak dodatkowe zajęcia, pomoce dydaktyczne czy wyposażenie.
Na pełną ocenę oszczędności w części placówek trzeba jeszcze poczekać. Potrzebne jest porównanie rachunków i zużycia energii z odpowiednio długiego okresu przed modernizacją i po jej zakończeniu. Już teraz dyrektorzy i samorządowcy wskazują jednak, że inwestycje powinny przynieść korzyści w kolejnych latach. W przedszkolu w Ciścu dyrektorka zwraca uwagę na niższe rachunki za prąd po uruchomieniu fotowoltaiki i magazynu energii. W Ciechanowie władze miasta zapowiadają, że oszczędności będzie można przeznaczyć między innymi na dodatkowe zajęcia dla uczniów.

Inwestycja w edukację i przyszłość

Modernizacja to także okazja do edukacji ekologicznej. W Brzegu Dolnym uczniowie SP nr 6 uczestniczyli w konkursach i piknikach poświęconych termomodernizacji oraz oszczędzaniu energii. Inwestycje mają szczególne znaczenie dla mniejszych miejscowości, gdzie szkoły i przedszkola są ważnymi ośrodkami życia społecznego. Dzięki wsparciu zewnętrznemu samorządy mogą zapewniać uczniom lepsze warunki nauki. W Węgierskiej Górce modernizacja trzech placówek kosztowała ponad 3,7 mln zł, z czego 88 proc. pokryło dofinansowanie. W Brzegu Dolnym na dwie szkoły przeznaczono ponad 11 mln zł, w tym ponad 9 mln zł wsparcia, a Ciechanów pozyskał ponad 30 mln zł na modernizację sześciu placówek.
Bez tych środków realizacja tak dużych inwestycji byłaby znacznie trudniejsza. Inwestycje te są częścią ogólnopolskiego programu „Wymiana źródeł ciepła i poprawa efektywności energetycznej szkół", realizowanego przez Narodowy Fundusz Ochrony Środowiska i Gospodarki Wodnej we współpracy z Ministerstwem Klimatu i Środowiska. Przedsięwzięcie finansowane jest ze środków Krajowego Planu Odbudowy. Wartość podpisanych umów dotyczących modernizacji szkół i przedszkoli przekroczyła 1,8 mld zł. Zgodnie z założeniami programu do 2030 roku termomodernizację ma przejść łącznie tysiąc szkół. Rozszerzenie przedsięwzięcia ma być możliwe również dzięki dodatkowym środkom z Funduszu Modernizacyjnego.
Dla uczniów najważniejsze jest to, że mogą ćwiczyć w ogrzanej hali, uczyć się w komfortowej klasie i korzystać z bezpiecznej przestrzeni. Dla nauczycieli oznacza to lepsze warunki pracy, a dla samorządów – szansę na bardziej racjonalne gospodarowanie środkami. Termomodernizacja szkół jest więc czymś więcej niż remontem: to inwestycja w miejsca, w których kształtuje się przyszłość lokalnych społeczności.

KRAJOWY PLAN ODBUDOWY
Rzeczpospolita Polska
Sfinansowane przez Unię Europejską NextGenerationEU

Ministerstwo Klimatu i Środowiska
NARODOWY FUNDUSZ OCHRONY ŚRODOWISKA i GOSPODARKI WODNEJ

eprasa.pl 1eaf2615f9

REGION

„Przebacz mi, Brunhildo", czyli szlakiem pomorskich duchów. Tutaj straszy od wieków

Przed laty rekordy popularności bił serial dla młodzieży „Wakacje z duchami" ze słynnym okrzykiem „Przebacz mi, Brunhildo". Okazuje się, że także Pomorze kryje dziesiątki legend o duchach i zjawach, które od pokoleń rozpalają wyobraźnię mieszkańców i turystów.



FOT. ARCHIUWM

Zamek w Bytowie. Nie każdy z zamiejscowych wie, że po terenie dawnej twierdzy ma się przechadzać duch krzyżackiego rycerza okrutnika - z zimną krwią dokonywał egzekucji w Wieży Straceń.

Wojciech Lesner

Niejednemu mignął przed oczami skrawek jej sukni, kiedy przemykała korytarzami darłowskiego zamku. Z lekkimi pantofelkami na stopach prawie niezauważenie przenika przez grube, ceglaste mury. Prawie, bo widywana jest niekiedy, szczególnie przez ciekawskich wycieczkowiczów odwiedzających nadmorską warownię. Biała Dama, czyli księżna Zofia, do dziś czuwa nad swoją dawną siedzibą.

Uważana za piękność księżna była najstarszą córką Bogusława IX z dynastii Gryfitów. Po śmierci rodziców opiekę nad nią sprawował jej daleki kuzyn, Eryk I Pomorski. Nie przyniosły rezultatów próby zeswatania jej z Kazimierzem Jagiellończykiem, ówczesnym królem Polski, dlatego poślubiła Eryka II z Wołogoszczy. Ostatecznie małżeństwo okazało się nieudane, a księżna wraz z dziećmi uciekła do Darłowa. Było jej tam dobrze, choć pod koniec życia zamieszkiwała jeszcze w kilku pomorskich miastach - Malborku i Gdańsku. Zmarła natomiast w Słupsku, w 1497 roku.

Jako zjawa wróciła do ukochanego zamku. Białą postać z lichtarzem w dłoni, noszącą charakterystyczny bursztynowy wisior widywali także pracownicy Zamku Książąt Pomorskich - Muzeum w Darłowie. Nie straszy i nie wygania intruzów ze swojego domu - dba, żeby o nim nie zapomniano. Kiedy gasną światła, „Zośka" przemierza zamkowe zaułki.

Biała Dama grasuje też po Zamku Książąt Pomorskich w Szczecinie, ale już z nieco mniej przyjaznym nastawieniem. To duch zawadiackiej szlachcianki, która na przełomie XVI i XVII wieku na potęgę uwodziła pomorskich mężczyzn. Podobno zaręczała się aż piętnaście razy, ale zamiast do ślubów, dochodziło do... procesów sądowych. Słynąca z wybuchowego charakteru Sydonia von Borck wpadła jednak w końcu w sidła miłości - ze wzajemnością zakochała się w Erneście Ludwiku. Ich szczęście nie trwało długo, bo bliscy szlachcica zmusili go do poślubienia kogoś innego. Rozeźlona Sydonia przeklęła swojego lubego i jego rodzinę, po czym zaszyła się w klasztorze. W samotności zaczęła zgłębiać tajniki zielarstwa i wróżbiarstwa, więc nie minęło wiele czasu, nim miejscowa ludność uznała ją za czarownicę. Sydonię postawiono przed sądem, gdy kolejni członkowie rodu Ludwika zaczęli ginąć w tajemniczych okolicznościach. Choć ze szczególnym okrucieństwem torturowano ją w szczecińskim zamku, to do uprawiania czarnej magii nigdy się nie przyznała.

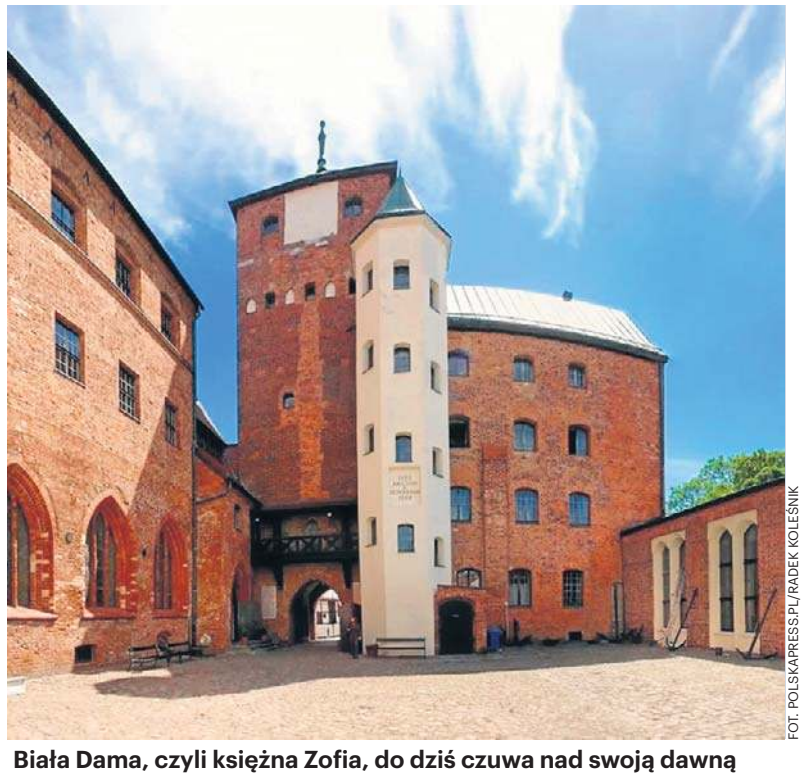
Okrzyknięta „trucicielką", Sydonia została ścięta, a jej ciało spalono. Teraz pod postacią Białej Damy krąży bezcelowo wokół murów warowni. Są tacy, którzy ją widzieli, ale zdecydowanie łatwiej jest ją usłyszeć. Gdy się zbliża, dziedziniec zamku wypełnia szczęk łańcuchów, a temperatura w pobliżu spada o kilka stopni. Do dziś, w miejscu jej stracenia, przy Kruczym Kamieniu, składane są kwiaty, by pielęgnować pamięć o jej tragicznej śmierci.

Strach na studenta

Zostajemy w Szczecinie, ale przenosimy się do czasów bardziej współczesnych. O ile Białe Damy w swoich zamkach nawiedzają głównie turystów, tak w dawnych niemieckich koszarach duchy straszą... studentów.

Wojskowy budynek, o którym mowa, powstał w latach 30. XX wieku i był siedzibą żołnierzy Wehrmachtu. Obiekt przeznaczenie militarne zachował również po wojnie, bo służył wtedy 101. Batalionowi Inżynieryjno-Saperskiemu Armii Czerwonej. I tu zaczyna się niechlubna historia koszar, które przez sowietów wykorzystywane były jako katownia.

W przepastnych piwnicach budynku torturowano i mordowano, a ze strychu zrzucano żywcem tych, którzy nieprzychylni byli nowym władzom. Ci, którzy zginęli, przez lata odwiedzali zza światów miejsce swojego stracenia, błąkając się po pustych korytarzach i szukając zemsty na oprawcach - nawet kiedy dawne koszary zajęte zostały w latach 90. przez jedną ze szczecińskich uczelni. Z opowiadań studentów wynika, że z ostatniej kondygnacji budynku dochodziły odgłosy stukania i kroków, natomiast w niektórych salach słychać było szelesty i niezrozumiałe szepty. Podobno w części pomieszczeń, mimo włączonego ogrzewania, panowała temperatura powodująca dreszcze i gęsią skórkę.



FOT. POLSKAPRESS.PL/RADEK KOLEŚNIK

Biała Dama, czyli księżna Zofia, do dziś czuwa nad swoją dawną siedzibą - zamkiem w Darłowie

Jeszcze mniej prawdopodobne opowieści głoszą, że duchy tak obnosiły się ze swoją obecnością, że przeszkadzały studentom w nauce, przesuwając krzesła. Działania upiorów miały ukrócić egzorcyzmy przeprowadzone w budynku, ale ostatecznie nie wiadomo, czy zdołały wygnać nadprzyrodzone siły.

W poszukiwaniu zbawienia

Duchy dawnych szlachciców, rycerzy i przedstawicieli książęcych rodów nawiedzają także Kaszuby. A jak już wiadomo, idealnym miejscem do odwiedzin zza światów są średniowieczne zamki. Ten w Bytowie wzniesiony został przez Krzyżaków i do dziś jest wizytówką tego miasta. To jeden z głównych punktów turystycznych wycieczek, ale nie każdy z zamiejscowych wie, że po terenie dawnej twierdzy przechadza się duch rycerza.

Rycerza, rzecz jasna, krzyżackiego, który słynął ze swojej nieustępliwości, stanowczości i... szczególnego okrucieństwa. O torturach i straceniach, które przeprowadzano w średniowiecznym Bytowie, mówi i pamięta się jednak niewiele. Z zimną krwią dokonywano egzekucji w Wieży Straceń, a rolę jednego z katów pełnił właśnie zagubiony rycerz.

Przez czyny, których się dopuścił, jego dusza nie może zaznać wiecznego spokoju. Jak się okazuje, bytowski oprawca krąży po murach warowni w poszukiwaniu przebaczenia. W każdą pełnię odwiedza niegdysiejsze miejsce straceń, licząc, że grzechy sprzed wieków zostaną mu odpuszczone.

Mniej słynne, równie straszne

Usteccy przewodnicy, oprowadzając turystów po miejscowej latarni, uwielbiają opowiadać historię o upiorach nawiedzających budynek. To duchy zmarłych tragicznie marynarzy, których latarnicy nie zdołali bezpiecznie pokierować do brzegu. Podobno podczas sztormów latarnię wypełniają jeżące włosy na głowie skrzypienia, postukiwania i jęki.

O nękającym kierowców w zachodniopomorskim Wierciszewie bezgłowym upiorze zaczęło być głośno kilka lat temu, kiedy w pobliżu miejscowego mostu coraz więcej samochodów lądowało w rowie. To objawiająca się postać zbója Wenalda, któremu obcięcie głowy zlecił Bogusław X, wprawiała kierowców w osłupienie - w XV wieku napadał w tym samym miejscu na strudzonych podróżnych, żądając od nich całego majątku. Świadków obecności upiora było tak wielu, że w końcu na moście zamontowano ostrzegawczy znak: „straszy całą dobę".

eprasa.pl 1eaf2615f9

GDAŃSK

Spacer po Nowym Porcie

Nowy Port to dzielnica, która znajduje się nieco na uboczu turystycznych szlaków. Jego historia jest jednak niezwykle interesująca. To właśnie tędy prowadziła niegdyś najważniejsza droga wodna do Gdańska. Już w niedzielę nadarzy się świetna okazja, by odkryć dzielnicę. 29 listopada odbędzie się spacer z autorami przewodnika „Spacerownik GDAŃSK", którzy przybliżą uczestnikom Nowy Port

Martyna Kucybała

– Zanim powstała Wista Śmiała i późniejszy przekop pod Świbnem, to Martwa Wisła była głównym ujściem rzeki do morza. Rzeka niosła przez całą Polskę piasek i osady, które odkładały się przy ujściu, tworząc płycizny i późniejszy półwysep Westerplatte. W drugiej połowie XVII wieku, po pogłębieniu toru między Westerplatte a stałym lądem, powstał Nowy Tor Wodny, początek dzisiejszego kanału portowego – tak o Nowym Porcie piszą w przewodniku autorzy „Spacerownika".

Po pierwszym rozbiorze Polski Gdańsk pozostał w granicach Rzeczpospolitej, ale tereny dzisiejszego Nowego Portu znalazły się pod panowaniem pruskim. Wówczas powstała tam konkurencyjna osada portowa.

Organizatorzy zapraszają na drugi wspólny spacer po Gdańsku z Ewą Czerwińską, Joanną Kruszewską i Krzysztofem Nowotarskim. Wydarzenie odbędzie się 29 listopada o godz. 11 przy dawnym Morskim Domu Kultury przy ul. Marynarki Polskiej 15.

Trasa spaceru poprowadzi przez najciekawsze miejsca Nowego Portu, a jego uczestnicy będą mogli poznać historię dawnej osady portowej. Będzie to świetna okazja, by zobaczyć zabytkowe spichlerze, dawną zajezdnię tramwajową i kościoły, a także słynny Zakręt Pięciu Gwizdków. Spacer zakończy się w rejonie latarni morskiej oraz nabrzeża im. Kpt. Tadeusza Ziółkowskiego, skąd rozciąga się przepiękny widok na wejście do portu oraz Westerplatte.

Trasa spaceru liczy około 5 kilometrów. Organizatorzy przewidują, że jej pokonanie zajmie około trzech godzin. Wydarzenie jest bezpłatne, a na miejscu będzie można kupić przewodnik oraz zdobyć autografy jego autorów.



FOT. KRZYSZTOF NOWOTARSKI

Budynek kapitanatu Portu Gdańsk przy ulicy Przemysłowej 4. W tle widoczny kanał portowy

REKLAMA 0111602685



Granice Polski i Unii staną się bezpieczniejsze dzięki nowej generacji europejskich systemów dronów obserwacyjnych.

OBRONNOŚĆ EUROPEJSKA
CHRONIMY TO,
CO WAŻNE

eprasa.pl 1eaf2615f9

TURYSTYKA

Jesteśmy pierwszym wyborem

Pomorze jest miejscem najchętniej wybieranym na wypoczynek przez Polaków. Turyści zagraniczni również chętnie odwiedzają nasz region. Japończycy w swoich wyborach kierują się znakiem UNESCO, Brytyjczycy obecnie przylatują konkretnie na Jarmark Bożonarodzeniowy w Gdańsku, Czesi przepadają za morzem, a za chwilę rozpoczną się loty ze Zjednoczonych Emiratów Arabskich. Podczas Pomorskiego Forum Turystycznego rozmawialiśmy z szefową PROT

Radosław Konczyński



FOT. ŁUKASZ MOCEK/UM MALBORKA

Marta Chełkowska, szefowa Pomorskiej Regionalnej Organizacji Turystycznej

Jak minął sezon turystyczny na Pomorzu?

Marta Chełkowska, dyrektor Departamentu Turystyki i Sportu Urzędu Marszałkowskiego Województwa Pomorskiego, prezes Pomorskiej Regionalnej Organizacji Turystycznej: Pytania o sezon w województwie pomorskim zawsze są dla nas ważne, aczkolwiek uważamy, że on trwa cały rok. W związku z tym trudno go podsumowywać dzisiaj, chociaż jest już prawie grudzień. Niemniej, wiemy wszyscy, że czego nasza branża turystyczna by nie przygotowała, jak by się nie starała, żeby turyści nas odwiedzali, to sezon zależy od warunków pogodowych, a faktycznie zawsze lato skupia największą uwagę. Ruch kumuluje się w czerwcu, lipcu, sierpniu, może jeszcze we wrześniu. W samym Trójmieście nie mamy problemu z odwiedzalnością turystyczną, dlatego że branżę reprezentują głównie obiekty hotelarskie i one są wynajęte prawie do 95 procent w tym czasie. Natomiast jeżeli mówimy o całym regionie, rzeczywiście pogoda spowodowała, że lipiec był trudny. Natomiast prawdziwe lato zawitało w czerwcu i w sierpniu, Bałtyk był ciepły i wtedy zobaczyliśmy, jak to powinno wyglądać naprawdę.

Jak w liczbach wygląda dostępność pomorskiej branży turystycznej?

Dysponujemy 300 tysiącami miejsc noclegowych w całym województwie i ponad 15 tysiącami obiektów nieskategoryzowanych. To jest 95 procent naszej bazy. I rzeczywiście te obiekty miały problem z odwiedzalnością w stu procentach.

Jednak same liczby dotyczące odwiedzin nie do końca nam mówią o turystyce. Już od paru lat oprócz tego, ilu turystów do nas przyjechało, interesujemy się tym, ile środków finansowych zostawili. Wspólnie z branżą turystyczną walczymy, żeby było jak najwięcej tych środków, aczkolwiek nie w ten sposób, żeby było jak najdrożej, bo nie wolno tak tego pojmować. Warto podkreślić, że nasze województwo zmienia swoją markę od lat i myślę, że powoli nam się to udaje. Nie jesteśmy już kojarzeni tylko z pobytem letnim na plaży, relaksacyjnym, tylko rozwijamy ofertę turystyki aktywnej.

Na przykład?

Rekordy popularności bije turystyka rowerowa. Mamy jedenaście liczników na wybrzeżu, które odnotowują 100-150 tysięcy przejazdów rocznie. To już jest fantastyczna liczba. Są też oczywiście trasy komunikacyjne, oprócz tych międzynarodowych, jak EuroVelo 10, 13 czy Wiślana Trasa Rowerowa. W samym Trójmieście liczniki komunikacyjne rocznie odnotowują milion przejazdów, co jest, jeżeli chodzi o aglomerację, najlepszym wynikiem w Polsce.

Rozwijamy też turystykę kajakową, żeglarską. Ostatnim hitem są szlaki turystyki konnej, które rozwijają się także jako uzupełnienie dbałości o zdrowie, o ruch wszechstronny. Rozwijamy turystykę prozdrowotną. Mimo że mamy tylko dwa uzdrowiska - w Ustce i Sopocie, to jednak te miejscowości nadmorskie mają niesamowite walory, więc tam też wypoczynek łączony jest z tą dbałością o zdrowie.

Jest oferta Kaszub, Kociewia, Powiśla, Żuław, pasa nadmorskiego z bardzo ważnym aspektem kultury regionalnej. Tu warto powiedzieć, że nasze produkty turystyczne są na liście Polskiej Organizacji Turystyczne. W tym roku Szwajcaria Kaszubska i Kaszubski Park Etnograficzny im. Izydora i Teodory Bulgowskich zajęły po prostu swoje należne miejsce na tej liście. Otrzymały prestiżowy Certyfikat Polskiej Organizacji Turystycznej „Najlepszy Produkt Turystyczny 2026". W zeszłym roku to było to Centrum św. Jana w Gdańsku prowadzone przez Nadbałtyckie Centrum Kultury w zabytkowym kościele św. Jana oraz Zagroda Inicjatyw Twórczych w Swołowie. Więc to też są przykłady, że jesteśmy na tym rynku turystycznym i takie inicjatywy rozwijają właśnie ofertę kulturową, przypominają o naszej tożsamości, kulturze.

Jest jeszcze oferta kulinarna. Coraz częściej, są nawet takie dane, że 45 procent osób decydujących się na wyjazd przede wszystkim bierze pod uwagę to, gdzie zjeść i jakie czekają atrakcje kulinarne. Myślę, że Pomorskie pod tym względem funkcjonuje bardzo dobrze. Taką dla nas ważną daną GUS-u jest ta, która pokazuje, że jeżeli Polacy decydują się na wyjazd w kraju, to pierwszym wyborem jest województwo pomorskie. Konkurujemy z województwem zachodniopomorskim, ale jednak jesteśmy górą, więc to też jest motywacja dla branży, żeby przygotowywać ofertę jak najlepszą.

Czyli jednak – uogólniając - morze ma w sobie to coś, co przyciąga?

Tak, i nie tylko latem. Tutaj włącza się trochę aspekt wspomnieniowy, bo przecież „prawie wszyscy" spędzaliśmy wakacje latem nad morzem albo w górach, więc to są takie dwa wybory. Ale morze daje zupełnie inny klimat. W naszym regionie nie ma wielkiego przemysłu, a jeżeli nawet jest, to nie wpływa negatywnie na walory klimatyczne czy atmosferę.

Wymieniała pani różne rodzaje tych turystyk. Tym razem naa organizację Pomorskiego Forum Turystycznego wybraliście Malbork. Wiadomo - zamek, a jak zamek to turystyka historyczna. Jak ten trend, czyli przyjazd w celu zwiedzania obiektów historycznych wygląda na Pomorzu?

To jest właśnie ta wspomniana turystyka kulturowa. Natomiast warto powiedzieć, że na przykład dla turysty japońskiego obiekty UNESCO to jest „must be" – pierwsze, co trzeba zobaczyć. Na Pomorzu mamy już cztery atrakcje pod patronatem UNESCO. Dwie to są właśnie obiekty, czyli Muzeum Zamkowe w Malborku oraz część modernistyczna miasta Gdyni, najnowszy hit. Ale są też dwa rezerwaty biosfery UNESCO - w Słowińskim Parku Narodowym i w Borach Tucholskich. Turyści zagraniczni szukają też tych obiektów, pierwsze kroki kierują między innymi do zamku w Malborku, który fantastycznie wpisuje się w tę ofertę, wszechstronnie się rozwija i widać, że często muzeum w swoje wydarzenia włącza miasto. To jest bardzo dobry kierunek, bo miasto nie może żyć osobno od atrakcji. Więc takim właśnie miejscem jest Malbork, ale jest też Pelplin, który również ma fantastyczne zasoby, warto zwiedzić to miasteczko. Jest oczywiście Gniew ze swoim zamkiem, Człuchów z zamkiem i można być wymieniać. Te miasta we współpracy z obiektami historycznymi tworzą kompleksową ofertę, bo wiadomo, że turysta często szuka dobrej gastronomii, chciałby jeszcze coś zobaczyć, szuka noclegu. Myślę, że w takim kierunku powinny się rozwijać te lokalne produkty.

A wpływ geopolityki, wojen, cen paliw, inflacji – czy to widać w pomorskiej turystyce?

Turystyka odbudowuje w ogóle swoją pozycję. Jeszcze przed pandemią mówiło się nawet o 7-8 procent PKB. Teraz jest 4,5 procenta, 5 procent. Brakuje nam takiego rzetelnego rachunku, żeby dokładnie pokazać, jak naprawdę wygląda pozycja turystyki w kraju i w regionach, bo regiony są różne; mówimy tu o średniej 4,5. Pomorskie dosyć wysoko się plasuje. Próbowaliśmy to policzyć, swego czasu to było około 6 procent produktu krajowego. Na to się składają różne rzeczy.

Pan się pyta o pozycję turystyki, więc myślę, że jako część gospodarki rzeczywiście stoi dosyć dobrze, dlatego że żyjemy w regionie dosyć prężnym, szybko się rozwijającym. Teraz mamy w ogóle niesamowitą historię. Mianowicie zaczyna się

eprasa.pl 1eaf2615f9

mówić o tym zielonym Pomorzu, zielonej gospodarce, elektrowni atomowej, dalszym rozwoju siłowni wiatrowych. Za tym będą szły na pewno inne inwestycje, a to będzie wpływało też na zasobność i bogactwo regionu i będzie sprzyjało na pewno rozwojowi turystyki. Na pewno powinniśmy – turystyka i inne branże - ze sobą współpracować w szacunku i zrozumieniu. Tym bardziej że turystyka wpływa na większość branż i z większości korzysta.

To ja doprecyzuję, bo chciałbym zapytać, czy obecne czynniki geopolityczne z jednej strony mają wpływ na decyzje Polaków o podróżowaniu po świecie, ale z drugiej – czy na Polsce, w tym na Pomorzu odbija się na przykład wojna trwająca w Ukrainie i związany z nią ewentualny strach do wypoczynku w naszym kraju?

45 procent Polaków wyjeżdża za granicę i są różne motywacje. Po pierwsze, tańsza oferta, ale to tylko jest ułuda, bo później wydajemy więcej pieniędzy. Ale faktycznie Polacy wciąż lubią wyjeżdżać w celach turystycznych. Oczywiście niektórzy z obawy albo też z przyzwyczajenia zostają na rynku polskim. Jeśli chodzi o kierunek w drugą stronę, czyli przyjazdy do naszego kraju, my cały czas mówimy, że jesteśmy krajem bezpiecznym i czystym. I to jest naprawdę dostrzegane przez turystę zagranicznego, pomimo takich tragicznych zdarzeń jak ostatnio zamach w Krakowie. To są wyjątki, mam nadzieję nie do powtórzenia. Natomiast generalnie jesteśmy postrzegani bardzo pozytywnie i turyści przyjezdni, którzy zostawiają trzy razy więcej środków finansowych, niż Polacy wydają w tym samym czasie, rzeczywiście swoją obecnością potwierdzają, że my jesteśmy w kręgu zainteresowania nie tylko z ościennych rynków. Mamy też turystów z południa, z basenu Morza Śródziemnego. Tam są takie upały, że po prostu ludzie wybierają trend coolcation (trend polegający na wyborze chłodniejszych, bardziej umiarkowanych kierunków na wakacje zamiast upalnych kurortów - dop. red.). Ja mówię, że my nie jesteśmy chłodną, ale raczej chłodniejszą destynacją i rzeczywiście turyści z cieplejszych krajów lubią spędzać tu czas i dobrze się czują, a my jako Pomorze mamy wiele do zaoferowania.

Turyści z których krajów najchętniej przylatują na Pomorze?

Mamy Skandynawów, zresztą na rynku skandynawskim jesteśmy od dwudziestu lat. Są Brytyjczycy, którzy bardzo chętnie przylatują teraz na przykład na Jarmark Bożonarodzeniowy w Gdańsku. Została nawet uruchomiona specjalna linia lotnicza Jet2.com, zresztą współpracujemy z nią, która przywozi Brytyjczyków tylko właśnie na to wydarzenie, więc to jest swego rodzaju magia. Widzimy też coraz większe zainteresowanie rynku czeskiego. Czesi bardzo lubią do nas przyjeżdżać. Raz, że jesteśmy dostępni cenowo; dwa, że jesteśmy podobni. Oni się już uczą nawet polskiego. Lubią nasze morze, swojego przecież nie mają.

Liczymy również na rynek węgierski, dlatego że mamy coraz lepsze połączenia lotnicze, a teraz przygotowujemy się do przyjęcia rynku arabskiego, który jest wybitnie trudny. To jest zupełnie inna kultura, więc pytanie, czy się tutaj zaaklimatyzują. Nie chcielibyśmy powtarzać ani błędów, ani złych doświadczeń Zakopanego czy Krakowa, gdzie to się nie udało. Zmienia się rynek połączeń lotniczych, a razem z nim zmieniają się nasze konotacje, zmieniają się nasze kierunki promocji i to jest przykład, bo w grudniu rusza nowe połączenie Portu Lotniczego w Gdańsku z Szardżą w Zjednoczonych Emiratach Arabskich.

Czy wcześniej były prowadzone badania w ZEA odnośnie tego, czy jest sens uruchamiać taki kierunek?

Może nie badania, ale na pewno były spotkania (ustalenia na linii Port Lotniczy w Gdańsku – linia Air Arabia, bo to staraniem portu 14 grudnia zostaną uruchomione regularne loty, pięć razy w tygodniu między Gdańskiem a Szardżą - dop. red.). Wiadomo powszechnie, że to jest bogaty rynek, z którym warto mieć połączenia. Tylko tak jak powiedziałam, na takie rynki branża turystyczna musi być przygotowana mentalnie i trzeba też mieć odpowiednie zasoby, żeby tym gościem się zaopiekować. Jeżeli raz on powie, że jest źle, to on już nie wróci i razem z nim pójdzie taka fama. W związku z tym ci, którzy podejmą to wyzwanie, muszą zrobić wszystko, żeby ten gość był zadowolony. Tak jest tak naprawdę z każdym gościem – i zagranicznym, i krajowym.

Współpracujemy na co dzień z hotelami i jestem przekonana, że te obiekty hotelarskie, które są skategoryzowane, to są profesjonaliści i jeśli będą chciały przyjąć tego turystę przylatującego z Emiratów, to przygotują się maksymalnie. Natomiast jeżeli będą to obiekty nieskategoryzowane, bo na przykład turyści będą szukali osobnych całych willi na wynajem - to muszą spełniać pewnego rodzaju warunki. Wtedy ten gestor po prostu musi podjąć decyzję, czy to jemu pasuje i chce z tymi gośćmi współpracować, czy nie.

Ilu ludzi pracuje w branży HoReCa na Pomorzu?

Jeżeli mamy 16 tysięcy obiektów, firm, to myślę, że spokojnie 80 tysięcy, nawet 100 tysięcy pracuje. Dla porównania, mówi się, że przemysł drzewny jest naszą, pomorską bardzo ważną gałęzią gospodarki, a w tej branży jest 5 tysięcy firm i 20 tysięcy osób, więc widzimy, jak ogromny potencjał jest w turystyce.

REKLAMA 0011604154



eprasa.pl 1eaf2615f9

HISTORIA

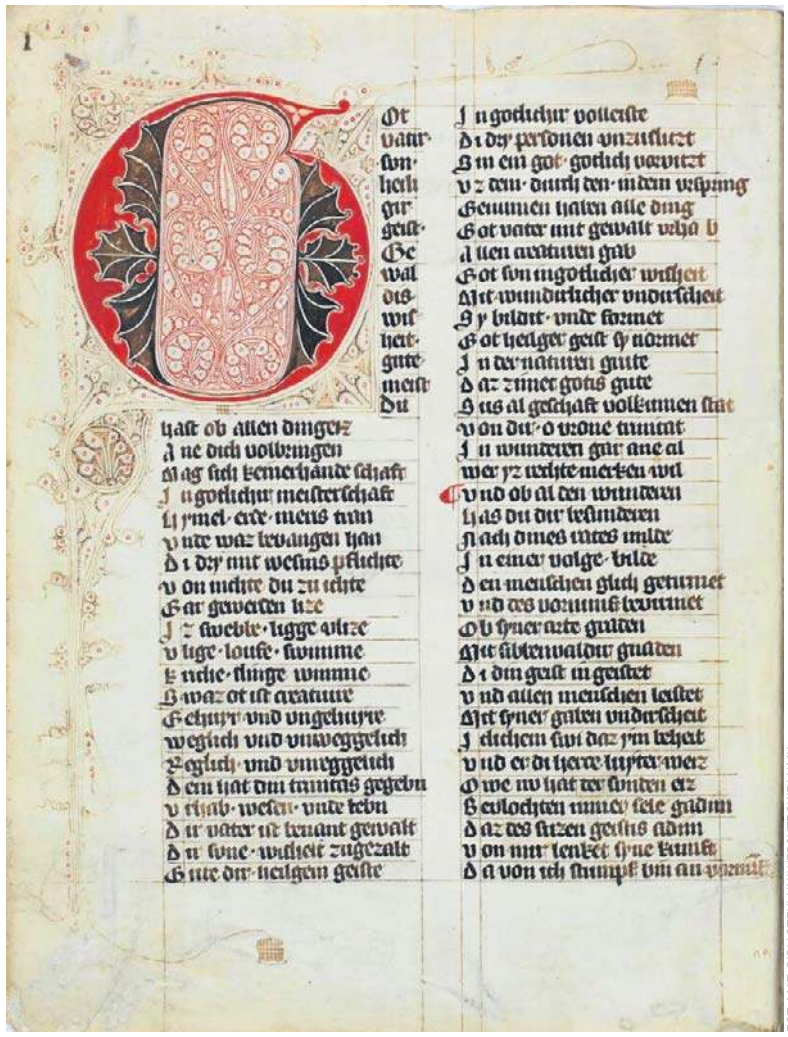
Kronikarz zamordowanego wielkiego mistrza. Jako pierwszy napisał, jak Krzyżacy podbijali Prusów

To dzieło, które nie zachowało się do dzisiejszych czasów w oryginale (istnieją jego dawne odpisy), zostało zlecone przez wielkiego mistrza krzyżackiego Wernera von Orseln. Ten „Krzyżak nr 1" zginął potem z rąk szaleńca lub zamachowca w malborskim zamku. Ów wielki mistrz zapisał się w historii z powodu tej nagłej śmierci, ale przede wszystkim „Kroniki ziemi pruskiej", którą polecił spisać Piotrowi z Dusburga, a która do dzisiaj jest analizowana przez historyków

Radosław Konczyński

„Kronika ziemi pruskiej" („Chronica terrae Prussiae") autorstwa krzyżackiego kapłana Piotra z Dusburga to jedno z najważniejszych źródeł do poznania dziejów zakonu krzyżackiego w Prusach. A tym samym poznania także jednego z rozdziałów historii regionu, w którym obecnie żyjemy. Oczywiście nie chodzi tu teraz o stawianie pomników zakonowi. Warto jednak odnotować, że... w tym roku przypadało 800-lecie decyzji księcia Konrada Mazowieckiego o sprowadzeniu Krzyżaków nad Bałtyk. Natomiast mija też – i na tym się skupiamy – 700 lat od powstania kroniki, której autor na swój sposób przedstawia działalność rycerzy zakonnych na ziemi pruskiej.

– Jest to pierwsze tego typu pełne opracowanie dziejopisarskie historii podboju Prus i w zasadzie najlepsze. W wielu przypadkach jedyne źródło tego, co wiemy o podboju Prus, choćby o religii i zwyczajach samych Prusów. Tak było w średniowieczu, że często o tych, którzy byli podbijani, wiemy z dzieł powstałych w kręgu tych, którzy podbijali. Podobnie jest w tym przypadku. Dusburg opisuje świat Prusów i robi to oczywiście po swojemu, określając różne zjawiska tak jak on je rozumiał. On też się boi tych Prusów, nie rozumie kultu pogańskiego. Przedstawia ich jako świat straszny, przeciwny chrześcijaństwu. Pamiętajmy, że to jest krzyżacki duchowny i jego światopogląd jest wyraźnie widoczny w kronice, ale to nie zmienia faktu, że w wielu przypadkach jest dla nas bardzo dobrym źródłem historycznym – mówi dr hab. Janusz Trupinda, dyrektor Muzeum Zamkowego w Malborku, historyk z Gdańska, mediewista i badacz m.in. „Kroniki ziemi pruskiej".



FOT. MAT. BIBLIOTEKI UNIWERSYTECKIEJ UMK

Jedna ze stron XIV-wiecznej kopii „Kroniki ziemi pruskiej" wykonanej przez Nicolausa von Jeroschin (Mikołaja z Jeroschina) na zlecenie wielkiego mistrza Lutra z Brunszwiku

Narzędzie polityki wewnętrznej i zewnętrznej

Piotr z Dusburga „zlecenie" na napisanie dzieła o Krzyżakach w Prusach otrzymał w 1324 roku od wielkiego mistrza Wernera von Orseln, który właśnie wtedy zaczął sprawować najważniejszy urząd w państwie zakonnym.

– Dusburg dedykuje swoje dzieło wielkiemu mistrzowi Wernerowi, od którego w zasadzie zaczęła się historia wielkich mistrzów w Prusach. My znamy rok 1309 jako datę przeniesienia stolicy z Wenecji do Malborka, ale tak naprawdę pierwsi wielcy mistrzowie, choć byli w Malborku, to nie rządzili. Opozycja ze strony mistrza krajowego Prus i braci tej prowincji, którym w Prusach trudno było przyjąć zwierzchność wielkiego mistrza, była silna i sprawiała, że władztwo było, powiedzmy sobie, na tamtą chwilę umowne. Dopiero Werner von Orseln zorganizował pierwszą kancelarię w Malborku i od jego wyboru w 1324 roku możemy mówić, że wielki mistrz w Prusach jest i rządzi – wyjaśnia Janusz Trupinda.

Jak dodaje gdańsko-malborski historyk, Werner von Orseln chciał być reformatorem zakonu i rzeczywiście podjął szereg reform.

– Widział, że pierwotne ideały zakonu odchodzą w niepamięć i zdawał sobie sprawę z tego, że jeżeli Krzyżacy poluzują swoje zasady, to zbyt długo nie przetrwają. Rozumiał, że dojdzie do tego, jeżeli zakon nie będzie funkcjonował tak jak wcześniej, czyli jako bardzo silna, zwarta, zdyscyplinowana organizacja militarna, której moc brała się nie tylko z potęgi militarnej, ale także z zasad, którymi żyli jej członkowie, i z tej idei, której się poświęcali. W związku z tym kronika Dusburga powstała, żeby wzmacniać tożsamość braci. Ale została napisana po łacinie. To był język, którym nie posługiwała się większość Krzyżaków, dlatego domyślamy się, że wielki mistrz z pomocą Dusburga kierował ją też na zewnątrz, bo atmosfera wokół Krzyżaków stawała się nie najlepsza. Trochę wcześniej nastąpiła rozprawa z templariuszami. Zaczęły się pojawiać pytania: „Po co taki zakon rycerski? Dlaczego prowadzi tak agresywną politykę?" – mówi Jan Trupinda.

W XIII wieku Krzyżacy potrafili wytłumaczyć przed ówczesnym światem krwawy podbój Prusów i zagrabieniem ich ziem, zasłaniając się kontynuacją idei krucjatowej znanej z Ziemi Świętej. Nastawienie do zakonu zaczęło się jednak zmieniać w momencie, kiedy podbił Pomorze Gdańskie.

– Zakon dokonał rzezi Gdańska w 1308 roku, a więc skierował swój miecz przeciwko chrześcijanom. O tym kronikarz świadomie nie wspomina, bo jak wspomniałem, kronika Dusburga była również propagandą skierowaną na zewnątrz, która miała uzasadniać dokonywane podboje i przedstawiać zakon w pozytywnym świetle. Dusburg pisze dla wielkiego mistrza, dedykuje mu tę kronikę, doprowadzoną do 1326 roku w zasadniczym zrębie, więc w tym roku mamy 700 lat jej powstania. Później jeszcze kontynuuje ją aż do momentu zamordowania wielkiego mistrza – wyjaśnia Janusz Trupinda.

Zabójstwo wielkiego mistrza w Złotej Bramie

Historycy ustalili, że Werner von Orseln został zasztyletowany 18 listopada 1330 roku przez Jana von Endorf, rycerza krzyżackiego z konwentu w Kłajpedzie. Do zabójstwa doszło, gdy późnym popołudniem wychodził po nieszporach najprawdopodobniej z kościoła Najświętszej Marii Panny przez Złotą Bramę na krużganki. Prawdopodobnie skręciłby w krużganek północny, żeby potem przejść do swojej siedziby w Pałacu Wielkich Mistrzów. Werner von Orseln zmarł późnym wieczorem w wyniku odniesionych ran.

Jest to w wielu przypadkach jedyne źródło tego, co wiemy o podboju Prus, choćby o religii i zwyczajach samych Prusów

JANUSZ TRUPINDA,
dyrektor Muzeum Zamkowego

Janusz Trupinda przypomina fragment z kroniki, w którym Piotr z Dusburga tak opisywał tamto zdarzenie: „We wspomnianym roku, a mianowicie 1330, w oktawę świętego Marcina [18 XI], zimą, brat zakonu domu niemieckiego Jan z Endorf, Saksończyk, z podszeptu diabła i z własnej niegodziwości zabił brata Wernera, wielkiego mistrza, gdy wychodził z kościoła po zakończeniu śpiewów nieszpornych, za to, że go napomniał za jego wybryki. O Janie, bratobójco, cóżeś uczynił?".

– Przed laty przeprowadziłem dość dokładną analizę przebiegu tego niesamowitego zdarzenia, zadając pytania nie tylko o przebieg zdarzenia, ale także osobę mordercy i motyw, który nim kierował. Analizowałem także miejsce zdarzenia, które wtedy lokalizowałem raczej w Pałacu Wielkich Mistrzów. Dziś w większym stopniu niż wtedy dopuszczam także miejsce „tradycyjne", czyli Złotą Bramę. Z motywem zabójstwa mamy problem. Oficjalną wersją, którą zakon bardzo szybko opublikował, było szaleństwo brata Jana von Endorf, który być może miał jakieś osobiste awersje do wielkiego mistrza i po prostu zemścił się w tak okrutny sposób. Ale my dzisiaj jesteśmy bardzo ostrożni w przyjmowaniu tej wersji. Po pierwsze dlatego, że ogłoszenie takiej przyczyny nastąpiło bardzo szybko. To może znaczyć, że zakon

eprasa.pl 1eaf2615f9

bardzo się przestraszył tego, co się stało – mówi Janusz Trupinda.

Ciało Wernera von Orseln z zamku stołecznego zostało wywiezione do Kwidzyna i tam odbył się szybki pogrzeb.

– Tam też zebrali się biskupi pruscy, którzy wydali oświadczenia z wersją oficjalną. Tempo tych wydarzeń mogłoby świadczyć o tym, że – mówiąc kolokwialnie – coś musiało być na rzeczy. Nas, jako badaczy, tamte działania niepokoją w tym sensie, że przyczyna jednak mogła być inna niż stan psychiczny zabójcy. Chyba źródłem mogła być pryncypialność wielkiego mistrza i chęć przeprowadzenia reform. Najprawdopodobniej Werner miał opozycję w zakonie, komuś nadepnął na odcisk, komuś zagrażał, a Jan von Endorf był tylko narzędziem, wykonawcą. Domyślamy się, że chodziło raczej o politykę wewnętrzną w samym zakonie niż o zewnętrzną. Swego czasu to analizowałem i wyciągnąłem taki wniosek, że następca Wernera, Luter z Brunszwiku, książę brunszwicki, niewiele zmienił w zewnętrznej polityce. Natomiast kontynuował – nawet jeszcze mocniej – reformę wewnętrzną, to znaczy wzrost pobożności braci, przestrzeganie reguły, przestrzeganie liturgii godzin. Przypuszczamy więc, że przyczyną morderstwa były próby reform mistrza Wernera, a kronika jest tutaj świetnym źródłem, żeby zrozumieć, dlaczego tak się stało – wyjaśnia Janusz Trupinda.

Kim był Piotr z Dusburga?

Dyrektor Muzeum Zamkowego od lat zgłębia dzieło Dusburga. Z niego się doktoryzował, udowadniając, że na pierwszy plan przed historią wysuwa się ideologia.

– To nie jest klasyczna historia ziem czy historia zakonu krzyżackiego. To jest dzieło, które miało służyć działalności kaznodziejskiej. Tam jest mnóstwo faktów historycznych, które Dusburg znał albo ze słyszenia, albo z dokumentów, albo już niektóre obserwował, będąc w Prusach, i widział je na własne oczy. One są poprzetykane różnymi tak zwanymi egzemplami, czyli historyjkami, które mają ilustrować pewne założenia. To znaczy, jeżeli Dusburg pisze o tym, że bracia lekceważą podstawowe rytuały, jak znak krzyża, to mamy opowieść o łuczniku, który został ugryziony w piętę przez diabła. Nie wiedział, dlaczego. Okazało się, że dlatego, że niedbale robił znak krzyża. Dusburg pisze, że po takim doświadczeniu ten brat żegnał się już „od stóp do głów". Są to więc piękne opowieści, charakterystyczne dla średniowiecza – tłumaczy Janusz Trupinda.

Historyk zwraca uwagę na konstrukcję dzieła.

– Dusburg pisał tak, że zrąb kroniki jest umieszczony na – powiedzmy – 2/3 karty, ale są jeszcze marginalia. W tych marginaliach umieścił różne dane historyczne i opowieści z historii powszechnej. Więc człowiek, który na podstawie tego dzieła miałby wygłaszać kazanie albo chociaż czytać fragment, dostawał trochę źródeł, żeby mógł opowieść ubarwić, by ona nie zanudziła słuchaczy. Bo Dusburg w pewnym momencie się skarży, że bracia już nie chcą słuchać historii świętych, nie chcą czytać Pisma Świętego, że fascynują ich opowieści rycerskie. Dlatego trochę tak swoją kronikę konstruuje, żeby ona zaciekawiła braci rycerzy. Trzeba podkreślić, że to nie była kronika skierowana do duchownych, tylko do prostych, niepiśmiennych Krzyżaków – wyjaśnia Janusz Trupinda.

Historycy ustalili, że działalność Dusburga była głównie związana z Królewcem (Königsberg), a nie ze stolicą w Malborku.

– Są dwie koncepcje. Próbowaliśmy go osadzić i w Malborku, i w Królewcu. Zwyciężyła koncepcja królewiecka, dlatego że w kronice widać wyraźnie, że on więcej i dokładniej pisze o tym, co działo się tam i na wschodnich rubieżach państwa zakonnego, a mniej o tym, co się działo w Malborku. Choćby o samym powstaniu Malborka pisze bardzo lakonicznie. To znaczy, że gdzieś się dowiedział, jak zamek powstał, i tak to podaje, ale nie zna szczegółów. Natomiast gdyby był tutaj jako osoba, która dedykuje kronikę wielkiemu mistrzowi, to zapewne byłby jego kapelanem, zapewne by pracował w kancelarii wielkiego mistrza czy w skryptorium. Jednak tego nie widać w kronice, on nie ma szczegółowych informacji. Chyba nie miał też dostępu do większości dokumentów, które w archiwum wielkiego mistrza się znajdowały. W związku z tym określono jego miejsce pobytu na Królewiec. Dodatkowo profesor Jarosław Wenta kilkanaście lat temu powiązał jego postać z kanonikiem Piotrem, czyli członkiem kapituły sambijskiej, co oznaczałoby, że on nie był duchownym z konwentu krzyżackiego, tylko właśnie kanonikiem kapituły. Profesor znalazł nawet takiego Piotra w źródłach, więc możemy go powiązać z Dusburgiem – tłumaczy Janusz Trupinda.

I to jest też odpowiedź na pytanie, dlaczego wielki mistrz polecił Dusburgowi spisanie kroniki, która miała podnieść ducha zakonu.

– Jak się czyta kronikę, widać tam wykształcenie teologiczne jej autora ponad miarę. To znaczy, że Piotr z Dusburga bardzo się wyróżniał. Profesor Marian Dygo podkreśla, że był to umysł przerastający większość braci – dodaje Janusz Trupinda.

O autorze „Kroniki ziemi pruskiej" niewiele jednak wiadomo. Jeszcze kilkadziesiąt lat temu historyków mocno zajmowało samo miejsce pochodzenia Dusburga: czy był to dzisiejszy Duisburg w Niemczech, czy Doesburg w Holandii?

– Są dwie wersje. Ta z Duisburgiem też była brana od uwagę, ale od czasów badań profesor Marzeny Pollakówny, czyli od roku 1968, przyjmujemy raczej, że to był człowiek, który pochodził z Doesburga w Niderlandach. O samym autorze kroniki wiemy tyle, ile możemy wywnioskować z kroniki. Badanie średniowiecznych kronik jest o tyle ciekawe, że treść jest istotna, ale żeby ją dobrze zrozumieć i zinterpretować, trzeba dobrze zanalizować kanał informacyjny, czyli samą osobę autora. Nawet dziś, kiedy rozmawiamy, pan redaktor jest dziennikarzem, stara się być bezstronny, ale różne czynniki wpływają na pana dzisiaj. Tak samo jest z kronikarzami. Dusburg też miał jakieś określone założenia, swoje osobiste preferencje, w związku z czym treść kroniki badamy również pod tym kątem – wyjaśnia Janusz Trupinda.

Brat zakonu domu niemieckiego Jan z Endorf, Saksończyk, z podszeptu diabła i z własnej niegodziwości zabił brata Wernera, wielkiego mistrza

Cytat z „Kroniki ziemi pruskiej"

A z kroniki, jak dodaje, wychodzi na to, że krzyżacki duchowny o sobie... nic nie pisał.

– Widać wyraźnie, że około 1289 roku informacje stają się bardziej szczegółowe i to nas skłania do wniosku, że Dusburg już tu był. Kronikę prowadzi, jak mówiłem, w zasadzie do 1330 roku. No więc jest tutaj, lekko licząc, 41 lat. To by się mniej więcej zgadzało. Jeżeli by tutaj trafił jako człowiek młody, może około 25-letni, to w 1330 roku ma 66 lat. I tylko tyle wiemy. Jeżeli chodzi o jego stan pochodzenia, z jakiej rodziny się wywodził – nic nie wiemy. Oczywiście kronika jest analizowana pod kątem jego wykształcenia. Widać silne wpływy augustiańskie. Profesor Stefan Kwiatkowski dopatrzył się wpływu znanego myśliciela, teologa średniowiecznego, jakim był Jan Duns Szkot. Ale to jest wszystko wnioskowane z treści. Nic nie wiadomo też o zapłacie za spisanie dzieła, ale z inwokacji wygląda na to, że po prostu było to dzieło ofiarowane, napisane dla idei – odpowiada Janusz Trupinda.

Krzyżacy badani w zamkowym centrum

W ramach Muzeum Zamkowego w Malborku działa Centrum Badań nad Dziedzictwem Pokrzyżackim, które w listopadzie zorganizowało konferencję naukową na temat kroniki Dusburga. Jako autorytety wzięli w niej udział profesorowie Mariana Dygo (Uniwersytet Warszawski), Jarosław Wenta (Uniwersytet Mikołaja Kopernika w Toruniu), Tomasz Jasiński (Uniwersytet im. Adama Mickiewicza w Poznaniu), Piotr Oliński (UMK) i gospodarz – dr hab. Janusz Trupinda.

– Centrum przygotowuje się w tej chwili do następnej konferencji. W przyszłym roku odbędzie się wydarzenie polsko-niemieckie dotyczące zamków jako dziedzictwa pokrzyżackiego, a więc skupimy się na obiektach w całej Europie. To będą konferencje, które będą odbywały się we współpracy z Ośrodkiem Badań nad Zakonem Krzyżackim w Würzburgu, każdego roku naprzemiennie tam i w Malborku. Będziemy się co roku wymieniać wynikami badań i doświadczeniami i co roku będzie się ukazywała publikacja na ten temat – mówi Janusz Trupinda.

W Malborku Centrum Badań nad Dziedzictwem Zakonu Krzyżackiego zostało uruchomione ponad dwa lata temu w odbudowanych budynkach dawnego ciągu gospodarczego na Przedzamczu.

– To centrum enigmatyczne, które wywołuje najwięcej pytań, które są kierowane do mnie, ale to naturalne, bo to moje „dziecko", dawne „dziecko", które długo nie mogło zostać zrealizowane. To takie centrum kompetencji, które będzie służyło nie tylko naukowcom, ale także wszystkim zainteresowanym. A będzie służyło tym, co pozostało po Krzyżakach w naszym materialnym krajobrazie kulturowym, ale także niematerialnym, a tego jest naprawdę dużo. Jeżeli sobie uświadomimy, że dziedzictwo pokrzyżackie to jest część tradycji narodowych – polskiej, litewskiej, niemieckiej – to robi nam się bardzo szeroki zakres – mówił Janusz Trupinda podczas uroczystości kończącej inwestycję w kwietniu 2024 roku.

Bynajmniej nie chodzi o gloryfikację Krzyżaków, tylko o badawcze podejście choćby do ich spuścizny architektonicznej.



FOT. MUZEUM ZAMKOWE W MALBORKU

Dr hab. Janusz Trupinda – gdańsko-malborski historyk, dyrektor Muzeum Zamkowego w Malborku

eprasa.pl 1eaf2615f9

SPOŁECZEŃSTWO

Andrzejkowe wróżby, czyli racjonalny jak Polak. Albo jak Polka...

Niby jesteśmy racjonalni, niby średnio wierzymy w działanie mocy nadprzyrodzonych, ale gdzieś tam z tyłu głowy kołacze nam, że „coś w tym jednak musi być". Andrzejki to dla nas dzisiaj sympatyczny rytuał, który pozwala oderwać się od codzienności, pobawić symboliką przyszłości, a przy okazji pośmiać się i pogadać z przyjaciółmi

Dorota Kowalska

Irena, po pięćdziesiątce: wykształcona, zapracowana, cały czas w biegu. A przy tym, co warto podkreślić, do bólu racjonalna. Z dziewczynami – znajomymi ze studiów, pracy – spotyka się co roku w andrzejki. Taką mają tradycję. Dzisiaj sama nie wie, dlaczego padło właśnie na ten wieczór. Marta, u której organizują te babskie posiadówki, tak wymyśliła i zostało.

– Wosku nie lejemy, bo to ściema, a potem dużo sprzątania. Butów też już nie układamy, ale z tą wróżbą związana jest pewna historia – tak zaczyna.

Buty, o czym wiedzą wszyscy, którzy wróżą, układa się jeden za drugim w kierunku drzwi wyjściowych. Właścicielka buta, który pierwszy znajdzie się za progiem, najszybciej wyjdzie za mąż. Kiedyś wygrała Iwona. Usiadły potem na kanapie, Iwona miała dziwną minę. Wzięła oddech i przyznała, że w styczniu powie: „tak" swojemu chłopakowi. Żadna z nich o tym nie wiedziała. Popatrzyły na siebie.

– Czyli wróżba się spełniła! To czemu już butów nie układacie? – dopytuję.

– Jakoś tak! – Irena wybucha śmiechem.

Wkładają za to do czapki karteczki z imionami chłopaków, ale też pewnymi cechami charakteru: „introwertyk", „narcyz", „żartowniś", „mruk", co tam im przyjdzie do głowy. Potem losują i już wiadomo, kogo spotkają w najbliższej przyszłości. Piszą też męskie imiona na ogromnym sercu z tektury, a z drugiej strony wbijają w serce szpilki. Te wskazują na Andrzejów, Wojtków, Marków, Adamów – czyli tych, którzy staną niebawem na ich drodze. Rzucają za siebie obierkami z jabłka. Lubią wróżbę ze „Słownikiem mitów i tradycja kultury" Władysława Kopalińskiego.

– Wróżba jest prosta. Zamykasz oczy, otwierasz słownik na określonej stronie i wskazujesz na niej miejsce. Zawsze jest tam jakieś hasło. To swego rodzaju przepowiednia – tłumaczy. Jej kiedyś wyszło, że zostanie premierem.



FOT. 123RF

Niby nie wierzymy w przesądy, a już zwłaszcza takie, ale kto się nie zaniepokoi, gdy czarny kot przebiegnie mu drogę?

I najważniejsza z wróżb: filiżanki, a w nich ukryte rzeczy-symbole, coś co może zwiastować rychły ślub, macierzyństwo, podróż, kłopoty w pracy, pieniądze. Spotykają się od kilkunastu lat i z czasem, jak zauważa, zmieniły się ich marzenia. Dzisiaj najbardziej cieszą się z pieniążka ukrytego w filiżance, bo wiadomo, że to zapowiedź przypływu gotówki, i z biletu lotniczego, ale któż nie tęskni za podróżą życia?!

– Mamy też sekretarza tych spotkań. Renia prowadzi dokładny dziennik. Zapisuje wszystkie wróżby, potem sprawdzamy, czy się sprawdziły – mówi Irena.

– I? – nie kryję ciekawości.

– Pół na pół – wzrusza ramionami Irena.

Fajne są te ich andrzejkowe spotkania. Wypiją po lampce wina, coś zjedzą, pośmieją się, każda opowie, co u niej. Tak mówiąc szczerze, to jedyny czas w roku, kiedy mogą spokojnie posiedzieć. Każda z dziewczyn pracuje, każda ma masę obowiązków na głowie, mieszkają w różnych dzielnicach Wrocławia, więc umówić wszystkie w jednym miejscu i czasie nie jest łatwo. A tak, wiadomo, andrzejki są zajęte, już 1 stycznia można zamazać ten dzień w kalendarzu na czerwono.

Wyjaśnić niewyjaśnione

Jak wynika z badania SW Research, ponad 63 proc. Polaków deklaruje, że bierze udział w zabawach i tradycyjnych obrzędach związanych z andrzejkami, a 6,4 proc. Polaków twierdzi, że osobiście doświadczyło spełnienia wróżby, 7,3 proc. nie ma co do tego pewności, a 3 proc. zna dobrze kogoś, kto tego doświadczył. Choć w naszym społeczeństwie, w kwestii wiary w „niezrozumiałe" (w tym również we wróżby i przesądy) dominuje postawa racjonalna (63 proc.), charakteryzująca się niewielkim zainteresowaniem zjawiskami nadprzyrodzonymi, to w opozycji do niej spora część ankietowanych wierzy w działanie „tajnych mocy". Aż 20 proc. Polaków uważa, że wróżby i horoskopy to zjawiska, których nie można racjonalnie wyjaśnić, a w związku z tym w mniejszym lub większym stopniu jest skłonna przyznać, że „coś jest na rzeczy". Podstawowym źródłem informacji na temat zjawisk nadprzyrodzonych pozostają media. To z filmów i seriali dokumentalnych 36 proc. Polaków czerpie wiedzę o „nieznanym".

Co do samych andrzejek, antropolodzy nie są zgodni co do źródeł pochodzenia andrzejkowych obrzędów. Jedni uważają, że zwyczaj ma swoje początki w starożytnej Grecji, drudzy wskazują mitologię skandynawską. Źródła historyczne podają, że zwyczaje andrzejkowe znane były w Europie już w okresie średniowiecza. Z zapisków Marcina Bielskiego – historyka i pisarza – wynika, że w Polsce pojawiły się już w 1557 roku. Wówczas chodziło jednak nie o poznanie przyszłości, a o trochę swawoli przed adwentem, w którym katolicy rezygnują z hucznych imprez i innych przyjemności. Historycy uważają, że końcówka listopada miała sprzyjać nie tylko ucztowaniu, ale też wróżeniu. Na polach często leżał już śnieg, zbiory zalegały w stodołach i piwnicach, ludzie więcej czasu spędzali w domach.

Można więc było pomyśleć o przyszłości. Pierwsze wróżby mogły mieć też charakter ogólnopogański, świadczy o tym chociażby magiczny klucz – atrybut Walesa, słowiańskiego boga zaświatów, a przecież przez dziurkę od klucza leje się wosk, ale nawiązań do słowiańskich wierzeń jest więcej. Na początku andrzejki obchodziły tylko panny, a wróżby dotyczyły przede wszystkim spraw miłosnych. Katarzynki obchodzone w nocy z 24 na 25 listopada, w wigilię św. Katarzyny Aleksandryjskiej, zarezerwowane były z kolei dla kawalerów, zwłaszcza tych, którzy marzyli o znalezieniu właściwej partnerki i szybkim ożenku. Dzisiaj andrzejki to przede wszystkim okazja do spotkań, rozmów i śmiechu.

– Współczesne andrzejki są raczej elementem kultury popularnej niż aktem rzeczywistej wiary w przepowiednie. Większość osób traktuje je jako sympatyczny rytuał, który pozwala oderwać się od codzienności i pobawić symboliką przyszłości – mówił w rozmowie z portalem www.wroclife.pl prof. Tomasz Grzyb, dziekan Wydziału Psychologii Uniwersytetu SWPS we Wrocławiu, który dostrzega jednak w kultywowaniu tego typu tradycji ważny aspekt społeczny. – Nawet jeśli robimy to z przymrużeniem oka, to sama formuła wróżby wciąż w pewnym sensie działa – bo daje pretekst do rozmowy o sprawach ważnych: o relacjach, marzeniach, planach, czasami obawach, jakie mamy. Andrzejkowe wróżby są więc mniej „magiczne", a bardziej „psychologiczne". To scenariusz, który jest pretekstem pozwalającym ludziom wyrazić to, o czym i tak myślą. W tym sensie nie tyle wierzymy w obrzędy, ile korzystamy z nich jako z bezpiecznego, tradycyjnego narzędzia do opowiadania o sobie – dodaje profesor.

Bo praktykowanie – nawet jeśli nie do końca wierzymy w istnienie otaczającej nas sfery magicznej,

eprasa.pl 1eaf2615f9

a tym bardziej w możliwości jej oddziaływania na naszą przyszłość – ma istotny wpływ na sferę psychiczną człowieka.

– Wiara w to, co niewytłumaczalne, pomaga ludziom porządkować doświadczenia, które wywołują lęk, niepewność albo poczucie braku kontroli. To mechanizm radzenia sobie. Jeśli świat wydaje się chaotyczny, łatwiej jest przyjąć, że istnieje jakaś „ukryta logika" czy dodatkowy wymiar rzeczywistości – tłumaczy prof. Tomasz Grzyb.

Badania psychologów potwierdzają, że ludzie do rozumienia świata potrzebują nie tylko suchych, sprawdzonych informacji, ale również narracji, które pomagają zmniejszyć stres, wzmocnić poczucie sensu i dać nam nadzieję w trudniejszych momentach.

– Im bardziej świat staje się skomplikowany, tym większa jest potrzeba prostych odpowiedzi. Wróżki, horoskopy czy jasnowidze dają to, czego brakuje w racjonalnej codzienności: obietnicę porządku i sensu. Ludzie szukają przewidywalności, a nauka – choć skuteczna w rozwiązywaniu wielu problemów – rzadko udziela odpowiedzi natychmiastowych i jednoznacznych – precyzuje dziekan Wydziału Psychologii. – W tej przestrzeni niepewności rozwija się wiara w „pozanaukowe" źródła wiedzy. Warto pamiętać, że to nie zawsze jest naiwność – często to próba radzenia sobie z lękiem, utratą kontroli czy kryzysem życiowym. Dla części osób kontakt z wróżką jest bardziej formą wsparcia emocjonalnego niż faktycznym przekonaniem o nadprzyrodzonych mocach – dodaje.

Bo przecież każdy tego wsparcia szuka.



FOT. 123RF

Dla części osób kontakt z wróżką jest bardziej formą wsparcia emocjonalnego niż faktycznym przekonaniem o nadprzyrodzonych mocach

Przezorny ubezpieczony

Prawda jest taka, że choć nie rozstajemy się ze smartfonem, robimy zakupy przez internet, nie wyobrażamy sobie jazdy autem bez nawigacji satelitarnej, plotkujemy ze znajomymi na Facebooku, to jednak wielu z nas wierzy we wróżby, przesądy i zabobony: na rozbite lustro patrzymy z przerażeniem, a w piątek trzynastego najchętniej w ogóle nie wychodzilibyśmy z domu.

Ewa, 44 lata, księgowa. Nowoczesna, matka trójki dzieci.

– Wstyd się przyznać, ale jeśli kot przebiegnie mi drogę, już nią nie przejdę, a na widok kominiarza chwytam się za guzik – wybucha śmiechem. I dodaje, że w jej rodzinnym domu żadnych poważnych spraw nie załatwiało się trzynastego, a kiedy ktoś po wyjściu z domu musiał do niego wrócić, bo na przykład nie wiedział, czy wyłączył żelazko, na sekundę przysiadał na krześle.

– Wierzono, że rozbite lustro to siedem lat nieszczęścia. Wierzono w sny. Pamiętam na przykład, że kiedy mamie przyśniło się małe dziecko, dwa dni chodziła struta, bo to ponoć nieszczęście – opowiada. I żeby było jasne, pochodzi z katolickiej rodziny, co niedziela wszyscy biegali do kościoła, ona z bratem uczęszczała na lekcje religii, co jednak nie przeszkadzało im wierzyć w zabobony.

Wiara w nie wypływa ze stereotypów głęboko zakorzenionych w kulturze i tradycji. Bo też zabobony to najczęściej pozostałości dawnego systemu wierzeń. Ich źródeł zwykle możemy szukać w średniowieczu, a nawet w starożytności.

„Wojna magii z rozumem i rozumu z magią jest stara jak świat. W Polsce, zanim przyszło chrześcijaństwo, istniało wiele różnych religii pogańskich. A w religiach pogańskich istotą jest magiczne rozumienie bóstw, bogów czy bogiń; w związku z tym także nasze polskie, słowiańskie doświadczenie religijne było kiedyś w dużym stopniu szamańskie. Mam tu na myśli różne szamańskie podejścia do religii, które chrześcijańskie myślenie oczyszcza od tysiąca lat, odrzucając to, co było w pogaństwie niewłaściwe i niepotrzebne, czyli magiczne, absurdalne przekonania religijne" – mówił nam w wywiadzie prof. Andrzej Kobyliński, duchowny katolicki, filozof, etyk. I tłumaczył, że nowością, jaką przyniosło chrześcijaństwo, było odczarowanie świata, czyli tak zwana pozytywna sekularyzacja. W religiach pogańskich pełno było złych duchów, mnóstwo bogów; w każdym lesie czy borze mieszkały jakieś duchy, a na wszystkich szczytach gór mieszkali bogowie, słońce też było bogiem. Chrześcijaństwo odczarowało ten świat, pokazując, że fałszem jest to, w co wcześniej wierzono. Przyniosło ze sobą rewolucyjne, nowe rozumienie Bytu Najwyższego, kwestionując i odrzucając wcześniejsze pogańskie, szamańskie podejście do kwestii religijnych. To największa rewolucja w dziejach religii.

Rewolucja rewolucją, a życie życiem. Jedno z forów internetowych, rzecz o tym, czy wierzyć w zabobony.

Liliana: „Zawsze wierzyłam, że kominiarz przynosi szczęście, że 13 jest szczęśliwą liczbą, że czarny kot wcale nie oznacza pecha, tylko coś wręcz przeciwnego (to tak na przekór wszystkim) i o dziwo często się to sprawdza (mogę podać setki przykładów). Pewnie dlatego, że jestem osobą bardzo pozytywnie nastawioną do ludzi i świata, pamiętam jedynie te dobre rzeczy. No, prawie. A tak na poważnie. Gdybyśmy miały wierzyć we wszystkie zabobony, byłybyśmy strasznie nieszczęśliwe, bo na każdym kroku czyha coś, co mogłoby prowadzić do katastrofy. Trzeba by plackiem w łóżku leżeć, bo a nuż... wstanie się lewą nogą...".

Sylwia: „Wiem, że wiara w zabobony to grzech, ale jest naprawdę mnóstwo przykładów, które mogą poświadczyć o prawdziwości zabobonów. Ludzie nie wysysają sobie tego z palca. Gdzieś, kiedyś musiało mieć to początek, musiało się „sprawdzić". Pytam dlatego, ponieważ mój mąż niedługo wyjeżdża, wróci za 3 miesiące. Także nie będzie go przy narodzinach naszej kochanej córeczki. Przede mną mnóstwo zakupów, które muszę zrobić jeszcze w tym miesiącu (jeżeli chcę robić je z nim). Teściowa oczywiście odmawia zakupów na 2 miesiące przed porodem, wierząc, iż jest to najgorsze z możliwych rozwiązań".

Natalia: „Osobiście nie wierzę w żadne przesądy. Brałam ślub 13 i we włosach miałam perły (!!!) i mimo to jestem bardzo szczęśliwa w małżeństwie. Moja babcia oczywiście o mało zawału nie dostała... A ciuszki i wyposażenie pokoiku dla dzidziusia też będę kupować dużo wcześniej wbrew temu, co mi mówi rodzina, a to dlatego, że muszę dać jakoś upust swojemu szczęściu, a poza tym chcę wydatki rozłożyć w czasie".

Raczej szczęście niż pech

Cóż, ponad połowa Polaków wierzy w przesądy. Na szczęście częstsza jest wiara w zwiastuny powodzenia niż pecha. Nawet ci, którzy nie wierzą w zabobony, praktykują niektóre z nich. Najpopularniejsze jest trzymanie kciuków – wynika z sondażu CBOS.

Ponad połowa respondentów (54 proc.) wierzy w przynajmniej jeden z 10 przesądów, o które pytali ankieterzy. Wiarę w co najmniej pięć zadeklarowało 17 proc., 13 proc. wierzy w trzy lub cztery przesądy, a blisko co czwarty – 24 proc. przynajmniej w jeden lub dwa. Tylko 14 proc. ogółu badanych nie ulega żadnej z przesądnych praktyk, o które pytało CBOS.

Nieco częstsza jest wiara w przesądy zwiastujące powodzenie – 44 proc., niż te, które uchodzą za zły omen – 40 proc. badanych. Najpopularniejsze jest trzymanie kciuków. W to, że taki gest może przynieść powodzenie, wierzy blisko jedna trzecia – 29 proc. badanych, ale od czasu do czasu stosuje go blisko trzy czwarte – 72 proc. badanych. Blisko trzech na pięciu – 57 proc. respondentów odpukuje w niemalowane drewno, a ponad połowa – 53 proc. przyznaje, że zdarza im się chuchać na znalezioną monetę.

Co czwarty respondent żywi wiarę, że szczęście może przynieść kominiarz, widząc go blisko połowa – 49 proc. łapie się za guzik.

Co piąty dorosły Polak za zwiastun szczęścia uznaje znalezienie czterolistnej koniczyny. Niewielu respondentów mniej (18 proc.) wierzy w szczęśliwą moc talizmanów, a za zapowiedź niepowodzenia uznaje podanie ręki przez próg. Zarazem co trzeci (34 proc.) zwraca uwagę, by się przez próg nie przywitać.

Jedna szósta (16 proc.) wierzy w negatywną moc trzynastki, podczas gdy co dziewiąty badany (11 proc.) wierzy, że siódemka przynosi szczęście. Tyle samo za zły znak uważa wstanie z łóżka lewą nogą. Najczęstsze omeny wróżące niepowodzenie, w które wierzą ankietowani, to stłuczenie lustra (25 proc.) i czarny kot przebiegający drogę (22 proc.).

Najbardziej przesądni są renciści, bezrobotni, robotnicy niewykwalifikowani, pracownicy usług i gospodynie domowe, osoby w wieku 45-54 lat. Pod względem miejsca zamieszkania najbardziej przesądni są respondenci z miast liczących 100-500 tys. mieszkańców.

Wierze w przesądy sprzyja też udział w praktykach religijnych. W magiczną siłę przedmiotów lub zachowań częściej wierzą kobiety niż mężczyźni. Wiara w przesądy maleje wraz ze wzrostem wykształcenia oraz wysokością dochodów.

Pośmiać się i pogadać

Wojtek, 28-latek, informatyk, traktuje andrzejki przede wszystkim jako okazję do spotkań ze znajomymi. Razem ze swoją dziewczyną, Martą, organizują je najczęściej u siebie. Przychodzi Julka, Tomek, Sylwia z Maćkiem, Marzena w Markiem, Adam z Dorotą, czasami przyprowadzą ze sobą jeszcze kogoś. Leją wosk – tak dla śmiechu, jak mówi – rzucają monetą do miski z wodą i obierkami z jabłka.

– To bardziej zabawa, dodatek do spotkania, bo przecież na co dzień sobie nie wróżymy. Chyba żadne z nas w te wróżby nie wierzy, ale śmiechu jest co niemiara – mówi.

I dodaje, że andrzejki to taki pretekst. Chodzi o to, żeby się spotkać, pośmiać, pogadać. Nie muszą się wcześniej umawiać, dogadywać, bo wiadomo, że andrzejki są zarezerwowane. Każdy z nich ma swoje życie: pracę i wszystko to, co poza nią. Ciężko im się skrzyknąć. Więc celebrują ten wieczór od lat.

eprasa.pl 1eaf2615f9

MIASTO I LUDZIE

Projekt fotograficzny, który odczarował zapomnianą dzielnicę

Dzielnica Rudniki wielu Gdańszczanom kojarzy się przede wszystkim z przemysłem, rafinerią i peryferiami miasta. Karolina Misztal-Świderska i Mikołaj Wasilewski postanowili sprawdzić, co kryje się za tym stereotypowym obrazem. W efekcie powstał fotograficzny projekt dokumentujący mieszkańców, ich historie i codzienne życie w jednej z najbardziej niedocenianych dzielnic Gdańska. Projekt, który trwa i nadal odkrywa, a nawet odczarowuje Rudniki.

Anna Szałkowska



FOT. KAROLINA MISZTAL

Miałki Szlak (dawniej Sandweg) to jedna z ulic dzielnicy Rudniki. Mikołaj przy pracy

Projekt fotograficzny poświęcony Rudnikom narodził się dzięki cyklicznemu konkursowi fotograficznemu organizowanemu przez Muzeum Gdańska. Mikołaj Wasilewski został jego laureatem i wygrał „Jednodniowe spotkanie z jurorem", czyli Karoliną Misztal-Świderską, nie tylko jurorką, ale i wieloletnią fotoreporterką „Dziennika Bałtyckiego". Szybko się jednak okazało, że przerodzi się ono w znacznie większe przedsięwzięcie.

Karolina, wybierając zwycięskie zdjęcie, nie wiedziała jeszcze, kto jest jego autorem. Po poznaniu Mikołaja odkryła, że ma on już wartościowy dorobek fotograficzny i wyrazisty styl. Wspólnie postanowili stworzyć projekt poświęcony Rudnikom, dzielnicy Gdańska, która w tegorocznej edycji konkursu Muzeum Gdańska stała się jedną z konkursowych kategorii.

Co wiemy o Rudnikach?

Rudniki to dzielnica położona we wschodniej części Gdańska, między Martwą Wisłą a administracyjną granicą miasta. W jej granicach znajdują się również Gęsia Karczma, Reduta Płońska, Błonia oraz Płonia Wielka i Mała.

Rudniki pełnią przede wszystkim funkcję przemysłowo-składową, która sąsiaduje z rolniczymi terenami Żuław Gdańskich, zwłaszcza w rejonie Olszynki. Znaczną część centralnego obszaru dzielnicy zajmują Rafineria Gdańska wraz z bocznicą przeładunkową oraz Oczyszczalnia Ścieków Gdańsk Wschód.

Wzdłuż ul. Elbląskiej, stanowiącej główną trasę wyjazdową z Gdańska w kierunku Warszawy, zlokalizowane są liczne obiekty przemysłowe, magazynowe i usługowe. Do najważniejszych należy centrum logistyczne Panattoni Park Gdańsk. Wyróżniającym elementem zabudowy mieszkaniowej jest dawne osiedle robotnicze przy ulicach Rzęsnej i Miałki Szlak, cenione za swoje walory kulturowe i krajobrazowe.

Cały obszar Rudnik leży na dolnym tarasie Żuław Gdańskich. Północna część dzielnicy jest silnie przekształcona przez działalność przemysłową i infrastrukturę miejską, natomiast w części południowo-zachodniej dominują tereny rolnicze. Północną granicę Rudnik wyznacza Martwa Wisła, a fragment granicy południowej biegnie wzdłuż Czarnej Łachy.

Tyle, jeżeli chodzi o definicję, ale i tak okazało się, że najciekawsi na Rudnikach są jej mieszkańcy i to oni pozwolili odkryć to miejsce na nowo.

Rudniki – ludzie i przestrzeń

Pierwsze miesiące pracy upłynęły Karolinie i Mikołajowi na poznawaniu dzielnicy. Fotografowie rozpoczęli od internetowego researchu, rozmów z mieszkańcami i wielokrotnych wizyt w terenie. Rudniki okazały się miejscem niezwykle rozległym, pełnym kontrastów i trudnym do jednoznacznego opisania.

Z początku dzielnica sprawiała wrażenie surowej, przemysłowej, gdzieniegdzie nawet zaniedbanej. Kolejne wizyty zmieniały jednak ten obraz.

Zamiast anonimowej przestrzeni fotografowie odkryli silną lokalną społeczność, zadbane przydomowe ogródki, sąsiedzkie więzi oraz mieszkańców mocno związanych ze swoim miejscem na ziemi.

Ważną rolę w projekcie odegrała Rada Dzielnicy Rudniki, która pomogła autorom dotrzeć do mieszkańców i zdobyć ich zaufanie. Dzięki temu fotograficzne spacery stopniowo zamieniały się w opowieść o ludziach, a nie tylko o przestrzeni. Wspólnie tworzyło to pełny obraz.

Na zdjęciach znalazły się zarówno industrialne krajobrazy, infrastruktura portowa i rafineryjna, jak i codzienne życie mieszkańców. Autorzy dokumentowali lokalne wydarzenia, rodzinne spotkania, przydomowe ogrody oraz miejsca, które dla wielu Gdańszczan pozostają niemal nieznane.

Projekt stał się próbą odczarowania stereotypowego spojrzenia na Rudniki. Zamiast skupiać się wyłącznie na zaniedbanej zabudowie czy przemysłowym charakterze dzielnicy, Karolina Misztal-Świderska i Mikołaj Wasilewski postanowili pokazać jej mniej oczywiste oblicze. Szczególne wrażenie zrobiły na nich historie mieszkańców. Wśród bohaterów projektu znalazły się rodziny mieszkające tu od kilku pokoleń, osoby pamiętające dawne Rudniki oraz ludzie, którzy mimo wielu trudności dbają o swoje domy i najbliższe otoczenie.





eprasa.pl 1eaf2615f9



FOT. MIKOŁAJ WASILEWSKI

Zamiast anonimowej przestrzeni fotografowie odkryli silną lokalną społeczność



FOT. MIKOŁAJ WASILEWSKI

Oprócz domków jednorodzinnych, Rudniki to również takie obiekty

Miejsce pełne kontrastów

Dla Mikołaja Wasilewskiego było to także fotograficzne wyzwanie. Na co dzień zajmuje się przede wszystkim fotografią uliczną, tymczasem projekt wymagał budowania relacji i zdobywania zaufania mieszkańców. Jak podkreśla, dopiero rozmowy i kolejne spotkania pozwoliły zobaczyć prawdziwe życie dzielnicy. Rudniki okazały się miejscem pełnym kontrastów. Obok rafinerii, cystern, przemysłowych instalacji i portowych tras funkcjonuje świat przypominający żuławską wieś. Są tu kanały, stare domy z czerwonej cegły, rodzinne ogródki i społeczność, która dobrze się zna i wspiera.

To jeszcze nie koniec

Autorzy nie traktują projektu jako zakończonego. Chcą wracać na Rudniki o różnych porach roku i dalej dokumentować życie dzielnicy. Docelowo materiał ma zostać zaprezentowany na wystawie przygotowanej we współpracy z Radą Dzielnicy Rudniki. Powstała opowieść nie jest tylko historią miejsca. To przede wszystkim portret ludzi, którzy każdego dnia tworzą wyjątkowy charakter jednej z najbardziej niedocenianych części Gdańska.

Karolina Misztal *to fotografka prasowa, dokumentalistka i dziennikarka związana z Gdańskiem. Przez lata pracowała jako fotoreporterka „Dziennika Bałtyckiego" i fotografka Agencji REPORTER. Współpracuje z Muzeum Gdańska jako kronikarka miasta i kuratorka wystaw fotograficznych. Jest trzykrotną laureatką Grand Press Photo oraz zdobywczynią Grand Prix Gdańsk Press Photo.*

Mikołaj Wasilewski *jest fotografem pochodzącym z Gdańska i absolwentem Sopockiej Szkoły Fotografii. W swojej twórczości łączy fotografię uliczną z dokumentem społecznym i poszukiwaniem autorskiej narracji. Jest autorem wystaw oraz laureatem konkursów fotograficznych.*



FOT. MIKOŁAJ WASILEWSKI

Wieża nad Martwą Wisłą



FOT. KAROLINA MISZTAL

To jest ta część miasta, przez którą wielu mieszkańców Gdańska tylko przejeżdża



FOT. MIKOŁAJ WASILEWSKI

Mieszkańcy dzielnicy Rudniki mają swoją historię





eprasa.pl 1eaf2615f9

TEATR

80 lat Teatru Wybrzeże – legendy i opowieści

W sierpniu 1945, staraniem Zarządu Miejskiego i aktorów, powstał w Gdyni Teatr Miejski „Komedia". Rok później dyrekcję Teatru Miejskiego, który zmienił nazwę z „Komedii" na „Wybrzeże", objął wybitny reżyser i scenograf Iwo Gall. Uroczystą inauguracją stała się 20 listopada 1946 roku prapremiera sztuki Tadeusza Gajcego „Homer i Orchidea". Odbyła się ona w budynku przedwojennej Hali Miejskiej przy Placu Grunwaldzkim w Gdyni. Teatr przypominał wielką stodołę i stąd też Stodołą był nazywany

Grażyna Antoniewicz

– W teatrze za dyrekcji Iwo Galla nie było inspicjenta, maszynistów sceny ani suflera, jeśli ktoś z nas miał niedużą rolę, podpowiadał kolegom – wspominał przed laty Zbigniew Gawroński, słuchacz Studio Iwo Galla, jeden z pierwszych aktorów Teatru Wybrzeże. Wszedł do zespołu w 1947 roku. – Próby czytane prowadził zwykle asystent. Gall siedział wtedy w pierwszym rzędzie, zamyślony, jakby nieobecny. Zespół był młody. Mimo to Gall dawał aktorom wielką swobodę. Nie ingerował. Pytaliśmy więc kolegów: słuchaj, a jak ty myślisz, co teraz mam zrobić, jak zagrać. W ten sposób rodziło się przedstawienie. Dopiero gdy Galla coś wyjątkowo zainteresowało, zdejmował marynarkę, zakasywał rękawy, wchodził na scenę i zaczynał coś opowiadać, pozornie niezwiązanego ze sceną. A opowiadał tak wspaniale, że dopiero, gdy kończył, orientowaliśmy się, że to ma nas wprowadzić w nastrój sztuki. Kiedy już ustawiliśmy sobie role, dopiero zaczynał je „szlifować". I wychodziły z tego znakomite przedstawienia!

Sztuka „Homer i Orchidea" miała 30 przedstawień, obejrzało ją ponad 12 tys. widzów. Spektakl rozpoczął się o godz. 19.30. Grała Orkiestra Symfoniczna Miejska. Po przedstawieniu autobus czekający przy teatrze odwoził widzów w stronę Gdańska.

Testament psa

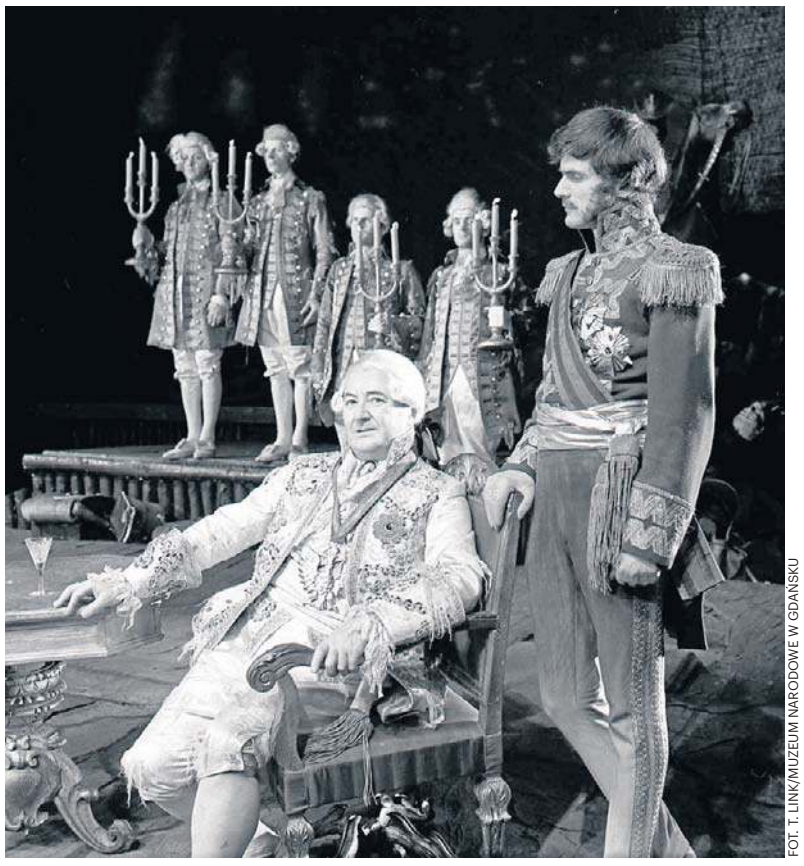
W jubileuszowym sezonie Teatr Wybrzeże nawiązuje do najgłośniejszych przedstawień w swojej 80-letniej historii. Takich jak głośna premiera 1961 roku, „Historia o Miłosiernej, czyli Testament psa" Ariano Suassuny – jednego z najwybitniejszych brazylijskich dramatopisarzy, w reżyserii Konrada Swinarskiego.

W tamtym kultowym przedstawieniu wspaniałą rolę zagrała Lucyna Legut jako Piekarzowa. Lucyna Legut, góralka – urodzona w Suchej Beskidzkiej, jej pierwsza rola, w sztuce „Ciężkie czasy",



FOT. T. LINK/MUZEUM NARODOWE W GDAŃSKU

„Historia o Miłosiernej, czyli Testament psa", reż. Konrad Swinarski



FOT. T. LINK/MUZEUM NARODOWE W GDAŃSKU

„Termopile polskie", reż Marek Okopiński

była niema. Pojawiała się jako sekretarka.

– Ale musiałam dobrze wypaść, skoro już w drugiej dostałam tekst – żartowała aktorka. Wkrótce zagrała Joannę d'Arc, a w „Testamencie psa" znów była prawdziwą amantką. Ukochaną rolą Legutki lub Luchy – jak nazywano aktorkę w teatrze, była Marta w spektaklu „Kto się boi Virginii Woolf?". Inną ukochaną postacią była rola Saszy w sztuce Czechowa „Ten wariat Płatonow". Widzowie oglądali ją też jako Księżniczkę Irinę w zdjętych przez cenzurę „Szewcach" Witkacego, a po latach zagrała w „Szewcach" Dziewkę Bosą.

„Testament psa" to opowiedziana z czułością historia, która łączy śmiech z refleksją, tworząc teatr jednocześnie bardzo wesoły i śmiertelnie poważny. Jutro (28 listopada) premiera na Scenie Kameralnej w Sopocie. Za reżyserię, ruch sceniczny, scenografię, kostiumy odpowiedzialny jest Cezary Tomaszewski.

Niewierna Penelopa, czyli „Ulisses"

Gdański „Ulisses", wystawiony przez Zygmunta Hübnera w Teatrze Wybrzeże, to spektakl legenda. Sztuka miała swoją premierę (i jednocześnie polską prapremierę) 14 lutego.

„Ulisses" opowiedziany był z kobiecej perspektywy. Halina Winiarska, grająca Molly (niewierną Penelopę), w trakcie przedstawienia właściwie nie schodziła ze sceny. Krytyk Zbigniew Osiński pisał, że rola Winiarskiej „sąsiaduje z czymś nieomal genialnym". Trafiały się jednak i listy do aktorki, w których stroskani widzowie ostrzegali ją, że jeśli będzie nadal pojawiać się na scenie w tak śmiałym negliżu, to może nabawić się grypy.

– Spektakl był dla widzów dorosłych, m.in. ze względu na śmiałe sceny łóżkowe, a ja miałem zaledwie 14 lat, jednak rodzice przekonali bileterkę, żeby mnie wpuściła – wspomina reżyser Krzysztof Babicki. – To było niesamowite przeżycie, mój pierwszy spektakl, gdy poczułem, jakie to jest wspaniałe, porywające i..., jaki ja jestem ograniczony, że nie rozumiem tego wszystkiego.

Gdańscy widzowie mieli okazję zobaczyć w Gdańsku „Ulissesa" w reżyserii Michała Borczucha (produkcję Teatru im. Juliusza Słowackiego w Krakowie). Spektakl był prezentowany gościnnie w Teatrze Wybrzeże pod koniec września tego roku – w ramach 13. Festiwalu Wybrzeże Sztuki.

Termopile polskie

Innym kultowym spektaklem są „Termopile polskie" Tadeusza Micińskiego. Ich prapremiera odbyła się w Teatrze Wybrzeże w 1970 roku. Reżyserował Marek Okopiński, a adaptację przygotował Stanisław Hebanowski. Marek Okopiński, choć gołębiego serca, mawiał że „Nie ma teatru bez tyranii. To nie jest instytucja demokratyczna", uważał też „Termopile polskie" za swoją najciekawszą i najważniejszą realizację w Gdańsku.

W październiku tego roku Teatr Wybrzeże zorganizował dla widzów z Trójmiasta wyjazd do Teatru Narodowego w Warszawie na „Termopile polskie" w reżyserii, adaptacji i opracowaniu muzycznym Jana Klaty.

Kłopoty z cenzurą

Jubileusz – 80 lat, nie sposób wymienić wszystkich ważnych, wyjątkowych przedstawień, są wśród nich i te, które zostały zdjęte z afisza.

Na przykład w 1957 roku w Teatrze Kameralnym w Sopocie spektakl „Szewcy" zdjęto po trzeciej próbie generalnej.

– To właściwie była premiera. Hübner wtedy był młodym reżyserem, a ja młodym aktorem – opowiadał aktor i reżyser Zbigniew Bogdański. W spektaklu grał Hyper-Robociarza.

– Próby toczyły się normalnie, przebąkiwano jednak, że mogą być kłopoty z cenzurą. Klimat spektaklu, kwestie, które padały ze sceny z ust Towarzyszy (jednego grał Zygmunt Hübner, drugiego Tadeusz Żuchniewski) pasowały idealnie do współczesnych nam czasów. Mówiły nie wprost, ale aluzjami o meandrach władzy, cenzury. A jednak cenzura podteksty odczytała. Bar-

eprasa.pl 1eaf2615f9

dzo było nam przykro, kiedy dowiedzieliśmy się, że sztuka schodzi z afisza. Ale w kraju zaczynało być gorąco. Gomułka odchodził od swoich obietnic październikowych, a klan towarzyszy zaciskał palce (mówiąc słowami Majakowskiego) coraz ciaśniej na gardle proletariatu.



FOT. T. LINK/MUZEUM NARODOWE W GDAŃSKU

Gdański „Ulisses", wystawiony przez Zygmunta Hübnera w roku 1970 w Teatrze Wybrzeże, to spektakl legenda



FOT. T. LINK/MUZEUM NARODOWE W GDAŃSKU

Henryk Bista i Ewa Kasprzyk w „Balkonie" według Jeana Geneta. Spektakl z roku 1985

Rywalizacja na scenie

Niewątpliwie ulubieńcem publiczności był wybitny aktor Stanisław Michalski, który na scenie rywalizował z Henrykiem Bistą, aktorem zdolnym, ale też legendarnie pracowitym. Zawsze umiał role na „blachę", gdy tymczasem Stanisław Michalski zwykle grał na tę kulisę, w której siedziała suflerka... Spuentował to kiedyś w recenzji Andrzej Żurowski: „Jeden z aktorów nie nauczył się roli. I dobrze, bo sztuka nie była tego warta". Tym aktorem był, oczywiście, Michalski.

A ja pamiętać będę tego wybitnego aktora jako Ojca w „Białym małżeństwie" Tadeusza Różewicza (1976 rok), które reżyserował Ryszard Major. To podczas tego spektaklu Tomira Kowalik – jako Bianka wykonała pierwszy striptiz w Teatrze Wybrzeże. Było to wydarzenie artystyczne, ale jednocześnie skandal.

– Nie chciałam się rozebrać. Reżyser Ryszard Major długo mi tłumaczył, że absolutnie konieczne jest pokazanie nagości Bianki. Tymczasem koledzy zakładali się: rozbierze się czy nie rozbierze. Strasznie dużo musiałam tych mieszczańskich oporów w sobie pokonać. Ostatecznie rozebrałam się na trzeciej próbie generalnej, bo scena była poetycka i artystycznie uzasadniona – wspominała aktorka w jednej z naszych rozmów.

Nie sposób wymienić wszystkich wspaniałych aktorów, a jest jeszcze Bogusława Czosnowska, która pojawiła się na gdańskiej scenie 10 stycznia 1958 roku w sztuce „Zielony Gil". Busia (jak nazywano ją w teatrze) grała przeważnie role główne, są wśród nich takie, które wspomina najmilej. Należy do nich Otylia we „Franku V" Dürrenmatta i Pilar w „Komu bije dzwon" Hemingwaya w adaptacji Róży Ostrowskiej i Jerzego Golińskiego.

– „Frank V" kończył się songiem w moim wykonaniu. Było to tak pomyślane, że stałam na froncie sceny w długiej obcisłej sukni, podpierając się czarną laską ze srebrną rączką, a za mną opuszczano żelazną kurtynę, zamykającą okno sceniczne, cały świat Otylii – wspomina.

– Autorką tej poruszającej scenografii była Jadwiga Pożakowska.

Tyle niezwykłych spektakli, postaci, opowieści. Kiedy za lat 10 lub 20 wrócimy myślami do przedstawień, które grane są teraz w Teatrze Wybrzeże, zapewne będą wśród nich takie, które zostaną uznane za legendarne, wybitne i będą wspominane z nostalgią.

W Bibliotece Gdańskiej PAN przy ul. Wałowej trwa wystawa „80 lat Teatru Wybrzeże 1946-2026".

MATERIAŁ INFORMACYJNY PGE

0011617188

Młoda Polska inspiruje młode pokolenie. Rusza piąta edycja konkursu Fundacji PGE

Jak dziś patrzą na sztukę dzieci, które dorastają w świecie cyfrowych obrazów i sztucznej inteligencji? Fundacja PGE zachęca je do odkrywania własnej kreatywności i twórczego dialogu z polskim dziedzictwem artystycznym. Rusza jubileuszowa, piąta edycja ogólnopolskiego konkursu „Spotkania ze sztuką", tym razem organizowana pod hasłem „Młoda Polska inspiruje młodą Polskę". Na młodych uczestników czeka spotkanie z twórczością artystów przełomu XIX i XX wieku, a na laureatów wyjątkowa nagroda – wycieczka do jednego z siedmiu Muzeów Narodowych w Polsce.



Młoda Polska idealna dla młodych

Młoda Polska to epoka, która do dziś fascynuje bogactwem artystycznych poszukiwań. Symbolizm, secesja, odważne zestawienia kolorów i emocje zamknięte w obrazach tworzą niezwykły świat, do którego Fundacja PGE zaprasza młodych twórców. Inspiracją dla uczestników konkursu będą dzieła takich artystek i artystów jak Olga Boznańska, Jacek Malczewski, Józef Mehoffer, Stanisław Wyspiański, Leon Wyczółkowski czy Władysław Podkowiński.

Celem inicjatywy jest nie tylko przybliżenie dzieciom ważnego okresu w historii polskiej sztuki, lecz także zachęcenie ich do samodzielnego interpretowania dzieł i poszukiwania własnego języka artystycznego. Jak podkreśla Ewelina Jurasz, Prezeska Zarządu Fundacji PGE: *W jubileuszowej edycji konkursu „Spotkania ze sztuką" chcemy pokazać młodym ludziom, że sztuka sprzed ponad stu lat nadal zachęca do twórczych poszukiwań. Artyści Młodej Polski odważnie wyrażali emocje i własne spojrzenie na świat. Właśnie takiej odwagi i autentyczności szukamy dziś w pracach uczestników naszego konkursu „Spotkania ze sztuką".*

Twórczość, której nie zastąpią algorytmy

W czasach, gdy sztuczna inteligencja coraz częściej uczestniczy w tworzeniu obrazów, szczególnego znaczenia nabierają dziecięca wyobraźnia, kreatywność i indywidualne spojrzenie na otaczający świat. Dlatego Fundacja PGE stawia na własnoręczne wykonanie prac, samodzielną interpretację dzieł i rozwijanie artystycznych pasji.

Zainteresowanie poprzednią edycją konkursu pokazało, że taka forma kontaktu ze sztuką spotyka się z dużym odzewem. Do Fundacji PGE wpłynęły 3452 prace z całej Polski, a blisko 6500 uczniów uczestniczyło w wycieczkach do muzeów i lekcjach muzealnych. Jubileuszowa odsłona inicjatywy ma szansę przyciągnąć jeszcze więcej młodych talentów.

Kto może wziąć udział w konkursie?

„Spotkania ze sztuką" skierowane są do uczniów klas I–VIII szkół podstawowych z miejscowości liczących poniżej 50 tys. mieszkańców. Zadaniem uczestników będzie przygotowanie własnej interpretacji wybranego dzieła artysty z okresu Młodej Polski. Praca powinna mieć format A2, a jej autorzy mogą wykorzystać dowolną technikę plastyczną.

Każda klasa może zgłosić od jednej do trzech prac wyłonionych wcześniej podczas szkolnych eliminacji. Takie rozwiązanie ma odpowiadać na potrzeby szkół i zwiększać dostępność konkursu dla młodych miłośników sztuki.

Zgłoszenia przyjmowane są do 16 grudnia 2026 roku. Lista laureatów zostanie opublikowana 15 stycznia 2027 roku. Od marca zwycięskie klasy będą uczestniczyć w wycieczkach do muzeów i lekcjach edukacyjnych, które potrwają do 4 czerwca 2027 roku. Uroczyste podsumowanie piątej edycji zaplanowano na 17 czerwca 2027 roku.

Nagroda, która pozwala spotkać się ze sztuką

Na laureatów czeka coś więcej niż wyróżnienie za artystyczny talent. Zwycięzcy pojadą wraz z całą klasą i opiekunami do jednego z siedmiu Muzeów Narodowych: w Warszawie, Krakowie, Lublinie, Kielcach, Gdańsku, Szczecinie lub Wrocławiu. Wizyta będzie połączona z lekcją muzealną, dzięki której uczniowie będą mogli poznawać sztukę bezpośrednio w przestrzeni muzeum. Dodatkowo każdy laureat otrzyma bon o wartości 300 zł, a opiekun nagrodzonej klasy – bon o wartości 200 zł.

Piąta edycja „Spotkań ze sztuką" to okazja, by spojrzeć na dzieła sprzed ponad stu lat z nowej perspektywy, rozbudzić ciekawość i przekonać się, że historia sztuki może być inspiracją do własnych twórczych poszukiwań.

Szczegółowe informacje, regulamin oraz formularz zgłoszeniowy dostępne są na stronie: **https://spotkaniazesztuka.pl/.**

eprasa.pl 1eaf2615f9

REKLAMA 0011612502

Nocny Półmaraton w Malborku pod znakiem sportowej energii!

Za nami wyjątkowe wydarzenie pełne sportowych emocji i pozytywnej energii - Energa Nocny Półmaraton w Malborku, który odbył się 3 października 2026 roku. Setki biegaczy z całej Polski pokonały trasy prowadzące przez malownicze zakątki Malborka, tworząc niezapomniane sportowe widowisko i pokazując, jak wielką siłę ma aktywność fizyczna oraz wspólna pasja do sportu.

W klasyfikacji open biegu na 21 km najlepsze wyniki osiągnęli:

Mężczyźni:

1. Piotr Pałka (Częstochowa)	- 01:15:31
2. Andrzej Potoczek (Lichnowy)	- 01:19:25
3. Kamil Derlaga (Szymankowo)	- 01:22:15

Kobiety:

1. Katarzyna Rumińska (Malbork)	- 01:31:50
2. Joanna Karasińska (Malbork)	- 01:40:48
3. Aleksandra Grabias (Gdańsk)	- 01:42:33

W ramach wydarzenia odbył się również bieg i marsz na 5 km. Start i meta zlokalizowane były na Stadionie Miejskim im. Pokoleń Pomezanii w Malborku. Uczestnicy wystartowali około godziny 18:00 i ruszyli na trasę prowadzącą przez Park Miejski. Najszybsi zawodnicy potrzebowali niewiele ponad 18 minut, aby pokonać cały dystans.

W klasyfikacji open biegu na 5 km najlepsze wyniki osiągnęli:

Mężczyźni:

- Maciej Macijewicz (Pomorska Wieś) - 18:10
- Paweł Wójcicki (Malbork) - 18:22
- Jarosław Kołodziejczyk (Częstochowa) - 18:28

Kobiety:

- Maja Nazimek (Elbląg) - 20:10
- Maja Merchut (Waplewo Wielkie) - 20:14
- Aleksandra Grabias (Gdańsk) - 20:56

W marszu nordic walking na 5 km najlepsi okazali się:

Mężczyźni:

- Rafał Toporek (Przodkowo) - 31:36
- Edward Stańczak (Malbork) - 32:32
- Karol Chyczewski (Działdowo) - 32:43

Kobiety:

- Kamila Chyczewska (Działdowo) - 34:06
- Hanna Rochoń (Działdowo) - 35:56
- Urszula Sołtys (Gdańsk) - 36:08

Serdecznie dziękujemy naszemu Sponsorowi Tytularnemu - Energa S.A. z Grupy ORLEN za zaufanie i wsparcie, dzięki którym mogliśmy zorganizować wydarzenie na wysokim poziomie. Wspólnie promowaliśmy aktywny styl życia, sportowe emocje i pozytywną energię, która łączy ludzi.

Do zobaczenia na kolejnych biegowych trasach!
Valdano - Organizacja Imprez Sportowych

REKLAMA 0011618208

AGENCJA MIENIA WOJSKOWEGO

Dyrektor Oddziału Regionalnego Agencji Mienia Wojskowego w Gdyni

informuje, że ogłasza kolejny (V) ustny przetarg nieograniczony na sprzedaż lokalu mieszkalnego

Słupsk, ul. Piłsudskiego 5 lokal nr 44, o pow. 34,90 m², IV piętro, 2 pokoje, kuchnia, łazienka z w.c., przedpokój. Do lokalu przynależy piwnica o pow. 1,00 m².

Lokal posiada świadectwo charakterystyki energetycznej.

KW dla nieruchomości SL1S/00020699/1. Udział 128/10000 części we współwłasności budynku oraz we współwłasności działki gruntu oznaczonej w ewidencji nr 565, obręb 0009, obszaru 0,2125 ha.

Cena wywoławcza: 187 000,00 zł Wadium: 18 700,00 zł

Przetarg odbędzie się dnia 29.12.2026 r. o godz. 12:00 w siedzibie OReg. Agencji Mienia Wojskowego w Gdyni, ul. Marii Curie-Skłodowskiej 19, sala konferencyjna (III piętro).

Warunkiem dopuszczenia do uczestnictwa w przetargu jest wpłacenie wadium w formie pieniężnej w terminie do **21.12.2026 r.** na rachunek bankowy OReg. Agencji Mienia Wojskowego w Gdyni w BGK **54 1130 1121 0006 5589 8520 0008. Za ostateczny termin wniesienia wadium uważa się dzień uznania rachunku bankowego OReg. AMW w Gdyni.**

Pełna treść ogłoszenia znajduje się na tablicy ogłoszeń OReg. AMW w Gdyni (I piętro) i na stronie www.amw.com.pl.

Oglądanie lokalu w godzinach pracy, po wcześniejszym umówieniu się: tel. 500 870 345.

PRZETARG PRZETARG PRZETARG PRZETARG

AUTOPROMOCJA

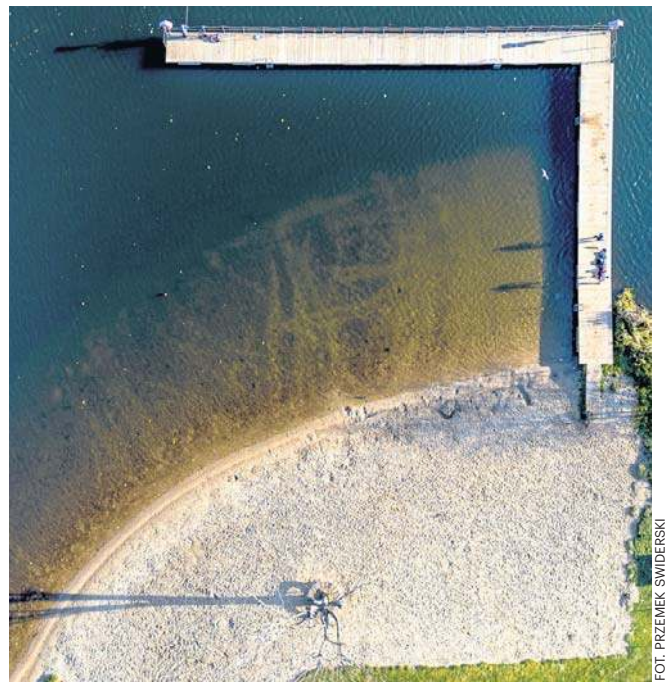
Dziennik Bałtycki

Gotuj się na **sobotę**

W magazynie „Weekend z rodziną” smaczne domowe przepisy

dziennikbaltycki.pl

FOTOZAGADKA



FOT. PRZEMEK SWIDERSKI

Kto zgadnie, jaki obiekt widać na tym zdjęciu?

Co piątek publikujemy jedno zdjęcie wykonane z użyciem drona i pytamy Państwa, jakie miejsce lub jaki obiekt jest na nim uwieczniony.

Na zdjęciu widzimy obiekt znany wielu miłośnikom sportów wodnych z naszego regionu, ulokowany już poza granicami Trójmiasta (ale niezbyt daleko).

Rozwiązanie zagadki nie jest łatwe, ale nasi Czytelnicy są niezawodni - na pewno wskażą właściwą odpowiedź.

A my odpowiedź opublikujemy w weekend na naszej stronie internetowej:
dziennikbaltycki.pl oraz na redakcyjnym facebooku.

red.

REKLAMA 0011614475

NIERUCHOMOŚCI NA SPRZEDAŻ

Gmina Damasławek - wyciąg z I przetargu ustnego ograniczonego

Lp.	Położenie, księga wieczysta, oznaczenie nieruchomości, opis nieruchomości	Przeznaczenie w MPZP	Cena wywoławcza/ Wadium [zł]	Termin przetargu
1.	wieś Damasławek, gmina Damasławek. KW PO1B/00019483/5. Działka ewidencyjna nr 392 obręb Damasławek o pow. 4,0435 ha. Klasoużytki: RIIIa – 1,5796 ha, RIIIb – 1,0350 ha, RIVa – 0,5730 ha, RIVb – 0,8559 ha. Działka ewidencyjna nr 392 stanowi nieruchomość rolną w rozumieniu ustawy z dnia 11.04.2003 r. o kształtowaniu ustroju rolnego. Nieruchomość w kształcie wydłużonego wieloboku, całościowo użytkowana rolniczo o dość płaskim terenie. Granice nieruchomości zostały wznowione geodezyjnie. Nieruchomość objęta 2 umowami dzierżawy na czas oznaczony do dnia 31.08.2028r. W przypadku zbycia nieruchomości jej nabywca wstępuje z mocy prawa w stosunek dzierżawy w miejsce dotychczasowego Wydzierżawiającego, na zasadach określonych w art. 678 § 1 w związku z art. 694 Kodeksu cywilnego.	Nieruchomość zgodnie ze miejscowym planem zagospodarowania przestrzennego wsi Damasławek (uchwała nr XVI/99/15 Rady Gminy Damasławek z dnia 2.11.2015 r.) znajduje się w strefie 23 RM – tereny zabudowy zagrodowej. Zgodnie z Planem ogólnym gminy Damasławek (uchwała nr XVI/99/15 Rady Gminy Damasławek), nieruchomość położona jest w strefie planistycznej 291SZ – strefa wielofunkcyjna z zabudową zagrodową. Nieruchomość posiada bezpośredni dostęp do drogi publicznej wojewódzkiej nr 251. Również możliwość dojazdu drogą gminną śródpolną ozn. ewid. nr 473.	**742 059,00 zł (w tym 23% VAT)** **Wadium 40 000,00 zł**	**8.02.2027 roku godz. 9:00**

I przetarg ustny ograniczony dla rolników indywidualnych na sprzedaż nieruchomości odbędzie się w sali nr 9 w Urzędzie Gminy Damasławek przy ul. Rynek 8, 62-110 Damasławek. Wadium wpłaca się najpóźniej **do 2 lutego 2027 roku** (wtorek) przelewem na niżej podany rachunek bankowy Gminy Damasławek nr 18 8959 0001 4200 0299 2000 0410 (w tytule wpłaty należy wpisać nr działki oraz imię i nazwisko).

Wymagane dokumenty wraz załącznikami określone w regulaminie przetargu należy przedłożyć najpóźniej do dnia **2 lutego 2027 roku.**

Ogłoszenie o przetargu zostało wywieszone na tablicy ogłoszeń w siedzibie Urzędu Gminy Damasławek oraz sołectwa wsi Damasławek, a także opublikowane na stronach internetowych Urzędu: www.gminadamaslawek.pl oraz Biuletynie Informacji Publicznej www.damaslawek.nowoczesnagmina.pl.

Dodatkowe informacje o przetargach można uzyskać w Urzędzie Gminy Damasławek, pokój nr 5 lub podany nr tel. 67 26 86 319 oraz adres e-mailowy: m.jaskolski@damaslawek.nowoczesnagmina.pl.

WÓJT
GMINY DAMASŁAWEK
/-/mgr Cyprian Wieczorek

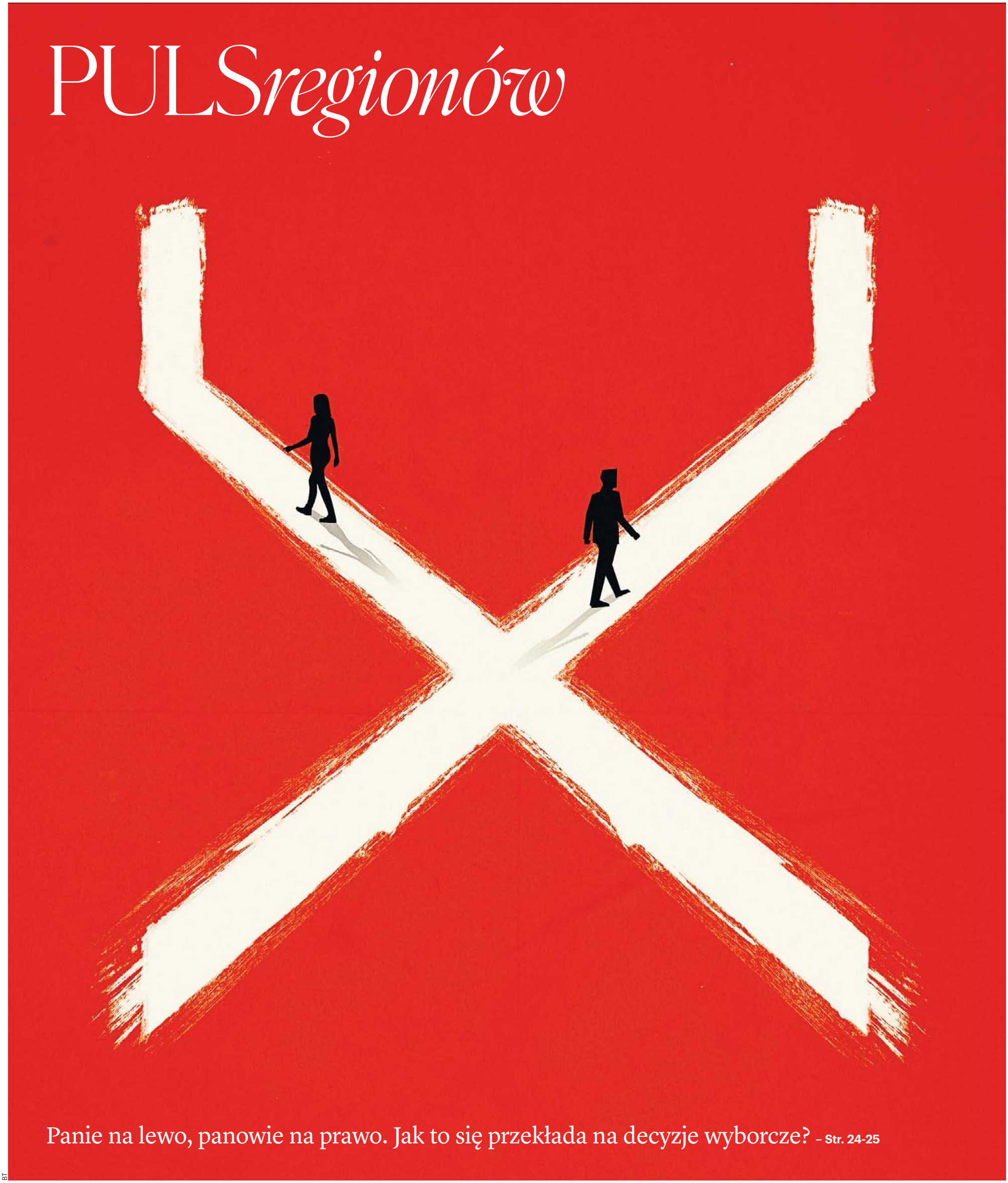
REJSUNKI



RYS. ISKRA

eprasa.pl 1eaf2615f9

PULS *regionów*



Panie na lewo, panowie na prawo. Jak to się przekłada na decyzje wyborcze? – Str. 24-25

BT

eprasa.pl 1eaf2615f9

SPOŁECZEŃSTWO

Dlaczego kobiety mają bardziej lewicowe poglądy? Socjolog: Mężczyźni boją się, że ktoś im zabierze V8

- U młodych mężczyzn występuje poczucie straty związanej z tym, że młode kobiety dużo lepiej odnajdują się we współczesnym, szybko zmieniającym się świecie. Mężczyźni tracą przewagi, które wcześniej mieli przez całe stulecia. Odruchowo odwołują się do partii próbujących konserwować stary porządek - mówi dr Mateusz Zaremba, politolog i socjolog polityki z Uniwersytetu SWPS

Agaton Koziński

Ciągle rośnie zainteresowanie polską polityką. Od 10 lat widać, jak coraz więcej Polaków traktuje ją poważnie. Dlaczego?

To zainteresowanie jest pochodną identyfikacji emocjonalnej, związanej przede wszystkim z poszczególnymi partiami politycznymi. To główny motywator. Polacy mobilizują się przede wszystkim przeciwko rządzącym. Gdy nie akceptują partii tworzących koalicję parlamentarną, zaczynają się determinować przeciwko nim.

Raport CBOS z października 2026 r. pokazuje, że w ciągu ostatniej dekady liczba Polaków deklarujących, że na pewno wezmą udział w wyborach wzrosła o niemal 20 pkt procentowych – do 80 proc. Tak prosty mechanizm nakręcił to zainteresowanie?

Ważnym czynnikiem, który przełożył się na ten wzrost mobilizacji, była zmiana komunikacji politycznej. To jest ten moment. Wcześniej partie po prostu walczyły ze sobą o głosy wyborców. Po 2015 r. konflikt polityczny nabrał wymiaru manichejskiego. Stał się walką dobra do złego. To nie jest charakterystyczne dla demokracji, ale za to mocno przekłada się na zaangażowanie polityczne wyborców.

To wystarczyło, by nagle polityka stała się elementem naszego życia?

To główny czynnik – ale niejedyny. Inny to zmiana w komunikacji. Dawniej politycy nawiązywali kontakt z wyborcami przede wszystkim za pośrednictwem mediów. Dziś ten dystans bardzo się skrócił poprzez media społecznościowe. Politycy zaczęli się intensywnie komunikować z wyborcami, co przyniosło efekt mobilizacyjny. Polityka weszła nam w codzienność.

Jak bardzo?

Pod względem komunikacji polityka zaczęła przypominać jazdę samochodem. Zawodowi kierowcy zwykle nie jeżdżą zbyt szybko, ale pilnują, żeby silnik cały czas pracował na dość wysokich obrotach – po to, żeby w każdej chwili mogli przyspieszyć i móc wykonać konieczny na drodze manewr. Bardzo podobnie zachowują się politycy. Na co dzień nie dążą do skrajnego rozpalania wyobraźni wyborców – ale też pilnują, by polityczne emocje całkiem nie wystygły. Utrzymują ten wyborczy silnik na odpowiednim obrotach – tak, żeby móc szybko wejść na maksymalne obroty w czasie kampanii wyborczej.

I to przyniosło efekt mobilizacyjny.

Tak. Ale też przyniosło ze sobą dwa inne nieznane wcześniej efekty. Pierwszy – bardzo wzmocniło polaryzację. Wcześniej partie po prostu rywalizowały ze sobą. Dziś ze sobą zaciekle walczą, to jest właśnie ten manicheizm naszej polityki, o którym przed chwilą mówiłem. I drugi – sprawiło, że polityka stała się bardziej nieprzewidywalna. Obecnie właściwie do dnia wyborów nie wiemy, kto weźmie w nich udział, jak dużo osób pójdzie zagłosować. Trudno też wyczuć, na kogo padną głosy. Oczywiście, wyborcy zdecydowani w zdecydowanej większości już dzisiaj wiedzą, na kogo zagłosują w październiku przyszłego roku. Ale zawsze jest pewna grupa wyborców, która do ostatniej chwili nie wie, na kogo zagłosuje – i zwykle to ta grupa przesądza o tym, kto ostatecznie wygrywa wybory. Jeszcze 10 lat temu ci ludzie pewnie by w dużej mierze w ogóle nie poszli głosować – ale obecny efekt mobilizacyjny działa na nich na tyle silnie, że głosują. Tylko do końca nikt nie wie, przy jakiej partii postawią swój krzyżyk.

Badanie CBOS, na które się przed chwilą powołałem, pokazuje też wyraźnie, że konsekwentnie rośnie zainteresowanie polityką kobiet. Od mniej więcej 2013 r. coraz częściej angażują się one w politykę. Skąd ta zmiana?

Tę zmianę zapoczątkowała korekta ordynacji wyborczej w 2011 r. Wtedy wprowadzono przepisy mówiące, że kobiety muszą mieć co najmniej 35 proc. miejsc na listach wyborczych. To był moment symbolicznej zmiany, który pociągnął za sobą realne konsekwencje. Zaczęto coraz bardziej dbać o to, żeby wyrównywać zaangażowanie obywateli niezależnie od płci w życiu publicznym.

Jak to wpłynęło na naszą politykę?

Na dwóch poziomach. Na poziomie elit politycznych tej zmiany za bardzo nie widać. Z prostej przyczyny – tam dominują w dużej mierze te same od lat twarze. Ale też widać, jak one się starzeją. Jesteśmy coraz bliżej głębokiej zmiany w tym obszarze. Na to jeszcze nakłada się drugi poziom - zaangażowania w życie polityczne zwykłych obywateli. I tutaj już widać poważną zmianę, choćby w tym szybko rosnącym zaangażowaniu kobiet. Ich wpływ na politykę widać coraz bardziej, z klasycznym już przykładem Strajku Kobiet na czele.

Czy dzięki kobietom nasza polityka staje się lepsza?

Na pewno inna. Pokazują to chociażby badania Polskiego Generalnego Studium Wyborczego. Wynika z nich, że kobiety lepiej odnajdują się w podziale na lewicę i prawicę. One łatwiej potrafią siebie zidentyfikować na tej osi. Dawniej kobiety zwyczajnie nie umiały wskazać, czy mają prawicowe czy lewicowe poglądy. Dziś to robią bez większego problemu. Dużo prościej przychodzi im określenie własnej tożsamości politycznej.

Wracam do badania CBOS. Wynika z niego, że wyraźny wzrost zainteresowania kobiet polityką pojawia się w okolicach 2019 r. Od tamtej pory rośnie. Ma pan pomysł, dlaczego akurat wtedy?

Prawdę mówiąc nie. Może pandemia? W czasie restrykcji covidowych ludzie siedzieli w domu, nudzili się – i może zaczęli bardziej zajmować się polityką. Ale to tylko domysły – równie prawdopodobne jest to, że taka koincydencja jest po prostu przypadkowa. Trzeba też pamiętać, że Prawo i Sprawiedliwość nadało podmiotowość kobietom, podkreślając znaczenie rodziny.
Na pewno starsze panie – badania pokazują, że głosują zwykle na partie prawicowe - mogły poczuć, że mają w tym interes, że zaangażowanie polityczne przynosi im realne efekty. Mówię choćby o programie „500 plus". To był przede wszystkim program godnościowy, ważny dla wyborców prawicy.

W Polsce kobiety chętniej głosują jednak na lewicę, z kolei mężczyźni na prawicę. Skąd ta różnica?

Od 2005 r. polskie społeczeństwo jako całość przesunęło się generalnie na prawo. Fiasko rządów SLD sprawiło, że wyborcy lewicowi przenieśli się do centrum, albo wręcz na prawo.

Głównie do centrum. Dopiero w 2019 r. poglądy prawicowe w Polsce zaczęły wyraźnie dominować.

To też wynik tego, że oferta partii prawicowych stała się bardzo szeroka. Oddzielna sprawa, że ta oferta trafia głównie do mężczyzn.

Właśnie. Dlaczego?

To pokłosie emancypacji. Mężczyźni widzą, że w jej wyniku tracą pozycję społeczną, więc wybierają konserwatywny porządek. Liczą, że w ten sposób wskrzeszą świat, jaki znamy z minionych epok, a nie taki, jaki proponują nowe czasy.

Z kolei kobiety zdecydowanie chętniej wybierają poglądy lewicowe. Pamiętając o korzeniach ruchu emancypacyjnego?

Raczej to efekt tego, że w ocenie kobiet prawica może być utożsamiana z ograniczeniem ich praw i ich podmiotowości. Ja bym to raczej tak potraktował. Proszę pamiętać, że współczesne kobiety są lepiej wykształcone niż mężczyźni, częściej kończą wyższe studia.

A uniwersytety w Polsce są raczej lewicowe niż prawicowe.

Nie sądzę, żeby to było decydujące. Raczej trzeba pamiętać, że kobiety mogą mieć poczucie takich nierówności strukturalnych – i właśnie przekonanie o tym może wpływać na to, jak kobiety się mobilizują politycznie.

W czasie trzech ostatnich ważnych kampanii wyborczych silnie wybrzmiał wątek płciowy. W 2023 r. ówczesna opozycja mocno odwoływała się do kobiet. W 2024 r. w USA Donald Trump mobilizował w swojej kampanii mężczyzn. Ten wariant powtórzył Karol Nawrocki rok później. Tak silne akcenty położone na płeć wyborców to chwilowa moda czy nowy wymiar polityki?

To przede wszystkim pochodna tego, że specjaliści od kampanii za każdym razem szukają sposobu na zmobilizowanie nowych wyborców. Dostrzegli, że ludzie młodzi najrzadziej głosują – i szukają skutecznych metod, by ich zmobilizować. Dostrzegli, że młode kobiety mają inne poglądy niż młodzi mężczyźni – i grają tą kartą. Przygotowując kampanię wyborczą, podchodzi się do tego pragmatycznie. Patrzy się na grupy, które mają potencjał do bycia zmobilizowanymi – i sięga po hasła, które tę mobilizację umożliwią.

eprasa.pl 1eaf2615f9

Tylko po co tyle energii wkładać w grupę społeczną, która w wyborach waży stosunkowo najmniej. Wiadomo, że najlepszymi wyborcami są emeryci. Dużo łatwiej więc zagrać kartą wieku, podzielić wyborców na starych i młodych. Zmienna płci takiego efektu na pewno nie da.

Oczywiście, emeryci to najlepsza grupa wyborców. Tylko że w tej grupie bardzo trudno coś ugrać. Mówimy o wyborcach, którzy już mają ukształtowane poglądy polityczne. Zdecydowana większość z nich już dzisiaj wie, na kogo zagłosuje za 11 miesięcy. Sztabowcy poszczególnych partii też to wiedzą i traktują te grupy jako swój stały zasób. A jednocześnie szukają sposobów, żeby pozyskać nowych wyborców. Stąd właśnie te odwołania do płci. W ich ocenie to ta brakująca cząstka, która powoduje, że się wygrywa. W jaki sposób przyciągnąć takich niezdecydowanych wyborców? Emocjami. Trochę na tej samej zasadzie jak duże sieci handlowe organizują promocje. One wiedzą, że tego typu emocje mobilizują ludzi. W polityce jest podobnie.

Emerytów zwyczajnie jest więcej. W Polsce nie wygra się wyborów odwołując się jedynie do młodych.

To prawda. Ale teraz rozmawiamy o zmianach, jakie zachodzą wśród wyborców. Pojawianie się nowych pokoleń w spisach wyborców to jeden z czynników ją wprowadzających.

Rozmawiamy o różnicach w wyborach politycznych między kobietami i mężczyznami, o tym, że kobiety dużo chętniej głosują na partie lewicowe. Pan podkreśla, że w przypadku mężczyzn decyduje ich konserwatyzm związany z brakiem akceptacji osiągnięć emancypacji. Ale partie prawicowe w Polsce są też dużo bardziej antysystemowe. Na ile tutaj bierze górę chęć buntu, większa skłonność do ryzyka, odruch odrzucania istniejącego status quo?

Faktem jest, że wybór między lewicą i prawicą jest wyraźnie skorelowany z miejscem zamieszkania czy wykształceniem. Na prawicę częściej głosują osoby gorzej wykształcone i mieszkające w mniejszych miastach czy na wsi. Ważnym czynnikiem jest też stosunek do Kościoła oraz względy ekonomiczne – nieprzypadkowo w pewnym momencie ten podział zaczęto opisywać jako dychotomię między Polską liberalną i Polską solidarną. Był on bowiem także pokłosiem asymetrycznych doświadczeń modernizacji społecznej.



FOT. 123RF

Dr Zaremba: W 2011 r. do ordynacji wyborczej wprowadzono przepisy mówiące, że kobiety muszą mieć co najmniej 35 proc. miejsc na listach wyborczych. To był moment symbolicznej zmiany, który pociągnął za sobą realne konsekwencje

Jak ta asymetria kształtowała podziały w Polsce?

Chodzi o krańcowo różne doświadczenie zmian, jakie w naszym kraju zachodziły w wyniku transformacji ustrojowej. Te zmiany zaszły właściwie we wszystkich wymiarach, miały wpływ na jakość życia, dochody – ale też na struktury rodzin, przecież w pewnym momencie stałym elementem życia w Polsce zaczęła być migracja, która niosła ze sobą redefiniowanie wielu rodzin, zerwanie wcześniejszych więzi. Wiadomo, że na transformacji bardziej zyskali mieszkańcy większych miast, ci z mniejszych czy biedniejszych ośrodków pozostali w tyle. W jej wyniku w Polsce wiele osób doświadczyło zjawiska prekariatu, czyli nie umiało znaleźć stałej pracy.

Prof. Elżbieta Kryńska szacuje, że w 2014 r. w Polsce na umowach śmieciowych pracowała nawet jedna trzecia osób będących wtedy na rynku pracy, ok. 5 mln Polaków.

To w oczywisty sposób przekładało się na codzienne poczucie zagrożenia u wielu osób. Taki stan często wiąże się z samopoczuciem, rozumianym w sposób najbardziej subiektywny. Trudniej na przykład stworzyć szczęśliwy związek, gdy samemu nie ma się poczucia stabilizacji. A na to jeszcze nałożył się cały pakiet modernizacyjny, który przyniosła nam współczesność. W skrócie można go opisać krótkim hasłem: młodzi mężczyźni mają prawicowe poglądy, bo boją się, że ktoś im zabierze V8.

Jak rozumieć ten skrót myślowy?

V8 to symbol oznaczający silnik ośmiocylindrowy – bardzo charakterystyczny, bo mający dużą moc i wydający mocne, niskie brzmienie pracy. Ale teraz Unia Europejska w ramach walki o klimat wprowadza kolejne ograniczenia, m.in. od 2035 r. ma zacząć obowiązywać zakaz sprzedaży samochodów z silnikami napędzanymi benzyną lub dieslem. Wtedy te silniki znikną, podczas gdy wielu młodych chłopaków bardzo wysoko na swojej liście marzeń ma kupienie sobie samochodu z takim silnikiem. Oni cały czas liczą, że to marzenie kiedyś uda im się spełnić – dlatego popierają partie, które tego typu zmiany negują.

Teraz pan mówi, że kobiety łatwiej adaptują się do zmian, a mężczyźni utknęli mentalnie w starym świecie? Czy może sytuacja jest odwrotna: faceci stąpają bardziej twardo po ziemi, a kobiety – w pogoni za zmianami – straciły kontakt z rzeczywistością.

Teraz zaczynamy już bardzo mocno uogólniać, ale pewnych zjawisk nie da się inaczej opisać. Na pewno dużo częściej u młodych mężczyzn występuje poczucie straty związanej z tym, że młode kobiety dużo lepiej odnajdują się we współczesnym, szybko zmieniającym się świecie. Te zmiany rozgrywają się również na najbardziej prywatnej, czy wręcz intymnej płaszczyźnie. Bardzo szybko zmienia się społeczna, rodzinna i ekonomiczna pozycja kobiet. Mężczyźni tracą przewagi, które wcześniej mieli przez całe stulecia. Odruchowo więc odwołują się do partii próbujących konserwować stary porządek. Młode kobiety dziś mogą dużo swobodniej wybierać swoje strategie życiowe, mają dużo większą paletę opcji. I bardzo chętnie z tych nowych możliwości korzystają.

Skoro mówi pan o płaszczyźnie prywatnej. Na końcu te dziewczyny zwykle chcą poznać jakiegoś chłopaka. Tylko gdzie oni dziś mogą się spotkać, skoro łączy ich coraz mniej?

Choćby po rosnącej liczbie rozwodów widać, że dzisiaj coraz trudniej o trwały, długi związek.

Trudno w ogóle o związek. 40 proc. Polaków do 40. roku życia w ogóle nie stworzyło nawet związku – nawet nie rozumianego jako rodzina, ale jako dłuższe chodzenie z jedną osobą.

Tak, to gigantyczna zmiana cywilizacyjna, która teraz zachodzi w świecie zachodnim, także w Polsce. A także przykład tej asymetrii, o której przed chwilą mówiłem.

Kto się w tym lepiej odnajduje?

Wydaje się, że jednak kobiety.

Faceci uważają, że współczesnym dziewczynom zwyczajnie odwaliło – ale za chwilą uderzą głową w sufit i spadną w dół.

Są różne strategie adaptacyjne do zachodzących zmian i nowych warunków, które w wyniku tych zmian się pojawiają. Ale żeby wrócić do tematu naszej rozmowy, czyli polityki. Proszę zauważyć, że kobiety coraz lepiej w niej się odnajdują. Są coraz lepiej wykształcone, bardziej asertywne, z większą świadomością własnych umiejętności. To najbardziej różni młodsze pokolenia kobiet od starszych. Silnie łączy się to z ich decyzjami odnośnie zaangażowania w życie publiczne.

Właściwie przez całą naszą rozmowę opisujemy transformację społeczną, która u nas zachodzi – także w kontekście wyborów dokonywanych przez poszczególne płcie. Ten proces cały czas trwa. Jak długo jeszcze? Kiedy może się ostatecznie ułożyć nowe status quo?

Na pewno nie szybko. Z prostej przyczyn – ciągle pojawiają się nowe zmienne redefiniujące naszą rzeczywistość, choćby sztuczna inteligencja, która na pewno zmieni po raz kolejny nasz świat, choć jeszcze nie wiemy, w jaki sposób. Do tego dochodzi jeszcze jeden, bardzo ważny czynnik: zmiana demograficzna. Bardzo szybko starzejemy się jako społeczeństwo. Liczba Polaków się kurczy. Ten proces na nowo redefiniuje naszą rzeczywistość w najbliższych dekadach – i znów będzie wymagał dostosowania się do nowy realiów, wykazania się zdolnościami adaptacyjnymi. Będzie to miało przełożenie również na ten podział między kobietami i mężczyznami, o którym rozmawialiśmy.

eprasa.pl 1eaf2615f9

OCHRONA PRZYRODY

Narasta spór wokół rezerwatu w Puszczy Białowieskiej

Plany utworzenia rezerwatu „Puszcza Białowieska – Lasy Otwarte im. prof. Simony Kossak" budzą ogromne emocje. Mieszkańcy i samorządy protestują

Martyna Jurkowska



FOT. IMAGO/KIRILL ŻYKOV/IMAGO STOCK AND PEOPLE/EAST NEWS

W sobotę, 28 listopada, konflikt przeniesie się na ulicę. Okręg Podlaski Związku Zawodowego „Budowlani" organizuje pokojowy protest społeczny w Hajnówce

Projekt ochrony jednego z najcenniejszych przyrodniczo obszarów Europy to dla miejscowych niepewność dotycząca ich domów, pracy, dróg, firm i przyszłości całego regionu. Pytań jest dużo, a odpowiedzi - zdaniem lokalnych władz - wciąż za mało.

– Nie zgadzamy się na przedmiotowe traktowanie mieszkańców. To my tutaj żyjemy, wychowujemy dzieci, planujemy swoją przyszłość i pielęgnujemy historię naszych rodzin. Nie jesteśmy obywatelami drugiej kategorii – mówi Mariusz Agiejczyk, wiceprzewodniczący Zarządu Okręgu Podlaskiego Związku Zawodowego „Budowlani".

Te słowa dobrze oddają atmosferę, jaka narasta wokół planowanego rezerwatu. Bo choć wszyscy deklarują, że Puszczę Białowieską trzeba chronić, zgody nie ma w kwestii tego, jak to robić i kto ma ponosić konsekwencje podejmowanych decyzji.

Ministerstwo Klimatu i Środowiska nie ma wątpliwości: nowa forma ochrony jest potrzebna. Projektowany rezerwat ma objąć 33 703,58 hektara na terenie pięciu gmin powiatu hajnowskiego: Narewki, Białowieży, Narwi, Dubicz Cerkiewnych i Hajnówki. W gminie Narewka będzie to największy obszar - około 12 tysięcy hektarów gruntów.

Urszula Zielińska, sekretarz stanu w resorcie klimatu i środowiska, stara się rozwiać obawy dotyczące własności nieruchomości: – Chcę to bardzo wyraźnie podkreślić: projekt nie obejmuje gruntów prywatnych i nie ingeruje w prawa własności mieszkańców. Dotyczy wyłącznie terenów Skarbu Państwa zarządzanych przez Lasy Państwowe – zapewnia.

I przekonuje, że nie chodzi o zamknięcie puszczy przed ludźmi. Wręcz przeciwnie. Nazwa „Lasy Otwarte" ma podkreślać, że mieszkańcy i turyści będą mogli nadal korzystać z lasu.

– Mieszkańcy będą mogli spacerować po lesie, poruszać się rowerami po drogach leśnych, zbierać grzyby i runo leśne. W praktyce zależy nam, aby codzienne korzystanie z puszczy pozostało niemal niezmienione – deklaruje Zielińska.

Po co zatem tworzyć rezerwat? Odpowiedź ministerstwa jest jednoznaczna. Chodzi o trwałe zabezpieczenie przyrody przed nadmierną eksploatacją. Takie rozwiązanie ma być odporne na przyszłe zmiany polityczne i administracyjne. Resort przypomina, że Puszcza Białowieska jest wpisana na Listę Światowego Dziedzictwa UNESCO, a Polska musi wywiązywać się z międzynarodowych zobowiązań dotyczących jej ochrony.

W argumentacji resortu ważne miejsce zajmuje wyrok Trybunału Sprawiedliwości Unii Europejskiej z 2018 roku. Komisja Europejska nadal wskazuje, że Polska nie wdrożyła w pełni wszystkich zaleceń dotyczących ochrony puszczy.

Jednym z najmocniejszych argumentów ministerstwa są dodatkowe pieniądze dla samorządów. Od stycznia 2024 roku obowiązuje system uwzględniający powierzchnię obszarów chronionych przy naliczaniu subwencji ogólnej, tzw. subwencja ekologiczna.

W przypadku gminy Narewka dodatkowe dochody, po uwzględnieniu korekt i częściowej utraty wpływów z podatku leśnego, mają wynieść około miliona złotych rocznie. Dla gmin powiatu hajnowskiego łącznie – około 4 milionów złotych rocznie, plus dodatkowe środki dla powiatu. Ministerstwo wskazuje też na program „Zielona Gmina", w którego budżecie przewidziano 40 milionów złotych na wsparcie samorządów tworzących nowe formy ochrony przyrody. Pieniądze mają być przeznaczane między innymi na edukację, turystykę.

Dla Łukasza Zasima, zastępcy wójta gminy Narewka, te wyliczenia nie są jednak wystarczającą odpowiedzią na problemy regionu.

Problemem jest również sposób finansowania. Subwencja ekologiczna stanowi część ogólnego systemu finansowania samorządów. Nie jest osobnym funduszem zarezerwowanym wyłącznie dla gmin puszczańskich.

– Właśnie dlatego postulowaliśmy utworzenie programu finansowego dla regionu Puszczy Białowieskiej. Chodzi o środki przeznaczone wyłącznie dla naszych gmin, a nie o konkursy ogólnopolskie, w których musimy rywalizować z setkami innych samorządów – tłumaczy Zasim.

Co powinno być finansowane w pierwszej kolejności? Jak przekonują samorządowcy z puszczańskich gmin, nie foldery turystyczne i kolejne atrakcje dla odwiedzających Puszczę Białowieską, lecz szeroko rozumiana infrastruktura, bez której trudno mówić o rozwoju i ochronie środowiska.

– Nasze najpilniejsze potrzeby dotyczą modernizacji oczyszczalni ścieków, stacji uzdatniania wody, sieci wodociągowych i kanalizacyjnych. To właśnie takie inwestycje najbardziej służą zarówno mieszkańcom, jak i ochronie przyrody – podkreśla.

Leon Małaszewski, wójt gminy Dubicze Cerkiewne, opowiada, że pierwsze informacje o planowanym rezerwacie pojawiły się dla niego niespodziewanie. Podczas spotkania z minister Urszulą Zielińską przedstawiono mapę projektowanego obszaru. Po wstępnej analizie pojawiły się pytania o dostęp do niektórych miejscowości. Wójt wymienia Krugłe, Nikiforowszczyznę i Wygon.

– Z mojej interpretacji załączonych map wynika, że mieszkańcy tych miejscowości mogą zostać pozbawieni bezpośredniego dostępu drogowego. Jeśli rzeczywiście tak jest, projekt wymaga pilnej korekty – podkreśla wójt Dubicz Cerkiewnych.

I zapewnia, że nie jest przeciwnikiem ochrony przyrody. Niepokoi go jednak sposób przygotowania projektu i jego możliwe konsekwencje: – Na tych terenach żyją ludzie, prowadzą gospodarstwa, wychowują dzieci i wiążą swoją przyszłość z tym regionem.

Gmina szacuje, że w 2027 roku może stracić około 63 tysięcy złotych wpływów z podatku leśnego. Ale to, jak mówi wójt, tylko ta część strat, którą można dziś policzyć. Znacznie trudniej oszacować konsekwencje dla przedsiębiorców, inwestorów i rynku pracy. Podobne obawy zgłasza Łukasz Zasim. Zwraca uwagę, że wyłączenie istniejącej drogi z granic rezerwatu nie rozwiązuje wszystkich problemów: – Dziś drogi to nie tylko jezdnie. To także pobocza, rowy odwadniające, ścieżki rowerowe, sieci techniczne i cała infrastruktura towarzysząca – wylicza.

Adam Juchnik, regionalny dyrektor ochrony środowiska w Białymstoku odpowiada, że zamierza wyłączyć z granic rezerwatu wszystkie drogi publiczne i drogi leśne udostępnione do ruchu publicznego. Mieszkańcom mają być udostępnione również pozostałe drogi leśne, które nie mają takiego statusu.

Tyle że samorządowcy oczekują nie tylko zapewnień. Chcą mieć pewność, że za kilka lat obecne wyjątki nie staną się źródłem nowych problemów. Zdaniem Barbary Sadowskiej, zastępcy burmistrza Hajnówki, mieszkańcy nie mają gwarancji, że zasady korzystania z puszczy, które dziś proponuje ministerstwo, pozostaną niezmienione.

– Dziś tworzy się rezerwat i jednocześnie wprowadza przepisy pozwalające mieszkańcom korzystać z jego części. Co jednak stanie się za kilka lat? Władze i osoby zajmujące stanowiska kierownicze w instytucjach publicznych się zmieniają. Jaką mamy gwarancję, że obecne zasady pozostaną w mocy? – pyta.

Lucyna Smoktunowicz, wójt gminy Hajnówka przypomina, że puszcza jest już objęta wieloma formami ochrony. Funkcjonuje tu 21 rezerwatów przyrody, sieć Natura 2000 oraz Plan Zarządzania Obiektem Światowego Dziedzictwa UNESCO. Dokument ten wyznacza cztery strefy zarządzania i strefę buforową.

– Trudno mi zrozumieć, dlaczego dziś proponuje się utworzenie kolejnego obszaru ochronnego w postaci rezerwatu o powierzchni blisko 34 tysięcy hektarów – mówi.

Sceptycy utworzenia nowego rezerwatu mają świadomość, że w tym sporze łatwo przykleić im etykietę ludzi, którzy nie dbają o przyrodę. Tymczasem przedstawiciele związków zawodowych przekonują, że ich stanowisko jest bardziej złożone. Mariusz Agiejczyk reprezentuje między innymi leśników, pracowników przemysłu drzewnego, budowlańców i nauczycieli.

– Nie jesteśmy przeciwnikami ochrony Puszczy Białowieskiej. Nasz przekaz jest jednoznaczny: chcemy chronić Puszczę Białowieską – mówi.

I stawia szereg pytań: – Czy Puszcza Białowieska nie jest już odpowiednio chroniona? Czy obecnie ktoś zagraża jej walorom przyrodniczym? Dlaczego projekt nowego rezerwatu pojawia się właśnie teraz i jest procedowany w tak szybkim tempie?

Spór przeniesie się na ulicę

W sobotę, 28 listopada, konflikt przeniesie się na ulicę. Okręg Podlaski Związku Zawodowego „Budowlani" organizuje pokojowy protest społeczny w Hajnówce.

Podczas zgromadzenia będzie można podpisać petycję w sprawie wstrzymania prac nad projektem w obecnym kształcie. Według organizatorów w formie elektronicznej zebrano już ponad 1200 głosów poparcia.

Zbiórka podpisów ma potrwać do 30 listopada, a jej wynik zostanie ogłoszony około 8 grudnia.

eprasa.pl 1eaf2615f9

MATERIAŁ INFORMACYJNY FUNDACJA ENERGA 11616904

FUNDACJA ENERGA KOLEJNY RAZ WŁĄCZA SIĘ W AKCJĘ MOVEMBER

Panowie pracujący na terenie Olivia Centre i w okolicznych zakładach w gdańskiej Oliwie mieli nie lada okazję, by w zasadzie „od ręki" sprawdzić swoje zdrowie. Wszystko za sprawą akcji, przygotowanej przez Fundację Energa. Nie trzeba się było nawet wcześniej rejestrować. Wystarczyła jedna, męska decyzja: po prostu przyjść. Tylko tyle i aż tyle...

Maciej Krajewski



FOT. PRZEMYSŁAW ŚWIDERSKI

Już od samego rana przy mobilnych gabinetach ustawiali się chętni do badań. Panowie podchodzili bez wstydu, z uśmiechem n a ustach. Podkreślali , jak ważna jest profilaktyka - rozmowy o niej, ale i tego typu spotkania.

Listopad od lat jest miesiącem, w którym szczególnie głośno rozmawiamy o zdrowiu mężczyzn. W ramach tzw. akcji Movember organizowane są rożnego rodzaju inicjatywy, dyskusje, a często - ogólnodostępne badania.

Fundacja Energa również włącza się w tego typu przedsięwzięcia. I to nie tylko słowem - zachęcając panów do regularnych odwiedzin w przychodniach, szpitalach - ale i czynem, czego przykładem było spotkanie w środę, 25 listopada na terenie Olivia Centre w Gdańsku. Na jednym z tutejszych parkingów od rana stały dwa mobilne gabinety Badabus, w których zainteresowani mogli niemalże od ręki bezpłatnie wykonać badania USG jąder.

- Październik i listopad to są dla nas takie dwa miesiące, w których mówimy o zdrowiu - wyjaśnia Katarzyna Dziadul, prezes Fundacji Energa. - W październiku zajmowaliśmy się zdrowiem kobiet. Organizowaliśmy akcje profilaktyczne. W ich ramach, w czterech miastach, przebadaliśmy ponad 400 osób. W listopadzie do badań profilaktycznych zachęcaliśmy panów.

By wziąć udział w badaniach USG jąder wystarczyło jedynie pojawić się na miejscu i zapisać u kierowcy Badabusa na dogodną godzinę - bez specjalnych przygotowań, skierowań itp.

Co ciekawe, większość badań była realizowana już kilka minut po zapisaniu się. Jak podkreślają organizatorzy akcji w Gdańsku, USG jąder jest bowiem szybkim, bezbolesnym i nieinwazyjnym badaniem. Co ważne - wcześnie wykryte zmiany w większości przypadków można skutecznie leczyć.

- Wystarczy tylko 15 minut, żeby skontrolować swoje zdrowie, a to w wielu przypadkach może naprawdę uratować życie - dodaje Katarzyna Dziadul.



FOT. PRZEMYSŁAW ŚWIDERSKI

Jak opowiada Katarzyna Dziadul, Fundacja Energa nie zamierza poprzestawać na tegorocznej inicjatywie.



FOT. PRZEMYSŁAW ŚWIDERSKI

Uczestnicy akcji w Oliwie chwalili m.in. bliskość samych badań - wystarczyło tylko na chwilę wyskoczyć z pracy.

Całość podczas jednej przerwy w pracy

Mimo mroźnej pogody w Oliwie nie brakowało chętnych na badania. Panowie bez wstydu podchodzili do busów, rozmawiając żywiołowo z innymi czekającymi. Niektórzy pierwszy raz korzystali z możliwości wykonania tego rodzaju badania, inni przyznawali, że starają się regularnie odwiedzać lekarzy. Wszystkich jednak cieszyło zainteresowanie tą inicjatywą.

- Jest listopad, jest akcja Movember i warto się badać, warto dbać o zdrowie. Panowie często o tym zapominają, więc fajnie, że jest tutaj tyle osób, które dbają o siebie - mówi Krzysiek. - Taka spontaniczna akcja, każdy mógł tu przyjść z ulicy. Super inicjatywa i oby takich więcej.

- Myślę, że takie akcje są bardzo ważne. Teraz, w czasach, kiedy jest tak dużo chorób nowotworowych dobrze jest uczestniczyć w badaniach przesiewowych - komentuje z kolei Mariusz, który pierwszy raz wziął w nich udział.

Jak podkreślali uczestnicy akcji w Gdańsku, dużym ułatwieniem była lokalizacja mobilnych gabinetów. Każdy zainteresowany mógł po prostu zrobić sobie krótką przerwę w pracy, żeby przebadać się i być spokojnym - bez potrzeby układania całego dnia pod taką wizytę.

- Człowiek jest taki zabiegany, czasami nie pomyśli o tym w ogóle, albo nie ma czasu. A tu się pojawia informacja, możliwość wyskoczenia tylko na chwilę z pracy, by załatwić wszystko szybko i na miejscu - potwierdza Piotr.

Z oficjalnych źródeł i rozmów w kuluarach

Wysoka frekwencja to przede wszystkim efekt dobrej promocji w oficjalnych kanałach, ale też za pomocą poczty pantoflowej, podczas zwykłych rozmów w pracy.

- Przyszedłem, żeby wykonać badania. Pierwszy raz w życiu mi się takie trafiły, trzeba więc korzystać z okazji - mówi Piotr.- O akcji dowiedziałem się z naszego intranetu. W kompleksie są też ekrany w windach i na nich pojawia się ta informacja. Człowiek jest taki zabiegany, o takim czymś w ogóle nie pomyśli, a tu jest możliwość, żeby wyskoczyć tylko na chwilę z pracy i można się przebadać.

Ciepłe przyjęcie inicjatywy w Gdańsku daje nadzieję, iż nie będzie ona ostatnią. Tym bardziej, że organizatorzy wcale nie zamierzają na tym poprzestawać.

- Fundacja Energa coraz częściej angażuje się w projekty własne, które są odpowiedzią na konkretne potrzeby lokalnych społeczności. Chcemy, aby takich inicjatyw było więcej również w przyszłym roku - zapewnia prezes fundacji. - Widzimy, jak wiele jest potrzeb, szczególnie w obszarze profilaktyki zdrowotnej. Dlatego chcemy odpowiadać na nie kolejnymi działaniami - dodaje.

Wszystkim przyświeca jeden cel

Movember (od połączenia angielskich „moustache" i „November" - „wąs" i „listopad") to międzynarodowa akcja, w której mężczyźni na całym świecie zapuszczają wąsy, żeby przypomnieć panom o zdrowiu i profilaktyce. Także w Polsce coraz więcej firm, instytucji włącza się w tego typu inicjatywy, podkreślając znaczenie regularnych badań, a także, podobnie jak Fundacja Energa, organizując podobne we własnym zakresie. Movember ma za zadanie propagować profilaktykę raka jąder i prostaty, a także zwracać uwagę na zdrowie psychiczne mężczyzn.

Cel jest zawsze ten sam: by częściej się badać, obserwować własne ciało, reagować na niepokojące zmiany i sygnały. Wizyta u specjalisty to nic strasznego ani „ujmującego męskości". Prawdziwa siła zaczyna się od troski o siebie i o tym panowie powinni zawsze pamiętać.

eprasa.pl 1eaf2615f9

MEDIA PRZECIW DEZINFORMACJI

Chory człowiek szuka ratunku, internet obiecuje cud. Prof. Raciborski o medycznej dezinformacji

W internecie znajdziemy prostą receptę na złożone problemy. Ktoś zapewnia, że jego produkt rozwiąże wszystkie nasze kłopoty; mówi przejrzyście, znanym nam językiem, daje gwarancję sukcesu. Nieufność powinna już wzbudzić gwarancja skuteczności – mówi prof. Filip Raciborski z Warszawskiego Uniwersytetu Medycznego



Anita Czupryn

Dlaczego pacjenci bardziej ufają komuś z internetu niż lekarzowi? Szukają tego, czego zabrakło im w gabinecie?

Mówimy o szerokim problemie, jakim wydaje się komunikacja między pacjentem i lekarzem, oraz lekarzem i pacjentem, bo należy ten problem analizować w obu kierunkach. Lekarz oferuje nam diagnozę, konsultację i leczenie czy też zalecenia, natomiast w większości przypadków czas na pojedynczą wizytę jest bardzo ograniczony. Trzeba pamiętać, że lekarz często nie ma tyle czasu, ile byśmy chcieli. Dodatkowo musi jeszcze wypełnić dokumentację związaną z naszą wizytą. To nie są idealne warunki do rozmowy na temat naszego zdrowia, szczególnie gdy mamy mówić o naszych wątpliwościach czy obawach. Druga rzecz to język. Zarówno lekarz, jak i dokumenty, które otrzymujemy w ramach systemu ochrony zdrowia, posługują się językiem fachowym. I ten język taki ma być, gdyż mamy do czynienia z dokumentacją medyczną. A dla pacjenta często jest to język nie w pełni zrozumiały. Z kolei, jeżeli lekarz przepisze nam lek i zajrzymy do ulotki dla pacjenta, znajdziemy w niej szereg ograniczeń i możliwych działań niepożądanych. Ich wymienienie wynika z obowiązujących przepisów dopuszczania leków do obrotu. Natomiast pacjenta może to przerażać, gdyż jest to fachowe, skomplikowane i mało zrozumiałe, a dodatkowo jest tam wprost napisane o grożących nam ryzykach, z których część może być bardzo poważna.

W internecie znajdziemy prostsze wytłumaczenie?

W internecie znajdziemy prostą receptę na złożone problemy. Ktoś zapewnia, że jego produkt rozwiąże wszystkie nasze kłopoty; mówi przejrzyście, znanym nam językiem, daje gwarancję sukcesu. Obiecuje poprawę, powołuje się na dziesiątki zadowolonych osób. Czasem opowiada, że sprawdził dany produkt na sobie. To jest bardziej przystępne niż dowody naukowe oparte na badaniach klinicznych i analizach statystycznych. Osoba, u której pojawił się jakiś problem zdrowotny, często odczuwa niepokój czy nawet lęk. Chciałaby, żeby jej problem dał się łatwo rozwiązać, najlepiej bez konieczności długotrwałego leczenia i czasochłonnej zmiany nawyków. Tym bardziej, że leczenie też wiąże się z dodatkowymi ryzykami, w tym potencjalnymi działaniami niepożądanymi. Jeżeli zestawimy te dwie sytuacje, to nietrudno zrozumieć, dlaczego ulegamy obietnicom prostych rozwiązań, które są nam oferowane w atrakcyjnej postaci. Zadaniem lekarza nie jest jednak sprzedaż czegoś ani składanie takich obietnic, tylko leczenie pacjenta zgodnie z aktualnym stanem wiedzy medycznej, mając jednocześnie świadomość istniejących ograniczeń.

Które fałszywe informacje o zdrowiu najbardziej pana dziś niepokoją?

Patrząc na skalę zjawiska i długofalowy wpływ, po pierwsze wskażę na szczepienia. Przez ostatnie kilkanaście lat obserwowaliśmy spadek odsetka dzieci szczepionych zgodnie z tzw. kalendarzem szczepień. Trzeba przy tym zaznaczyć, że po wyraźnym spadku w okresie pandemii część wskaźników zaczęła powoli się podnosić. Natomiast porównanie z danymi sprzed kilkunastu lat pokazuje wyraźne różnice i są one niekorzystne z perspektywy naszego bezpieczeństwa. Przed naszą rozmową zajrzałem do danych GUS. Weźmy szczepienie przeciw odrze, śwince i różyczce – MMR, które często jest wymieniane w kontekście dezinformacji i medycznych fake newsów. W 2010 roku odsetek dzieci zaszczepionych w trzecim roku życia tą szczepionką wynosił 98,2 procent, a w 2024 roku było to 91,7 procent. Może komuś wyda się, że to dalej bardzo dużo i nie ma się czym przejmować, ale dla odry próg odporności populacyjnej wynosi aż 95 procent. Zejście poniżej tego progu oznacza długofalowo, że choroba może się znacznie łatwiej rozprzestrzeniać w społeczeństwie, stanowiąc poważne zagrożenie zdrowia naszego i naszych najbliższych. Tymczasem szczepienia są inwestycją w profilaktykę, zabezpieczeniem przed chorobą. Ważne jest też, żeby realizować je zgodnie z zaleceniami. W niektórych przypadkach późniejsze szczepienie może przynieść mniejsze korzyści, chociaż i tak warto się zaszczepić. Tak jest na przykład w przypadku HPV, gdzie szczepionka jest najbardziej efektywna, gdy podana została przed kontaktem z wirusem. Niepokoi mnie również wynik raportu „Dezinformacja oczami Polaków" z 2026 roku: aż 20 procent badanych zgadza się z tezą, że dieta i zioła mogą całkowicie zastąpić leczenie onkologiczne. Z jednej strony jest to przerażające, kiedy myślimy o potencjalnych konsekwencjach takiego podejścia. Z drugiej strony, patrząc na to, jak wygląda dziś przestrzeń internetu i z jakimi informacjami spotykamy się w mediach społecznościowych, te dane niestety nie są zaskoczeniem.

Algorytmy podsuwają mi reklamy cudownego preparatu, który ma usunąć przyczynę przewlekłej choroby, na którą choruję. Jest zdjęcie naukowczyni, historie wyzdrowień, komentarze pełne zachwytu. Jak sprawdzić, co w tym jest prawdą?

Każdą taką informację możemy poddać weryfikacji. Pytanie, czy mamy na to czas. Są portale factcheckingowe, które biorą na warsztat popularne przekazy i rozkładają je na czynniki pierwsze. Pokazują źródła, wyjaśniają, skąd pochodzą wykorzystane materiały, jak zostały przerobione i na czym polega manipulacja. W podanym przez panią przykładzie mamy ofertę sprzedaży produktu. Mówimy więc o reklamie i manipulacji mającej skłonić nas do zakupu. Nieufność powinna wzbudzić gwarancja skuteczności. W ulotkach leków dopuszczonych do obrotu mamy informacje o wskazaniu i możliwych działaniach niepożądanych. Nikt nie obiecuje, że lek będzie w stu procentach skuteczny u każdego. To niemożliwe, ponieważ na jego skuteczność wpływa szereg czynników. W takich internetowych opowieściach pojawia się też przekaz, że lekarze leczą wyłącznie objawy, a nie przyczyny chorób.

Albo, że coś przed nami ukrywają.

To kolejna technika wpływu, powiązana z teoriami spiskowymi. Przekonuje się nas, że komuś nie zależy na naszym wyleczeniu, tylko na tym, żeby leczyć nas przez wiele lat i na nas zarabiać. Ktoś inny ma rzekomo recepturę, którą wszyscy próbują mu odebrać albo ukryć, grożą mu pozwami, a on z dobroci serca i po kosztach oferuje nam terapię. Teorie spiskowe niestety bardzo dobrze się trzymają. Jest ich dużo, mają duże zasięgi i szybko się rozchodzą. Połączenie ich z ofertą takiego produktu daje niebezpieczną mieszankę. Zwróćmy więc uwagę, czy podano informacje o możliwych działaniach niepożądanych i przeciwwskazaniach: komu nie należy tego produktu podawać. Jeżeli nie ma żadnych takich informacji, a porównamy reklamę z ulotką leku, natychmiast zobaczymy różnicę.

A jeśli kontrowersyjną metodę poleca prawdziwy lekarz? Mówi, żeby odstawić metforminę, leki na cholesterol czy nadciśnienie, bo wszystko załatwi dieta. Jak pacjent ma ocenić taką poradę, skoro dyplom i tytuł naukowy też mogą nie rozstrzygać sprawy?

Także w środowisku naukowym i medycznym są osoby rozpowszechniające nieprawdziwe informacje. Najpierw trzeba jednak ustalić, czy rzeczywiście to dana osoba się wypowiada. Osobnym problemem są deepfejki, czyli cyfrowo stworzone podobizny znanych profesorów medycyny, wykorzystywane do rozpowszechniania fałszywych tez. Zdarza się, że prawdziwy lekarz prezentuje poglądy nieoparte na dowodach naukowych. Czasami wypowiada się poza zakresem swojej specjalizacji. Można sprawdzić w Centralnym Rejestrze Lekarzy, jaką specjalizację ma ta osoba. To może być sygnał, że coś jest nie tak. Izby lekarskie podejmują działania w takich sprawach, jednak ich skuteczność jest na razie ograniczona.

Często też słyszymy od różnych „internetowych guru medycyny", że „są na to badania".

Może pojawić się odwołanie do prawdziwej publikacji naukowej, tyle że wnioski są fałszywe. To technika doskonale znana w dezinformacji, tak zwane cherry picking. Wybiera się fragment prawdziwej informacji, ale pomija kontekst, pozostałe dane i szczegóły. Na świecie są miliony badań i publikacji, które nie mają jednakowej jakości. Czasami wyniki są obciążone ograniczeniami metodologicznymi. Autorzy wprost o tym piszą: z jakichś powodów trzeba podchodzić do wyników ostrożnie albo powtórzyć badania w innych warunkach. W dobrych publikacjach omawia się takie wątpliwości, porównuje wyniki z ustaleniami innych badaczy, wskazuje możliwe źródła rozbieżności. Jeśli ktoś wybiera jedno kontrowersyjne zdanie, a pomija kolejne, w których autor wyjaśnia te kwestie, mamy do czynienia z manipulacją. Coraz częściej zamiast zmyślonych wyników przedstawia się pojedyncze dane z istniejących publikacji. Odbiorcę można w ten sposób wprowadzić w błąd, podając mu nawet odnośnik do pracy opublikowanej w dobrym czasopiśmie.

Co odróżnia takie wybieranie wyników od korzystania z wiedzy naukowej?

My tę wiedzę agregujemy. Jak wspomniałem, badania mają różną jakość i podlegają dalszej ocenie. Tworzymy metaanalizy i przeglądy systematyczne, zestawiając wyniki wielu publikacji i dopiero na tej podstawie budujemy wiarygodną wiedzę naukową. Wyciąganie pojedynczych liczb może prowadzić do zupełnie innego obrazu. Co więcej, nawet gdy od-

eprasa.pl 1eaf2615f9

biorca zechce sprawdzić źródło, trafi na artykuł napisany fachowym językiem medycznym, najczęściej po angielsku. To duża bariera. Kto z nas ma czas na szczegółową analizę takiego materiału? Nasz pośpiech i to, że zajmujemy się wieloma innymi sprawami, sprawia, że jesteśmy podatni na dezinformację.

Od lat bada pan stosunek obywateli do szczepień. Co pana w tych badaniach najbardziej zaskoczyło?

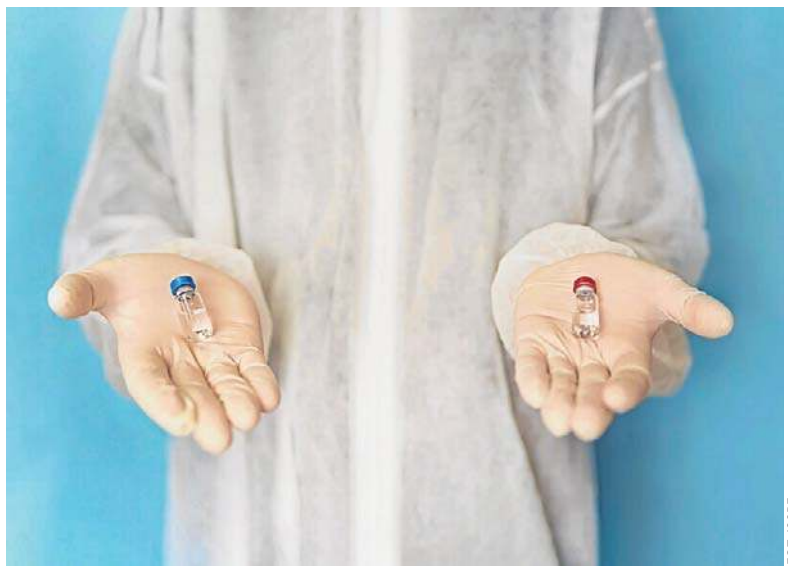
Współrealizowaliśmy wspólnie z CMKP, SWPS i ALK duży projekt MedFake, dotyczący budowania zaufania do szczepień. Był on finansowany przez NCBR, ale zamawiany przez Ministerstwo Zdrowia. Badaliśmy między innymi osoby w wieku 15-39 lat. Niezwykle ciekawe było dla mnie to, że osób o ugruntowanych poglądach, czy to proszczepiennych, czy antyszczepionkowych, było stosunkowo niewiele. Blisko dwie trzecie badanych przez nas osób miało swoje zdanie na temat szczepień, ale nie było ono mocno utrwalone. Te osoby mogą zmieniać stanowisko, w zależności od tego, co dzieje się w debacie publicznej. Jeżeli media opiszą sytuację, w której brak szczepienia doprowadził do poważnych powikłań czy śmierci dziecka, następuje przesunięcie w stronę postaw proszczepiennych. Jeśli natomiast zainteresują się niepożądanym odczynem poszczepiennym i nadadzą pojedynczemu przypadkowi rangę niewspółmierną do rzeczywistego zagrożenia, obserwujemy przesunięcie w przeciwnym kierunku. To sytuacja dynamiczna. Przekazy w mediach, także społecznościowych, mają silny wpływ na postawy.

Ale niektóre fałszywe przekonania okazują się jednak wyjątkowo trwałe. Jak to o związku szczepienia z autyzmem.

To właśnie jest zaskakujące. Fałszywa informacja o związku szczepienia MMR, czyli przeciw odrze, śwince i różyczce, z rozwojem autyzmu była wielokrotnie dementowana. Publikację, która rzeczywiście się ukazała w topowym czasopiśmie medycznym, wycofano po wnikliwej analizie. Wykazano poważne błędy metodologiczne i nadużycia, a jej tezy zostały obalone. Wycofanie nastąpiło dopiero w 2010 roku, wiele lat po jej publikacji. Mimo upływu wielu lat i jednoznacznych wypowiedzi ekspertów, te twierdzenia nadal są powielane. We wspomnianym raporcie „Dezinformacja oczami Polaków" z 2026 roku 28 procent badanych zgadza się z tezą, że szczepionki są główną przyczyną różnych chorób, na przykład autyzmu u dzieci czy nowotworów. To ponad jedna czwarta badanych. Mimo zgodnego głosu ekspertów, działań promujących szczepienia i pracy instytucji zdrowia publicznego takie przekonania pozostają utrwalone. Problem ma charakter globalny; w różnej skali borykają się z nimi również kraje zachodnie.

Od czego lekarz powinien zacząć rozmowę, jeśli rodzic mówi: „Boję się zaszczepić dziecko"?

Od uważnego wysłuchania, czego się dokładnie boi i na czym opiera swoje obawy. W ramach projektu jeździliśmy po Polsce i rozmawialiśmy z lekarzami i pielęgniarkami pracującymi w punktach szczepień, do których pacjenci zgłaszają takie wątpliwości. Przygotowaliśmy na tej podstawie rekomendacje. Jeżeli od razu zakwestionujemy obawy rodzica, powiemy, że nie mają sensu, bo dane naukowe pokazują coś innego, a nie wysłuchamy, o co mu chodzi, możemy zamknąć drogę do porozumienia. Bywało, że po dobrze przeprowadzonej rozmowie może nie udawało się wykonać szczepienia na pierwszej wizycie, ale dzięki kolejnym rozmowom było to możliwe przy drugim czy trzecim podejściu. Trzeba zrozumieć ludzkie lęki i rozmawiać prostym językiem. Jeżeli zaczynamy od terminologii medycznej i samych danych statystycznych, trudno o porozumienie. Tymi osobami często kieruje troska o dziecko.



FOT. 123RF

Prof. Filip Raciborski: Coraz częściej zamiast zmyślonych wyników przedstawia się pojedyncze dane z istniejących publikacji. Odbiorcę można w ten sposób wprowadzić w błąd, podając mu nawet odnośnik do pracy opublikowanej w dobrym czasopiśmie

Rodzic, który odmawia szczepienia, może uważać, że właśnie w ten sposób chroni dziecko?

Nasi koledzy z Akademii Leona Koźmińskiego badali środowiska antyszczepionkowe. Jeden z ważniejszych wniosków, które nam przedstawili, był taki, że unikanie szczepienia jest przez te osoby postrzegane jako forma dbania o zdrowie dziecka. Uważają, że szczepienie jest na tyle niebezpieczne, iż bezpieczniej go uniknąć. Jeżeli nie zrozumiemy tej perspektywy, trudno będzie rozmawiać. Nie łudźmy się też, że przekonania utrzymywane przez lata zmienimy podczas pierwszego spotkania. Z rozmów z personelem medycznym wynikało, jak ważne jest, żeby rodzic poczuł się potraktowany poważnie, bez stygmatyzowania: „O, przyszedł antyszczepionkowiec". To człowiek, który ma swoje obawy i z którym można o nich porozmawiać. Jeśli nie uda się go przekonać za pierwszym razem, nie należy robić tego na siłę. Trzeba zostawić przestrzeń na kolejne spotkanie, kolejną rozmowę. Czasem właśnie w ten sposób udaje się te osoby przekonać.

Dzieci w szkole uczą się np. segregowania odpadów, wracają do domu i uczą rodziców. Czy podobnie mogłyby uczyć się rozpoznawania dezinformacji?

Wyszliśmy dokładnie z tego założenia. Nasi koledzy z Uniwersytetu SWPS opowiedzieli nam o „szczepionce przeciwko dezinformacji". To przenośnia. Chodzi o naukę krytycznego myślenia i pewnej nieufności wobec docierających do nas informacji. To, że ktoś nam coś przekazał, nie oznacza, że to automatycznie jest prawda. Badania pokazują, że ćwiczenie rozpoznawania prób manipulacji zwiększa naszą odporność. Wspólnie z pedagogami ze szkół podstawowych stworzyliśmy scenariusze lekcji dla klas I–III oraz dla starszych uczniów. Dla tych drugich – na historię i biologię. Pokazywaliśmy, jak w czasie dawnych epidemii rozpowszechniały się nieprawdziwe informacje i jakie stosowano metody leczenia. Dziś niektóre z nich wydają nam się kuriozalne, ale w dobie lęku i braku dostępu do wiedzy medycznej ludzie się tym kierowali. Przykładem może być leczenie dżumy poprzez przykładanie do obrzękniętych węzłów chłonnych np. gołębi, które miały zabierać chorobę od chorego. Dla dzieci są to ciekawe, zaskakujące historie, które pozwalają pokazać mechanizm: kiedy się boimy i nie znamy przyczyny problemu, sięgamy po niesprawdzone rozwiązania. A one mogą nie tylko być nieskuteczne, lecz także niebezpieczne.

Jak rozmawiać o tym z najmłodszymi, żeby nie był to kolejny niezrozumiały wykład?

Przygotowaliśmy komiksy. Dla klas I–III wykorzystaliśmy bajkę o Jasiu i Małgosi, pokazując, że to, co łatwe, miłe i przyjemne, nie zawsze jest dla nas zdrowe. Do starszych dzieci zwracaliśmy się już wprost z tematem dezinformacji. Stworzyliśmy postać superbohatera, Wigora Swady, który walczy z fałszywymi tezami. Szukaliśmy atrakcyjnego dla nich języka. Uważam, że w szkole powinniśmy jak najwcześniej zacząć o tym rozmawiać. Przygotowywać dzieci na kontakt z fałszywymi informacjami, uczyć krytycznego myślenia, ale też tego, żeby nie przekazywały dalej wszystkiego, co do nich trafia. Dezinformacja szerzy się przez nas, bo to my ją zazwyczaj rozpowszechniamy. Bez weryfikacji, oceny czy choćby zastanowienia, czy coś jest prawdą. Można o tym mówić ciekawie, dostosowując język do wieku odbiorców: w szkole podstawowej, średniej, a później na uniwersytetach. Tak kształtujemy bardziej świadome społeczeństwo.

Jeśli chodzi o internet, to wręcz zalewa nas fala fałszywych informacji. Sama edukacja wystarczy?

Problem niewątpliwie jest bardzo poważny. Biorąc pod uwagę obecną politykę mediów społecznościowych i wielkich firm technologicznych, niewiele wskazuje na to, żeby w najbliższych latach nastąpiła radykalna poprawa jakości i weryfikacji informacji. Trochę jesteśmy pozostawieni sami sobie. Dlatego tak ważne jest wyrobienie umiejętności krytycznego myślenia: zatrzymania się i zastanowienia, czy to, co czytamy, ta reklama albo cudowny sposób na nasze dolegliwości, w ogóle ma szansę być prawdziwe i sprawdzone. Dlatego też stworzyliśmy poradniki dla rodziców, dla osób dorosłych. Zwykle poradniki zachęcające do szczepień wyjaśniają, że szczepienia są bezpieczne, i rozprawiają się z mitami. My poszliśmy w inną stronę. Pokazaliśmy, jak wyglądał świat, w którym nie było szczepień, i jakie ryzyko wiązało się z chorobami, przed którymi one chronią. Często gloryfikujemy to, co naturalne, uznając, że jest zdrowe. Nie zawsze to prawda. Niektóre rośliny są trujące i nikomu nie będziemy polecać ich spożywania tylko dlatego, że są naturalne. Podobnie zapominamy o zagrożeniach związanych z nabywaniem odporności przez przechorowanie. Nikt nie mówi o potencjalnych ryzykach i powikłaniach. Korzystamy z ochrony, którą dają szczepienia, także z odporności populacyjnej. Przez lata odsetek zaszczepionych był wysoki, a uchylanie się od szczepień znacznie rzadsze. O samych chorobach niewiele rozmawiamy. Pozostają nazwy, które czasem sprawdzamy w wyszukiwarce. Co jakiś czas pojawiają się ogniska zachorowań. Tak było z odrą pod Warszawą w 2018 roku, czy w 2024 roku, pojawił się też krztusiec. Okazuje się, że to, co przestało być dla nas problemem, może powrócić. O tym przypominamy w poradniku.

Wróćmy do pacjenta przed ekranem komputera czy telefonu. Trafia na poradę zdrowotną. Zanim w nią uwierzy, zanim udostępni bliskim albo kupi polecany preparat, to co powinien zrobić najpierw?

Zacząłbym od zdrowego rozsądku. Jeżeli ktoś oferuje produkt, który ma gwarantowaną skuteczność i rozwiązuje wszystkie nasze problemy, zastanówmy się przez chwilę, czy to w ogóle realne. Czy ma szansę być prawdą? Już taka wstępna ocena może pokazać, że prawdopodobnie mamy do czynienia z oszustwem albo manipulacją. Poszukajmy w internecie informacji: kto jest producentem, jaki jest skład produktu, czy został zarejestrowany i przez kogo. Sprawdźmy, czy jest szeroko dostępny. Ograniczona dostępność może być kolejnym sygnałem wymagającym uwagi. Przyjrzyjmy się opiniom. Jeżeli są wyłącznie zachwyty zadowolonych osób, a brakuje odniesień do wyników badań, i to nie tylko jednego badania, to mamy powód do wątpliwości. Podobnie, jeśli produkt przedstawiany jako lek, nie ma informacji o wskazaniach czy możliwych działaniach niepożądanych. Spotykamy produkty, które podszywają się pod leki, nawet ich nazwy bywają podobne. Jeśli dodatkowo pojawia się opowieść, że lekarze nie chcą o nich mówić, ktoś zastrasza producenta albo istnieje zmowa, która ma nie dopuścić preparatu na rynek, to kolejny sygnał oszustwa lub dezinformacji.

eprasa.pl 1eaf2615f9

LUDZIE

Marzenie z dzieciństwa zaprowadziło go w Himalaje. 32-latek z Jarosławia zdobył Island Peak

Gdy po północy opuszczał namiot, termometr pokazywał około minus 30 stopni. Woda zamarzła jeszcze przed wyjściem na szlak. Powietrza było coraz mniej, każdy krok kosztował ogromny wysiłek, a przed nim wciąż było ponad 7 godzin wspinaczki. 4 listopada o godzinie 8.30 czasu nepalskiego stanął na wysokości 6189 metrów n.p.m. Marzenie, które narodziło się jeszcze w dzieciństwie w Jarosławiu, właśnie się spełniło

Klaudia Oronowicz-Chudzik

Kuba Hajduk ma 32 lata. Zanim pojechał do Nepalu, przez półtora roku podporządkował życie jednemu celowi. Treningi, przygotowania logistyczne, kompletowanie sprzętu, planowanie trasy. Wszystko po to, by zmierzyć się z Island Peak – jednym z najbardziej znanych sześciotysięczników w Himalajach.

Dziś mówi, że choć wrócił już do Polski, głową nadal jest tam, między lodowcami, ośmiotysięcznikami i wąskimi ścieżkami wijącymi się na wysokości, na której wielu ludzi zaczyna mieć problemy z oddychaniem.

– Dalej chyba jestem tam. To był mój pierwszy wyjazd w Himalaje i zrobiło to na mnie ogromne wrażenie. Widok tych wszystkich ośmiotysięczników, skał, piargów i lodowców jest czymś, czego nie da się porównać z niczym innym – opowiada Kuba.



FOT. ARCHIWUM KUBY HAJDUKA

Atak szczytowy rozpoczął się 4 listopada około godziny pierwszej w nocy. O 8.30 czasu lokalnego Kuba stanął na szczycie Island Peak

Między Everestem a miejscem śmierci Kukuczki

Island Peak, nazywany przez miejscowych Imja Tse, znajduje się w nepalskiej części Himalajów, niedaleko granicy z Tybetem. Wznosi się na 6189 metrów n.p.m. Nie jest najwyższą górą świata, ale jego położenie sprawia, że dla wielu wspinaczy stanowi jedną z najbardziej spektakularnych gór do zdobycia. Ze szczytu można oglądać giganty Himalajów: Mount Everest, Lhotse, Makalu czy Cho Oyu.

To właśnie ściana Lhotse była jednym z widoków, które szczególnie zapadły mu w pamięć. – Z wierzchołka bardzo dobrze widać południową ścianę Lhotse. To właśnie tam zginął Jerzy Kukuczka, jeden z najwybitniejszych polskich himalaistów – mówi Kuba.

Dla człowieka, który od dziecka zaczytywał się w górskich historiach, był to moment wyjątkowy.

Zaczęło się w Bieszczadach

Nie jest jednym z tych, którzy nagle postanawiają zdobywać wysokie góry. – Marzenie o Himalajach miałem od dzieciństwa. Góry zawsze były częścią mojego życia. Wszystko zaczęło się bardzo niewinnie, od harcerstwa i Bieszczadów. Potem przyszły Tatry i inne góry Europy, ale Himalaje cały czas siedziały mi gdzieś z tyłu głowy – wspomina.

W końcu uznał, że to odpowiedni moment. Do wyprawy przygotowywał się przez prawie półtora roku. Oprócz treningów wytrzymałościowych i górskich wędrówek, korzystał także z domowego sprzętu do treningu hipoksji normobarycznej, który pozwala symulować warunki panujące na dużych wysokościach.

Przez kilka godzin dziennie maszerował z obciążonym plecakiem, przyzwyczajając organizm do mniejszej ilości tlenu. Miesiąc przed wyjazdem zaczął dodatkowo spać w specjalnym namiocie wysokościowym, odtwarzającym warunki panujące w wysokich górach.

– Półtora roku praktycznie podporządkowałem temu jednemu celowi. To były treningi, logistyka, kompletowanie sprzętu i przygotowanie organizmu na to, co czeka mnie w Himalajach – mówi.

Nie ukrywa, że w przygotowaniach bardzo ważne było również wsparcie medyczne. Chce szczególnie podziękować lekarzowi medycyny wysokogórskiej Robertowi Szymczakowi, który pomagał dobrać odpowiednią farmakologię i wspierał go przed wyjazdem, w trakcie wyprawy oraz po powrocie do kraju. Słowa wdzięczności kieruje także do doktor Jolanty Kot za opiekę i pomoc w przygotowaniach do przedsięwzięcia.

Najniebezpieczniejsze lotnisko świata

Podróż rozpoczęła się od lotu do Nepalu. Z Krakowa przez Zjednoczone Emiraty Arabskie dotarł do Katmandu, a następnie małym samolotem poleciał do Lukli.

Dla wielu właśnie ten etap jest pierwszym prawdziwym testem nerwów. Lukla słynie bowiem z jednego z najbardziej wymagających lotnisk na świecie. Sam pas startowy położony jest na zboczu góry, a jego długość wynosi zaledwie 527 metrów. – Może nie bałem się, ale robi to ogromne wrażenie. Szczególnie lądowanie – przyznaje Kuba.

To właśnie stamtąd rozpoczyna się większość trekkingów prowadzących w okolice Mount Everestu.

Jednym z najważniejszych elementów wyprawy była aklimatyzacja. Na wysokości kilku tysięcy metrów organizm musi nauczyć się funkcjonować przy znacznie mniejszej ilości tlenu. Zbyt szybkie zdobywanie wysokości może doprowadzić do ostrej choroby górskiej, a w skrajnych przypadkach do śmiertelnie niebezpiecznego obrzę-ku mózgu lub płuc.

Te góry nigdzie nie uciekną

Podczas wyprawy Kuba zdobył także szczyt Nangkartshang Peak (5080 m n.p.m.), odwiedził Everest Base Camp, Ama-dablam Base Camp i próbował wejść na Kala Patthar – szczyt naprzeciw Mount Everestu. Na około 150 metrów przed wierzchołkiem podjął jednak decyzję, którą wielu wspinaczy uważa za najtrudniejszą: zawrócił.

– Bolała mnie głowa, miałem mdłości i czułem, że coś jest nie tak. Celem był Island Peak, więc wygrał zdrowy rozsądek. Te góry nigdzie nie uciekną – wspomina.

To decyzja, która prawdopodobnie pomogła mu później osiągnąć główny cel wyprawy.

eprasa.pl 1eaf2615f9

Siedem i pół godziny walki

Atak szczytowy rozpoczął się 4 listopada około godziny pierwszej w nocy. Wyruszył tylko z jedną osobą. Jego partnerem był Pasang Sherpa, nepalski przewodnik, wychowany na wysokości około 3 tysięcy metrów nad poziomem morza. Przez siedem i pół godziny wspinali się w ciemności, mrozie i coraz rzadszym powietrzu.

Na wysokości ponad 6 tysięcy metrów każdy krok wymagał zatrzymania się i złapania oddechu.

– Nigdy w życiu nie byłem tak zmęczony. Mam doświadczenie w biegach ultra i innych sportach wytrzymałościowych, ale czegoś takiego wcześniej nie przeżyłem – wspomina Kuba.

O 8.30 czasu lokalnego stanęli na szczycie.

Łza pociekła po policzku

Wśród himalaistów często mówi się, że zdobycie wierzchołka to tylko połowa sukcesu. Zejście jest równie trudne, a statystyki pokazują, że właśnie wtedy dochodzi do największej liczby wypadków.

Mimo to przez krótką chwilę mógł pozwolić sobie na emocje. – Nie będę ukrywał, że łza zakręciła się w oku i pociekła po policzku. Kosztowało mnie to naprawdę dużo wyrzeczeń, zdrowia, czasu i energii.

Euforia mieszała się z ulgą. I ze świadomością, że teraz trzeba bezpiecznie wrócić.

Kryzys przyszedł po zdobyciu szczytu. – Około 600 metrów poniżej szczytu miałem największy kryzys. Byłem tak zmęczony, że chciałem po prostu położyć się na chwilę i zasnąć. Nie miałem siły dalej iść - nie ukrywa. - Pomogły elektrolity, glukoza i mobilizacja ze strony nepalskiego przewodnika. Po 10 minutach trochę sił wróciło i ruszyliśmy dalej.

Ostatecznie tego dnia pokonali ponad 2500 metrów przewyższenia w dół.

Woda zamarzła zanim wyszedł z namiotu

Warunki podczas ataku szczytowego były ekstremalne. W nocy temperatura spadała do około minus 25, a nawet minus 30 stopni Celsjusza. – O 21.30 nalałem wrzątku do butelki termicznej. Gdy wychodziłem około północy, była już całkowicie zamarznięta. Udało mi się napić z niej dopiero około dziesiątej rano, kiedy ogrzało ją słońce.

Na takich wysokościach nawet najprostsze czynności stają się wyzwaniem. Telefon trzeba nosić pod kilkoma warstwami ubrań, aby nie zamarzł. Każdy dodatkowy gram sprzętu ma znaczenie, każdy łyk wody jest cenny.

Tego nie da się sfingować

Wśród osób niezwiązanych z górami czasem pojawia się pytanie, czy ktoś rzeczywiście zdobył szczyt. W przypadku himalajskich wypraw odpowiedź jest prosta. Takie wejścia są szczegółowo weryfikowane.

Aby legalnie wspinać się na Island Peak, trzeba uzyskać pozwolenie. Po wejściu na szczyt konieczne jest przedstawienie dokumentacji potwierdzającej obecność na wierzchołku, w tym danych GPS i zdjęć wykonanych na szczycie. Dokumenty trafiają następnie do odpowiednich instytucji zajmujących się potwierdzaniem wejść. – To nie jest tak, że ktoś może po prostu powiedzieć: „Byłem na szczycie". Wszystko jest sprawdzane i potwierdzane – podkreśla Kuba.

Nepal, który zostaje w pamięci

Poza górami zapamiętał także ludzi. Nepal okazał się krajem pięknym, ale jednocześnie bardzo biednym. Mieszkańcy wysokogórskich wiosek żyją często kilka tysięcy metrów nad poziomem morza. Dzieci codziennie chodzą tam do szkoły, a większość zaopatrzenia transportowana jest pieszo albo na grzbietach jaków. – Dla nas to trudne do wyobrażenia. My zamawiamy coś przez internet i następnego dnia mamy to w paczkomacie. Tam ktoś musi nieść pewne rzeczy przez kilka dni pod górę – opisuje.

Od powrotu minęło niewiele czasu. Zapytany, czy wróci w Himalaje, odpowiada bez chwili zawahania: Myślę, że tak. Chyba o to chodzi w życiu, by realizować swoje pasje i cały czas szukać kolejnych wyzwań. ©℗



FOT. ARCHIWUM KUBY HAJDUKA

Choć wrócił już do Polski, głową nadal jest tam – między lodowcami i ośmiotysięcznikami... Na zdjęciu widok na Nuptse (z lewej), Mount Everest (w środku) i Lhotse (z prawej)

REKLAMA 0011617657



eprasa.pl 1eaf2615f9

MOIM ZDANIEM

JANUSZ MICHALCZYK
publicysta



Na ruskie rakiety i szybkie drony jest jeden sposób

Tomasz Wardach ze wsi Nowy Lipowiec wyłączył w swoim telefonie powiadomienia Rządowego Centrum Bezpieczeństwa, bo zdenerwowała go ich duża częstotliwość. Traf chciał, że na jego pole spadła rosyjska rakieta. Gdyby uderzyła w chałupę, byłoby po Tomaszu. Chyba że nie wyłączyłby powiadomień i siedział posłusznie we własnej piwnicy. Jednak chowanie się co trzy dni nie jest na nerwy każdego, a prawdopodobieństwo trafienia rakietą konkretnego człowieka można uznać za zbliżone do wygrania milionów w dużym lotku.

Nie mają racji ci, którzy złoszczą się na nasze wojsko, że nie strąca rakiet, które wlatują ze wschodu w naszą przestrzeń powietrzną. To nie ma sensu z wielu powodów, ale tak naprawdę wystarczy wspomnieć o jednym - jeśli zaczęlibyśmy strzelać do wszystkiego obcego na naszym niebie, to w przypadku intensywnych prowokacji po paru miesiącach skończyłaby się nam amunicja. Co dalej - widzimy teraz na Ukrainie, gdy USA wstrzymały dostawy, być może przekierowały je do Izraela i państw arabskich skonfliktowanych z Iranem. Spotkałem się z opinią, że nawet po zakończeniu wojny, na co się niestety nie zanosi, rosyjskie rakiety i drony mogą do nas systematycznie przylatywać, bo Putin ma maksymalnie rozkręconą produkcję i nam nie odpuści, dopóki żyje i siedzi na Kremlu.

W tym stanie rzeczy nie pozostaje nam nic innego, niż spojrzeć w lustro i powiedzieć sobie, że do cholery nie jesteśmy tchórzami czy miękiszonami. Patriotyzm nie polega przecież tylko na chodzeniu pewnego dnia w listopadzie w dużej grupie z biało-czerwonymi flagami. Wróg chce nas zastraszyć, a my się nie damy. Niech sobie strzela w nasze kartofle.

MOIM ZDANIEM

ADAM BUŁA
szef Newsroomu Centralnego



Stało się, stało się to, co miało się stać

Wreszcie jest okazja, by o naszej polityce porozmawiać na przykładzie na tyle konkretnym – a jednocześnie uniwersalnym – by polaryzacyjny bełkot nie mógł jej przykryć. W wojnie obozu prezydenckiego z rządem Tuska ci drudzy podnieśli bowiem właśnie problem seniorów, czekających zbyt długo na prezydencki medal za długoletnie pożycie.

Temat pojawiał się już wcześniej, ale zapalnikiem okazała się informacja podana przez nasz (z grupy Polska Press) „Express Ilustrowany", że w samym Łódzkiem już 79 seniorów odeszło, nie doczekawszy się tego medalu. Szybko policzono, że w skali całej Polski nie doczekało ich 800.

W liczbach – a tych będziemy się trzymać – na decyzję prezydenta o przyznaniu medalu za 50 lat w małżeństwie czeka obecnie 144 tysiące seniorów. Sporo, jak się wydaje.

Temat odpalił w środę (25.11) rząd: premier zrobił alarmujący wpis w socialach, że apele rządu do Kancelarii Prezydenta o ogarnięcie sytuacji nie dają skutku, swoje dołożyło właściwe ministerstwo na osobnej konferencji.

Tyle wstępu, rozwinięcie będzie na bazie wpisu Agnieszki Jędrzak, minister prezydenta z Biura Odznaczeń i Nominacji. Pominiemy tylko początek, że rządowi są źli i kłamią. Dalej mamy tak:

„W każdym tygodniu Prezydent nadaje po kilka tysięcy Medali za Długoletnie Pożycie Małżeńskie. W październiku nadał ich 12,5 tys., a od początku kadencji już ponad 100 tysięcy".

No to liczymy. Październik, jak to on, miał 4 pełne tygodnie, więc 12500 dzielone na 4 daje nam liczbę 3125 podpisów Karola Nawrockiego na tydzień. Jego prezydentura trwała już 68. tydzień. Co oznacza, że iloczyn 67x3125 wynosi ponad 209 tysięcy. Nawet jak zgubimy tę końcówkę na organizacyjny początek urzędowania, to nadal nam brakuje 100 tys. podpisów. Dokładnie połowy tego, co zostało podpisane faktycznie i 2/3 problemu (144 tys. wniosków zaległych na dzisiaj).

Dalej minister wyjaśnia, że zaległości powstały za prezydenta Dudy przez Covid (?), urzędnicy tracą czas na zajmowanie się skargami, że medali nie ma (?!) i że długoletnich małżonków jest za dużo („Nie mieliśmy też wpływu na liczbę zawartych małżeństw w rekordowej pięciolatce 1975-1979). I oraz że System Odznaczeń Państwowych jest przestarzały, co jest winą ministerstwa cyfryzacji i MSWiA.

Na koniec pani minister Jędrzak wraca do mantry: „Podczas, gdy Kancelaria Prezydenta zaległości sukcesywnie usuwa, obóz Pana Premiera i on sam sukcesywnie na ten temat kłamią".

A my nadal sukcesywnie tylko fakty. Gdyby Kancelaria PRP pracowała cały czas w tempie z października, problemu w zasadzie by nie było. Do zrzucania winy na Dudę trudno się odnieść, bo pani Jędrzak nie podaje żadnych liczb mogących to potwierdzić. Kwestii, że seniorów jest za dużo, nie da się sensownie skomentować. Skupmy się więc na tym, że system jest przestarzały. Pani minister ujawniła ostatnie z pism do rządu w tej sprawie.

Co tam mamy? Każda z czynności wykonywana w rządowym rejestrze „nie jest automatyczna i trwa około 10-15 sekund". Dalej: rejestr często wyrzuca błędny rekord, a poprawny pojawia się dopiero po ponownym wywołaniu. W dodatku „Rejestr SOP nie pozwala na automatyczną edycję wniosków, przez co wymaga dwukrotnego wejścia na konto osoby wyświetlanej".

Ciekawe jest to zdanie: „System ten często ulega, trwającym po kilka godzin, awariom. Ostatnia zdarzyła się 26.10.

OK. Jeśli „częste" awarie to jest raz na miesiąc, to ja z tym nie dyskutuję. Tylko że jak 68 tygodni podzielimy na 4, to wyjdzie nam 17 miesięcy, czyli średnio 17 awarii od początku urzędowania pana Karola. Co przy ostatniej, wyśrubowanej tygodniowej normie da nam 10,5 tysiąca nierozpatrzonych przez to wniosków.

Tyle można „zwalić na zawieszenia", reszta to ograniczenia systemu, które – co ważne – nie powstały nagle i na złość Karolowi i pani Agnieszce.

Kancelaria Prezydenta zatrudnia 400 osób na etatach, co kosztuje nas prawie 400 mln rocznie. Ośmiuset seniorów przeżyło w małżeństwie 50 lat i nie doczekało się medalu od prezydenta. 144 tys. żyje jeszcze i czeka.

Tyle fakty, teraz opinia: tu nie ma żadnej polityki: menedżer, który tak dramatycznie i pasywnie nie dowozi tematu, w każdej rynkowej firmie leciałby na zbity pysk. Zanim cała firma by nie splajtowała.

Chodzi mi o to, że nie da się na dłuższą metę biciem politycznej piany przykryć skrzeczącej rzeczywistości. I może dlatego Radosław Sikorski wyprzedził właśnie prezydenta w rankingu popularnych polityków, a sam pan Nawrocki zjechał dramatycznie – i już poniżej 50% – z liczbą swoich zwolenników.

Amen

Radosław Sikorski: Polska, oprócz samolotu wczesnego ostrzegania AWACS, potrzebuje od sojuszników też innych aktywów służących obronie powietrznej, w tym rakiet czy systemów antydronowych



FOT. ADAM JANKOWSKI

eprasa.pl 1eaf2615f9

ROZMOWA

Licencja zamiast indeksu

Jeśli ktoś leciał na wakacje z poznańskiej Ławicy, to istnieje spora szansa, że za sterami samolotu siedział jeden z najmłodszych pilotów rejsowych w Polsce. Dominik Filuś pochodzi z Kostrzyna nad Odrą, ma 22 lata, a za sterami Boeinga 737 zasiada już od dwóch lat. Jako nastolatek postawił wszystko na jedną kartę. Wiedział, że latanie jest tym, z czym chce związać swoją przyszłość. I żeby zostać pilotem, wcale nie trzeba kończyć studiów

Jakub Pikulik

Ile miałeś lat pierwszy raz siadając za sterami samolotu?

11 lat i to była Cessna 172. Był to lot z Politz pod Eisenhüttenstadt do Heringsdorfu, czyli po niemieckiej stronie Świnoujścia. Siedziałem oczywiście na miejscu pasażera, ale małe samoloty mają dwa miejsca z przodu i oba mają pełny komplet sterów. To był pierwszy raz, kiedy trzymałem stery, ale z asystą pilota. Pierwszy raz jako pilot usiadłem za sterami w wieku lat 16.

Co to był za samolot?

Polski Aero AT-3, na lotnisku szczecińskiego aeroklubu, na Dąbiu.

Czyli mając 16 lat, już wiedziałeś, co chcesz robić.

Wiedziałem to już w wieku ośmiu lat, bo już wtedy interesowałem się lotnictwem. Ale w wieku szesnastu lat zacząłem kurs na PPL-A (Private Pilot License-Areoplane), czyli licencję pilota prywatnego, która jest niezbędna w dalszej ścieżce szkolenia. Mając ją, możemy latać turystycznie, czyli wziąć pasażerów na pokład, polecieć na obiad do innego miasta, ale nie możemy na tym zarobić ani grosza. I są ograniczenia dotyczące liczby pasażerów. Z reguły, kiedy mówimy o licencji PPL-A, to myślimy o popularnych Cessnach.

I nie trzeba być pełnoletnim, żeby zacząć coś takiego robić?

Żeby zacząć robienie licencji, trzeba mieć lat szesnaście, żeby ją odebrać – siedemnaście.

Tyle to trwało w twoim przypadku? Zaledwie rok?

Robiłem licencję nieco ponad rok. Rekordziści robią to w dwa, trzy miesiące, a więc zdecydowanie da się szybciej.

Ile kosztowały kursy, które umożliwiły ci zostanie pierwszym oficerem?

Taka bezpieczna kwota to około 250 tysięcy złotych netto. Bez dojazdów, noclegów, wyżywienia itp.

W wieku 16 lat wiedziałeś, że nie pójdziesz na studia, że wszystko stawiasz na jedną kartę i że chcesz związać się z lotnictwem...

Miałem taką możliwość dzięki rodzinie, dlatego chciałem ją wykorzystać. Idąc na studia związane z lataniem, na pewno byłoby taniej, ale też dużo dłużej. W tym momencie prawdopodobnie dopiero bym je kończył, jeszcze bym się nawet nie mógł rekrutować do pracy w liniach lotniczych.

Masz 22 lata. Gdzieś znalazłem takie określenie, że jesteś najmłodszym pilotem Boeinga w Polsce.

Nie, zdecydowanie nie. Jeden z moich instruktorów już w dalszych etapach szkolenia opowiadał mi, że on w mojej firmie zaczął latać w wieku lat dziewiętnastu i to już był wielki wyczyn. Pilot liniowy musi mieć minimum osiemnaście lat. Przy czym to byłoby bardzo trudne do osiągnięcia. Nie znam nikogo, kto by to zrobił. Duża część kursów, żeby do nich w ogóle przystąpić, wymaga skończonych osiemnastu lat. Zrobienie ich trwa około roku. Ja licencję zawodową odebrałem w wieku dwudziestu lat.

Latasz Boeingiem 737, siedzisz na prawym fotelu...

Dokładnie. W lotnictwie ważniejszy zawsze siedzi po lewej. Aby być kapitanem w Europie, wymagana jest licencja ATPL. Posiadając ją, można być dowódcą statku powietrznego w lataniu liniowym. Ja jej jeszcze nie mam – na razie zdałem teorię.

Na jakich trasach latasz?

Pracuję w firmie, która obsługuje trasy europejskie. To tzw. tania linia lotnicza, popularny lowcost. Ma wiele różnych baz. Ja jestem zbazowany na poznańskiej Ławicy i tak naprawdę obsługuję wszystkie trasy tej linii z Poznania i do Poznania.

Jaka pogoda jest najtrudniejsza, żeby bezpiecznie wylądować? Bo chyba lądowanie to najtrudniejszy manewr w lotnictwie, prawda?

Start i lądowanie są trudne. To najbardziej newralgiczne punkty lotu. Ja dużo bardziej lubię lądowanie, bo jednak przy nim jest ta adrenalina. Łatwiej jest się oderwać od ziemi niż przy prędkości dwustu pięćdziesięciu kilometrów jej dotknąć. Najtrudniejszy zawsze jest wiatr boczny.

Czyli może padać deszcz i tak dalej, ale najtrudniejszy jest wiatr?

Śliski pas w połączeniu z wiatrem bocznym to też jest bardzo ryzy-

Dokończenie na str. 34

REKLAMA

0011603438

Nowy Azymut na 30-lecie. Klima-Therm buduje w Gdańsku logistyczne serce na kolejne dekady

Wielkoskalowy hub logistyczny, europejskie ambicje i inwestycja, która ma wyznaczyć kierunek rozwoju na kolejne dekady. Klima-Therm wchodzi w 30-lecie działalności z mocnym akcentem. W Gdańsku, przy ulicy Azymutalnej, buduje nowoczesne centrum operacyjne, które znacząco zwiększy możliwości logistyczne Grupy i wzmocni jej pozycję na europejskim rynku. To właśnie tutaj, w mieście, w którym przed trzema dekadami zaczęła się historia firmy, powstaje zaplecze jej przyszłości.



Ponad 21,4 tys. m kw. powierzchni operacyjnej, 50 bram dokowych i własny system zarządzania magazynem. W Gdańsku powstaje hub logistyczny, który ma wzmocnić działalność Grupy Klima-Therm w Polsce i Europie. Ta inwestycja to coś więcej niż nowe miejsce składowania urządzeń. Firma, która od 30 lat rozwija się w branży grzewczo-klimatyzacyjnej, pokazuje również, jak może wyglądać nowoczesny, zelektryfikowany obiekt wielkopowierzchniowy.

Nowy hub ma usprawnić przyjmowanie i wydawanie towarów, zwiększyć dostępność asortymentu oraz skrócić czas realizacji zamówień. Sprawna logistyka może mieć bezpośredni wpływ na konkurencyjność przedsiębiorstwa. Dla Klima-Therm inwestycja w większą niezależność operacyjną.

Eksport odpowiada już za blisko 40 proc. przychodów Grupy, która działa w sześciu krajach przez siedem powiązanych spółek. Nowy obiekt ma obsługiwać nie tylko krajowy rynek, ale również rozwijającą się sieć zagranicznych dystrybutorów.

Od Gdańska do Europy

Historia Grupy Klima-Therm rozpoczęła się w Gdańsku i właśnie tu firma postanowiła zbudować zaplecze dla kolejnego etapu swojej działalności. Inwestycja przy Azymutalnej jest wyrazem przywiązania do miasta, ale również odpowiedzią na konkretne potrzeby biznesowe. Lokalizacja zapewnia dogodny dostęp do najważniejszych szlaków transportowych. Obiekt znajduje się około 950 metrów od lotniska, 4 km od Obwodnicy Trójmiasta i 21 km od terminala Baltic Hub. Takie położenie ułatwia organizację transportu i może wspierać dalszy rozwój działalności dystrybucyjnej

Inwestycja ma również wymiar lokalny. Docelowo hub zwiększy zatrudnienie Grupy o około 40 stałych miejsc pracy w obszarze magazynowania i logistyki. W okresach największego zapotrzebowania przewidziano także dodatkowe wsparcie pracowników tymczasowych.

Skala działalności firmy znajduje odzwierciedlenie w jej wkładzie w gospodarkę. W latach 2021–2025 Grupa Klima-Therm odprowadziła ponad 449 mln zł danin publicznych, w tym blisko 305 mln zł podatków CIT i VAT oraz ponad 106,9 mln zł składek ZUS. W tym samym okresie na wynagrodzenia pracownicze przeznaczyła około 93 mln zł.

Magazyn, który pracuje na własnych zasadach

Nowy hub nie jest jedynie dużą halą do przechowywania urządzeń. To obiekt zaprojektowany z myślą o sprawnej organizacji procesów logistycznych i wykorzystaniu nowoczesnych technologii.

Powierzchnia operacyjna przekracza 21,4 tys. m kw., a kubatura hali wynosi 274 tys. m^3. Wysokość składowania sięga 10 metrów. Do dyspozycji pracowników będzie 50 ocieplanych bram dokowych, które umożliwią obsługę większej liczby przyjęć i wydań towarów.

Ciekawym rozwiązaniem są doki zamykające się poniżej poziomu posadzki hali. Taka konstrukcja ma zwiększać funkcjonalność strefy załadunku i usprawniać obsługę transportów.

Za organizację wewnętrznych procesów logistycznych odpowiada autorskie oprogramowanie Klima-Therm – Hub Management System (HMS). Gospodarka magazynowa prowadzona jest natomiast w systemie SAP HANA. To połączenie infrastruktury i cyfrowego zarządzania ma pozwolić firmie lepiej kontrolować przepływ towarów, planować operacje i dostosowywać się do zmieniającego się zapotrzebowania rynku.

Ogrzewanie bez gazu. Technologia sprawdzana w praktyce

Jednym z najbardziej interesujących elementów inwestycji jest system ogrzewania hali. Klima-Therm postawiła na rozwiązanie oparte na pompach ciepła, wykorzystując technologie z własnego portfolio produktowego.

Sercem instalacji jest kaskada siedmiu monoblokowych pomp ciepła KAISAI KCOP, pracujących na naturalnym czynniku chłodniczym R290. Łączna moc grzewcza systemu wynosi 374,5 kW.

Według założeń inwestycji układ ma zapewniać pokrycie zapotrzebowania hali na ciepło również podczas bardzo niskich temperatur zewnętrznych. Sezonowy współczynnik efektywności SCOP wynosi około 3,6.

Z przeprowadzonych analiz wynika, że w porównaniu z wariantem gazowym zastosowany system może przynosić około 77,5 tys. zł netto oszczędności rocznie.
W tym przypadku technologia nie jest prezentowana wyłącznie jako rozwiązanie przeznaczone dla klientów. Firma wykorzystuje ją we własnym obiekcie, w którym będzie prowadzić codzienną działalność logistyczną. To praktyczny sprawdzian dla nowoczesnych systemów ogrzewania w dużych budynkach komercyjnych. Pokazuje, że elektryfikacja ogrzewnictwa coraz częściej wykracza poza domy jednorodzinne i obejmuje również magazyny oraz obiekty przemysłowe.

Energia ze słońca i magazynowanie

Kolejnym elementem inwestycji jest przygotowanie dachu pod instalację fotowoltaiczną o powierzchni około 10 tys. m kw. i docelowej mocy 1 MWp.

Energia produkowana przez panele ma współpracować z wielkoskalowym magazynem energii elektrycznej BESS. Jego pojemność wynosi 1576 kWh, a moc ciągła 800 kW.

Takie rozwiązanie pozwala myśleć o obiekcie nie tylko w kategoriach zużycia energii, ale również jej lokalnego wytwarzania i magazynowania. Docelowo ma to wspierać ograniczanie zapotrzebowania na energię z zewnętrznych źródeł i zwiększać efektywność energetyczną kompleksu.

Inwestycja obejmuje również rozwiązania związane z gospodarowaniem wodą opadową i zagospodarowaniem terenu. Na działce o powierzchni ponad 4,5 ha zaplanowano ogrody deszczowe, podziemny zbiornik retencyjny oraz zieleń. Obiekt projektowano zgodnie z założeniami standardu LEED, który ocenia między innymi efektywność energetyczną, wykorzystanie zasobów i wpływ budynku na środowisko. Klima-Therm jest obecnie w trakcie procesu certyfikacji.

To dopiero początek

Hub logistyczny przy ul. Azymutalnej jest pierwszym etapem większego przedsięwzięcia. Rozpoczął się już drugi etap budowy – czterokondygnacyjnej części socjalno-biurowej o powierzchni netto 4342,10 m kw. To właśnie tam ma znaleźć się nowa siedziba Grupy Klima-Therm. W efekcie powstanie kompleks łączący funkcje logistyczne, administracyjne i biznesowe.

Inwestycja wpisuje się w jubileusz 30-lecia firmy, ale jej znaczenie wykracza poza symboliczną rocznicę. To przede wszystkim rozbudowa infrastruktury, która ma odpowiadać na potrzeby rosnącej organizacji i wspierać jej dalszą ekspansję.

Azymutalna staje się więc miejscem, w którym spotykają się trzy kierunki rozwoju: logistyka, nowoczesne technologie i transformacja energetyczna. A dla Klima-Therm – punktem wyjścia do kolejnych dekad działalności.

eprasa.pl 1eaf2615f9

ROZMOWA

Licencja zamiast indeksu

Dokończenie ze str. 33

kowna sytuacja. Należy jednak pamiętać, że na przykład Boeing 737, samolot, którym latam, jest dopuszczony do lądowania przy suchym pasie przy prędkości wiatru bocznego trzydziestu trzech węzłów, czyli ponad 60 km/h. Ale na co dzień rzadko doświadczamy tak silnego wiatru. Częściej zdarzają się burze. I, co ważne, wbrew popularnej opinii samoloty nie wlatują w burze. Jeśli jest ona w pobliżu lotniska lub na przedłużeniu osi pasa, to unika się lądowania. Komórka burzowa, silne opady deszczu są krytycznie niebezpieczne dla samolotu. Nieważne, czy jest to mała awionetka, czy Jumbo Jet. Maksymalna masa do lądowania Boeinga 737 wersji osiemset, trzeciej generacji, to sześćdziesiąt pięć ton. Żywioł jest w stanie ten ciężar cisnąć w stronę ziemi jak samolot z papieru. Przepisy mówią nawet o minimalnej odległości, którą musimy zachować, aby ominąć komórkę burzową. W lotnictwie przede wszystkim unikamy ryzyka. Lepiej zapobiegać niż leczyć.

Ale czasem wygląda to tak, jakby samolot leciał w burzy...

Ludziom tak się wydaje, ale w rzeczywistości ta komórka burzowa jest na tyle daleko, że to jest bezpieczne. Widzimy ją na przyrządach, jesteśmy też w bieżącym kontakcie w kontrolą lotów. Przede wszystkim mamy na pokładzie radar pogodowy, który pokazuje komórki burzowe.

Ilu pasażerów zabiera na pokład Boeing, którym latasz?

Standardowa konfiguracja to sto osiemdziesiąt dziewięć osób. Moja firma ma czwartą generację tego samolotu, w wersji dwustuosobowej.

Pytam o to, bo to niesłychanie duża odpowiedzialność, kiedy ma się świadomość, że z tyłu siedzi dwieście osób.

Po pierwsze, kapitan zarabia dużo więcej dlatego, że to na nim spoczywa odpowiedzialność. To on jest dowódcą statku powietrznego. (śmiech) Ale tak naprawdę gdyby kapitana zabrakło, bo różne sytuacje mają miejsce w powietrzu, to ja jestem drugi w linii dowodzenia. Samoloty zaprojektowane są jednak tak, żeby latały nimi dwie osoby, a nie jedna. Jedna osoba nie jest w stanie tym samolotem polecieć.

Nawet w jakiejś krytycznej sytuacji?

W krytycznej tak, ale w normalnym użytkowaniu potrzebne są dwie osoby, dwóch pilotów. Gdyby jednej z tych osób zabrakło, to mamy obowiązek zgłosić „mayday". To jest sytuacja awaryjna, równie niebezpieczna co awaria silnika. Nawet bardziej niebezpieczna, bo zwykła awaria silnika, gdy jest on dalej przymocowany do skrzydła, ale po prostu się wyłączył, to nie jest to mayday, tylko pan pan – nieco niższy stopień zagrożenia.

Czy miałeś już w powietrzu sytuacje stresowe?

Rozdzieliłbym to na dwa etapy mojego latania. Najpierw latanie szkoleniowe. Wówczas takich sytuacji była nieskończona ilość, bo wtedy bardzo wiele rzeczy było nowych i robionych po raz pierwszy. Jak choćby nowe lotnisko. Jest takie powiedzenie, że to, co umiesz na ziemi na pięć, w powietrzu umiesz na maksymalnie dwa plus. Często wracam do sytuacji, gdy z powodu pośpiechu i roztargnienia, aby szybko wystartować, już w powietrzu zdałem sobie sprawę, że policzyłem performance na zły samolot. Czyli mogłem mieć za mało paliwa. Nie zdawałem sobie sprawy z tego, ile dokładnie mam paliwa i ile czasu mogę przebywać w powietrzu. Wtedy trzeba było się po prostu



FOT. ARCHIWUM PRYWATNE

uspokoić, przypomnieć sobie wartości i na spokojnie wszystko przeliczyć na kolanie raz jeszcze. Każdy pilot ma tak zwany nakolannik, na którym wszystko notuje, szczególnie w małych samolotach. Musiałem ustalić, czy dolecę do celu według zaplanowanej trasy. Leciałem wówczas sam. Był też start z trawiastego lotniska w Trzebiczu Nowym. Poleciałem tam raz z kolegą. Na papierze wszystko wskazywało na to, że mamy odpowiednie performance, czyli powinniśmy się oderwać z pasa. Ale to był mój pierwszy raz na tym lotnisku. Jest specyficzne, otoczone drzewami. To wszystko sprawiło, że samolot bardzo powoli odrywał się od pasa, a drzewa bardzo szybko się zbliżały. Start poszedł zgodnie z planem, było bezpiecznie i zgodnie ze sztuką, ale te zbliżające się drzewa sprawiły, że w kokpicie nagle zrobiło się bardzo ciepło. Mimo tego, że śmigło się kręciło i chłodziło pilotów.

A w lotnictwie liniowym były takie trudne sytuacje?

Z powodu zamieszania w dokumentach nie mogłem latać na konkretnych samolotach zarejestrowanych w konkretnych krajach. Okazało się to dopiero godzinę przed lotem, gdy już w mundurze jechałem na lotnisko. Dostałem telefon, że tego lotu nie mogę wykonać i że nie mają żadnego innego samolotu, więc mam wracać do domu. Kwestia dokumentów wyjaśniła się w ciągu dwóch dni, ale tydzień później leciałem z kapitanem, z którym miałem wówczas lecieć. Powiedział, że po starcie z Sofii opona samolotu się rozwarstwiła. Dowiedzieli się o tym od kontroli naziemnej.

Samolot im tego nie zakomunikował?

Nie usłyszeli żadnego wybuchu opony, a ten konkretny model samolotu nie ma wskazania ciśnienia opon.

W samochodach jest taki komunikat, a w samolotach nie ma?

Dokładnie tak. Przynajmniej nie ma tego wskaźnika w modelu, którym ja latam. W każdym razie poszła im opona, musieli zgłosić mayday. Ten wiekowy kapitan z piękną karierą lotniczą powiedział mi podczas lotu, że nigdy do tej pory nie miał sytuacji awaryjnej, a ja się rzutem na taśmę z niej urwałem. Na moje miejsce wskoczył wtedy inny kapitan, czyli leciało dwóch kapitanów, a nie kapitan i pierwszy oficer. Wylądowali bezpiecznie, w asyście straży, w Berlinie.

Jak zachowują się pasażerowie? Domyślam się, że na tych liniach często ludzie jeżdżą na wakacje, puszczają im hamulce, chcą się dobrze bawić.

Nie przypominam sobie, żebyśmy finalnie kiedykolwiek wezwali policję lub straż graniczną po locie. Pamiętajmy jednak, że my jako piloci nie mamy kontaktu z pasażerami. Ma go z nimi załoga pokładowa, czyli stewardesy. Wielokrotnie dostawaliśmy informacje, że ktoś zemdlał, ktoś był mniej lub bardziej pobudzony. Nie wymagało to jednak zdaniem złogi żadnych drastycznych zmian w planie lotu. Pamiętajmy, że załoga na pokładzie to też wysokiej klasy profesjonaliści, którzy są wyszkoleni nie tylko w pierwszej pomocy, ale też w kontaktach interpersonalnych. Ich zadaniem jest ocenić, na ile sytuacja jest poważna i ją załagodzić. Informują nas o wszystkim. Przekazują, gdy potrzebujemy policji lub służb medycznych albo powinniśmy zmienić nasz lot. W moim przypadku coś takiego na szczęście nie miało jeszcze miejsca.

Od reszty pasażerów piloci są oddzieleni pancernymi drzwiami. To pokłosie zamachów z 11 września...

Tak. W samolocie są dwie siekiery, które służą do ewakuacji. Jedna jest w kokpicie, a druga w kabinie pasażerskiej. Podczas katastrofy lotu Germanwings, do której doszło w 2015 r., pierwszy oficer zamknął się w kokpicie. Kapitan próbował się tam dostać, walił w drzwi siekierą. Nie udało się ich rozbić, doszło do katastrofy, do rozszerzonego samobójstwa. Te drzwi są tak zaprojektowane, żeby po ich zamknięciu nikt się nie dostał do kabiny pilotów. Dlatego po tej katastrofie w całej Unii Europejskiej są przepisy, że w kokpicie zawsze muszą być minimum dwie osoby.

REKLAMA 0011608938

WKŁADKA MASUJĄCA DO STÓP



55 LAT TRADYCJI

ZADBAJ O KOMFORT KAŻDEGO KROKU!

- masują stopy na całej powierzchni krok po kroku
- wyprofilowana powierzchnia z wypustkami różnej szerokości i wysokości sprawia, że stopy stają się ciepłe, lekkie i witalne
- pomocne dla wszystkich grup wiekowych

Poznaj produkt i jego możliwości!

Zadzwoń do nas i poproś o bezpłatny katalog:

STUDIO ZDROWEGO CIAŁA | Krzysztof R. Lewandowicz | 76-270 USTKA | ul. Kopernika 16 | tel. 59 814 49 58, 602 738 092 | www.lewandowicz.com

eprasa.pl 1eaf2615f9

A gdyby stało się coś bardzo złego, to czy samolot może wylądować sam?

Jest coś takiego jak lądowanie automatyczne, czyli autoland. Jeśli pas startowy jest odpowiednio wyposażony do przyjęcia samolotu, to po naciśnięciu dwóch guzików samolot ląduje sam. Wykorzystujemy to przy krytycznie złej widzialności albo przy krytycznie niskiej podstawie chmur.

Musicie mieć ogromne zaufanie do tych przyrządów, bo samolot leci, a wy nie widzicie, dokąd…

Ufamy przyrządom. W dzisiejszych czasach sto procent lotu wykonywane jest w oparciu o przyrządy. Mamy dwa rodzaje latania: VFR i IFR, czyli Visual Flight Rrules i Instrument Flight Rules. No i w lotnictwie liniowym sto procent lotu odbywa się w oparciu o IFR, czyli o przyrządy. Moja firma mówi wprost, że lepiej, żebyśmy lecieli troszkę dłużej, ale pozostali w IFR i żebyśmy maksymalizowali użycie automatyzacji w kokpicie. To jednak zabiera ten romantyzm. Bywa, że czujemy się jak operatorzy maszyn CNC, a nie piloci z dywizjonu trzysta trzy. Ale z drugiej strony na tym to polega, pasażer przecież chce dolecieć z punktu A do punktu B bezpiecznie, nie szuka adrenaliny.

A szukasz tego romantyzmu w wolnym czasie?

Tak. Małymi, cywilnymi samolotami. To jest najlepsze miejsce do szukania romantyzmu w lotnictwie, a nie kokpit liniowego samolotu.

Czy pilot to zawód elitarny?

Moja dziewczyna studiuje prawo i miałem z nią i jej koleżeństwem po studiach taką rozmowę, że dla nich zawód prawnika nie jest elitarny. Dla mnie zawód pilota też nie jest elitarny, ale dla prawnika pilot jest elitarnym zawodem, a dla pilota prawnik. (śmiech)

Ile zarabia pierwszy oficer?

Po roku, półtora roku pracy, mówimy o zarobkach czternastu, piętnastu tysięcy złotych miesięcznie. Kapitan przeciętnie zarabia od dwudziestu pięciu do nawet siedemdziesięciu tysięcy złotych. Obowiązuje stawka godzinowa. Te zarobki są duże, ale biorąc pod uwagę odpowiedzialność, kwestie zdrowotne, rodzaj umowy, nie są kosmicznie wysokie.

To ciekawe. Jesteś młodym człowiekiem, a już wspominasz o konsekwencjach zdrowotnych. Z czym wiąże się taka praca?

Kabina samolotu na wysokości przelotowej zmniejsza ciśnienie. To nie jest tak, żepanuje w niej takie samo ciśnienie, jak na ziemi. Ono jest niższe. Wykonując kilka lotów dziennie, wchodzimy na Rysy z poziomu morza i schodzimy z nich kilka razy dziennie. To wchodzenie i schodzenie trwa piętnaście minut, więc ta różnica ciśnień bez aklimatyzacji jest gigantyczna. Efektem jest zmęczenie. Trzeba pamiętać o nawodnieniu, bo im bardziej organizm jest nawodniony, tym lepiej znosi aklimatyzację ciśnieniową. Drugi aspekt to fakt, że jesteśmy bardziej narażeni na promieniowanie kosmiczne. Może ono prowadzić do zmian nowotworowych. Kiedyś były takie badania, że drugim głównym powodem śmierci pilotów są nowotwory. Pamiętajmy też, że to jest cały czas praca biurowa, czyli pilot, który nie uprawia żadnego sportu, cały czas pracuje, siedząc. Nie dość, że jest narażony na te zmiany ciśnieniowe, większe ryzyko nowotworów, to wykonuje pracę biurową, czyli dochodzą wszelkie aspekty związane z chorobami układu krążenia.

Spełniłeś swoje marzenie. Latasz. Masz jeszcze jakiś kolejny etap, który chciałbyś osiągnąć, czy na razie po prostu cieszysz się tym, co jest?

Zostanie kapitanem mogłoby być takim marzeniem, ale do tego jeszcze długa droga. Przede wszystkim muszę mieć co najmniej trzy tysiące godzin nalotu. W tym momencie godzin mam niewiele ponad tysiąc. Przede wszystkim muszę latać i zdobyć wymagane doświadczenie. Ale praca kapitana wiąże się też z dużo większą odpowiedzialnością. Często wiąże się też ze zmianą bazy, dłuższą nieobecnością w domu. Dużo będzie zależało od mojej sytuacji życiowej.

Latanie ma wiele odmian, wiele odcieni. Pilot to nie tylko osoba za sterami liniowego samolotu. Interesujesz się innymi aspektami lotnictwa?

W Lipkach Wielkich mamy bardzo dużą bazę samolotów gaśniczych. Do tego mamy w Przylepie pod Zieloną Górą Aeroklub Ziemi Lubuskiej, który moim zdaniem jest jednym z lepiej działających aeroklubów w Polsce. W województwie lubuskim można znaleźć dużo bardziej barwne lotnictwo, niż mogłoby się wydawać. Nie chciałbym stracić romantyzmu w lataniu, o którym rozmawialiśmy wcześniej. Podziwiam pilotów Dromaderów. To samolot, który waży około czterech, pięciu ton z pełnym ładunkiem. Niemal połowa tej wagi to ciężar wody. On połowę swojego ciężaru może wyrzucić w ciągu dwóch sekund. Więc jeżeli mówimy o czymś, co leci i potrafi zmienić wagę tak szybko o połowę, to ten moment wyrywający musi być gigantyczny. Ja się dziwię, że ci piloci nie mdleją. Nie bez powodu latają w kaskach. Mogą podczas zrzucania wody uderzyć głową o owiewkę. Pakują się w kłęby dymu na bardzo niskiej wysokości. Dlatego też Dromader ma specjalne przecinaki do drutu niskiego napięcia, bo przecież mogą o to zahaczyć. Ci piloci ryzykują życiem za każdym razem, tak samo jak piloci śmigłowców Lotniczego Pogotowia Ratunkowego. Latają praktycznie w każdej pogodzie, bo lecą ratować ludzkie życie. A do tego nie lądują na lądowiskach – sami muszą sobie znaleźć miejsce lądowania i czasem jest to bardzo karkołomne.

Mówisz o tym z takim podziwem, jakbyś chciał tego kiedyś sam spróbować…

Sam sobie muszę odpowiedzieć, co będę chciał robić w przyszłości. Na pewno w pracy tych pilotów krzywdzące są zarobki. My siedzimy w wygodnych kabinach, oni ryzykują własne i ratują cudze życie, a zarabiają mniej. Ich praca jest bardzo potrzebna. Jeśli człowiek nie poleci na wakacje, to przeżyje. A jak śmigłowiec nie poleci do wypadku albo pożar nie zostanie ugaszony, to konsekwencje są dużo, dużo poważniejsze.

MATERIAŁ INFORMACYJNY WOJEWÓDZTWA POMORSKIEGO

0011612550

Miłość lub atrakcyjna praca. Za piękną obietnicą może kryć się zagrożenie

Wiadomość od poznanej w Internecie osoby, obietnica wspólnej przyszłości albo atrakcyjna oferta pracy za granicą. Początek może wydawać się niewinny. Za takimi propozycjami może jednak kryć się próba wykorzystania drugiego człowieka.

Handel ludźmi nie zawsze wiąże się z porwaniem czy użyciem siły. Coraz częściej sprawcy szukają ofiar w mediach społecznościowych, na portalach randkowych i stronach z ogłoszeniami o pracę. – Współczesne metody werbowania ofiar często opierają się na pozornie niewinnych wiadomościach i budowaniu relacji – zwraca uwagę podkom. Rafał Wohlfeil z Pomorskiej Policji. Przestępcy wykorzystują samotność, problemy finansowe i marzenia o lepszym życiu.

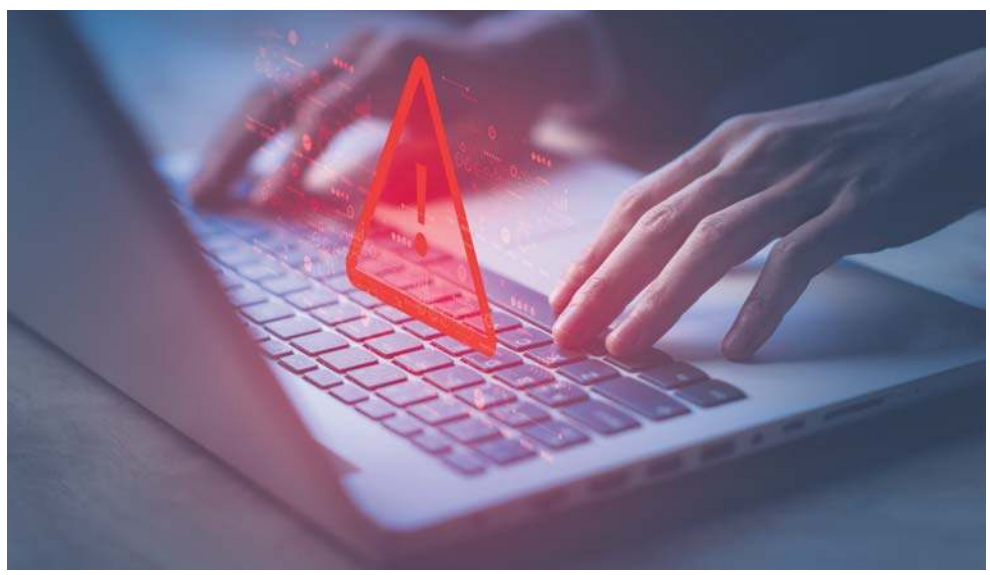
Przykładem jest metoda „loverboya". Sprawca zdobywa zaufanie, udaje zakochanie i obiecuje wspólną przyszłość, by z czasem przejąć kontrolę nad drugą osobą. International Justice Mission opisuje historię Mary*, która poznała w sieci George'a*. Mężczyzna obiecywał jej miłość i pracę w Wielkiej Brytanii. Po przyjeździe kobieta została zmuszona do świadczenia usług seksualnych. Przez niemal rok pozostawała pod kontrolą George'a i jego rodziców.

Niebezpieczne mogą być również oferty pracy. Wysokie zarobki, brak wymagań i zapewniony bezpłatny transport powinny skłonić do sprawdzenia pracodawcy. Alarmujące są także presja na szybką decyzję, niejasne warunki zatrudnienia czy żądanie przekazania dokumentów. Zdarza się, że po przyjeździe pracownik traci paszport, nie otrzymuje wynagrodzenia lub zostaje obciążony fikcyjnym długiem.

Internet służy sprawcom także do kontrolowania ofiar, m.in. przez aplikacje lokalizacyjne, wiadomości i kamery. Dlatego warto zachować ostrożność i dokładnie sprawdzać nowe znajomości oraz propozycje zatrudnienia.

Osoby doświadczające takiego wykorzystania często boją się odejść lub szukać pomocy. Nie należy ich oceniać ani samodzielnie konfrontować się ze sprawcą. Podejrzenie przestępstwa można zgłosić policji lub straży granicznej, a w sytuacji bezpośredniego zagrożenia zadzwonić pod numer 112.

Imiona bohaterów historii opisanej przez IJM zostały zmienione.



Artykuł powstał w ramach projektu „Pomorskie WELCOME Center" realizowanego przez Samorząd Województwa Pomorskiego i dofinansowanego z Funduszu Azylu, Migracji i Integracji na lata 2021-2027.

„Wyłączna odpowiedzialność za wyrażone opinie spoczywa na autorze. Komisja Europejska oraz Ministerstwo Spraw Wewnętrznych i Administracji nie ponoszą odpowiedzialności za sposób wykorzystania udostępnionych informacji".....

Fundusze Europejskie na Migracje, Granice i Bezpieczeństwo

Rzeczpospolita Polska

Dofinansowane przez Unię Europejską

welcome CENTER POMORSKIE

eprasa.pl 1eaf2615f9

uniwersalny fachowiec od drobnych napraw
chabeta część pasa barkowego
... Halleya zdobywa szczyty
dawny żaglowiec
kumpel brodacza prowadzi procesję
siwizna gawron
figiel, psikus
wieś Kochanowskiego
M-1 krasuli „... zawsią”
szlakowy w osadzie
dawna granica miasta
... Barbarzyńca krótki podpis
przenosi malarię papier na ścianie
mięso na kotlety
ślad sarny na trawie
parmezan lub rokfor
język epiki serwis na stół
formacja piłkarska
ryba śledziowata
surowy befsztyk sankcja
pies gończy typ wybrzeża
szwajcarski zegarek ajer
wyspa z Hawaną
autobus produkcji czeskiej
tajniki sztuki
główna rzeka Jakucji
chorobliwy zwid
kajdany, okowy
broń Wilhelma Tella
rodzaj kobiecej fryzury długie żerdzie
zasiali go górale
ochronny kolor munduru
tłum, chmara
największa z antylop
Floriańska w Krakowie ścisk w autobusie
ruchoma część maszyny
twarda skała, podwalina
osesek kłapoucha
akt prawny
rybi tłuszcz
dokumenty brat Mojżesza
śnieżny muzeum w Zakopanem
przyjaciel Aramisa
imię Barcisia
kamień ozdobny
wytyczona droga
stan w USA z Des Moines
łosoś pacyficzny
dawna animozja, uraza
zasięg działania
dostarcza tapioki
... Kordek, polski aktor
naczynie na datki
niewygodne łóżko
wojskowa czapka
śpiew z podkładem
krzywonosy ptak
kościół parafialny
epizodyczna w filmie
szata rzymianina
trąbka sygnałowa paciorki hazardowa gra w karty
nad parapetami
grecki bóg wojny
czynny wulkan na Sycylii
wielkanocny symbol
ryba z Bałtyku
technika skoku wzwyż
stolica kraju piramid
potoczna nazwa Oceanu Spokojnego
Sergio, piłkarz z Hiszpanii
protegowany krewny
szermiercza arena
wieniec zwycięstwa
świecąca reklama
„... orła”, polski serial
stolica Komorów
nastrój powagi
ozdobna, twarda żywica zaskakująca sprzeczność
imię Zoli do mycia podłóg Apacz lub Nawaho
zespół przyrządów
pieśń gondolierów
buduje mosty pontonowe
Akira, reżyser filmu „Ran”
bałkańska wódka
nożyce ogrodnicze
klejona lepikiem
imię Chaczaturiana
lampart, leopard
paryska rzeka
marka telewizora pies pokojowy ostry wiraż
miara gruntu naramiennik
amerykański torbacz, dydelf
wczesna pora dnia
odmiana jabłoni
lody włoskie
niemieckie województwo
produkt z młyna
areszt, paka
ogrodzenie wokół zagrody
narzędzie murarza
rzeka w Mongolii i Rosji
węgierska puszta
mieszkaniec Baku
stolica Peru
fusy na dnie rondla
odstęp między kołami
łóżko dla mata
wyspa filipińska
wymaga dowodu
mienie, dobytek
baśniowy stwór
kierownica jachtu
miasto w Belgii
skóra na cholewki
azjatycki pojazd
gazela lub żyrafa
machina oblężnicza
bucha z kotła

AUTOPROMOCJA 0210990246

Twoja gazeta w prenumeracie z Tele Magazynem

tel. 58 728 08 17
bok.prenumerata@polskapress.pl
prenumerata.dziennikbaltycki.pl

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25

Litery z pól ponumerowanych od 1 do 25 utworzą rozwiązanie: myśl Kornela Makuszyńskiego.

SŁOWNIK: CIOSA, MORONI, LOKEREN, LUZON, ONON, RAMOS.

ROZWIĄZANIE: NIE BYŁOBY RADOŚCI BEZ SMUTKU.

eprasa.pl 1eaf2615f9

KOSZYKÓWKA

Mamy swoje DNA i kadra liczy się w Europie

Jacek Sroka

Rozmowa z Mateuszem Ponitką, liderem reprezentacji Polski koszykarzy.

Jak się wychodzi na boisko wiedząc, że ten mecz może decydować o awansie do finałów MŚ?

Nasze nastawienie się nie zmienia. My od początku tych eliminacji wiemy o co walczymy i każdy mecz jest dla nas kolejnym małym krokiem, który przybliża nas do awansu do Kataru. Wiadomo, że ten w piątek w Gliwicach jest niezwykle ważny, ale są jeszcze trzy pozostałe, które będziemy grali i każdy z nich będzie równie ważny, ponieważ nawet jeżeli uda nam się awansować, to chcemy być jak najwyżej w tabeli. Na każdy mecz wychodzimy po to, żeby go wygrać.

Nie macie jednak wrażenia, że ten pojedynek z Chorwatami może być wyjątkowy?

Mam nadzieję, że będzie pełna hala, a kibice nas wesprą, tak jak było to tutaj w Katowicach na Eurobaskecie. Dlatego każdy mecz wśród naszych fanów, który organizujemy w Polsce, jest naprawdę wyjątkowy. Mieliśmy tego pokaz w Gdańsku ostatnio, mieliśmy sytuację nawet w Krakowie, gdzie termin nie był super, ale udało się zebrać całkiem pokaźną publiczność. Tym bardziej chcemy dać fanom zwycięstwo i kontynuować to co rozpoczęliśmy od samego początku tych eliminacji.

A jak zamierzacie podejść tych Chorwatów?

Na pewno to będzie fizyczny mecz, oni są bardzo silni fizycznie, będzie dużo przepychania, dużo agresywnej obrony z ich strony. Będziemy mieli przygotowane swoje rzeczy, żeby im na tę fizyczność, na tę agresję odpowiedzieć. Z naszej strony my musimy grać w swój basket, mamy swoje DNA. W zasadzie już teraz każdy w Europie wie mniej więcej, jak gra reprezentacja Polski i będziemy starali się to podtrzymać. Mamy znowu kilku młodych graczy, którzy mają szansę udowodnić dlaczego tu są i po co tutaj są. Mamy też jednak swoich weteranów, którzy są już kilka lat na tym boisku i mają doświadczenie w takich rozgrywkach. Będzie to trudny mecz, bardzo fizyczny, być może nawet trochę brudny, ale mam nadzieję, że kibice nas tutaj poniosą



FOT. JACEK SROKA

Mateusz Ponitka gra w kadrze 14 lat

i po raz kolejny Gliwice okażą się dla nas szczęśliwe.

Wam akurat taki sposób grania - mocny, fizyczny, intensywny - bardzo odpowiada.

Na pewno, bo uważam, że my fizycznie jesteśmy całkiem dobrze przygotowani do rozgrywek. Mamy naszych fizjoterapeutów, mamy naszego motoryka, którzy wykonują świetną pracę już od wielu, wielu lat. Mamy swój system, który jak widać sprawdza się na tych dużych turniejach. Nawet podczas tych okienek reprezentacyjnych ta kontynuacja daje pozytywne efekty. Chorwacja jest na pewno bardziej przeciwnikiem pod nas niż zespoły, które są z niesamowitym talentem, z dziesięcioma zawodnikami z NBA i jeszcze do tego dokładają fizyczność. Oni mają oczywiście utalentowanych graczy, to są bardzo dobrzy zawodnicy, ale mimo wszystko nie są to koszykarze z NBA, którzy robią często różnicę.

Wspomniał pan, że coraz więcej drużyn się z wami liczy. Ma pan takie poczucie, że faktycznie coraz więcej osób mówi: oni grają kapitalny basket i musimy na nich uważać?

Myślę, że to już od jakiego czasu się dzieje. Niektórzy koledzy grający w zagranicznych klubach również to odczuwają, że ludzie z lig czy krajów, w których występują podchodzą do nich z większym respektem. Ja po sobie mogę powiedzieć, że w Turcji mamy naprawdę duży szacunek, jeżeli chodzi o reprezentację i podziwiają naszą grę, są pod dużym wrażeniem naszego rozwoju oraz kierunku, w którym idzie nasza kadra. Wydaje mi się, że rzeczywiście gdzieś tam na tej europejskiej mapie się pojawiliśmy i to nie jest chwilowe, bo to już trwa dobrych kilka lat. Oby tak zostało na stałe.

Wielu patrzy jednak w wasze pesele i myśli sobie, że ta kadra daje nam dużo radości, ale wiecznie tak grać nie może. Czy ci młodzi gracze, którzy się z niej pojawiają sprawiają, że ma pan poczucie, że zostawi reprezentację w dobrych rękach?

Mamy kilku młodych zawodników, którzy już przez jakiś czas są z nami, są też tacy, którzy dopiero wchodzą w te struktury i uczą się na czym polega reprezentacyjne granie, bo jest ono trochę inne niż klubowe. Uczą się tego DNA, które stworzyliśmy przez tyle lat. i myślę, że to jest kluczowe. Jeżeli ci młodzi będą potrafili między sobą się dogadać i ze sobą współpracować, to ta kontynuacja nastąpi i będzie w stanie wywindować ich umiejętności na jeszcze wyższy poziom. Wiem, że są różne dywagacje na ten temat, co będzie jak kilku z nas odejdzie, ale tak samo było 10 czy 50 lat temu. Ludzie odchodzili, przychodzili nowi, nikt nie jest niezastąpiony, więc myślę, że na pewno znajdziemy jakieś rozwiązania w przyszłości, by Polska dalej się liczyła.

HOKEJ NA LODZIE

GKS Tychy obronił Superpuchar i pewnie zdobył swoje pierwsze trofeum w tym sezonie

Jacek Sroka

W meczu o Superpuchar Tyszanie wygrali na Stadionie Zimowym z JKH GKS Jastrzębie aż 5:0.

Mecz o hokejowy Superpuchar rozgrywany był po raz trzynasty i po raz szósty wywalczył go GKS Tychy. Mistrzowie Polski obronili to trofeum pokonując na swoim lodowisku zdobywcę Pucharu Polski JKH GKS Jastrzębie.

Tyszanie w ostatnich dwóch miesiącach imponują formą. We wtorkowym pojedynku odnieśli czternastą z rzędu wygraną. Było to także ich szóste z kolei zwycięstwo nad drużyną z Jastrzębia-Zdroju.

Obydwa zespoły o Superpuchar rywalizowały także przed rokiem. Wtedy mecz był bardzo zacięty, a triumfatora wyłoniła dopiero dogrywka. Teraz wyższość ekipy trenera Pekki Tirkkonena nie podlegała żadnej dyskusji. Gospodarze niesieni dopingiem blisko dwóch tysięcy kibiców od początku ruszyli do natarcia, a w rolach głównych na Stadionie Zimowym wystąpili fińscy skrzydłowi drugiego ataku GKS.

Prowadzenie dla Tyszan zdobył w I tercji po zaskakującym strzale spod bandy Mark Viitanen. Zasłonięty Paavo Holsa stojący w bramce JKH nie zdążył zareagować.

Dwa kolejne gole padły w II tercji. Ich autorem był Leevi Viitala. 25-letni Fin najpierw po szybkiej kontrze skutecznie dobił swój własny strzał, a później wykazał się najlepszą orientacją w zamieszaniu podbramkowym z bliska wpychając krążek do siatki.

JKH wspierane w Tychach przez sporą grupę fanów próbowało atakować. Goście pod koniec I tercji mieli kilka dobrych okazji do wyrównania, których nie wykorzystał Martin Kasperlik. W drugiej odsłonie bliski szczęścia był Jakub Ślusarczyk, a w samej końcówce meczu Patryk Hanzel, lecz Tomas Fucik nie dał się pokonać.

W ostatniej tercji czwartą bramkę dla mistrzów Polski po przechwycie krążka i indywidualnej akcji zdobył Dominik Paś. Wychowanek jastrzębskiego klubu wykorzystał sytuację sam na sam z bramkarzem. Zasłużone zwycięstwo Tyszan przypieczętował Juuso Jamsen dobijając uderzenie Pasia.

Najlepszym zawodnikiem spotkaniaw Tychach został wybrany Viitala, który strzelił dwie bramki i zaliczył asystę.

DROBNE

Nieruchomości

DOMY - KUPIĘ

ODKUPIĘ współudział w nieruchomości, cała Polska 518503404

AUTOREKLAMA

ibo TWOJE DOMOWE BIURO OGŁOSZEŃ

Ogłoszenia drobne w Twojej gazecie zlecisz przez Internetowe Biuro Ogłoszeń: **ibo.polskapress.pl**

Usługi

BUDOWLANO-REMONTOWE

AWARIE -dachy, blachy, kominy, papy, rynny, malowanie; 517-744-487

MALOWANIE mieszkań. 788-016-988.

SUFITY Podwieszane: Napinane, Kasetonowe, Rastrowe, Gipsowe, Ścianki Gipsowe "Sufitex" 604-944-094, 58-558-25-65 www.sufitex.pl

USŁUGI hydrauliczne i remontowe. Tel. 607-524-983.

PORZĄDKOWE

CZYSZCZENIE Karcherem 501214279.

Matrymonialne

POZNAM Panią do 47 lat, Toruń Tel. 505-921-381

Różne

GOTÓWKA za KSIĄŻKI,, 668-571-329

Rolnicze

ZWIERZĘTA HODOWLANE

KURY nioski dowóz 600539790

INNE

NAWOZY NPK, MG, S, N 6%, P 16%, K 28%, S 9%, MG 7% Cena 2.200 zł/ tona, 500-669-621

0011619291

Z głębokim żalem i smutkiem zawiadamiamy,
że w dniu 23.11.2026 roku
zmarła nasza kochana Mama i Babcia

Ś † P

Marta Grygo-Gutknecht

Msza św. odbędzie się w kościele pw. Św. Teresy od Dzieciątka Jezus w Gdańsku przy ul. Powstańców Warszawskich 52 w dniu 28.11.2026 r. o godzinie 10. Uroczystości pogrzebowe odbędą się również w tym samym dniu, na Cmentarzu Łapiszewo, ul. Skarszewska 26 w Starogardzie Gdańskim o godzinie 12.

Pogrążona w smutku
Rodzina

eprasa.pl 1eaf2615f9

PLEBISCYT SPORTOWY 2026

Przez trudy, wyrzeczenia i godziny treningów do sukcesów i gwiazd

Ponad trzy tygodnie emocji związanych z Plebiscytem Sportowym już za nami. A przed nami kolejny młody talent, jaki prezentujemy w ramach tej akcji.

W kategorii Sportowy Talent Roku znajdziecie dzieci i młodzież, dla których sport to zdecydowanie coś więcej niż sposób na spędzanie wolnego czasu. To pasja! Pasja, której podporządkowują swój wolny czas. Pasja, dla której są skłonni do wielu wyrzeczeń. Pasja, która motywuje do działania, uczy wytrwałości i daje radość z pokonywania własnych ograniczeń. - Najmłodsi uczestnicy tegorocznej edycji Plebiscytu Sportowego pokazują, że talent rozwija się dzięki systematycznej pracy, zaangażowaniu i miłości do wybranej dyscypliny - mówi Katarzyna Adamczyk, dziennikarka opiekująca się redakcyjną odsłoną akcji.

Dziś kolejny raz przedstawiamy młodego sportowca, który swoją postawą, osiągnięciami i charakterem może inspirować rówieśników. - Godziny spędzone na treningach, pierwsze sukcesy i kolejne wyzwania sprawiają, że rozwija nie tylko swoje umiejętności, o czym opowiedzieli nam najbliżsi młodego sportowca - mówi dziennikarka.

Poznajcie więc kolejny młody talent, który udowadnia, że ta iskra boża, choćby największa, najlepiej rozkwita tam, gdzie spotyka się z pasją, zaangażowaniem, wytrwałością i ciężką pracą.

SPORTOWY TALENT ROKU

Marzenie i cel - zostać zawodowym piłkarzem

Tymon Szary (Rodło Kwidzyn) to prawdziwy pasjonat sportu. Piłka nożna uczy go radzić sobie z napięciem, stresem i porażką. Buduje pewność siebie, poczucie przynależności, umiejętności współpracy, komunikację i więzi z rówieśnikami. Drużyna daje chłopcu wsparcie i poczucie bycia częścią grupy. - Najwcześniejszy etap to zabawy ruchowe i zajęcia na boisku koło domu, które budowały koordynację i pozytywne skojarzenia ze sportem w wieku 3-6 lat. Kolejny etap to dołączenie do klubu sportowego Rodło Kwidzyn w wieku 7 lat, który zapewnił rywalizację ligową, turnieje i systematyczne treningi. W wieku 10 lat zaczął się



okres intensywnego rozwoju technicznego, złoty wiek motoryki - i wtedy zaczęły się testy sprawnościowe oraz obozy piłkarskie oceniające szybkość, koordynację, technikę i mentalność. Dziś wiemy, że to jego marzenie i cel życiowy - zostać zawodowym piłkarzem - wspomina Wioleta Szary.

PREZENTUJEMY SPORTOWE TALENTY, KTÓRE DO TEJ PORY ZDOBYŁY NAJWIĘCEJ GŁOSÓW



Victoria Kopańska, Cheerliding sportowy, FLOW cheer team



Olivier Banszek, Karate, Skksenshi Tczew



Tymon Szary, Piłka nożna, Rodło Kwidzyn



Zofia Ustimiuk, Jeździectwo, JKS Olsza



Kornelia Maćkowska, Karate tradycyjne



Gustaw Bazydło, Miniżużel, Akademia Sportu Wybrzeże



Agata Patok, Karate, Karate Klub Wejherowo



Ksawier Sokołowski, Jiu-Jitsu brazylijskie, CSW Chojnice



Artur Dembiński, Szermierka - floret, Gdańska Szkoła Szermierki



PATRON PLEBISCYTU SPORTOWEGO

KRAJOWE ZRZESZENIE
LUDOWE ZESPOŁY SPORTOWE

POZNAJ LIDERÓW

Oto aktualni liderzy głosowania w miastach i powiatach naszego regionu oraz czołówka rankingu wojewódzkiej kategorii Sportowy Talent Roku

SPORTOWIEC ROKU - KOBIETY

1. **Halina Dubiela,** lekkoatletyka, Biegający Tczew, powiat tczewski
2. **Pola Puszcz,** piłka siatkowa, PTPS Człuchów, powiat człuchowski
3. **Amelia Danowska,** lekkoatletyka, LKS Ziemi Puckiej Puck, powiat pucki

SPORTOWIEC ROKU - MĘŻCZYŹNI

1. **Piotr Burczyński,** alpinizm, Polski Klub Alpejski, powiat gdański
2. **Filip Michałowicz,** piłka ręczna, PGE Wybrzeże Gdańsk, Gdańsk
3. **Bartosz Leśko,** mma, Mighty Bulls, Gdynia

TRENER ROKU

1. **Krzysztof Skalski,** lekkoatletyka, MMKS Gdańskie Lwy, Gdańsk
2. **Mariusz Baran,** trener personalny, Mario Team, powiat pucki
3. **Marek Hacia,** pływanie, KS Delfin Gdynia, Gdynia

SPORTOWY TALENT ROKU

1. **Victoria Kopańska,** Cheerliding sportowy, FLOW cheer team
2. **Sandra Daniello,** Piłka nożna, Akademia Piłkarska Deyna
3. **Zofia Ustimiuk,** Jeździectwo, JKS Olsza

DRUŻYNA ROKU

1. **Storm Ustka Cross & Enduro,** Motocross Enduro, powiat słupski
2. **Team Adaśko,** biegi, powiat lęborski
3. **Kwitniewska Gym,** fitness sportowy, Gdynia

Sprawdź aktualne wyniki i głosuj na
www.dziennikbaltycki.pl/plebiscyt-sportowy

eprasa.pl 1eaf2615f9

ŁYŻWIARSTWO SZYBKIE

Władimir Semirunnij: Mam więcej spokoju i komfortu

Zbigniew Czyż

Rozmawiamy z Władimirem Semirunnijem, wicemistrzem olimpijskim z Mediolanu w łyżwiarstwie szybkim na dystansie 10 000 metrów

Za nami inauguracja Pucharu Świata. W Pekinie nie wywalczyłeś medali, za to z Obihiro przywiozłeś dwa. Indywidualnie stanąłeś na najniższym stopniu podium na 5000 metrów.

Cieszę się z tego wyniku, tym bardziej że w Azji byłem po raz pierwszy. Miałem lekki problem z jet lagiem, to dla mnie nowe doświadczenie, ale myślę, że dobrze sobie z tym poradziłem, bo wywalczyłem pierwszy medal w tym sezonie. W październikowych mistrzostwach Polski zdobyłem też trzy złote medale, więc początek sezonu jest dla mnie całkiem dobry. Wciąż jednak jest jeszcze trochę do poprawienia.

W Japonii lepsi od ciebie okazali się tylko Czech Metodej Jilek oraz Norweg Sander Eitrem, ale pokonałeś dwóch Włochów, którzy w Chinach byli od ciebie szybsi.

Początek sezonu zazwyczaj mam słabszy, podobnie było w poprzednim roku przed igrzyskami olimpijskimi. Będę się rozkręcał i wierzę, że niebawem będę szybszy zarówno od reprezentanta Czech, jak i Norwegii. Swoją formę w tym sezonie buduję stopniowo – wszystko, co najlepsze, chcę pokazać pod koniec sezonu.

W Japonii razem z Mateuszem Śliwką i Szymonem



FOT. MAREK OBSZARNY

Władimir Semirunnij: Trenuję w Tomaszowie, mieszkam raczej w Spale. Wszystko jest bardzo dobrze poukładane, jestem zadowolony

Kwapiszem zdobyłeś też brązowy medal w rywalizacji drużynowej. Wyprzedzili was tylko Rosjanie oraz Włosi.

Ten wynik na pewno też jest cenny, mam nadzieję, że podobnie będzie w kolejnych startach.

Po zawodach w Azji wróciłeś na krótko do Polski, a w przyszłym tygodniu już kolejne zawody w Holandii.

Jadę tam wygrać na dziesięć kilometrów. Bardzo lubię tor w Heerenveen.

Pod koniec lutego w Pekinie odbędą się mistrzostwa świata. Na których dystansach się skoncentrujesz?

To będzie docelowa impreza w tym sezonie. Moim ulubionym dystansem jest rywalizacja na dziesięć kilometrów, ale ja lubię wszystkie, dlatego celem będzie jak najlepszy występ także na pięć kilometrów, na tysiąc pięćset metrów, a także w drużynie.

Jak zmieniło się twoje życie po wywalczeniu olimpijskiego srebra podczas igrzysk we Włoszech?

Tak naprawdę nic się nie zmieniło. Czuję się tak samo, trenuję tak samo... Jedynie mam więcej komfortu i spokoju ze względów finansowych.

A co dalej z nową dyscypliną, kolarstwem? We wrześniu wspólnie z Erykiem Marciniakiem wywalczyłeś złoty medal w mistrzostwach Polski dwójek w jeździe na czas.

Będę chciał w kolejnym roku znowu spróbować sił w tej dyscyplinie. Chcę zobaczyć, jak to się rozwinie.

PIŁKA NOŻNA

Sędzia Marciniak podpadł Anglikom. Puchacz wzięty na karuzelę przez Barcelonę

Jacek Czaplewski

Angielskie media, ale i trener Mauricio Pochettino, nie pozostawili suchej nitki na Szymonie Marciniaku. Według nich polski sędzia wypaczył wynik meczu Manchesteru United w Lidze Mistrzów.

45-letni Marciniak od przeszło dekady regularnie gwiżdże mecze w Champions League. W 2023 roku poprowadził nawet finał, gdy był na szczycie hierarchii po udanym finale mistrzostw świata. W tej edycji za nim już trzeci występ w fazie ligowej. I właśnie po nim jest najgłośniej – niestety, z powodu kontrowersyjnych decyzji.

Decyzją UEFA doświadczony arbiter został wysłany w środę do Portugalii na mecz Sportingu Lizbona z Manchesterem United, zakończony remisem 2:2. Rozgoryczeni po jego ostatnim gwizdku są przede wszystkim Anglicy. Mają za złe, że nie uznał im dwóch bramek, zaś podyktował dwa rzuty karne dla gospodarzy, którzy na dodatek kończyli w przewadze po wyrzuceniu z boiska Youriego Tielemansa w doliczonym czasie gry.

– Zostaliśmy mocno ukarani w kluczowych sytuacjach – grzmiał przed kamerami nowy trener Czerwonych Diabłów Mauricio Pochettino. Na prośbę o doprecyzowanie Argentyńczyk zamilkł i wymownym gestem zasugerował, że nic więcej nie powie, bo zostanie ukarany za kontestowanie decyzji sędziego.

Bardziej wylewny okazał się za to emerytowany sędzia angielskiej Premier League Mark Halsey. Według Anglika w pierwszej połowie doszło do „absolutnej kompromitacji", kiedy Polak nie uznał bramki Amada Diallo, doszukując się faulu wspomnianego Tielemansa, cofającego de facto nogę przed nadbiegającym rywalem. Zespół VAR, w którym zasiadał m.in. Piotr Lasyk, nie zainterweniował...

Ponadto Marciniaka skrytykował Owen Hargreaves, były pomocnik United, za to, że – jego zdaniem – chciał być pierwszoplanową postacią, wręcz gwiazdą meczu. – Liczba złych decyzji, jakie podjął, była oszałamiająca – stwierdził Hargreaves, będący obecnie telewizyjnym ekspertem.

Wzburzenia nie krył też Ashley Young. Były obrońca określił jego pracę mianem hańby. – Marciniak zaliczył najgorszy występ, jaki można sobie wyobrazić, a przecież prowadził finał mistrzostw świata. Powinien dostać notę minus dziesięć, tak był słaby – stwierdził w podcaście BBC Sports. Media z Wysp domagają się zawieszenia Marciniaka. Szybko obliczono, że przez jego błędy klub z Old Trafford stracił szansę na 1,2 mln funtów z tytułu premii za zwycięstwo.

Inaczej swój dzień w Lidze Mistrzów wyobrażał sobie także Tymoteusz Puchacz. Reprezentant Polski z azerskiego Sabahu Baku ostrzył sobie zęby na pojedynki z Laminem Yamalem. Gwiazdor FC Barcelony jednak nie wziął udziału w meczu z powodu kontuzji, za to popis dali inni, co poskutkowało wynikiem 1:4.

Nasz rodak mniej lub bardziej był zamieszany w utratę każdej z bramek. Szczególnie brutalnie obszedł się z nim Karim Adeyemi. – To najlepszy zespół, z jakim przyszło mi się mierzyć. Ten wynik to i tak najniższy wymiar kary. Niesamowici piłkarze – stwierdził Puchacz w Canal+ Sport.

SKOKI NARCIARSKIE

Po katastrofie na inaugurację w Ruce czekamy na rehabilitację naszych panów

Zbigniew Czyż

W sobotę i niedzielę w fińskiej Ruce odbędą się kolejne zawody Pucharu Świata w skokach narciarskich. Na dziś zaplanowano kwalifikacje.

Po bardzo nieudanych dla Biało-Czerwonych konkursach w Lillehammer Polacy zostali w Skandynawii. Trener kadry Maciej Maciusiak obiecał, że skoczkowie zrobią wszystko, żeby się poprawić, a praca wykonana przed sezonem wcześniej czy później przyniesie efekty. W Ruce Polacy wystąpią w składzie: Kacper Tomasiak, Klemens Joniak, Maciej Kot, Paweł Wąsek, Dawid Kubacki i Jakub Wolny.

Niestety, Ruka nie jest specjalnie szczęśliwa dla Biało-Czerwonych. Do tego skocznia Rukatunturi znana jest z porywistych podmuchów, które sprawiają poważne problemy organizatorom. Zawody są często przerywane, a nawet odwoływane, jak jeden z ubiegłorocznych konkursów. Kilku skoczków miało tam groźne upadki.

Dzisiejsze kwalifikacje rozpoczną się o godz. 17.15. Start sobotniego konkursu zaplanowano na godz. 16.30, a niedzielnego na 14.20. Podczas weekendu odbędą się też dwa konkursy indywidualne PŚ kobiet w Hinzenbach. W Austrii wystąpią Anna Twardosz i Kamila Karpiel.



Podczas inauguracji sezonu w Norwegii Biało-Czerwoni „wyskakali" raptem 4 punkty w Pucharze Świata. Wszystkie Kacper Tomasiak...

eprasa.pl 1eaf2615f9

SPORT

• **Chojniczanka zagra o punkty w drugiej lidze.** Dziś o godzinie 18.00 zagra na wyjeździe z GKS-em Tychy.

PIŁKA NOŻNA

Arka jest na fali i chce kontynuować passę

Arka Gdynia jest niepokonana od czterech kolejek, a z tych meczów aż trzy wygrała w Betclic 1 Lidze i chce kontynuować tę passę. Ruch to trudny przeciwnik, ale jeśli żółto-niebiescy wygrają, to wyprzedzą „Niebieskich".

Paweł Stankiewicz

Arka Gdynia pozbierała się po przegranych derbach Trójmiasta z Lechią Gdańsk. W kolejnych czterech meczach zdobyła 10 punktów, a dwa ostatnie wygrała. W tabeli Betclic 1 Ligi jest ciasno, więc ten wyniki szybko pozwoliły drużynie na to, aby poprawić swoją sytuację. Dziś Arka zajmuje 10 miejsce, ale do strefy barażowej o awans do PKO Ekstraklasy traci tylko jeden punkt, a do lidera pięć. Te straty są jeszcze spokojnie do odrobienia, tym bardziej że przecież sezon ligowy dopiero zbliża się do półmetka i będzie jeszcze wiele emocji.

- Tabela jest spłaszczona w dół i w górę. Musimy zrobić wszystko, aby przed zimową przerwą być jak najwyżej. Mamy teraz mecz z Ruchem i trzy punkty do zdobycia. Biorąc pod uwagę ostatnie wyniki nasz mental z pewnością jest lepszy niż na początku mojej pracy. Nie patrzymy jednak w tył, a do przodu. Dajemy sobie szansę na zakończenie roku w dobrym stylu – powiedział Tomasz Grzegorczyk, trener Arki, przed meczem z zespołem z Chorzowa.

Przygotowujemy się z tygodnia na tydzień. Naszym obowiązkiem jest dobra gra z zdobywanie punktów. Za poprawą wyników stoją zawodnicy i sztab. Najważniejsze jest teraz spotkanie z Ruchem.

Właśnie te ostatnie wyniki pokazują, że trener Tomasz Grzegorczyk znalazł sposób, aby je poprawić. Gra też jest coraz lepsza, choć jeszcze mało stabilna. Żółto-niebiescy mają w meczach różne momenty, ale też jedną połową bardzo dobrą, a drugą słabszą. Sztab szkoleniowy i piłkarze z pewnością pracują także nad tym, żeby to zmienić.

- Przygotowujemy się z tygodnia na tydzień. Naszym obowiązkiem jest dobra gra i zdobywanie punktów. Za poprawą wyników stoją zawodnicy i sztab. Najważniejsze jest teraz spotkanie z Ruchem. W zakresie motoryki, nasi trenerzy wykonują kapitalną robotę. W ostatnich dwóch tygodniach podkręciliśmy śrubę. Z Pogonią wyniki motoryczne były najlepsze do tej pory. To podstawa. Musimy być pragmatyczni. Ruch dużo strzela i dośrodkowuje. Ważna będzie obrona pola karnego. Naszego planu nie zdradzę, ale nie chcemy zmieniać rzeczy, które zaczęły funkcjonować – powiedział przed meczem z Ruchem szkoleniowiec żółto-niebieskich.

Trener Grzegorczyk na pewno mógł cieszyć się z tego, że w meczu z Pogonią Grodzisk Mazowiecki ciężar za bramki i wyniki wzięli na siebie inni zawodnicy. Do tej pory zbyt wiele w ofensywie zależało tylko od Vladislavsa Gutkovskisa. Dzięki temu, że wszyscy zawodnicy w ofensywie będą spisywać się lepiej i skuteczniej, to Arka będzie groźniejsza dla rywali. Ruch będzie na pewno trudnym i wymagającym rywalem, a zespół aktualnie znajduje się w strefie barażowej o awans do PKO Ekstraklasy. Drużyna z Chorzowa lepiej jednak spisuje się u siebie niż na wyjazdach, gdzie w ośmiu meczach strzeliła tylko pięć goli.

Mecz Arki z Ruchem rozegrany zostanie w sobotę o godz. 17.00. Transmisja w TVP Sport.



FOT. PRZEMYSŁAW ŚWIDERSKI

Arka Gdynia w meczu z Ruchem Chorzów poszuka kolejnego zwycięstwa i awansu w ligowej tabeli

PIŁKA NOŻNA

Lechia przegrała dwa kolejne mecze wyjazdowe i zamierza odwrócić kartę

Paweł Stankiewicz

Lechia Gdańsk będzie chciała się poprawić, bo przegrała dwa ostatnie mecze wyjazdowe w Betclic 1 Lidze.

Lechia wygrała sześć meczów z rzędu na Polsacie Plus Arenie i dzięki temu awansowała na trzecie miejsce w tabeli Betclic 1 Ligi. Na wyjazdach nie radzi sobie aż tak dobrze i będzie chciała to zmienić już w Łodzi. Zwłaszcza, że to bardzo ważny mecz, bo ŁKS jest wiceliderem, ale ma tylko jeden punkt przewagi nad zespołem z Gdańska. To zapowiada dużo emocji.

- W tej lidze wszyscy rywale są trudni, ale ŁKS jest naprawdę ciekawie grającym zespołem w fazie z piłką i bez piłki. To zbalansowana drużyna, która chce grać w piłę i prowadzić atak. Próbuje wyciągać przeciwnika, ale jak ten zareaguje, to ŁKS przejmuje inicjatywę. Ma swoje patenty na to, jak wykorzystać przestrzeń – ocenił rywala Władysław Łupaszko, trener Lechii.



FOT. PRZEMYSŁAW ŚWIDERSKI

Artur Szach nie strzelił gola w dwóch ostatnich meczach, a w Łodzi będzie chciał pomóc drużynie wygrać mecz

Lechia będzie też chciała poprawić swój bilans meczów wyjazdowych w tym sezonie. Jak dotąd dwa mecze wygrała, jeden zremisowała i cztery przegrała. Ostatnie dwa spotkania w delegacjach, to porażki w Bytomiu z Polonią 0:1 i w Niepołomicach z Puszczą 1:2. Z kolei ostatnie wyjazdowe zwycięstwo miało miejsce 12 października, a wówczas biało-zieloni wygrali w Rzeszowie ze Stalą 2:1. Zatem tutaj jest pole do poprawy, aby drużyna Lechii była lepsza, bardziej konkretna, a przede wszystkim skuteczna, kiedy gra poza Gdańskiem.

Trener Władysław Łupaszko będzie musiał ocenić sytuację zdrowotną, bo na pewno lepiej mieć na boisku Tomasza Neugebauera niż Christo Iwanowa czy Bartosza Szczepankiewicza. Także Tomasz Wójtowicz powinien wrócić do podstawowego składu. Drużyna potrzebuje tych piłkarzy. Trener Łupaszko powinien też się zastanowić czy Kacpra Łopaty nie zastąpić Indritem Mavrajem. Na swoją szansę czeka też Karol Wendt, który wrócił do kontuzji, ale cały mecz z Odrą przesiedział na ławce rezerwowych.

- To była decyzja taktyczna, że Wójtowicz nie zagrał od pierwszej minuty. Po wejściu na boisko zaprezentował się bardzo dobrze i takiego Tomka chcemy oglądać w każdym meczu. Zawsze mówiłem, że Tomek Neugebauer to bardzo dobry piłkarz i jest dla nas bardzo ważny. Jednak był chory i nie mógł zagrać dłużej z Odrą. Nasz zespół jest młody i dla nas to duży problem, kiedy tracimy tak doświadczonych piłkarzy – zakończył trener Łupaszko.

Wyjazdowy mecz Lechii z ŁKS-em rozegrany zostanie w niedzielę o godz. 14.30. Transmisja w TVP Sport i w TVP Polonia.

eprasa.pl 1eaf2615f9

Piątek
27.11.2026

WYD. 2

Kaszuby

Z drugiej strony:
Wybierz się na świąteczny jarmark str. 2

Rejsy Regionów

Gryf Wejherowski
Tygodnik Kartuzy
Echo Ziemi Puckiej
Tygodnik Miastecki
ECHO ZIEMI LĘBORSKIEJ
Dziennik powiatu bytowskiego
Dziennik Sławieński
Dziennik Człuchowski
Gryf Kościerski

internet@dziennikbaltycki.pl

Nr 48/2026

O TYM SIĘ MÓWI

DRAMAT NA BASENIE W KOŚCIERZYNIE. CZTERY KOBIETY SKAZANE!



Ponad dwa lata po dramatycznym wypadku na basenie w Kościerzynie, gdzie tonął 8-letni chłopiec, zapadł wyrok. Sąd uznał za winne dwie ratowniczki i dwie opiekunki kolonijne. Wyrok jest nieprawomocny **str. 3**

FOT. ARCHIWUM JOANNA SURAŻYŃSKA

POWIAT WEJHEROWSKI

Pracownicy socjalni mieli swoje święto w Szemudzie.
Nie zabrakło wyróżnień **str. 4**

POWIAT KOŚCIERSKI

Budowa obwodnicy w ciągu drogi 214 to perspektywa 10 lat.
Pierwszy krok już wykonany **str. 5**

POWIAT PUCKI

Głodne wilki i znikające koty na Półwyspie Helskim?
Wywiezienie drapieżników może przynieść odwrotny skutek **str. 6**

SPORT

Huragan Nowe Polaszki - Santana Wielki Klincz.
Zwycięstwo gospodarzy **str. 8**

eprasa.pl 1eaf2615f9

Lęborscy seniorzy zachwycili swoimi fotografiami. Tak uchwycili magię światła



FOT. BRANŻOWA SZKOŁA SIERAKOWICE

Konkurs był doskonałą okazją do rozwijania pasji, aktywności twórczej oraz zaprezentowania talentów



FOT. BRANŻOWA SZKOŁA SIERAKOWICE

Prace pokazały, jak można interpretować motyw światła i dostrzegać piękno w codziennych sytuacjach

Joanna Surażyńska

Światło uchwycone w obiektywie potrafi zachwycać, zaskakiwać i opowiadać niezwykłe historie. Udowodnili to lęborscy seniorzy, którzy wzięli udział w konkursie fotograficznym „Światło". Do rywalizacji zgłoszono aż 73 zdjęcia wykonane przez 25 uczestników.

Rozstrzygnięto konkurs fotograficzny „Światło", zorganizowany przez Gminną Radę Seniorów w Lęborku w ramach Lęborskich Dni Seniora 2026. Inicjatywa skierowana była do mieszkańców miasta powyżej 60. roku życia, których pasją jest fotografia i odkrywanie piękna otaczającego świata. Konkurs spotkał się z dużym zainteresowaniem. Łącznie zgłoszono 73 fotografie wykonane przez 25 seniorek i seniorów. Tematyka konkursu pozostawiała uczestnikom szerokie pole do interpretacji, pozwalając na ukazanie światła w naturze, przestrzeni miejskiej oraz artystycznych kompozycjach wykorzystujących grę światła i cienia.

Nagroda specjalna burmistrza Lęborka dla Galiny Łappo za fotografię „Park nad stawem". Nagroda specjalna sponsora konkursu, Energa Operator, dla Krystyny Ropeli za fotografię „Światło między słowami". Nagrody główne: I miejsce: Ewa Kłosowska za fotografię przedstawiającą wnętrze sklepu z lampami. II miejsce: Józef Góra za fotografię „Przyjaźń chłopca z cielaczkami". III miejsce: tasmaria55 za fotografię „Wnuczka".

Wyróżnienia otrzymali:

Ewa Skupin za fotografię „Latarnik". Tadeusz Jakubik za fotografię „Nordcup". ewajolantak za fotografie „Zaułek 2", „Światło w kolorze złotym" oraz „Światło w pracy zdalnej". tasmaria55 za fotografię „Lampy we mgle". Grażyna Zgubińska za fotografie „Światło w źrenicy oka" oraz „Światło na nowe życie".

Żywy renifer, alpaki, darmowa karuzela i piękne fajerwerki!

Joanna Surażyńska

Żukowo szykuje się na trzy dni pełne świątecznej atmosfery! Od 4 do 6 grudnia dziedziniec miejscowego kościoła zamieni się w bożonarodzeniowy jarmark. Na mieszkańców i gości czekają m.in. spotkanie z Mikołajem, żywy renifer, alpaki, darmowa karuzela oraz pokaz fajerwerków.



ARCH. JOANNA SURAŻYŃSKA

Na odwiedzających czekać będą stoiska regionalnych wystawców

Norbertański Jarmark Bożonarodzeniowy odbędzie się w dniach 4-6 grudnia 2026 roku na dziedzińcu kościoła przy parafii Wniebowzięcia Najświętszej Maryi Panny w Żukowie. Organizatorzy przygotowali program zarówno dla najmłodszych, jak i dorosłych, którzy chcą poczuć atmosferę zbliżających się świąt.

Przez trzy dni na odwiedzających czekać będą stoiska regionalnych wystawców, warsztaty dla dzieci, rodzinne sesje świąteczne oraz występy lokalnych artystów. Zaplanowano również świąteczne przedstawienie grupy teatralnej Czeremuchy.

Pierwszy dzień wydarzenia, piątek 4 grudnia, upłynie pod znakiem zabawy i świątecznych przygotowań. Jedną z atrakcji będzie kolorowy przemarsz, który wprowadzi uczestników w bożonarodzeniowy nastrój.

Zaplanowano także konkurs pod hasłem „Choinka za przebranie". Na najmłodszych czekać będzie darmowa karuzela, a miłośnicy nowoczesnych technologii będą mogli skorzystać z atrakcji VR, czyli wirtualnej rzeczywistości.

Nie zabraknie atrakcji

W sobotę 5 grudnia na jarmarku pojawią się zwierzęta. Odwiedzający będą mogli zobaczyć alpaki oraz zajrzeć do zagrody z owieczkami. W programie znalazło się również karaoke, które będzie okazją do wspólnej zabawy.

Nie zabraknie darmowej karuzeli i atrakcji VR. Organizatorzy przygotowali także propozycję dla osób zainteresowanych historią Żukowa. Tego dnia będzie można zwiedzić Muzeum Norbertanek Żukowskich. Wejścia zaplanowano na godz. 16, 17 i 19.

Najwięcej emocji wśród najmłodszych może wzbudzić niedziela 6 grudnia, czyli mikołajki. Tego dnia na jarmarku pojawi się Święty Mikołaj, a jedną z głównych atrakcji będzie jego zagroda z żywym reniferem.

W programie znalazły się również spotkania z alpakami i śnieżna kula, która ma być kolejną atrakcją dla odwiedzających.

W niedzielę ponownie będzie można zwiedzić Muzeum Norbertanek Żukowskich. Podobnie jak dzień wcześniej, wejścia zaplanowano na godz. 16, 17 i 19.

Zwieńczeniem trzydniowego wydarzenia będzie pokaz fajerwerków.

Organizatorami wydarzenia są Gmina Żukowo, Parafia Wniebowzięcia NMP w Żukowie oraz Ośrodek Kultury i Sportu w Żukowie.

ZDJĘCIE TYGODNIA



FOT. MUZEUM W BYTOWIE

Dawne rękodzieło może być inspiracją do twórczego spędzania czasu zarówno dla dzieci, młodzieży, jak i dorosłych. Przekonali się o tym uczestnicy zajęć „Zmalujmy makatkę", organizowanych przez Muzeum Zachodniokaszubskie w Bytowie. W czwartek i piątek, 19 i 20 listopada, bytowskie muzeum odwiedzili uczniowie ośrodka szkolno-wychowawczego oraz miejscowego liceum ogólnokształcącego. Z kolei w sobotę, 21 listopada, makatki powstawały w rodzinnym gronie. Zajęcia są okazją do rozwijania zdolności artystycznych i poznawania dawnych tradycji związanych ze zdobieniem wnętrz. Przed laty makatki były popularnym elementem wystroju domów. Zdobiły przede wszystkim kuchnie. (SURA)

Rejsy Regionów

ADRES REDAKCJI: **ul. Połęże 3, 80-720 Gdańsk, redakcja@prasa.gda.pl.** REDAKTOR NACZELNY: **Maciej Sandecki.** REDAKTOR ODPOWIEDZIALNY: **Joanna Surażyńska, joanna.surazynska@polskapress.pl.**
BIURO REKLAMY: **Ewa Żelazko, tel. 58 300 32 11.** PRENUMERETA: **tel. 58 728 08 17** MARKETING: **marketing.gdansk@polskapress.pl.** DRUK: **Polska Press Oddział Poligrafia, 85-438 Bydgoszcz, ul. Grunwaldzka 229.**
WYDAWCA: **Polska Press Sp. z o.o., ul. Domaniewska 45, 02-672 Warszawa, tel. 22 201 40 00.** PREZES ZARZĄDU POLSKA PRESS GRUPY: **Robert Feluś.** PREZES MAKROREGIONU: **Piotr Grabowski.** PROJEKT GRAFICZNY: **Tomasz Bocheński.**

POLSKA PRESS GRUPA

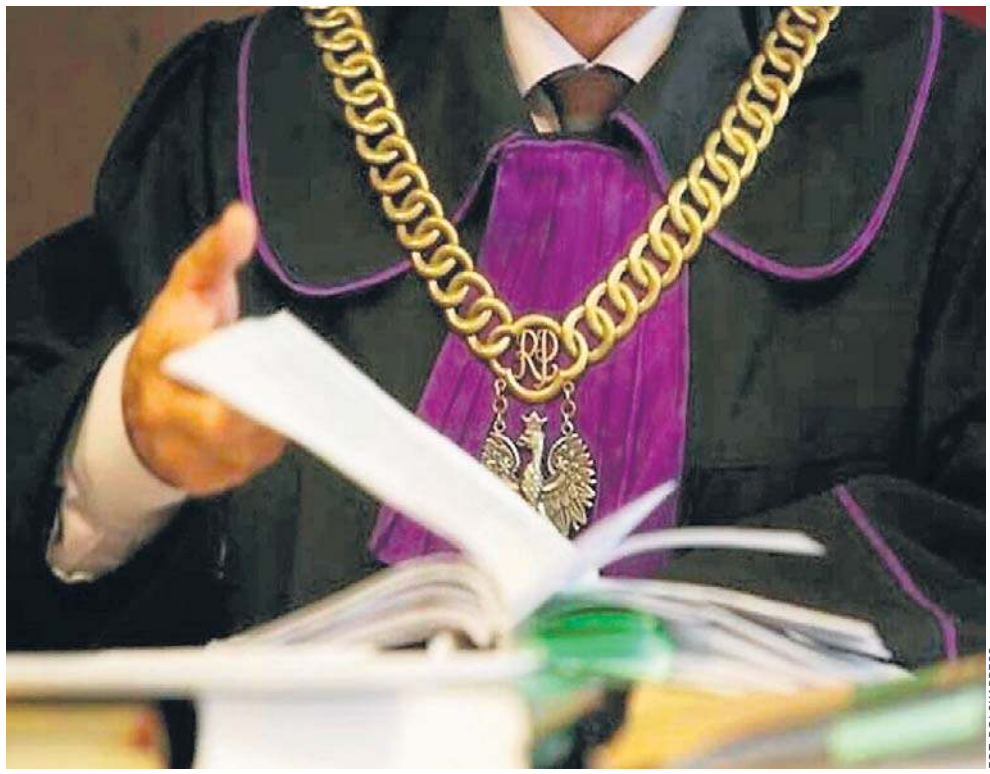
©℗ - umieszczenie takich dwóch znaków przy Artykule, w szczególności przy Aktualnym Artykule, oznacza możliwość jego dalszego rozpowszechniania tylko i wyłącznie po uiszczeniu opłaty zgodnie z cennikiem zamieszczonym na stronie www.polskatimes.pl/tresci i w zgodzie z postanowieniami niniejszego regulaminu.

eprasa.pl 1eaf2615f9

8-latek omal nie utonął. Jest wyrok

Edyta Łosińska-Okoniewska

Po ponad dwóch latach od głośnego wypadku na basenie Aqua Centrum w Kościerzynie, podczas którego tonął 8-letni chłopiec, sąd wydał wyrok. Cztery kobiety zostały skazane. Wyrok jest nieprawomocny.



FOT. POLSKAPRESS

Sąd uznał cztery oskarżone kobiety za winne nieumyślnego narażenia dziecka na niebezpieczeństwo. Wyrok jest nieprawomocny

Przed Sądem Rejonowym w Kościerzynie zapadł wyrok w głośnej sprawie dramatycznego zdarzenia, do którego doszło latem 2024 roku w Aqua Centrum w Kościerzynie. Wówczas 8-letni chłopiec bawiący się w basenie zaczął się topić, a następnie przez kilka minut unosił się bezwładnie twarzą w dół. Został wyciągnięty z wody przez przypadkowego mężczyznę, korzystającego w tym czasie z basenu. 8-latek został uratowany, jednak jego stan był na tyle ciężki, że trafił najpierw do szpitala w Kościerzynie, a następnie na oddział intensywnej terapii dziecięcej w Gdańsku, gdzie przez pewien czas przebywał w śpiączce.

Oskarżonymi w tej sprawie były cztery osoby: dwie ratowniczki, Patrycja K. i Aleksandra Z., których zadaniem było w tym dniu dozorowanie basenu oraz dwie opiekunki kolonijnej grupy młodzieżowej, Agnieszka B.-Ś i Milena J. Prokurator zarzucił wszystkim oskarżonym nieumyślne narażenie pokrzywdzonego na bezpośrednie niebezpieczeństwo utraty życia oraz spowodowanie u niego choroby realnie zagrażającej życiu.

Jak poinformował rzecznik Sądu Okręgowego w Gdańsku ds. karnych, sąd uznał wszystkie oskarżone za winne, jednak częściowo zmienił kwalifikację prawną zarzucanego im czynu.

- Sąd Rejonowy w Kościerzynie uznał winę oskarżonych, ale zmodyfikował przypisane im przestępstwa w ten sposób, że ustalił, iż oskarżone były winne tylko nieumyślnego narażenia pokrzywdzonego na bezpośrednie niebezpieczeństwo utraty życia lub doznania ciężkiego uszczerbku na zdrowiu - informuje sędzia Mariusz Kaźmierczak, rzecznik prasowy Sądu Okręgowego w Gdańsku.

Jedna z ratowniczek oraz obie opiekunki kolonijne zostały skazane na kary po sześć miesięcy pozbawienia wolności z warunkowym zawieszeniem ich wykonania na okres trzech lat próby. Dodatkowo sąd oddał je pod dozór kuratora sądowego. Druga z ratowniczek została skazana na karę grzywny w wysokości 200 stawek dziennych po 50 zł każda. Wszystkie cztery kobiety będą musiały również zapłacić na rzecz pokrzywdzonego nawiązki w wysokości po 10 tys. zł. Sąd orzekł również wobec obu opiekunek kolonijnych zakaz wykonywania zawodu związanego z opieką nad dziećmi przez okres pięciu lat.

- Wyrok nie jest prawomocny. Wpłynęły zapowiedzi apelacji zarówno ze strony prokuratora, jak i oskarżonych - informuje sędzia Mariusz Kaźmierczak. - Ewentualne apelacje w tej sprawie rozpoznawał będzie Sąd Okręgowy w Gdańsku.

REKLAMA 2111465699

Harmonogram lodowiska w grudniu 2026
Władysławowo, teren przy estradzie miejskiej za „Domem Rybaka"
ORGANIZATOREM LODOWISKA MIEJSKIEGO JEST CENTRUM KULTURY WE WŁADYSŁAWOWIE

CENNIK
Bilet jednorazowego wstępu - 17 zł
Karnet na 10 wejść - 140 zł
Wypożyczenie łyżew na jedno wejście - 17 zł

Z Kartą Mieszkańca Gminy Władysławowo
Bilet jednorazowego wstępu - 15 zł
Karnet na 10 wejść - 110 zł
Wypożyczenie łyżew na jedno wejście - 15 zł

Ostrzenie łyżew klienta - od 20 zł
Podczas lekcji WF dzieci ze szkół z Gminy Władysławowo korzystają z lodowiska bezpłatnie

Lodowisko WE WŁADYSŁAWOWIE

WEJŚCIA NA TAFLĘ	CODZIENNIE (OPRÓCZ 24, 25, 31 GRUDNIA ORAZ 1 STYCZNIA 2026)	NIECZYNNE: WIGILIA 24.12	I DZIEŃ ŚWIĄT 25.12	SYLWESTER 31.12	NOWY ROK 01.01
9:30 – 10:30	✓	N		✓	
11:00 – 12:00	✓	I		✓	
12:30 – 13:30	✓	E		✓	
14:00 – 15:00	✓	C		✓	
15:30 – 16:30	✓	Z	✓		✓
17:00 – 18:00	✓	Y	✓		✓
18:30 – 19:30	✓	N	✓		✓
20:00 – 21:00	✓	E	✓		✓

POMIĘDZY WEJŚCIAMI NA TAFLĘ ODBYWAJĄ SIĘ PÓŁGODZINNE PRZERWY TECHNICZNE

/LodowiskoWladyslawowo

eprasa.pl 1eaf2615f9

Pracownicy socjalni docenieni

Maciej Krajewski

Przedstawiciele służb i instytucji społecznych z całego powiatu spotkali się na uroczystej gali w Centrum Samorządowym w Szemudzie. Powiatowy Dzień Pracownika Socjalnego stał się szczególną okazją, by wyróżnić tych, którzy regularnie, wytrwale wspierają drugiego człowieka.

Powiatowo-Gminna Gala Pracowników Służb Społecznych odbyła się jeszcze w piątek, 20 listopada. Do Centrum Samorządowego w Szemudzie zjechali przedstawiciele samorządów z całego powiatu wejherowskiego - władze miast i gmin, poszczególnych wydziałów, lokalnych instytucji.

Głównymi bohaterami byli jednak tytułowi pracownicy socjalni - osoby, które na co dzień swoją pracą, zaangażowaniem i empatią wspierają drugiego człowieka.

- Praca socjalna to znacznie więcej niż realizacja codziennych obowiązków - podkreślają gospodarze z gminy Szemud. - To obecność przy osobach i rodzinach znajdujących się w trudnych sytuacjach życiowych, umiejętność dostrzegania potrzeb, reagowania na problemy, budowania relacji oraz przywracania nadziei i poczucia bezpieczeństwa. To często cicha, wymagająca i niezwykle odpowiedzialna praca, której efekty mają ogromne znaczenie dla całych lokalnych społeczności.



FOT. STAROSTWO POWIATOWE W WEJHEROWIE

Uroczysta gala w Szemudzie była przede wszystkim wielkim wyrazem wdzięczności

Nagrodzeni za swe oddanie

W ramach wydarzenia nie tylko słownie podkreślano rolę pracowników służb społecznych. Podziękowania za ich oddanie powędrowały też w formie nagród i wyróżnień, choćby poprzez tzw. „Drzewka Wdzięczności". Na tegorocznej gali otrzymali je:

Maciej Zagórowicz - za działalność na rzecz osób z niepełnosprawnościami,

Józefa Gołaś - za działalność na rzecz osób starszych,

Rafał Tomaszewski - za działalność na rzecz dziecka i rodziny,

Justyna Bieszk - za całokształt działalności w obszarze pomocy społecznej,

Stowarzyszenie Przyjaciół Chorych Hospicjum w Wejherowie - za całokształt działalności w obszarze pomocy społecznej.

- Każde z tych wyróżnień dotyczy innego obszaru, ale łączy je jedno: dostrzeganie potrzeb drugiego człowieka i gotowość do działania - wyjaśniają władze powiatu wejherowskiego.

Szczególne wyróżnienie

Ponadto medalem „Za Zasługi dla Powiatu Wejherowskiego" wyróżniono Teresę Dzięcielską, prezes Stowarzyszenia Przyjaciół Chorych „Hospicjum" pw. Św. Judy Tadeusza w Wejherowie. Pani Teresa jest związana z wejherowskim hospicjum od 1991 r., a swoją drogę rozpoczęła jako pielęgniarka-wolontariuszka. Stowarzyszeniem kieruje od 2007 r., dbając o rozwój opieki hospicyjnej i wsparcie osób w najtrudniejszych momentach życia.

- Pani Teresa Dzięcielska od wielu lat udowadnia, jak wielką wartość ma bezinteresowna pomoc i zaangażowanie społeczne. Jej działalność na rzecz pacjentów hospicjum i ich rodzin zasługuje na szczególne uznanie i wdzięczność - mówiła na piątkowej gali Alicja Skwarło, członkini Zarządu Powiatu Wejherowskiego. - Przyznany medal jest wyrazem podziękowania za lata oddania i pracy na rzecz mieszkańców naszego powiatu.

Poza podziękowaniami spotkanie w Szemudzie było również okazją do wymiany doświadczeń, integracji środowiska. Współpraca bowiem - czy to na linii instytucje-samorząd, czy między samymi pomagającymi - jest w tej pracy kluczowa.

Dron nad przejazdami kolejowymi w Wejherowie

Maciej Krajewski

Od soboty, 21 listopada obowiązują zaostrzone przepisy odnośnie bezpieczeństwa na przejazdach kolejowych. W Wejherowie patrole policji, monitorujące te miejsca, wspiera dron. Tylko we wtorkowe przedpołudnie mundurowi zarejestrowali w mieście 6 wykroczeń.

Policjanci z wejherowskiej drogówki szczególnie przyglądali się w ostatnich dniach przejazdom kolejowym. Działania prowadzili zarówno z oznakowanych, jak i nieoznakowanych radiowozów, wyposażonych w wideorejestratory. Mundurowi w swej pracy wykorzystują też policyjnego drona, by z powietrza wychwycić naruszających przepisy.

Niestety, mimo apeli i surowszych od paru dni kar, wciąż nie wszyscy respektują prawo. Kierowcy próbują „zdążyć", gdy rogatki się już opuszczają; wjeżdżają na przejazd mimo braku miejsca po drugiej stronie. We wtorek, 24 listopada tylko do godz. 13 policjanci ujawnili w Wejherowie 6 takich wykroczeń.

- Policjanci prowadzą działania przede wszystkim po to, by zapobiegać niebezpiecznym sytuacjom i chronić życie oraz zdrowie uczestników ruchu. Dzisiejsze ujawnienia pokazują jednak, że wciąż są kierowcy, którzy lekceważą zagrożenie i obowiązujące zasady - komentuje asp. szt. Anetta Potrykus, oficer prasowa KPP w Wejherowie.

Kary są surowe, ale chodzi o bezpieczeństwo

Mundurowi jeszcze raz więc przestrzegają: na przejeździe kolejowym nie ma miejsca na brawurę!

- Pociąg nie ustąpi, nie zatrzyma się natychmiast w miejscu i nie da drugiej szansy. Na przejeździe kolejowym to kierowca odpowiada za decyzję, która może zaważyć na życiu nie tylko swoim ale i innych - podkreśla rzeczniczka wejherowskiej komendy.

Przypomnijmy też, że od 21 listopada obowiązują zaostrzone przepisy, dotyczące bezpieczeństwa na przejazdach kolejowo-drogowych, uchwalone przez parlament po serii groźnych zdarzeń w kraju. Kierowcy, którzy w określonych sytuacjach ignorują sygnalizację, omijają opuszczające się lub opuszczone zapory albo wjeżdżają na przejazd bez możliwości jego opuszczenia, muszą liczyć się z mandatem w wysokości 2000 zł, a w przypadku recydywy nawet 4000 zł. Dodatkowo za takie naruszenia może zostać zatrzymane prawo jazdy na 3 miesiące.


FOT. KPP WEJHEROWO

Nie tylko z drona wejherowscy mundurowi obserwowali przejazdy kolejowe, ale sprzęt zdecydowanie pomógł


FOT. KPP WEJHEROWO

Liczba ujawnionych wykroczeń tylko w kilka godzin pokazuje, jak wielu wciąż nie przestrzega przepisów

- Przejazd kolejowy to miejsce, w którym chwila nieuwagi, pośpiech czy próba zaoszczędzenia kilku sekund mogą doprowadzić do tragedii - dodaje Anetta Potrykus. - Czerwone światło oznacza całkowity zakaz wjazdu. Opuszczające się rogatki nie są przeszkodą do ominięcia, a przepisy nie są kwestią wyboru.

O tym, że służby poważnie podchodzą do bezpieczeństwa w rejonie przejazdów, przekonał się już w niedzielę w Gdańsku kierowca ciężarówki.

- 36-letni kierujący samochodem ciężarowym marki Scania z naczepą marki Kempf nie zastosował się do sygnalizatora kolejowego nadającego migający sygnał barwy czerwonej, wjechał na przejazd kolejowy podczas opuszczania zapór i wyłamał jedno ramię zapory - relacjonowała wówczas mł. asp. Edyta Krefta, oficer prasowa KMP w Gdańsku.

36-latka ukarano mandatem w wysokości 3 tys. zł, dostał 15 punktów karnych, policjanci zatrzymali mu też prawo jazdy na trzy miesiące.

eprasa.pl 1eaf2615f9

W Małym Klinczu rozdano klucze

Edyta Łosińska-Okoniewska

Własne cztery kąty bez konieczności zaciągania kredytu hipotecznego? Dla 43 najemców w Małym Klinczu to właśnie stało się rzeczywistością! Odebrali klucze do nowych mieszkań. Na lokatorów czekają także miejsca parkingowe, komórki lokatorskie i winda.



FOT. UG KOŚCIERZYNA



FOT. UG KOŚCIERZYNA



FOT. UG KOŚCIERZYNA

To był wyjątkowy dzień dla 43 najemców, którzy odebrali klucze do swoich nowych mieszkań w Małym Klinczu. W tej miejscowości bowiem zrealizowano kolejną inwestycję mieszkaniową SIM KZN - Pomorze, dającą mieszkańcom szansę na nowy początek i własną przestrzeń do życia.

Uroczyste przekazanie lokali było nie tylko podsumowaniem zakończonej inwestycji, ale przede wszystkim ważnym momentem dla osób i rodzin, które od teraz będą mogły urządzać swoją codzienność w nowym miejscu. Dla wielu z nich to spełnienie marzenia o stabilnym, bezpiecznym i komfortowym mieszkaniu.

Nowe lokale zostały przygotowane w standardzie „pod klucz". Oznacza to, że najemcy mogą znacznie szybciej wprowadzić się do swoich mieszkań i rozpocząć nowy etap życia. Zadbano również o udogodnienia, które mają znaczenie w codziennym funkcjonowaniu. Do dyspozycji mieszkańców są komórki lokatorskie, miejsca parkingowe oraz winda.

Mieszkanie na dobrych warunkach

- To kolejna inwestycja zrealizowana przez spółkę SIM KZN - Pomorze w Malborku. Społeczna Inicjatywa Mieszkaniowa, czyli SIM, to spółka realizująca budownictwo społeczne - informują władze gminy Kościerzyna. - Jej zadaniem jest budowanie mieszkań na wynajem o umiarkowanym czynszu z możliwością dojścia do własności. Propozycja skierowana jest dla osób i rodzin nie posiadających własnego mieszkania, którzy dysponują środkami na regularne opłacanie czynszu, jednak ich dochody są za niskie na zaciągnięcie kredytu hipotecznego na mieszkanie.

Dzięki temu więcej osób może znaleźć swoje miejsce na ziemi bez konieczności zaciągania wieloletniego kredytu hipotecznego. To szczególnie istotne w czasach, gdy zakup własnego mieszkania dla wielu rodzin pozostaje dużym wyzwaniem finansowym, czasami nawet poza zasięgiem.

Wspólne działanie na rzecz mieszkańców Pomorza

SIM KZN - Pomorze to spółka, której udziałowcami są Krajowy Zasób Nieruchomości oraz kilkanaście pomorskich samorządów, wśród nich Gmina Kościerzyna. Współpraca samorządów i instytucji publicznych pozwala realizować inwestycje, które odpowiadają na jedną z najważniejszych potrzeb mieszkańców, którą jest dostęp do dobrych i przystępnych cenowo mieszkań.

Pierwszy krok ku obwodnicy został już wykonany

Edyta Łosińska-Okoniewska

Korki w Kościerzynie, zwłaszcza w sezonie letnim, dają się we znaki mieszkańcom. Podpisany właśnie list intencyjny ma pomóc w realizacji inwestycji, która może znacząco zmienić układ komunikacyjny miasta.



FOT. PIOTR KARCZEWSKI

Budowa jest wspólnym celem samorządowców

W Kościerzynie, mimo istniejącej obwodnicy, korki są jednym z problemów, który męczy zarówno mieszkańców jak i kierowców zwłaszcza w sezonie letnim. Część ruchu samochodowego, zmierzającego w kierunku Łeby, odbywa się przez centrum miasta. Na horyzoncie pojawia się jednak rozwiązanie. W Starostwie Powiatowym w Kościerzynie podpisano list intencyjny dotyczący współpracy przy przygotowaniu jednej z najważniejszych inwestycji drogowych w regionie - budowy obwodnicy Kościerzyny w ciągu drogi wojewódzkiej 214. Zakładana inwestycja ma na celu połączenie istniejącej obwodnicy Kościerzyny z drogą wojewódzką nr 214, położoną na północ od miasta. Takie rozwiązanie umożliwi skierowanie ruchu tranzytowego poza centrum Kościerzyny, co przełoży się na poprawę bezpieczeństwa drogowego oraz komfort życia mieszkańców.

- Cieszę się, że inwestycja nabiera realnych kształtów - mówi Beata Jankowska, radna Sejmiku Województwa Pomorskiego. - Już w 2025 roku inicjowałam spotkania mieszkańców gminy Kościerzyna z przedstawicielami Urzędu Marszałkowskiego, podczas których wspólnie rozmawialiśmy o najlepszych wariantach przebiegu obwodnicy. Dwa warianty, które są obecnie brane pod uwagę, uwzględniają głos mieszkańców i są efektem przeprowadzonych konsultacji społecznych. Dziękuję wszystkim samorządom za dotychczasową współpracę i zaangażowanie. To dobry znak na przyszłość i dowód na to, że współpraca, dialog i wspólne działanie przynoszą konkretne efekty. Przed nami jeszcze długa droga, ale najważniejsze, że idziemy w dobrym kierunku.

Pod dokumentem podpisali się przedstawiciele Samorządu Województwa Pomorskiego, Powiatu Kościerskiego, Miasta Kościerzyny oraz Gminy Kościerzyna. To deklaracja wspólnych działań na rzecz opracowania studium techniczno-ekonomiczno-środowiskowego, które jest niezbędne do dalszych prac nad inwestycją.

- Tak duże i kosztowne zadanie nie powstanie oczywiście w najbliższym czasie. Standardowy proces inwestycyjny związany z tego typu inwestycjami to okres od 9 do 10 lat. Pierwszym wymaganym dokumentem jest studium techniczno-ekonomiczno-środowiskowe, które uruchomia całą procedurę i właśnie temu służył list intencyjny, który podpisaliśmy - mówi Grzegorz Zabrocki, starosta kościerski. - Zakłada on wspólne sfinansowanie sporządzenia tego dokumentu. Samorząd Województwa Pomorskiego pokryje koszty w 40 proc. natomiast nasze trzy samorządy każdy po 20 proc. Przewidywany czas na wykonanie studium to lata 2027-2029. Zakładamy, że do końca tej kadencji uda nam się doprowadzić do sporządzenia tego dokumentu i będzie on stanowił podstawę do przygotowania właściwej dokumentacji projektowej, niezbędnej do ogłoszenia przetargu na realizację zadania.

Choć sama budowa obwodnicy to perspektywa 2037 roku w optymistycznym wariancie, to porozumienie jest ważnym sygnałem. Wszystkie samorządy mówią jednym głosem i chcą wspólnie doprowadzić do realizacji przedsięwzięcia, na które czekają mieszkańcy oraz kierowcy przejeżdżający przez Kościerzynę. Nowa trasa ma przebiegać po północnej stronie miasta. Jej powstanie pozwoli wyprowadzić część ruchu z centrum, zmniejszyć korki i poprawić bezpieczeństwo na lokalnych drogach. Skorzystają na tym nie tylko kierowcy, ale także piesi i rowerzyści. Przypomnijmy, że w ramach Studium Korytarzowego zaproponowano kilka wariantów przebiegu trasy, z czego obecnie pod uwagę brane są dwa najbardziej oddalone od miasta.

- To właśnie te warianty będą stanowiły podstawę do opracowania studium techniczno-ekonomiczno-środowiskowego, które ma odpowiedzieć na pytanie, która z tych dwóch propozycji będzie najkorzystniejsza - dodaje Grzegorz Zabrocki. - Środki na realizację tego zadania będą zabezpieczone w budżecie województwa na 2027 rok.

Obwodnica Kościerzyny w ciągu drogi 214 bez wątpienia należy do inwestycji, które mogą znacząco zmienić codzienne życie mieszkańców miasta i okolic.

- To bardzo ważny krok w kierunku realizacji tej inwestycji - mówi Piotr Karczewski, wiceprzewodniczący Sejmiku Województwa Pomorskiego. - Nowa obwodnica pozwoli udrożnić ruch od północnej strony Kościerzyny, odciążyć miasto i przede wszystkim poprawić bezpieczeństwo wszystkich uczestników ruchu drogowego. Cieszę się, że samorządy potrafią współpracować i wspólnie podejmować działania na rzecz rozwoju naszego regionu. Razem budujemy Pomorze!

eprasa.pl 1eaf2615f9

Głodne wilki i znikające koty na Półwyspie Helskim? Wywiezienie drapieżników może jednak zaszkodzić

Joanna Surażyńska

Czy wilkom na Półwyspie Helskim zaczyna brakować pożywienia? Jeden z mieszkańców alarmuje, że drapieżniki są wychudzone, a ich ofiarami mają padać psy i koty. Jego zdaniem zwierzęta należałoby odłowić i przenieść w inne miejsce. Tymczasem RDOŚ przekonuje, że takie działanie mogłoby przynieść skutek odwrotny do zamierzonego - zwiększyć ryzyko ataków na zwierzęta gospodarskie.



FOT. TCZYCHOROWSKI/POLSKAPRESS

Wilki od lat są obecne na terenie Półwyspu Helskiego

Czy na Półwyspie Helskim rzeczywiście zaczyna brakować pożywienia dla wilków? Czy drapieżniki są wychudzone i coraz częściej szukają zdobyczy wśród zwierząt domowych? O takich niepokojących sygnałach „Dziennik Bałtycki" informował już wcześniej. Jeden z naszych czytelników przekonywał, że wilki powinny zostać przeniesione na teren zapewniający im odpowiednie warunki do życia.

O wyjaśnienie sprawy zwróciliśmy się do Regionalnej Dyrekcji Ochrony Środowiska w Gdańsku.

- Potwierdzamy obecność wilka (Canis lupus) na terenie Półwyspu Helskiego. Z informacji oraz zgłoszeń spływających do tutejszego organu od co najmniej 2023 r. wynika, że przedmiotowy obszar stanowi miejsce bytowania co najmniej jednej rodziny wilczej - informuje Regionalny Dyrektor Ochrony Środowiska w Gdańsku.

Wychudzone wilki. Czy rzeczywiście jest powód do niepokoju?

Jednym z najważniejszych problemów sygnalizowanych przez naszego czytelnika była kondycja drapieżników. Mieszkaniec opisywał je jako wychudzone i wygłodniałe. Czy rzeczywiście istnieją podstawy, by mówić o niedożywieniu tych zwierząt?

- Regionalny Dyrektor Ochrony Środowiska w Gdańsku nie dysponuje szczegółowymi ocenami kondycji poszczególnych osobników bytujących na przedmiotowym obszarze - informuje urząd.

RDOŚ zwraca jednak uwagę na istotną kwestię. Dostępność pożywienia w środowisku naturalnym nie jest stała. Zmienia się między innymi w zależności od pory roku oraz zasobności siedliska, w którym przebywają zwierzęta.

- Ewentualne spadki masy ciała wilków w okresach ograniczonej podaży pokarmu stanowią proces całkowicie naturalny, uwarunkowany biologią gatunku, i nie stanowią przesłanki do uznania sytuacji za alarmową czy też świadczącą o ich patologicznym niedożywieniu - podkreśla RDOŚ.

Co jedzą wilki na półwyspie? Wśród potencjalnych ofiar także psy i koty

Półwysep Helski jest niezwykłym skrawkiem lądu, na którym tereny leśne sąsiadują z miejscowościami turystycznymi i zabudową mieszkalną. Czy takie miejsce jest w stanie zapewnić wilczej rodzinie wystarczającą ilość naturalnego pożywienia?

Jak wyjaśnia RDOŚ, wielkość terytorium zajmowanego przez rodzinę wilczą zależy od dostępności pokarmu. W poszukiwaniu zdobyczy zwierzęta mogą codziennie przemierzać kilkanaście, a nawet kilkadziesiąt kilometrów.

Podstawę diety wilków w Polsce stanowią dzikie ssaki kopytne. Nie są one jednak jedynym źródłem pożywienia tych drapieżników. Wilki uzupełniają swoją dietę między innymi bobrami i zającami, czasami również borsukami, a nawet gryzoniami. Mogą też chwytać lisy oraz wałęsające się psy i koty. Wszystko zależy od dostępności pokarmu w danym miejscu.

Czy jednak na Mierzei Helskiej rzeczywiście zaczyna go brakować?

- Na ten moment brak jest danych wskazujących, aby baza pokarmowa na Mierzei Helskiej była niewystarczająca dla bytujących tam zwierząt - odpowiada RDOŚ.

Znikające koty i doniesienia o atakach

Wśród najbardziej niepokojących sygnałów, jakie docierały do redakcji „Dziennika Bałtyckiego", były te dotyczące zwierząt domowych. Informacja dotycząca kotów dotarła do urzędu jeszcze w sierpniu.

- W dniu 25.08.2026 wpłynęła do nas telefoniczna informacja, gdzie w opinii rozmówcy liczba kotów na Mierzei Helskiej uległa zmniejszeniu, w związku z obecnością wilków - przekazuje RDOŚ. - Natomiast od początku roku do Regionalnej Dyrekcji Ochrony Środowiska w Gdańsku nie wpłynęło żadne oficjalne zgłoszenie szkody spowodowanej przez wilki w zwierzętach gospodarskich czy towarzyszących na Mierzei Helskiej.

Zdaniem naszego czytelnika rozwiązaniem problemu mogłoby być odłowienie drapieżników i przeniesienie ich w miejsce, gdzie miałyby lepszy dostęp do pożywienia. Czy taka operacja jest w ogóle możliwa?

Wilk jest gatunkiem objętym ochroną. Na mocy rozporządzenia Ministra Środowiska z 16 grudnia 2016 roku w sprawie ochrony gatunkowej zwierząt obowiązują zakazy dotyczące między innymi chwytania, przetrzymywania, transportowania oraz umyślnego przemieszczania tych zwierząt z miejsc ich regularnego przebywania.

Przed przesiedleniem wilków konieczne byłoby więc uzyskanie zezwolenia regionalnego dyrektora ochrony środowiska na odstępstwa od obowiązujących zakazów.

Postępowanie administracyjne wszczynane jest na wniosek podmiotu zainteresowanego przeprowadzeniem takich działań. Do wydania zezwolenia konieczne jest między innymi zaistnienie przynajmniej jednej z przesłanek określonych w art. 56 ust. 4 ustawy o ochronie przyrody.

Jeżeli działania miałyby być prowadzone na terenie, który nie należy do wnioskodawcy, potrzebna byłaby również zgoda jego właściciela lub zarządcy.

Przesiedlenie wilków może zwiększyć ryzyko ataków

Nawet gdyby udało się uzyskać wszystkie niezbędne zgody, pozostaje jeszcze kwestia konsekwencji takiego przedsięwzięcia.

- Należy mieć na uwadze, że chwytanie i przemieszczanie dzikich zwierząt związane jest dla nich z dużym stresem - zaznacza RDOŚ.

Po przesiedleniu wilki musiałyby odnaleźć się w zupełnie nowych warunkach. Mogłyby mieć trudności ze zdobywaniem pożywienia, a także napotkać inne wilki, które zajmują już dany obszar.

- Zwierzęta przemieszczone w nowe, nieznane miejsce, mogą mieć trudności w zdobyciu pokarmu lub wchodzić w konflikty z osobnikami, na których terytorium zostałyby przesiedlone, co może zwiększyć szansę na atak na zwierzęta gospodarskie.

Paradoksalnie więc działanie, które w zamyśle miałoby poprawić warunki życia drapieżników i ograniczyć zagrożenie dla innych zwierząt, mogłoby doprowadzić do powstania nowych problemów.

Przypomnijmy, że zimą i wiosną 2026 roku do urzędu w Jastarni docierały telefoniczne informacje o pojawianiu się wilków na terenach zurbanizowanych.

W kwietniu burmistrz Jastarni wystąpił do Regionalnego Dyrektora Ochrony Środowiska w Gdańsku o zezwolenie na umyślne płoszenie lub niepokojenie drapieżników w celu wypłoszenia ich poza tereny zurbanizowane gminy.

RDOŚ wydał decyzję obejmującą tereny Jastarni, Juraty i Kuźnicy. Ostatecznie nie podjęto jednak działań, ponieważ po wydaniu zezwolenia nie było zgłoszeń o kontaktach z wilkami.

AUTOREKLAMA

strefa AGRO

Grunt to biznes. strefaagro.pl

REKLAMA 0011617643

INFORMACJA

BURMISTRZ MIASTA CZŁUCHOWA

na podstawie art. 35 ust. 1 ustawy z dnia 21 sierpnia 1997 roku o gospodarce nieruchomościami informuje, że na okres 21 dni na tablicy ogłoszeń w siedzibie Urzędu Miejskiego w Człuchowie przy alei Wojska Polskiego nr 1, został wywieszony wykaz nieruchomości przeznaczonych do dzierżawy oraz użyczenia.

Puccy policjanci doskonalili umiejętności strzeleckie

Joanna Surażyńska

Bezpieczeństwo podczas służby wymaga odpowiedniego przygotowania i systematycznego doskonalenia umiejętności.

Policjanci z Komendy Powiatowej Policji w Pucku uczestniczyli w zajęciach z wyszkolenia strzeleckiego. Szkolenie odbyło się na strzelnicy Miejskiego Ośrodka Kultury, Sportu i Rekreacji w Pucku. Funkcjonariusze doskonalili umiejętności posługiwania się bronią służbową, zwracając szczególną uwagę na celność, koncentrację, opanowanie oraz przestrzeganie zasad bezpieczeństwa. Wyszkolenie strzeleckie jest ważnym elementem policyjnego doskonalenia zawodowego. Regularne ćwiczenia pozwalają utrwalać prawidłowe nawyki, utrzymywać odpowiedni poziom przygotowania oraz rozwijać umiejętności potrzebne podczas wykonywania obowiązków służbowych.



FOT. KPP PUCK

Doskonalenie zawodowe to nieodłączny element służby

eprasa.pl 1eaf2615f9

Dramat kaszubskich rodzin sprzed lat. Przypomną bolesną historię

Joanna Surażyńska

Wyrwani z własnych domów, skazani na tułaczkę. Kościerzyna przypomni dramat mieszkańców wysiedlonych przez Niemców.

W niedzielę, 29 listopada, Kościerzyna przypomni jedną z najtragiczniejszych kart swojej historii. W 87. rocznicę wysiedleń mieszkańców przez niemieckiego okupanta odbędą się uroczystości upamiętniające ofiary, a na starówce zaplanowano inscenizację historyczną.

Przymusowe wysiedlenia podczas II wojny światowej były dramatem tysięcy Polaków i Kaszubów. Niemiecki okupant odbierał ludziom domy, gospodarstwa i poczucie bezpieczeństwa. Całe rodziny musiały opuszczać miejsca, w których żyły od pokoleń. Nierzadko wyjeżdżały w pośpiechu, z niewielkim dobytkiem, nie wiedząc, dokąd trafią i czy kiedykolwiek powrócą w rodzinne strony. Choć od tamtych wydarzeń minęło już 87 lat, pamięć o losach wysiedlonych mieszkańców pozostaje ważną częścią historii Kościerzyny i całych Kaszub. Tegoroczne uroczystości będą okazją do oddania hołdu ofiarom niemieckich represji oraz przypomnienia kolejnym pokoleniom o tragicznych doświadczeniach ich przodków.

Obchody rozpoczną się o godz. 14 mszą świętą w kościele pw. Świętej Trójcy w Kościerzynie. Następnie, ok. godz. 15, na kościerskiej starówce odbędzie się inscenizacja historyczna nawiązująca do dramatycznych wydarzeń sprzed lat.

Po przedstawieniu potomkowie osób wysiedlonych oraz uczestnicy uroczystości złożą kwiaty, oddając hołd tym, których wojna pozbawiła rodzinnych domów.



FOT. JOANNA SURAŻYHNSKA

Na kościerskiej starówce odbędzie się inscenizacja nawiązująca do dramatycznych wydarzeń sprzed lat

NORDA
Dziennik Bałtycki
Pismiono Kaszëbsczi Zemi

W Muzeum Piśmiennictwa i Muzyki Kaszubsko-Pomorskiej w Wejherowie odbyła się promocja książki prof. Tadeusza Linknera „Aleksandra Majkowskiego kaszubskie obrazki". Wydarzenie zorganizowano z okazji 150. rocznicy urodzin wybitnego kaszubskiego pisarza, poety, dziennikarza i działacza społecznego. Rozmowę z autorem poprowadził dr Dariusz Majkowski. Podczas spotkania przybliżono tematykę publikacji oraz postać i twórczość A. Majkowskiego.



FOT. MUZEUM WEJHEROWO

Kaszubska ortografia dała im popalić! Wielkie emocje podczas jubileuszowego dyktanda

Joanna Surażyńska

W Brusach odbyło się XXV Dyktando Kaszubskie. Do rywalizacji przystąpiły aż 183 osoby, od najmłodszych uczniów po dorosłych znawców kaszubszczyzny. Na najlepszych czekały prestiżowe tytuły i nagrody.

Tegoroczna edycja odbyła się pod hasłem „Piszã pò kaszëbskù - Królewiónka w Pałacu". Uczestnicy spotkali się w Zespole Szkół w Brusach, aby sprawdzić znajomość zasad kaszubskiej pisowni. Jak informuje Zrzeszenie Kaszubsko-Pomorskie, w konkursie wzięły udział 183 osoby, a wyłonienie najlepszych było dla jury nie lada wyzwaniem.

Jubileusz miał szczególne znaczenie. To właśnie w Brusach narodził się pomysł organizowania Dyktanda Kaszubskiego, zainicjowany przez nauczycieli miejscowego Kaszubskiego Liceum Ogólnokształcącego. Po latach konkurs powrócił więc do swoich korzeni.

Rywalizacja odbywała się w sześciu kategoriach. Swoją wiedzę sprawdzali uczniowie szkół podstawowych i ponadpodstawowych, dorośli miłośnicy kaszubszczyzny oraz osoby zawodowo związane z tym językiem, w tym nauczyciele, redaktorzy i autorzy tekstów. Konkurs przebiegał w dwóch etapach. Tegoroczne teksty nawiązywały do twórczości Jana Karnowskiego, kaszubskiego poety, prozaika i działacza społecznego związanego z ziemią bruską. Uczestnicy musieli wykazać się nie tylko znajomością języka, ale przede wszystkim umiejętnością poprawnego zapisywania kaszubskich słów.

Zmaganiom towarzyszyły również wydarzenia kulturalne. W programie znalazły się występ Zespołu Pieśni i Tańca „Krëbane" oraz quiz wiedzy o Brusach. Zwieńczeniem dnia było uroczyste ogłoszenie wyników i wręczenie nagród.



FOT. ZRZESZENIE KASZUBSKO-POMORSKIE

W konkursie wzięły udział 183 osoby, a wyłonienie najlepszych było dla jury nie lada wyzwaniem



FOT. ZRZESZENIE KASZUBSKO-POMORSKIE

Dyktando było sprawdzianem ortograficznym, ale też okazją do spotkania różnych pokoleń mieszkańców Kaszub

Tegoroczna edycja przyniosła również nowość. Po raz pierwszy przygotowano honorową kategorię „Ambasador Języka Kaszubskiego", skierowaną do osób wspierających promocję kaszubszczyzny w życiu społecznym, kulturalnym i publicznym. Ambasadorowie także zmierzyli się z tekstem dyktanda, jednak ich prace nie podlegały klasyfikacji konkursowej. Jubileuszowe dyktando było nie tylko sprawdzianem ortograficznym, ale również okazją do spotkania różnych pokoleń mieszkańców Kaszub. Wydarzenie przypomina, jak ważne jest pielęgnowanie regionalnego języka i przekazywanie jego znajomości kolejnym pokoleniom.

WYNIKI

Môłi Méstérk Kaszëbsczégò Pisënkù (klasy II–III szkoły podstawowej)
- I miejsce – Daria Jeleń (SP Tuchom)
- II miejsce – Paweł Piekarski (ZS Brzeźno Szlacheckie)
- III miejsce – Maja Witanowska (SP Bojano)

Wyróżnienia:
- Szymon Konkel (SP Kaliska)
- Marcelina Młyńska (SP Gowidlino)

Strzédny Méstérk Kaszëbsczégò Pisënkù
- I miejsce – Jadwiga Bobkowska (SP Kalisz)
- II miejsce – Ksenia Zaborowska (ZK Łubiana)
- III miejsce – Michalina Kropidłowska (ZK Łubiana)

Wyróżnienia:
- Krzysztof Myszkowski (SP Tuchom)
- Marta Zabrocka (SP Wielki Podleś)

Méstérk Kaszëbsczégò Pisënkù
- I miejsce – Antoni Wenta (SP Łyśniewo Sierakowickie)
- II miejsce – Hanna Kossak-Główczewska (ZS Brzeźno Szlacheckie)
- III miejsce – Natalia Świątek Brzezińska (ZS Brzeźno Szlacheckie)

Wyróżnienia:
- Natalia Cieszyńska (SP Kaliska)
- Karina Kwidzyńska (SP Wielki Podleś)

Méster Kaszëbsczégò Pisënkù
- I miejsce – Mikołaj Drewczyński (ZS Skorzewo)
- II miejsce – Michał Sychulec (I LO Kościerzyna)
- III miejsce – Zofia Drewczyńska (I LO Kościerzyna)

Wyróżnienia:
- Kinga Pobłocka (ZS Sierakowice)
- Łucja Siedlecka (ZSE Bytów)

Wiôldżi Méster Kaszëbsczégò Pisënkù
- I miejsce – Paweł Stoltmann (Bytów)
- II miejsce – Aniela Makurat (Kościerzyna)
- III miejsce – Nikodem Ciepliński (Żukowo)

Wyróżnienia:
- Magdalena Polaszek (Bojano)
- Witosława Dziemińska (Kościerzyna)

Warkòwi Méster Kaszëbsczégò Pisënkù
- I miejsce – Aleksandra Dzięcielska-Jasnoch
- II miejsce – Iwo Miśkowiak
- III miejsce – Barbara Warmowska

Wyróżnienia:
- Wojciech Myszk
- Magdalena Bobkowska

eprasa.pl 1eaf2615f9

Zwycięstwo Huraganu z atrakcjami

Edyta Łosińska-Okoniewska

Huragan Nowe Polaszki postawił efektowną kropkę nad „i" na zakończenie piłkarskiej jesieni. Drużyna wygrała przed własną publicznością z Santaną Wielki Klincz, a kibice wspólnie świętowali podczas pikniku z konkursami i niespodziankami.


FOT. EDYTA ŁOSIŃSKA-OKONIEWSKA

Kibice Huraganu przybyli na niedzielny mecz, by wspierać swoją drużynę


FOT. EDYTA ŁOSIŃSKA-OKONIEWSKA

Udane zakończenie rundy przypieczętowali zawodnicy Huraganu, wygrywając przed własną publicznością 7:1

Huragan Nowe Polaszki z przytupem zakończył piłkarski sezon. Na boisku sportowym w Nowych Polaszkach nie zabrakło sportowych emocji, rodzinnej atmosfery i atrakcji przygotowanych specjalnie dla kibiców. Ostatni mecz rundy przyciągnął wielu sympatyków drużyny, którzy pojawili się na trybunach, by wspierać swoich zawodników.

Spotkanie pomiędzy Huraganem Nowe Polaszki a Santaną Wielki Klincz było nie tylko sportowym wydarzeniem, ale także okazją do wspólnego zakończenia piłkarskiej jesieni. Kibice dopisali, tworząc świetną atmosferę i pokazując, że mogą być prawdziwym dwunastym zawodnikiem swojej drużyny.

Organizatorzy zadbali o to, by każdy znalazł coś dla siebie. Na uczestników czekała gorąca kawa i herbata, słodki poczęstunek, popcorn oraz grill. Dzięki temu wydarzenie miało rodzinny charakter i stało się miejscem spotkania mieszkańców oraz fanów futbolu. Nie zabrakło także niespodzianek. Dużym zainteresowaniem cieszyło się losowanie nagród przygotowanych przez klub. Do wygrania była piłka z podpisami zawodników Huraganu oraz klubowy szalik. To jednak nie był koniec atrakcji. Po zakończonym meczu odbył się dodatkowy konkurs dla kibiców, w którym można było wygrać między innymi talon do Centrum U7. Chętnych do udziału nie brakowało, a dobra zabawa trwała jeszcze po ostatnim gwizdku sędziego.


FOT. EDYTA ŁOSIŃSKA-OKONIEWSKA

Huragan Nowe Polaszki ma wiernych kibiców także wśród najmłodszych mieszkańców


FOT. EDYTA ŁOSIŃSKA-OKONIEWSKA

Na kibiców czekał grill, kawa, herbata i słodki poczęstunek. Chętnych nie brakowało

- Liczna obecność kibiców była najlepszym zwieńczeniem rundy - podkreślają działacze Huraganu Nowe Polaszki. - Zaangażowanie i wsparcie fanów sprawiły, że ostatni mecz tej części sezonu był wyjątkowy, za co bardzo dziękujemy.

Udane zakończenie rundy przypieczętowali zawodnicy Huraganu, wygrywając przed własną publicznością 7:1.

Pięć medali karateków w Kowalewie Pomorskim

Joanna Surażyńska

Pięć medali, w tym dwa złote i trzy srebrne, to dorobek karateków, którzy wzięli udział w Regionalnym Turnieju Karate Kyokushin w Kowalewie Pomorskim. Zawodnicy zaprezentowali się znakomicie, a ich osiągnięcia są powodem do dumy.

W Kowalewie Pomorskim odbył się Regionalny Turniej Karate Kyokushin, którego organizatorem był Golubsko-Dobrzyński Klub Karate Kyokushin. Z bardzo dobrymi wynikami zakończyli zawody podopieczni klubu Kościeskiego Klubu Kyokushin Karate. Na najwyższym stopniu podium stanęli Lena Falencikowska oraz Kajetan Pazdan, którzy wywalczyli złote medale. Srebrne krążki zdobyli natomiast Damroka Peplińska, Natalia Jurczyk i Aleksander Siński.

Udział w tego typu zawodach jest ważnym elementem sportowego rozwoju. To nie tylko okazja do zdobycia medali, ale przede wszystkim możliwość sprawdzenia swoich umiejętności, zmierzenia się z innymi zawodnikami oraz zdobycia doświadczenia. Turniejowa rywalizacja uczy również koncentracji, opanowania emocji i radzenia sobie z presją, która towarzyszy sportowym zmaganiom.

Karate kyokushin to dyscyplina wymagająca nie tylko dobrej kondycji fizycznej, ale również samodyscypliny, cierpliwości i konsekwencji. Droga na podium prowadzi przez regularne treningi, doskonalenie techniki i pokonywanie własnych ograniczeń. Każdy kolejny start pozwala zawodnikom ocenić swoje postępy i wyznaczyć nowe cele. Przedstawiciele klubu podkreślili, że wyniki osiągnięte w Kowalewie Pomorskim są efektem zaangażowania, systematycznej pracy i determinacji zawodników.



FOT. JULIA GRUCHAŁA/FACEBOOK

Udział w zawodach jest ważnym elementem rozwoju



FOT. JULIA GRUCHAŁA/FACEBOOK

Rywalizacja uczy koncentracji i opanowania emocji

Docenili także ich sportową postawę oraz ducha walki. Choć to zawodnicy stają na podium i odbierają medale, za ich startami stoi również praca osób zaangażowanych w przygotowania i organizację wyjazdów. Wsparcie podczas zawodów jest istotnym elementem sportowej rywalizacji. Pięć medali zdobytych w Kowalewie Pomorskim to powód do satysfakcji dla całej drużyny.

Takie osiągnięcia mogą być również dodatkową motywacją do dalszych treningów, podejmowania kolejnych sportowych wyzwań i rozwijania swojej pasji.

eprasa.pl 1eaf2615f9

Piątek
27.11.2026

WYD. 3

Kociewie | Powiśle | Żuławy i Mierzeja

Zadziałała czujka czadu! To dobry przykład str. 8

Rejsy Regionów

Powiśle Sztum i Dzierzgoń
Dziennik Tczewski
Żuławy i mierzeja
Kurier Powiatu Kwidzyńskiego
Dziennik Malborski
Dziennik Kociewski

internet@dziennikbaltycki.pl

Nr 48/2026

MALBORK



PIENIĄDZE W ROLI GŁÓWNEJ

To pierwsza taka wystawa stała w Muzeum Zamkowym w Malborku. Doczekała się jej zabytkowa kolekcja monet i banknotów **str. 9**

FOT. MUZEUM ZAMKOWE W MALBORKU

MALBORK

Będzie biegał przez całą dobę, żeby pomóc spełnić marzenie o większej aktywności **str. 2**

STAROGARD GD.

Autor książki „112 sekund odwagi” opowie o tym, jak przełamać strach i ratować życie **str. 3**

TCZEW, STAROGARD GD.

Będą tłumy, mnóstwo atrakcji i dodatkowe zabezpieczenia. Przed nami świąteczne jarmarki na Kociewiu **str. 4**

MALBORK

Czas konstruowania samorządowych budżetów. Co przygotował burmistrz? **str. 11**

eprasa.pl 1eaf2615f9



FOT. RADOSŁAW KONCZYŃSKI

„Niedaleko pada aria od aktorki" - pod takim tytułem odbył się koncert charytatywny w nowostawskim „ołówku"

Emilia Krakowska z córką wystąpiły dla Zdzisława Dąbrowskiego z Gnojewa

(RK)

Emilia Krakowska, wybitna polska aktorka, razem ze swoją córką, śpiewaczką operową Eleonorą Wojnar wystąpiła w szczytnym celu w Galerii Żuławskiej. Pomocy potrzebuje bowiem człowiek, który wcześniej sam pomagał innym.

W Galerii Żuławskiej, czyli popularnym „ołówku" w Nowym Stawie odbył się koncert „Niedaleko pada aria od aktorki". Arią Eleonora Wojnar - śpiewaczka, a aktorką oczywiście Emilia Krakowska, jej dzisiaj 80-letnia mama, która zapisała się w historii polskiej kinematografii jako kultowa Jagna w ekranizacji „Chłopów" w reżyserii Jana Rybkowskiego. Paniom akompaniował pianista Bogdan Sakhniuk, absolwent studiów licencjackich w Akademii Muzycznej w Gdańsku.

Na zakończenie koncertu odbyła się licytacja obrazów autorstwa Zdzisława Dąbrowskiego. Dochód trafił na konto pomocy właśnie temu mieszkańcowi Gnojewa. Pan Zdzisław od lat angażuje się w akcje charytatywne, a teraz sam potrzebuje wsparcia. Choruje na raka prostaty. Doszło do przerzutów na inne organy.

- Wszystko zaczęło się niewinnie w 2023 roku, od bólu biodra podczas spacerów z moim pieskiem. Pomyślałem, że w końcu mam już swoje lata i pewnie stąd ta dolegliwość. Ale stwierdziłem, że się zbadam. Poszedłem do lekarza i wykonałem badanie PSA. Wykazuje ono stężenie białka produkowanego przez gruczoł krokowy. Byłem przerażony, kiedy zadzwonili do mnie z przychodni, że mam natychmiast skontaktować się z lekarzem. Miałem w głowie najgorsze scenariusze - pisze Zdzisław Dąbrowski na stronie zbiórki na platformie Siepomaga.pl.

Niestety, potwierdziły się. Potem była radioterapia, leczenie hormonalne, kolejne chemioterapie. Z powodu przerzutów nie zakwalifikował się do operacji. Teraz pojawia się inna szansa. - Podczas ostatniej konsultacji lekarka była pozytywnie zaskoczona tym, w jak dobrym stanie jestem po tak wielu przyjętych wlewach. Dała mi też nową nadzieję – poleciła immunoterapię komórkami dendrytycznymi. To nowoczesna metoda leczenia, która może znacznie przedłużyć moje życie. Znalazłem już klinikę w Niemczech, która podejmie się tej terapii. To dla mnie ostatnia, ogromna szansa. Niestety, cena za moje życie jest dramatycznie wysoka. Koszty leczenia wyceniono na ponad 100 tysięcy złotych... Nie mam takich pieniędzy - pisze pan Zdzisław.

Można pomóc na stronie zbiórki: www.siepomaga.pl/dabrowski-zdzislaw.

Organizatorami koncertu były Urząd Miejski w Nowym Stawie, NCKiB, Starostwo Powiatowe w Malborku i Fundacja Nadzieja II.

Pomoc można również przekazać bezpośrednio na konto tej fundacji: 88 8304 0005 0000 3867 2000 0010 Tytuł przelewu: „Dla Zdzisława".

Przez całą dobę będzie biegał, żeby pomóc spełnić marzenie

(RK)

Andrzej Potoczek, biegacz znany z pomagania, zachęca do udziału w 24-godzinnej akcji charytatywnej, która rozpocznie się rano 28 listopada w Malborku. Celem jest wsparcie Szymona Musiaki, który porusza się na wózku inwalidzkim, a obecnie zbiera na rower trójkołowy.



FOT. KONRAD SOSIŃSKI

Andrzej Potoczek zachęca, żeby dołączyć do niego na bulwarze nad Nogatem

Bieg charytatywny dla Szymona Musiaki odbędzie się 28 i 29 listopada na trasie parkrunu „Zamek w Malborku", czyli 5-kilometrowym odcinku na bulwarze nad Nogatem.

- Szymon pochodzi z Nowego Stawu. Po wypadku porusza się na wózku inwalidzkim, ale nie odebrało mu to chęci do życia, do ruchu. Założył zbiórkę, gdzie zbiera na rower trójkołowy, który pomoże mu w utrzymaniu sprawności fizycznej. Jeżeli możesz, wpłać dowolną kwotę, wesprzyj Szymona, pomóż spełnić jego marzenie – prosi Andrzej Potoczek.

Początek charytatywnego biegu 28 listopada o godz. 9 razem z cosobotnim parkrunem u podnóża Szkoły Łacińskiej.

- Ja będę biegał 24 godziny, więc jeżeli masz marzenie na przykład przebiec swoje pierwsze 10 km, może półmaraton, maraton, może ultra, masz okazję. Każdy kilometr, który przebiegniemy dla Szymona, to dobro, które na pewno kiedyś do nas wróci – mówi Andrzej Potoczek.

Zbiórkę można znaleźć pod tym linkiem - https://zrzutka.pl/5pjwdn?fbclid.

- Dziękuję każdemu, kto wpłacił, udostępnił post albo napisał dobre słowo. Dla mnie to ogromne wsparcie i dowód, że warto było poprosić o pomoc. Każda wpłata, nawet symboliczna, przybliża mnie do trójkołowca i do powrotu w teren. Jeśli nie możesz wpłacić, udostępnij zbiórkę dalej, bo każde udostępnienie może dotrzeć do kogoś, kto się dołączy. Z całego serca dziękuję, że jesteście ze mną. Do zobaczenia na szlaku! – pisze Szymon Musiaka na stronie zbiórki.

Andrzej Potoczek jest znany z pomagania poprzez bieganie. W ten sposób, decydując się na ekstremalne wyzwania, przykuwa uwagę do osób, które potrzebują pieniędzy na leczenie i na rehabilitację.

WALIZKI EDUKACYJNE DLA POLICJANTÓW



FOT. KPP KWIDZYN

Do Komendy Powiatowej Policji w Kwidzynie trafiła walizka edukacyjna - pomoc, która będzie wykorzystywana podczas spotkań profilaktycznych z rodzicami, nauczycielami i wychowawcami. Dzięki specjalnie przygotowanym materiałom policjanci będą mogli w przystępny i praktyczny sposób przybliżać zagrożenia związane z substancjami psychoaktywnymi oraz uświadamiać dorosłym, na co powinni zwracać uwagę. Podobne walizki trafiły również do innych komend w regionie.

Rejsy Regionów

ADRES REDAKCJI: **ul. Połęże 3, 80-720 Gdańsk, redakcja@prasa.gda.pl.** REDAKTOR NACZELNY: **Maciej Sandecki.** REDAKTOR ODPOWIEDZIALNY: **Radosław Konczyński, radoslaw.konczynski@polskapress.pl.**
BIURO REKLAMY: **Ewa Żelazko, tel. 58 300 32 11.** PRENUMERATA: **tel. 58 728 08 17.** MARKETING: **marketing.gdansk@polskapress.pl.** DRUK: **Polska Press Oddział Poligrafia, 85-438 Bydgoszcz, ul. Grunwaldzka 229.**
WYDAWCA: **Polska Press Sp. z o.o., ul. Domaniewska 45, 02-672 Warszawa, tel. 22 201 40 00.** PREZES ZARZĄDU POLSKA PRESS GRUPY: **Robert Feluś.** PREZES MAKROREGIONU: **Piotr Grabowski.** PROJEKT GRAFICZNY: **Tomasz Bocheński.**

POLSKA PRESS GRUPA

©℗ - umieszczenie takich dwóch znaków przy Artykule, w szczególności przy Aktualnym Artykule, oznacza możliwość jego dalszego rozpowszechniania tylko i wyłącznie po uiszczeniu opłaty zgodnie z cennikiem zamieszczonym na stronie www.polskatimes.pl/tresci i w zgodzie z postanowieniami niniejszego regulaminu.

eprasa.pl 1eaf2615f9

112 sekund odwagi. Maciej Gajda o ratowaniu życia

Kinga Furtak

O życiu mogą decydować sekundy. Jak pokonać strach i ratować innych? O tym opowie 30 listopada w Starogardzie Gdańskim Maciej Gajda, były ratownik medyczny i autor książki „112 sekund odwagi".

Maciej Gajda przez około 15 lat pracował w ratownictwie medycznym. Swoją zawodową drogę rozpoczął w 2001 roku jako wolontariusz na szpitalnym oddziale ratunkowym. Później pracował w zespołach ratownictwa medycznego, gdzie wielokrotnie spotykał się z ludzkimi dramatami, strachem i bezradnością. Dziś doświadczeniami dzieli się podczas szkoleń i spotkań edukacyjnych.

To właśnie lata pracy stały się inspiracją do napisania książki „112 sekund odwagi". Nie jest to jednak typowy poradnik pierwszej pomocy. Autor postawił na prawdziwe emocje i opowieści, które pozwalają spojrzeć na sytuacje zagrożenia życia z perspektywy zarówno poszkodowanego, jak i osoby udzielającej pomocy.

W publikacji znalazło się dziesięć historii dotyczących m.in. zatrzymania krążenia, udaru, zawału serca, zadławienia czy hipotermii. Każda z nich prowadzi do konkretnych wskazówek i podpowiedzi, jak zachować się w trudnej sytuacji. Autorowi zależało, by czytelnik nie tylko poznał procedury, ale przede wszystkim zrozumiał, jak ważne jest przełamanie obaw przed działaniem.

Szczególne miejsce w książce zajmuje również temat emocji samych ratowników. Gajda pokazuje, że osoby pomagające innym także odczuwają strach i bezradność. Przywołuje nawet własne doświadczenie wypadku samochodowego, w którym uczestniczył z rodziną. Choć przez lata zawodowo korzystał z numeru alarmowego, w chwili, gdy sam potrzebował pomocy, nie potrafił wybrać właściwych cyfr.



FOT. ARCHIWUM PRYWATNE

Maciej Gajda, autor książki „112 sekund odwagi" i były ratownik medyczny

To jedna z historii pokazujących, że wiedza i doświadczenie nie zawsze chronią przed silnymi emocjami. Właśnie dlatego autor chce przekonywać, że pierwsza pomoc to nie tylko znajomość procedur, ale również gotowość do działania mimo strachu.

Spotkanie z Maciejem Gajdą w Starogardzie

Spotkanie będzie okazją do poznania kulis powstawania książki, wysłuchania opowieści z kilkunastu lat pracy w ratownictwie i rozmowy o tym, co naprawdę oznacza odwaga w sytuacji zagrożenia życia. Uczestnicy będą mogli również sprawdzić swoje umiejętności podczas praktycznych ćwiczeń pierwszej pomocy z wykorzystaniem gogli VR, czyli technologii wirtualnej rzeczywistości. Dzięki nim będzie można przenieść się do symulowanego miejsca zdarzenia i sprawdzić, jak reagować w sytuacji wymagającej udzielenia pomocy. To okazja, by w bezpiecznych, wirtualnych warunkach zmierzyć się ze stresem towarzyszącym takim sytuacjom i przekonać się, jak ważna jest szybka reakcja.

Wydarzenie odbędzie się 30 listopada o godz. 18 w Osiedlowym Domu Kultury przy ul. Reymonta 1 w Starogardzie Gdańskim.

To propozycja dla wszystkich, którzy chcą nie tylko dowiedzieć się więcej o pierwszej pomocy, ale również przekonać się, że czasem najważniejszym krokiem jest po prostu odwaga, by podejść do drugiego człowieka.

Maciej Gajda nie zamierza poprzestać na jednej publikacji. „112 sekund odwagi" ma być początkiem większego projektu. W planach są już kolejne dwie książki. Druga ma przynieść następne historie związane z ratowaniem życia, natomiast trzecia będzie poświęcona sytuacjom dotyczącym dzieci.

Autor chce w ten sposób docierać do kolejnych odbiorców i pokazywać, że wiedza o pierwszej pomocy może przydać się każdemu – niezależnie od wieku, zawodu czy doświadczenia.

REKLAMA 0011609986

Szkoła Jazdy Driver
szkoladriver@gmail.com

Michał Koliński
513 958 014

CZYNNE
PN.-PT. 9:00-17:00

STAROGARD GDAŃSKI
ul. Wojska Polskiego 28
570 728 795

ZBLEWO
ul. Główna 41 | 574 925 335

KALISKA
ul. Długa 22 | 513 958 014

Kat.:
AM, A1, A2, A, B1, B, B AUTOMAT, B+E, C, C+E

KLASYFIKACJA WSTĘPNA
SZKOLENIA OKRESOWE



facebook.com/oskdriver/

eprasa.pl 1eaf2615f9

Świąteczna atmosfera na jarmarkach na Kociewiu. Będą tłumy, atrakcje i dodatkowe zabezpieczenia

Kinga Furtak

Świąteczne jarmarki przyciągną tłumy mieszkańców, ale ich organizacja wymaga odpowiednich zabezpieczeń. Jak o bezpieczeństwo uczestników zadbają władze Starogardu Gdańskiego i Tczewa? Sprawdziliśmy, jakie rozwiązania przygotowano na ten rok.

W pierwszy weekend grudnia świąteczna atmosfera zagości w obu miastach. W Starogardzie Gdańskim jarmark odbędzie się w dniach 4–6 grudnia 2026 roku. Przez trzy dni Rynek zamieni się w świąteczną przestrzeń pełną stoisk z rękodziełem, dekoracjami, przysmakami i pomysłami na prezenty.

Organizatorzy przygotowali również atrakcje dla całych rodzin. Nie zabraknie spotkania ze Świętym Mikołajem, występów na scenie, świątecznego karaoke, konkursów z nagrodami i bezpłatnej kolejki dla najmłodszych. Szczególnym momentem będzie piątkowy Świąteczny Korowód, który o godz. 17 przejdzie ulicami miasta. Po nim nastąpi rozświetlenie choinki na Rynku, a o godz. 17.30 wystąpi Starogardzka Orkiestra Dęta. Jarmark będzie czynny w piątek w godz. 16–20, w sobotę od 10 do 20, a w niedzielę od 10 do 17.

Z kolei w Tczewie Jarmark Bożonarodzeniowy zaplanowano na 5 i 6 grudnia. Stoiska z rękodziełem i żywnością pojawią się na placu Hallera oraz okolicznych ulicach. Na odwiedzających czekać będą m.in. karuzela dla dzieci, Domek Świętego Mikołaja, warsztaty zdobienia pierników i muzyka na żywo. W niedzielę o godz. 12 zaplanowano mikołajkową paradę i spotkanie ze Świętym Mikołajem.

Handel i atrakcje będą dostępne w sobotę w godz. 11–20, a w niedzielę od 11 do 18. Część wydarzeń, w tym karuzela, warsztaty i spotkanie z Mikołajem, będzie bezpłatna.



FOT. K.FURTAK

Grudniowe jarmarki wypełnią miejskie place stoiskami i atrakcjami dla całych rodzin

Tczew zwiększa zakres zabezpieczeń. Będą zmiany na placu Hallera

Jak informuje Martyna Link z biura prezydenta Tczewa, miasto planuje zwiększyć zakres zabezpieczeń osobowych i rzeczowych w porównaniu z ubiegłoroczną edycją wydarzenia.

Przygotowania obejmują współpracę z odpowiednimi służbami i miejskimi jednostkami. W działania zaangażowane są m.in. Komenda Powiatowa Policji, Straż Miejska oraz Zakład Usług Komunalnych w Tczewie. Odbywają się spotkania i konsultacje, podczas których omawiane są kwestie bezpieczeństwa uczestników, organizacji przestrzeni oraz odpowiedniego zabezpieczenia terenu jarmarku.

Szczególną uwagę poświęcono również bezpieczeństwu pożarowemu. Jak podkreśla miasto, część przygotowań rozpoczęła się jeszcze przed czerwcowym pchlim targiem, ponieważ obszar obu wydarzeń częściowo się pokrywa. W ramach tych działań zdemontowano m.in. postumenty i czasowo przestawiono kwietniki.

Istotną zmianą będzie także organizacja ruchu w centrum miasta. Wzorem poprzednich lat plac Hallera zostanie całkowicie wyłączony z ruchu samochodowego w części jezdni znajdujących się naprzeciw kamienic nr 1–6 oraz 20–24. Wjazd uniemożliwią zapory drogowe, a na miejscu pojawi się odpowiednie oznakowanie.

Ograniczenia będą obowiązywać od 4 do 7 grudnia 2026 roku. Już od 30 listopada rozpocznie się natomiast montaż chat wystawienniczych. Organizatorzy proszą mieszkańców o nieparkowanie samochodów na terenie wydarzenia.

– Naszym celem jest przeciwdziałanie i niedopuszczenie do powstania nawet najmniejszego zagrożenia dla mienia i uczestników wydarzenia. Chcemy, aby Jarmark Bożonarodzeniowy w Tczewie był miejscem zarówno bezpiecznym, jak i przyjaznym – przekazuje Martyna Link z biura prezydenta miasta.

Starogard Gdański stawia na monitoring i kontrolę wjazdu

O przygotowaniach do świątecznego wydarzenia zapytaliśmy również władze Starogardu Gdańskiego. Jak przekazała Magdalena Dalecka, rzeczniczka prasowa prezydenta Janusza Stankowiaka, nad bezpieczeństwem uczestników czuwać będą Straż Miejska oraz monitoring miejski.

Miasto przewiduje również dodatkowe rozwiązanie związane z organizacją dostaw na teren jarmarku. Wystawcy otrzymają określone godziny, w których będą mogli wjechać na teren wydarzenia, rozstawić swoje stoiska i dowieźć potrzebne produkty.

Po zakończeniu wyznaczonego czasu wjazd zostanie zablokowany, a dostęp do niego będzie strzeżony. Ma to ograniczyć ruch samochodów w przestrzeni, w której będą przebywać odwiedzający.

To szczególnie istotne podczas wydarzenia, które przez trzy dni będzie przyciągać mieszkańców i gości z okolicy. W programie znalazły się bowiem nie tylko stoiska handlowe, ale także koncerty, spotkania i atrakcje dla dzieci.

Bezpieczeństwo ważnym elementem świątecznych spotkań

Choć jarmarki kojarzą się przede wszystkim z atmosferą radości i przedświątecznego oczekiwania, ich organizacja wymaga odpowiedniego przygotowania. Szczególnie tam, gdzie ruch pieszych miesza się z dostawami, a niewielka przestrzeń wypełnia się stoiskami i odwiedzającymi.

W Tczewie zapowiedziano rozszerzenie zabezpieczeń oraz całkowite wyłączenie części placu Hallera z ruchu samochodowego. W Starogardzie Gdańskim istotną rolę odegrają monitoring, straż miejska i kontrola dostępu dla pojazdów dostawczych.

Ważna będzie również ostrożność samych odwiedzających. Organizatorzy dużych wydarzeń muszą brać pod uwagę nie tylko możliwość wystąpienia niebezpiecznych sytuacji, ale także codzienne kwestie organizacyjne, takie jak swobodne przemieszczanie się pieszych, dostęp do poszczególnych stoisk czy możliwość szybkiej reakcji służb. Warto pamiętać, by podczas wizyty zwracać uwagę na oznakowanie i stosować się do poleceń osób odpowiedzialnych za porządek. W obu miastach chodzi o to samo: aby świąteczne spotkania mieszkańców przebiegały spokojnie.

Wandalizm na dużą skalę. Kamienie poleciały w stronę pojazdów i budynku

Kinga Furtak

Kilkanaście rozbitych szyb, uszkodzone maszyny i zniszczona elewacja budynku. To bilans zdarzenia, do którego doszło wieczorem 21 listopada. Nieznani sprawcy obrali sobie za cel siedzibę Zakładu Usług Komunalnych w Tczewie.

Do zdarzenia doszło około godz. 20.35 przy ul. Czatkowskiej 2E w Tczewie. Jak poinformowała Małgorzata Mykowska, rzeczniczka Urzędu Miejskiego w Tczewie, nieznani sprawcy obrzucili kamieniami teren siedziby Zakładu Usług Komunalnych.

Skutki ich działania okazały się dotkliwe. Zniszczenia dotyczą czterech pojazdów należących do zakładu. Wśród nich znalazły się maszyny wykorzystywane w codziennej pracy, w tym nowa ładowarka kołowa zakupiona w tym roku oraz nowy ciągnik. Ucierpiały również ładowarka teleskopowa i samochód osobowy typu pick-up. W pojazdach wybito łącznie kilkanaście szyb.

Na tym jednak nie koniec. Kamienie uszkodziły także dwa okna budynku biurowo-magazynowego oraz jego elewację.

Wstępnie oszacowane straty wynoszą około 60 tysięcy złotych. Na miejscu pracowali technicy z Komendy Powiatowej Policji w Tczewie. Zebrany materiał dowodowy, w tym zapis z kamer monitoringu, ma pomóc w odtworzeniu przebiegu zdarzenia i ustaleniu osób odpowiedzialnych za zniszczenia.

Na razie sprawcy aktu wandalizmu pozostają nieznani. Zabezpieczone nagrania i ślady mogą jednak okazać się kluczowe dla dalszych ustaleń. Policja będzie wyjaśniać okoliczności zdarzenia.



FOT. UM TCZEW

Ktoś uszkodził cztery pojazdy należące do ZUK Tczew

eprasa.pl 1eaf2615f9

MATERIAŁ INFORMACYJNY STAROGARDU GDAŃSKIEGO

0011604586

MOPS po modernizacji

Miasto zakończyło termomodernizację budynku Miejskiego Ośrodka Pomocy Społecznej w Starogardzie Gdańskim. Dzięki przeprowadzonym pracom siedziba placówki zyskała nowy wygląd, stała się bardziej energooszczędna i funkcjonalna. Poprawiły się także warunki, w jakich pracownicy MOPS na co dzień pomagają mieszkańcom. 17 listopada efekty inwestycji obejrzeli Prezydent Miasta oraz jego Zastępca ds. techniczno-inwestycyjnych.





Zakres prac był szeroki. Obejmował ocieplenie ścian zewnętrznych i stropodachu, wymianę stolarki okiennej, oświetlenia oraz instalacji centralnego ogrzewania, a także montaż instalacji fotowoltaicznej. Wykonawcą inwestycji była firma MAT BUD Usługi Ogólnobudowlane. Koszt robót wyniósł blisko 1,9 mln zł. Miasto pozyskało na ten cel 1 288 998,75 zł dofinansowania z Funduszy Europejskich dla Pomorza, w ramach „Zintegrowanego projektu termomodernizacji obiektów użyteczności publicznej w Starogardzie Gdańskim". Cały projekt, obejmujący cztery miejskie budynki, w tym trzy placówki oświatowe, kosztuje ponad 15 mln zł.

Termomodernizacja poprawiła nie tylko stan techniczny budynku i jego efektywność energetyczną. Równie ważne było stworzenie przestrzeni, w której mieszkańcy będą mogli czuć się swobodnie i komfortowo, a pracownicy MOPS jeszcze lepiej realizować swoje zadania. – Zmiany, które wprowadziliśmy w MOPS, nie dotyczą samej organizacji pracy i sposobu świadczenia usług, tylko przestrzeni, w której na co dzień spotykamy się z mieszkańcami i realizujemy nasze zadania – mówiła podczas spotkania z włodarzami miasta dyrektor MOPS Aleksandra Formela. Jak podkreśliła, modernizacja siedziby była dla pracowników czymś więcej niż tylko inwestycją budowlaną. – To ważny krok w kierunku stworzenia miejsca, które jest bardziej przyjazne, funkcjonalne i komfortowe – zarówno dla mieszkańców, którzy przychodzą do nas po wsparcie, jak i dla pracowników, którzy każdego dnia realizują swoje obowiązki. Teraz nasz budynek jest na pewno ładniejszy, jaśniejszy, cieplejszy, a przede wszystkim stanowi otwartą przestrzeń, dostępną i dostosowaną do potrzeb osób, którym służy – dodała Aleksandra Formela.

Dyrektor MOPS zwróciła również uwagę, że modernizacja budynku towarzyszy szerszym zmianom zachodzącym w ośrodku. Placówka równolegle rozwija swoją infrastrukturę i podnosi jakość świadczonych usług. Celem jest takie organizowanie pomocy, aby każdy mieszkaniec, który zgłasza się do MOPS, czuł się zauważony, wysłuchany i traktowany z szacunkiem. Odnowiona siedziba to zatem nie tylko estetyczna zmiana. To przede wszystkim lepsze warunki do pracy i spotkań, większy komfort osób korzystających ze wsparcia oraz bardziej energooszczędny budynek, którego utrzymanie powinno być mniej kosztowne. To kolejna miejska inwestycja, która łączy poprawę jakości infrastruktury z troską o codzienne potrzeby mieszkańców.

Dwa wieczory z poezją, muzyką i wyjątkowymi emocjami

Starogard Gdański ponownie stał się miejscem spotkania miłośników poezji śpiewanej. XXXIII Noc Bardów im. Ryszarda Rebelki za nami. W tegorocznym konkursie festiwalowym wystąpiło 14 wykonawców, a wydarzenie zwieńczył koncert Artura Andrusa z zespołem.





Pierwszy dzień Nocy Bardów poświęcony był Przeglądowi Festiwalowemu, podczas którego 14 zakwalifikowanych artystów zaprezentowało swoje utwory przed jury. W jego skład weszli Jarosław Wasik – przewodniczący, wokalista, autor tekstów i dyrektor Muzeum Polskiej Piosenki w Opolu, Marcin Skrzypczak – kompozytor i gitarzysta oraz Remigiusz Grzela – pisarz, reporter i dramaturg, kierownik literacki Teatru Żydowskiego.

Drugiego dnia festiwalu poznaliśmy laureatów tegorocznego konkursu. Pierwsze miejsce zdobył charyzmatyczny Maciej „Canton" Piotrowski z Kielc. Drugą nagrodę otrzymał Tomasz Kuręda z Gdańska, występujący z zespołem Spokój. Jury doceniło ich sceniczne obycie, swobodę oraz radość płynącą ze wspólnego muzykowania. Na trzecim miejscu uplasowała się Paula Brzózka z krakowskiego SOHO, która zwróciła uwagę mocną, niemal rockową interpretacją. Wyróżnienie trafiło do Marii Ossowskiej ze Szteklina, która akompaniując sobie na fortepianie, wykonała „Piosenkę o końcu świata" do tekstu Czesława Miłosza, łącząc ją z własnym utworem. Laureaci otrzymali nagrody finansowe w wysokości 3 tys. zł za pierwsze miejsce, 2 tys. zł za drugie i 1 tys. zł za trzecie. Zwycięzca konkursu otrzymał dodatkowo statuetkę Nocy Bardów autorstwa Michała Majewskiego i Zofii Sumczyńskiej.

Festiwal zakończył koncert Artura Andrusa z zespołem. Artysta zaprezentował publiczności charakterystyczne połączenie muzyki, błyskotliwego humoru i słowa, tworząc atmosferę, która doskonale dopełniła dwa dni bardowskich spotkań.

Noc Bardów od lat zajmuje ważne miejsce w kulturalnym kalendarzu Starogardu Gdańskiego, promując twórczość artystyczną, poezję śpiewaną i wykonawców, dla których słowo ma szczególną wartość. Tegoroczna edycja ponownie pokazała, że muzyka i poezja potrafią łączyć pokolenia i dostarczać niezapomnianych przeżyć. Koncert poprowadzili Katarzyna Lewicka i Karol Szarmański.

eprasa.pl 1eaf2615f9

Dramatyczny finał nocnej podróży

Kinga Furtak

Samochód, którym jechało czterech mężczyzn, wypadł z drogi, uderzył w drzewo, a następnie dachował. Na miejscu potrzebna była pomoc strażaków, którzy musieli wydostać zakleszczonych pasażerów z rozbitego auta. 40-letni mężczyzna, zmarł nad ranem w szpitalu.

W środę wieczorem dyżurny Komendy Powiatowej Policji w Starogardzie Gdańskim otrzymał zgłoszenie o wypadku drogowym, jaki wydarzył się na drodze powiatowej w miejscowości Piesienica. Dyżurujący przy telefonie alarmowym funkcjonariusz natychmiast skierował na miejsce dwa patrole. Interweniujący w tej sprawie mundurowi zauważyli na poboczu drogi, rozbite na drzewie Audi. Samochodem podróżowało 4 mężczyzn w wieku od 25 do 51-lat.

– Ze wstępnych ustaleń wynika, że pojazdem kierował 25-letni mieszkaniec Starogardu Gdańskiego. Badanie alkomatem wykazało, że był trzeźwy. Po sprawdzeniu w policyjnych kartotekach okazało się, że mężczyzna nie posiada uprawnień do kierowania. Dodatkowo wyszło na jaw, że jeden z pasażerów był poszukiwany w celu ustalenia aktualnego miejsca pobytu – informuje rzecznik.

Jak ustalili śledczy, do wypadku doszło po godzinie 19:00 na zakręcie drogi. Wieczorem padał deszcz. Kierujący tym pojazdem mężczyzna stracił panowanie nad pojazdem, który uderzył w drzewo, a następnie dachował.

- Aby udzielić pomocy medycznej 2 zakleszczonym pasażerom, strażacy musieli użyć specjalistycznego sprzętu. Śledczy sporządzili oględziny rozbitego auta, a policyjny technik wykonał dokumentację fotograficzną oraz zabezpieczył materiał dowodowy, który może okazać się pomocny w wyjaśnieniu dokładnego przebiegu tego wypadku - mówi asp. sztab. Marcin Kunka.

W wyniku tego zdarzenia do szpitala trafił kierowca oraz 40 i 51-letni pasażer. Niestety obrażenia, jakich doznał 40-latek, okazały się śmiertelne.

Mężczyzna zmarł nad ranem w szpitalu. Obecnie wyjaśniane są bliższe okoliczności tego tragicznego w skutkach wypadku. Śledztwo w tej sprawie prowadzi starogardzka prokuratura.

Policjanci przypominają, że każdy wypadek drogowy to tragedia, której można było uniknąć.

- Zwracamy się z apelem do wszystkich uczestników ruchu drogowego o zachowanie szczególnej ostrożności.Kierowcy, pamiętajcie droga to nie tor wyścigowy.



FOT. KPP STAROGARD GDAŃSKI

Za kierownicą tego samochodu siedział 25-latek bez uprawnień

Przestrzegajcie ograniczeń prędkości i dostosujcie prędkość do warunków drogowych. Koncentrujcie się i unikajcie rozproszenia uwagi podczas jazdy. Telefon, jedzenie czy głośna muzyka mogą być śmiertelnym zagrożeniem. Jeśli jesteście zmęczeni, zatrzymajcie się i zróbcie przerwę. Kontynuowanie jazdy, gdy jesteśmy zmęczeni to kolejna z przyczyn wypadków drogowych. Uważajcie na pieszych i rowerzystów, zwłaszcza w miejscach nieoświetlonych i przy ograniczonej widoczności. Sprawdzajcie stan techniczny pojazdu i regularnie serwisujcie samochód - apeluje funkcjonariusz. - Piesi, bądźcie widoczni i po zmroku noście odblaski. Nie wchodźcie nagle na jezdnię - podsumowuje policjant.

REKLAMA 0011617604

OGŁOSZENIE WÓJTA GMINY MORZESZCZYN

z dnia 27.11.2026 r.

o przystąpieniu do sporządzania miejscowego planu zagospodarowania przestrzennego dla fragmentu obrębu geodezyjnego Nowa Cerkiew, gmina Morzeszczyn

Na podstawie art. 17 pkt 1 ustawy z dnia 27 marca 2003 r. o planowaniu i zagospodarowaniu przestrzennym (Dz.U. z 2026 roku poz. 538, z późn. zm.) oraz zgodnie z art. 39 ust. 1, w związku z art. 46, ust 1, pkt 1, ust. 2 ustawy z dnia 3 października 2008 r. o udostępnianiu informacji o środowisku i jego ochronie, udziale społeczeństwa w ochronie środowiska oraz o ocenach oddziaływania na środowisko (Dz.U. z 2026 roku, poz. 670, z późn. zm.)

zawiadamiam

o podjęciu przez Radę Gminy Morzeszczyn Uchwały Nr XXIII/126/2026 z dnia 24 czerwca 2026 r. w sprawie przystąpienia do sporządzania miejscowego planu zagospodarowania przestrzennego dla fragmentu obrębu geodezyjnego Nowa Cerkiew, gmina Morzeszczyn.

Przedmiotem opracowania jest umożliwienie realizacji inwestycji w zakresie budownictwa mieszkaniowego jednorodzinnego wraz z niezbędną infrastrukturą komunikacyjną i techniczną – nowy zespół zabudowy, stanowiący ofertę inwestycyjną gminy.

Zainteresowani mogą składać wnioski do planu miejscowego. Wnioski składa się na piśmie utrwalonym w postaci papierowej lub elektronicznej, w tym za pomocą środków komunikacji elektronicznej, w szczególności poczty elektronicznej, na formularzu w postaci papierowej lub w formie dokumentu elektronicznego na adres: Urząd Gminy Morzeszczyn, ul. Kociewska 12, 83-132 Morzeszczyn, urzad@morzeszczyn.pl, **w terminie do dnia 21 grudnia 2026 r.** Formularz jest dostępny pod ogłoszeniem, w Biuletynie Informacji Publicznej Urzędu Gminy Morzeszczyn. Składający wniosek podaje swoje imię i nazwisko albo nazwę, adres zamieszkania albo siedziby oraz adres poczty elektronicznej, o ile taki posiada, a także wskazuje, czy jest właścicielem lub użytkownikiem wieczystym nieruchomości objętej wnioskiem oraz może podać dodatkowe dane do kontaktu, takie jak adres do korespondencji lub numer telefonu. Organem właściwym do rozpatrzenia wniosków jest Wójt Gminy Morzeszczyn.

Wyszedł z domu i przepadł. To, co odkrył dron w leśnym zagłębieniu, zmieniło wszystko

Kinga Furtak

Wyszedł z domu i nie wrócił na noc.Gdy rozpoczęły się poszukiwania, warunki były wyjątkowo trudne – padał deszcz, a temperatura spadła poniżej zera. Przełom nastąpił dopiero po południu, gdy operator drona dostrzegł w gęstym młodniku sosnowym punkt ciepła.

17 listopada około godz. 15.00 mężczyzna wyszedł z domu i nie wrócił na noc. Następnego dnia rano Posterunek Straży Leśnej otrzymał informację od komendanta komisariatu policji w Gniewie o prowadzonych działaniach ratowniczo-poszukiwawczych na terenie Leśnictwa Dębiny.

Sytuacja była poważna. Noc spędzona na zewnątrz, przy ujemnej temperaturze i po opadach deszczu, mogła stanowić śmiertelne zagrożenie dla 79-letniego mężczyzny. W poszukiwania zaangażowali się strażacy, policjanci, WOPR, strażnicy leśni, a także mieszkańcy okolicznych miejscowości i sąsiedzi zaginionego.

Akcja była prowadzona na wymagającym terenie nadwiślańskich lasów. Liczne wzniesienia, głębokie wąwozy i zagłębienia sprawiały, że przemieszczanie się oraz utrzymywanie łączności między poszczególnymi grupami było dużym wyzwaniem. Wykorzystywano samochody terenowe, quady oraz drony wyposażone w kamery termowizyjne. Przeszukiwano kolejne drogi leśne i linie oddziałowe.

Przełom nastąpił około godziny 14.30.

– Operator drona zauważył w kamerze termowizyjnej ciepły punkt w gęstym młodniku sosnowym, położonym w znacznym zagłębieniu terenu. Po przybliżeniu obrazu za pomocą zoomu kamery cyfrowej okazało się, że jest to prawdopodobnie poszukiwany mężczyzna – relacjonuje Jakub Neumann z Nadleśnictwa Starogard.

Mężczyzna był przemoczony i zdezorientowany

Szybko rozpoczęto docieranie do wskazanego miejsca. Dzięki znajomości leśnego terenu przez strażników leśnych oraz naprowadzaniu z powietrza przez operatora drona udało się odnaleźć 79-latka. Mężczyzna był przemarznięty, mokry i zdezorientowany. Na miejsce skierowano quada, którym przetransportowano go do Zespołu Ratownictwa Medycznego. Następnie został przewieziony do szpitala w Świeciu.

– Była to trudna i wyczerpująca akcja ze względu na wymagające ukształtowanie terenu. Jednak dzięki zaangażowaniu wszystkich uczestniczących w niej służb i osób udało się doprowadzić do szczęśliwego zakończenia – podkreśla Jakub Neumann.

Poszukiwania zakończyły się szczęśliwie. W odnalezieniu seniora kluczową rolę odegrała technologia termowizyjna, ale również współpraca służb i doskonała znajomość terenu przez strażników leśnych.

Jak zadbać o bezpieczeństwo seniora?

W przypadku osób starszych, zwłaszcza mających problemy z pamięcią lub orientacją, warto zadbać o kilka zabezpieczeń. Wychodząc z domu, senior powinien mieć przy sobie naładowany telefon z zapisanymi numerami do najbliższych. Pomocny może być również lokalizator GPS, dzięki któremu rodzina szybciej ustali jego położenie. Ważne, by bliscy wiedzieli, dokąd zwykle wybiera się na spacer i jak wygląda jego codzienna trasa. Warto także ustalić z sąsiadami, by reagowali na niepokojące sytuacje.



FOT. JULIUSZ OWSIK

Każda minuta miała znaczenie. Poszukiwania 79-latka trwały w trudnych warunkach

eprasa.pl 1eaf2615f9

REKLAMA 0011610836

Powiat Starogardzki inwestuje w młodych





Przy Technikum w Owidzu powstanie nowoczesny Orlik

Nowoczesna infrastruktura sportowa, lepsze warunki do nauki i więcej możliwości aktywnego spędzania czasu - przy Technikum w Owidzu powstanie nowy kompleks sportowy w ramach rządowego programu Orlik 2025. To kolejna inwestycja, która pokazuje, że rozwój edukacji i sportu staje się ważnym elementem zmian zachodzących w Powiecie Starogardzkim.

Przygotowania do realizacji przedsięwzięcia nabierają tempa. Zarząd Powiatu Starogardzkiego podpisał już umowy z wykonawcą oraz firmą odpowiedzialną za nadzór inwestorski.

Powiat podczas podpisania kontraktów reprezentowali starosta Wioleta Strzemkowska-Konkolewska oraz wicestarosta Witold Sykutera.

Za zaprojektowanie i budowę kompleksu w formule „zaprojektuj i wybuduj" odpowiadać będzie firma DAWICON Sp. z o.o. z Gdyni. Wartość kontraktu wynosi 3 149 538 zł brutto. Nadzór inwestorski powierzono zespołowi inspektorów pod kierownictwem Mirosława Klotzke z firmy TRASA z Rotmanki. Koszt tej usługi to 43 050 zł brutto.

Sportowa przestrzeń z myślą o przyszłości

Nowy Orlik będzie ważnym uzupełnieniem zaplecza sportowego Technikum w Owidzu. W planach jest budowa obiektu z nawierzchnią syntetyczną, oświetleniem i systemem drenażowym. Teren zostanie wyposażony w ogrodzenie z piłkochwytami oraz niezbędny sprzęt sportowy. Inwestycja obejmuje również przygotowanie pełnej dokumentacji projektowej, uzyskanie pozwolenia na budowę, wykonanie wszystkich prac oraz zdobycie pozwolenia na użytkowanie obiektu.

Dla uczniów oznacza to nie tylko poprawę warunków prowadzenia lekcji wychowania fizycznego, ale także nowe możliwości rozwijania sportowych zainteresowań. Nowoczesne boiska mogą stać się miejscem codziennych treningów, szkolnych rozgrywek i integracji młodzieży.

350 dni na realizację

Wykonawca będzie miał 350 dni na zaprojektowanie i wybudowanie kompleksu. Zadanie otrzymało dofinansowanie ze środków Funduszu Rozwoju Kultury Fizycznej w ramach rządowego Programu Budowy Kompleksów Sportowych Orlik - Edycja 2025, realizowanego przez Ministerstwo Sportu i Turystyki.

Nowa inwestycja wpisuje się w szerszy kierunek rozwoju Powiatu Starogardzkiego, w którym ważne miejsce zajmują edukacja, sport i tworzenie przyjaznych warunków do życia dla mieszkańców. Dobrze wyposażone placówki oświatowe to nie tylko lepsze warunki nauki, ale również większe możliwości odkrywania talentów i rozwijania pasji przez młode pokolenie.

- Inwestując w nowoczesną infrastrukturę sportową, inwestujemy przede wszystkim w młodych ludzi, ich zdrowie, rozwój i przyszłość. Zależy nam na tym, aby uczniowie naszych szkół mieli jak najlepsze warunki do nauki, rozwijania pasji i aktywnego spędzania czasu. Wierzę, że nowy kompleks sportowy w Owidzu będzie dobrze służył młodzieży i całej lokalnej społeczności - podkreśla Wioleta Strzemkowska-Konkolewska, starosta starogardzki.



Powiat Starogardzki dziękuje pracownikom pomocy społecznej





Ludzie o wielkich sercach

Empatia, cierpliwość, zaangażowanie i gotowość do niesienia pomocy to wartości, które każdego dnia towarzyszą pracownikom pomocy społecznej.

Z okazji ich święta przedstawiciele władz Powiatu Starogardzkiego spotkali się z pracownikami powiatowych jednostek, by podziękować im za codzienny trud i oddanie drugiemu człowiekowi.

21 listopada obchodzony jest Dzień Pracownika Socjalnego. Z tej okazji w Domu Pomocy Społecznej w Starogardzie Gdańskim odbyło się uroczyste spotkanie, podczas którego przedstawiciele Zarządu Powiatu Starogardzkiego wręczyli pracownikom drobne upominki, kwiaty oraz listy z podziękowaniami. Był to symboliczny gest uznania za ich profesjonalizm, wrażliwość i zaangażowanie w codzienną pracę na rzecz mieszkańców.

W spotkaniu uczestniczyli starosta starogardzki Wioleta Strzemkowska-Konkolewska, wicestarosta Witold Sykutera, etatowy członek Zarządu Powiatu Lucyna Herold oraz naczelnik Wydziału Polityki Społecznej Anna Malkus.

Podziękowania skierowano do pracowników trzech domów pomocy społecznej oraz Powiatowego Centrum Pomocy Rodzinie w Starogardzie Gdańskim. Wśród docenionych znaleźli się: Katarzyna Narloch, Anna Borkowska, Urszula Ossowska i Bartosz Szadokierski z PCPR; Danuta Mistelska i Katarzyna Szczodrowska z DPS w Starogardzie Gdańskim; Danuta Laskowska i Berenika Gliniecka z DPS w Rokocinie oraz Marzena Kajzer-Chmielecka i Anna Szwedowska z DPS w Szpęgawsku.

- Siłą naszego powiatu są ludzie, którzy każdego dnia z ogromnym zaangażowaniem i empatią wspierają drugiego człowieka. Państwa praca wymaga nie tylko profesjonalizmu i odpowiedzialności, ale przede wszystkim wielkiego serca, cierpliwości i wrażliwości. Dziękujemy za to, że jesteście blisko tych, którzy potrzebują pomocy, i że swoją codzienną pracą budujecie bardziej solidarną i przyjazną wspólnotę. Życzę Państwu dużo zdrowia, satysfakcji zawodowej i niegasnącej energii - podkreśliła starosta starogardzki Wioleta Strzemkowska-Konkolewska.

Spotkanie było pięknym wyrazem wdzięczności dla wszystkich osób, które na co dzień współtworzą system pomocy społecznej w powiecie starogardzkim. Bo ich praca ma znaczenie każdego dnia, nie tylko od święta.



eprasa.pl 1eaf2615f9

Kierowcy muszą uważać cały czas



FOT. KMP GDAŃSK

W Gdańsku kierowca z powiatu sztumskiego wjechał na czerwonym na przejazd


FOT. KP PSP MALBORK

Wypadek na DK 55 w Malborku

(RK)

36-letni kierowca z powiatu sztumskiego był jednym z pierwszych ukaranych na Pomorzu, może nawet w Polsce, po zaostrzeniu przepisów dotyczących przejazdów drogowo-kolejowych. Został zatrzymany na gdańskiej Przeróbce.

Jak poinformowała Komenda Miejska Policji w Gdańsku, to dla jej funkcjonariuszy pierwszy przypadek zatrzymania prawa jazdy kierowcy, który nie dostosował się do nowych przepisów na przejeździe kolejowym. Do zdarzenia doszło w minioną niedzielę około godz. 15.

- Policjanci z polecenia oficera dyżurnego udali się na skrzyżowanie ulicy Chemików z ulicą Ku Ujściu. Na miejscu ustalili, że 36-letni kierujący samochodem ciężarowym marki Scania z naczepą marki Kempf nie zastosował się do sygnalizatora kolejowego nadającego migający sygnał barwy czerwonej, wjechał na przejazd kolejowy podczas opuszczania zapór i wyłamał jedno ramię zapory - relacjonuje mł. asp. Edyta Krefta, oficer prasowa KMP Gdańsk.

Okazało się, że kierowca jest mieszkańcem powiatu sztumskiego. Został ukarany mandatem w wysokości 3 tys. zł, dostał 15 punktów karnych, policjanci zatrzymali mu też prawo jazdy na trzy miesiące.

Zaostrzone przepisy dotyczące bezpieczeństwa na przejazdach kolejowo-drogowych, uchwalone przez parlament po serii groźnych zdarzeń w kraju, zaczęły obowiązywać 21 listopada.

Kierowcy muszą bezwzględnie stosować się do sygnalizacji świetlnej i znaków drogowych w obrębie przejazdu drogowo-kolejowego. Zmiana prawa wiąże się z tym, że teraz policjanci po stwierdzeniu wykroczenia mogą zatrzymać prawo jazdy na trzy miesiące w następujących przypadkach: objeżdżanie opuszczonych rogatek – kierujący nie może omijać zapór ani półzapór, które są już opuszczone; wjazd podczas opuszczania lub podnoszenia zapór; wjazd na czerwonym świetle – dotyczy to sygnału czerwonego, czerwonego migającego lub dwóch naprzemiennie migających sygnałów czerwonych; wjazd bez możliwości opuszczenia przejazdu – kierujący nie może wjechać na tory, jeżeli po drugiej stronie nie ma miejsca, które pozwoli mu bezpiecznie kontynuować jazdę.

W każdym z tych przypadków policjant będzie mógł zatrzymać prawo jazdy za pokwitowaniem. Następnie starosta wyda decyzję o zatrzymaniu uprawnień na okres trzech miesięcy.

Na drodze trzeba uważać z różnych powodów. Teraz na pewno z uwagi na trudne warunki spodowodane warunkami atmosferycznymi.

W środowy poranek w naszym regionie doszło przynajmniej do dwóch groźnie wyglądających zdarzeń. Na drodze krajowej nr 55 w Malborku, na skrzyżowaniu ul. Głowackiego i Broniewskiego, przed godziną 8 zderzyły się trzy samochody osobowe.

- Dwie osoby poszkodowane zostały zabrane do szpitali - informuje sekc. Patryk Kleina, oficer prasowy komendanta powiatowego PSP w Malborku.

Natomiast około godz. 7 doszło do zdarzenia na drodze, która łączy trasę wojewódzką 515 z Dąbrówką Malborską w gminie Stary Targ.

- Samochód osobowy w Dąbrówce Malborskiej wypadł do przydrożnego rowu. Kierująca nie dostosowała prędkości do warunków panujących na jezdni. Nawierzchnia była śliska z powodu przymrozku. Kobieta jechała sama, nic jej się nie stało - wyjaśnia asp. sztab. Karolina Kosmowska, oficer prasowa Komendy Powiatowej Policji w Sztumie.

Podtrucie tlenkiem węgla w domu w Kwidzynie

(RK)

Cztery osoby, w tym małe dziecko, trafiły do szpitala po zgłoszeniu dotyczącym ulatniania się tlenku węgla w domu w Kwidzynie. Jak informuje straż pożarna, doszło na szczęście „tylko" do podtrucia. Bardzo ważny w tej sytuacji jest fakt, że zadziałała zamontowana czujka czadu.

Jak podaje PSP, do tej sytuacji doszło około godz. 20 w sobotę przy ul. Hallera w Kwidzynie, w domu typu bliźniak.

- W budynku przebywało 5 osób, które ewakuowały się samodzielnie jeszcze przed przybyciem straży pożarnej - wyjaśnia nam kpt. Krzysztof Skoczek, oficer prasowy komendanta powiatowego PSP w Kwidzynie.

Na miejsce zostały skierowane dwa zastępy Jednostki Ratowniczo-Gaśniczej PSP Kwidzyn i dwa zespoły ratownictwa medycznego. Okazało się, że w zdarzeniu poszkodowane zostały 4 osoby. Wszystkie były przytomne i, używając terminologii medycznej, w kontakcie logicznym.

- Jednym ambulansem zabrano 88-letniego mężczyznę i jego 81-letnią żonę, a drugim 27-letnią kobietę z jej roczną córką. Wszystkie osoby zostały przewiezione do szpitala w Kwidzynie - informuje kpt. Krzysztof Skoczek.

Detektor wielogazowy strażaków wykazał obecność tlenku węgla na poziomie 80 ppm. Stężenie dopuszczalne przez Światową Organizację zdrowia to 35 ppm; w okolicach 200 ppm człowiek zaczyna już odczuwać dolegliwości związane z zatruciem.



FOT. RADOSŁAW KONCZYŃSKI

Wezwanie szybko dotarło na numer alarmowy

W tej sytuacji warto podkreślić, że w domu jest zamontowana czujka. - W budynku zadziałał czujnik tlenku węgla umieszczony na szafce przy wyjściu z piwnicy, w której znajdował się piec - i zaalarmował domowników, gdy z pieca cofnął się dym - tłumaczy kpt. Krzysztof Skoczek.

Czad powstaje podczas procesu niecałkowitego spalania materiałów palnych. Ma silne własności toksyczne, jest lżejszy od powietrza, dlatego też gromadzi się głównie pod sufitem. Warto przypomnieć, dlaczego tlenek węgla jest taki groźny. Bo jest bezwonny, bezbarwny i pozbawiony smaku. Z tego powodu nazywa się go cichym zabójcą. Blokuje dostęp tlenu do organizmu poprzez zajmowanie jego miejsca w hemoglobinie (czerwonych krwinkach), powodując przy długotrwałym narażeniu śmierć.

Państwowa Straż Pożarna przed każdym okresem grzewczym przestrzega przed wzrastającym ryzykiem powstawania pożarów i zatruć tlenkiem węgla w budynkach mieszkalnych. Oto, co trzeba wiedzieć.

Źródłem emisji czadu są urządzenia grzewcze opalane drewnem, węglem, gazem, olejem opałowym.

Co roku, a tym bardziej przed rozpoczęciem sezonu grzewczego należy wykonać obowiązkowe okresowe przeglądy, czyścić przewody kominowe oraz sprawdzać instalację wentylacyjną.

PSP rekomenduje instalowanie czujek dymu i tlenku węgla, ale trzeba pamiętać, że one nie zastępują przeglądów.

eprasa.pl 1eaf2615f9

Zabytkowe pieniądze z zamkowej kolekcji są „niezwykłymi świadkami przeszłości”

Radosław Konczyński

W Muzeum Zamkowym w Malborku otwarto pierwszą w historii tej instytucji stałą wystawę numizmatyczną. Wśród około 600 eksponatów wybranych na „Malborski Gabinet Numizmatyczny” można prześledzić dzieje pieniądza, historię zamku, ambicje władców i kryzysy.

Malborska kolekcja numizmatyczna to około 7500 eksponatów (monet, banknotów, medali), z czego na wystawę stałą wyselekcjonowano ok. 600 egzemplarzy, które opowiadają historię zamku i szerzej - polityki oraz gospodarki za pomocą niewielkich przedmiotów składających się na wielką historię. Ekspozycja w Muzeum Zamkowym jest dostępna dla zwiedzających od 21 listopada.

- Jest to wystawa poświęcona monetom, medalom i pieniądzom papierowym, ale jej tematyka wykracza daleko poza historię pieniądza. Numizmaty są bowiem niezwykłymi świadkami przeszłości. Opowiadają o władzy i gospodarce, o politycznych ambicjach, ambicjach władców, o wydarzeniach, które zmieniały bieg historii, a także o codziennym życiu ludzi. Są przy tym małymi dziełami sztuki, w których na niewielkiej powierzchni zamknięto bogactwo symboli, wyobrażeń i treści - mówiła w piątek (20 listopada) podczas wernisażu nowej wystawy stałej Joanna Czarnowska-Pfeifer, jej kuratorka.

Na wystawie zostały zaprezentowane różnego rodzaju pieniądze z czasów krzyżackich i polskiego panowania w Prusach. W gablotach można zobaczyć m.in. brakteaty, czyli pierwsze pieniądze, na których emisję Krzyżacy otrzymali zgodę papieża, co stanowiło ewenement w przypadku zakonów. Najstarsza z zaprezentowanych monetek (bo to naprawdę niewielkie rzeczy) pochodzi z 1236 roku. Z biegiem lat pieniądz stawał się większy, więcej ważył i dosłownie w sakwie, i jako element systemu fiskalnego, odzwierciedlając gospodarczą potęgę zakonu. Po klęsce poniesionej pod Grunwaldem państwo krzyżackie zatrzęsło się w posadach, a kryzys gospodarczy objawił się również w zjawisku psucia monety (dodawaniu coraz większej ilości miedzi), co na własne oczy można zaobserwować na ekspozycji.

To tylko potwierdzenie, że polityka, gospodarka i pieniądz od zawsze stanowią trójkąt, którego ramiona są ściśle uzależnione. Na podobnej zasadzie w kolejnej części wystawy można przyjrzeć się monetom z czasów, gdy Malbork był rezydencją, twierdzą i ekonomią królów polskich. Na wystawie prezentowane są numizmaty z czasów Stefana Batorego, Zygmunta III Wazy i Jana II Kazimierza – od szelągów i groszy po trojaki, szóstaki i dukaty. Tutaj widać choćby wpływ wojen ze Szwecją na kondycję polskiego pieniądza.

Co wojny i będące ich konsekwencją kryzysy gospodarcze robią z polityką fiskalną państw, można dowiedzieć się w następnym dziale ekspozycji dotyczącym XIX i pierwszej ćwierci XX wieku. Tu pokazane zostały przede wszystkim notgeldy (pieniądze zastępcze), które emitowane były również w niemieckim Malborku po pierwszej wojnie światowej. Zabytkowy papier nie może być w trybie ciągłym eksponowany na światło, więc na potrzeby wystawy stałej zastosowano ciekawe rozwiązanie. Banknoty zostały „schowane” w szufladach, które zwiedzający musi wyciągnąć ze specjalnie przygotowanej konstrukcji.



FOT. MUZEUM ZAMKOWE W MALBORKU

Na potrzeby wystawy stałej zbudowana została konstrukcja, w której prezentowane są zabytkowe banknoty. Papier wymaga odpowiedniej ochrony

Skarb ukryty w zamku przetrwał wojnę

Ekspozycja zaczyna się nietypowo, bo wbrew chronologii. Przed częścią krzyżacką zaprezentowany został malborski „skarb”, czyli 10 monet i 2 medale odkryte w 1952 roku podczas prac w kaplicy św. Anny na Zamku Wysokim jako pozostałość po przedwojennej kolekcji numizmatycznej ówczesnego muzeum. Jak wyjaśniła Joanna Czarnowska-Pfeifer, całe przedwojenne zbiory były szacowane na około 11 tysięcy obiektów. Przed nadejściem Armii Czerwonej zostały wywiezione do Gdańska i ukryte w sejfie, ale Rosjanie znaleźli je po zakończeniu działań wojennych i wywieźli do Moskwy jako „trofiejne”.

Jakimś cudem wspomniane 10 monet i 2 medale pozostały w zamku i po ukryciu czekały ponad 10 lat na odnalezienie. Ciekawe, jak skończyłby się i ten wątek, gdyby - jak mówi kurator wystawy - robotnicy pracujący przy odgruzowaniu nie pokłócili się o „skarb” i o sprawie nie zrobiło się głośno.

Ta część jest łącznikiem między tym, co przed drugą wojną światową, a co po wojnie. Początki zamkowej kolekcji numizmatycznej sięgają XIX wieku i Towarzystwa Odbudowy i Upiększania Zamku Malborskiego, które powstało w 1884 roku.

Warto jeszcze dodać, że na wystawie można znaleźć informacje i zabytki związane z działalnością mennicy malborskiej zarówno w czasach krzyżackich, jak i polskich.

Ekspozycję zamyka część poświęcona medalierstwu. Zadaniem medali było upamiętnianie ważnych wydarzeń, osób i rocznic.

- Wśród prezentowanych obiektów szczególne miejsce zajmują medale związane z historią Malborka i zamku. Pozwalają one prześledzić, jakie wydarzenia i postacie uznawano na przestrzeni wieków za godne upamiętniania. Najstarsze z nich pochodzą z 1754 roku. Przedstawiają wschodnią panoramę zamku oraz postać wielkiego mistrza zakonu krzyżackiego. W XIX wieku medale upamiętniały między innymi rocznice przejęcia miasta, jubileusze zakonu, a także wydarzenia z życia Malborka, takie jak pożar ratusza. W kolejnym stuleciu coraz częściej nawiązywały do działalności organizacji i inicjatyw społecznych. Z kolei po drugiej wojnie światowej stały się również sposobem upamiętniania ważnych rocznic historycznych oraz dokumentowania działalności muzealnej - wyjaśnia Joanna Czarnowska-Pfeifer.

Osobną grupę stanowią medale związane z działalnością samego Muzeum Zamkowego w Malborku, w tym z Międzynarodowym Biennale Ekslibrisu Współczesnego.

- Towarzyszą im narzędzia służące do produkcji medali, pozwalające spojrzeć na proces ich powstawania z perspektywy warsztatu artysty i techniki menniczej. Jest to również swoiste domknięcie naszej opowieści od historycznych monet i medali, przez tradycję ich kolekcjonowania, aż po współczesną działalność muzeum jako instytucji, która nie tylko gromadzi zabytki, ale także uczestniczy w tworzeniu nowych form upamiętniania historii - podsumowała opiekun kolekcji numizmatycznej.

Monety wpisują się w opowieść o zamku

Obecna kolekcja numizmatyczna Muzeum Zamkowego w Malborku była tworzona od podstaw po powołaniu do życia tej instytucji w 1961 r. Zbiory były prezentowane w formie wystaw czasowych, ale ekspozycja stała to absolutna nowość i, jak mówił podczas wernisażu dr hab. Janusz Trupinda, dyrektor malborskiej instytucji, wpisuje się w opowieść o zamku.

- Myśląc o historii zamku, często przywołujemy okres krzyżacki, czas odbudowy w XIX wieku, coraz częściej także okres nowożytny (czasy Korony Królestwa Polskiego, lata 1457-1772 – dop. red.). Tymczasem to wszystko, co wydarzyło się w tym miejscu po drugiej wojnie światowej, funkcjonowanie i dorobek Muzeum Zamkowego jest już także istotną częścią historii zamku i należy ją przypominać. Dlatego w konstruowanej właśnie opowieści o zamku znajdzie się miejsce na prezentację dorobku muzeum - mówił Janusz Trupinda.

„Malborski Gabinet Numizmatyczny” znajduje się w skrzydle wschodnim Zamku Średniego. Nad nim - na poddaszu - mieści się ekspozycja stała militariów pochodzących z malborskiej kolekcji. Niedawno została, jak powiedział dyrektor, zrewitalizowana i uzupełniona. Natomiast najprawdopodobniej w przyszłym roku zostanie ponownie udostępniona zwiedzającym wystawa stała dzieł sztuki z bursztynu i okazów bursztynu, która otrzyma nową aranżację.

- W ten sposób skrzydło wschodnie Zamku Średniego stanie się jakby muzeum w muzeum - dodaje Janusz Trupinda. - To będzie wymagało w przyszłości modyfikacji mocno już tradycyjnego systemu zwiedzania. A mówię to wszystko, aby zaciekawić, ale także aby podkreślić znaczenie otwieranej wystawy numizmatycznej. Inaugurujemy nową opowieść o historii tego magicznego miejsca, którego dzieje przecież nieustająco opowiadamy nie tylko od 1961 roku, ale także od lat 50., od 1954 r., od powstania Koła Przewodników Malborskich. To więc następny i pewnie nie ostatni etap wysiłku opowiedzenia naszym gościom historii miejsca, które wielu z nas zachwyca i pasjonuje.

Dyrektor podziękował wszystkim swoim poprzednikom na urzędzie oraz zastępcom dyrektorów, którzy opiekowali się zamkiem od 1961 r. Z kolei Joanna Czarnowska-Pfeifer skierowała podziękowania do wcześniejszych opiekunów kolekcji numizmatycznej, zwłaszcza do Romualdy Włodarczak, obecnej na wernisażu, której zresztą zadedykowała wystawę stałą.

eprasa.pl 1eaf2615f9

MALBORK „WIELCY NIEOBECNI" W ZAMKOWYM KARWANIE JUŻ PO RAZ 21.

Przypomnieli wspaniałe utwory

Radosław Konczyński

W Malborku odbył się 21. Ogólnopolski Konkurs Wokalny Twórczości Polskiej „Wielcy Nieobecni". Gościem specjalnym tegorocznej edycji był Krystian Ochman.



FOT. RADOSŁAW KONCZYŃSKI

Grand Prix otrzymała Hanna Pliszka. Nagrodę wręczyła jej Ewa Kuklińska

Konkurs „Wielcy Nieobecni" w Malborku to wydarzenie, które popularyzuje dorobek wybitnych artystów polskiej sceny muzycznej, których nie ma już wśród nas. A dla młodych wokalistów to okazja do zaprezentowania swoich talentów. I tak się stało ponownie tydzień temu.

Jak zawsze, część konkursową wieńczy koncert galowy, który w tym roku odbył się w Przyziemiu Karwanu Muzeum Zamkowego w Malborku. Zaprezentowali się laureaci części konkursowej, a gościem specjalnym koncertu był Krystian Ochman – zwycięzca 11. edycji programu „The Voice of Poland" oraz reprezentant Polski w Konkursie Piosenki Eurowizji 2022.

Uczestnicy byli oceniani w dwóch kategoriach wiekowych. W grupie 12-16 lat jury przyznało I nagrodę Agacie Witza, II – Blance Korniluk, III – Antoninie Małeckiej. Nagrodę specjalną w tej kategorii - za wrażliwość – otrzymała Amelia Razumienko.

W grupie 17-25 lat zwyciężyła Otylia Osińska, II nagrodę otrzymała Pola Dzięgiel, a III – Weronika Ważna. W obu kategoriach jurorzy przyznali tez po kilka wyróżnień.

- Konkurs stał na bardzo wysokim poziomie. Oglądaliśmy i przeżywaliśmy razem z wykonawcami emocje i myślę, że jury miało niemały kłopot, żeby ich nagrodzić. Ale taka jest kolej rzeczy, że jest to konkurs i trzeba wybrać, i nagrodzić na ten dzień najlepszych. Po raz pierwszy w tym roku wyprodukowaliśmy - i mam nadzieję, że to już stanie się tradycją - statuetki w postaci płyty: brązową, srebrną i złotą. Miejmy nadzieję, że te płyty przyniosą szczęście laureatom i w późniejszym życiu artystycznym będą to już prawdziwe płyty muzyczne – mówiła Maria Seibert, pomysłodawczyni i kierownik Ogólnopolskiego Konkursu Wokalnego Twórczości Polskiej „Wielcy Nieobecni" z ramienia Malborskiego Centrum Kultury i Edukacji, które było głównym organizatorem wydarzenia. ulubione placki ziemniaczan



FOT. RADOSŁAW KONCZYŃSKI

W młodszej kategorii wygrała Agata Witza



FOT. RADOSŁAW KONCZYŃSKI

Gwiazdą wieczoru był Krystian Ochman

Po raz pierwszy w historii konkursu przyznano też Grand Prix. Ta najważniejsza nagroda trafiła do Hanny Pliszki z Malborka i miała już konkretną wartość, bo 1 tys. euro. Została ufundowana przez Stowarzyszenie Artystów, Wykonawców Utworów Muzycznych i Muzyczno- Słownych (w obiegu jest krótsza dawna nazwa SAWP). Symboliczny czek wręczyła Ewa Kuklińska - członkini zarządu, aktorka, piosenkarka, tancerka baletowa, choreograf.

- Stowarzyszenie zrzesza przeszło 3,5 tysiąca najwybitniejszych polskich artystów, instrumentalistów, wokalistów. Zajmujemy się przede wszystkim ochroną praw wykonawczych, co wyraża się między innymi w tym, że dbamy, aby tantiemy wykonawcze należne naszym artystom trafiały do nich bez zbędnej zwłoki za to wszystko, co w domenie publicznej z ich udziałem jest odtwarzane. Bardzo serdecznie gratuluję laureatce Grand Prix, jak również wszystkim biorącym udział. Chciałam podziękować za nieprawdopodobny, niebotyczny wręcz talent – mówiła Ewa Kuklińska.

Część uczestników malborskiego konkursu otrzymała też nominacje do udziału w zagranicznych festiwalach piosenki w 2027 roku - w Bułgarii i we Włoszech, wręczone przez Aleksandra Pałaca, kompozytora, dziennikarza muzycznego, byłego wieloletniego redaktora i producenta programów w Telewizji Polskiej (twórca m.in. programu „Tęczowy Music Box").

Krystian Ochman, Ewa Kuklińska i Aleksander Pałac zasiadali w jury tegorocznego konkursu w Malborku. W tej roli towarzyszyły im wokalistki Katarzyna Lisowska i Karolina Sumowska.

- Serdecznie dziękuję wszystkim za pomoc w organizacji konkursu: moim kolegom i koleżankom z MCKiE, realizatorom, sponsorom. Mam nadzieję, że jesteście dumni z tego, że udało nam się stworzyć tak piękny konkurs, który przypomina twórczość tych, którzy już odeszli - wykonawców, autorów tekstów, kompozytorów. I mamy nadzieję, że ten konkurs będzie trwał jeszcze długo i będziemy mogli się cieszyć z tak pięknych wykonań młodych artystów, młodych talentów - podsumowała Maria Seibert.

MCKiE zaprasza też na kolejną imprezę. Dzisiaj i jutro w Szkole Łacińskiej odbędą się Malborskie Spotkania Teatralne

Dzisiaj o godz. 17 Anna Ciechanowska wystawi monodram „Jesteśmy psychoceramikami" według „Lotu nad kukułczym gniazdem" Kena Keseya, a o godz. 18 Teatr Dwa Słowa zaprezentuje sztukę „Słowa i sny".

W sobotę o godz. 17 Teatr W Pół Słowa wystawi „Romanse i inne nieporozumienia". Wszystkie spektakle są w reżyserii Violetty Jankowiak. Wykonawcy to członkowie sekcji MCKiE. Wstęp wolny.

eprasa.pl 1eaf2615f9

Inwestycje za ponad 33 mln złotych, prawie 6 mln deficytu i planowany kredyt

Radosław Konczyński

Dochody ogółem przekraczające 260 mln złotych, wydatki na inwestycje przekraczające 33 mln zł, dług publiczny w wysokości 58 mln złotych - to w największym skrócie projekt budżetu miasta Malborka na 2027 rok.



FOT. RADOSŁAW KONCZYŃSKI

Urzędnicy zakończyli pracę nad projektem budżetu. Za miesiąc głosowanie w radzie

Malborscy radni już szczegółowo analizują projekt budżetu miasta na 2027 rok, bo burmistrz musiał przekazać go do 15 listopada przewodniczącemu Rady Miasta oraz Regionalnej Izbie Obrachunkowej.

Jakie inwestycje?

Dochody ogółem miasta na rok 2027 burmistrz i jego służby zaplanowały na poziomie 260 970 252 zł, w tym dochody bieżące – 240 899 129 zł, a majątkowe - 20 071 123 zł. Z kolei wydatki ogółem - 266 863 210 zł, z czego bieżące – 233 409 467 zł (w tym wynagrodzenia i pochodne w urzędzie i jednostkach budżetowych - 98 479 318 zł), a majątkowe – 33 453 743 zł.

Po stronie dochodów najwyższą kwotą jest udział w podatku dochodowym od osób fizycznych zamieszkałych na obszarze danej gminy (7 proc. tych dochodów) – ponad 139 mln zł. Ponadto inne wybrane pozycje: podatki i opłaty łącznie z odsetkami – 35,65 mln zł (z czego podatek od nieruchomości 29,8 mln zł), opłata śmieciowa – 15,2 mln zł, dochody z mienia komunalnego – 11,72 mln zł, opłata parkingowa – 1,2 mln zł.

W przypadku dochodów z mienia założono 9 mln zł ze sprzedaży mieszkań i działek budowlanych. Miasto planuje sprzedać 6 lokali mieszkalnych na rzecz najemców, 5 lokali w drodze przetargu, 20 działek na funkcję mieszkaniową jednorodzinną (m.in. ul. Bydgoska, dla której w 2026 roku został przyjęty plan miejscowy, ul. Szeroka, ul. Olimpijczyków), 3 działki na budownictwo wielorodzinne (m.in. Armii Krajowej), grunty przeznaczone na funkcję usługową (m.in. ul. Głowackiego, Hadyny, Główna i Wałowa), 1 nieruchomość na funkcję przemysłową (ul. Daleka).

Po stronie wydatków największą pozycją jest cała szeroko rozumiana oświata (m.in. szkoły, oddziały przedszkolne, placówki przedszkolne, stołówki, dokształcanie nauczycieli) - nieco ponad 90 mln zł, z czego większość to wydatki bieżące; ponadto pomoc społeczna i rodzina - łącznie ponad 37 mln zł.

Jeśli chodzi o wydatki majątkowe szacowane w 2027 roku na ponad 33 mln zł, najważniejsze inwestycje to: wykonanie dokumentacji projektowej i rozpoczęcie modernizacji Traktu św. Jana Pawła II; rozpoczęcie budowy 2,8 km kanalizacji deszczowej na Wielbarku, zagospodarowanie zbiornika retencyjnego, nasadzenia rodzimych gatunków roślin oraz wykorzystanie zgromadzonej deszczówki m.in. do podlewania zieleni i spłukiwania ulic (inwestycja rozłożona do 2029 r.); kontynuacja modernizacji Mostu św. Wojciecha na Nogacie; projekty rewitalizacyjne związane z ratowaniem XIX-wiecznego budynku przy ul. Żeromskiego 43 i wprowadzeniem nowych funkcji społecznych, zagospodarowaniem kolejnych podwórek w Śródmieściu (kwartał ulic Żeromskiego, 17 Marca, Grunwaldzkiej i Jagiellońskiej) oraz remontami 10 budynków wspólnot mieszkaniowych; inwestycje drogowe.

Z całym projektem budżetu, w tym listą planowanych zadań, można zapoznać się w Biuletynie Informacji Publicznej UM Malborka.

„Bezpieczny, spokojny i pewny"?

W projekcie budżetu założono też rezerwę celową w wysokości 2 mln zł na inwestycje. Przykładowo magistrat złożył wniosek do kolejnej edycji Rządowego Funduszu Rozwoju Dróg na przebudowę ulic Tczewskiej i Solskiego w Kałdowie o szacunkowej wartości ok. 9 mln zł. Jeśli uda się pozyskać dofinansowanie, będzie ono wynosiło 50 procent kosztów kwalifikowanych.

Dużo ostatnio mówiło się o zdecydowanie największej inwestycji od lat, wartej prawie 85 mln zł budowie 3 nowych domów wielorodzinnych z 234 mieszkaniami komunalnymi. W tym przypadku inwestorem będzie Zakład Gospodarki Komunalnej i Mieszkaniowej, ale bez wsparcia miasta nie będzie w stanie zrealizować zadania. Przypomnijmy, że niedawno odbyło się posiedzenie Komisji Gospodarki Komunalnej, Mieszkaniowej i Komunikacji poświęcone tylko temu tematowi i zakończone wnioskiem do burmistrza o to, by zadeklarował wsparcie spółki ZGKiM w realizacji inwestycji (zapewnienie wkładu własnego w wysokości 16,9 mln zł).

- Wniosek od pana przewodniczącego komisji trafił do nas. Jesteśmy zdecydowani i jeżeli będzie konieczność zaciągnięcia kredytu, to zaciągniemy kredyt, stać nas na to. Jeżeli będziemy szli tropem, że finansować to będzie spółka, to też jesteśmy na to przygotowani. Dwa warianty leżą na stole. Jest obietnica z Banku Gospodarstwa Krajowego, że w lutym będą uruchomione środki, wtedy otrzymamy dokument i ruszymy z procedurą – mówi nam Jan Tadeusz Wilk, wiceburmistrz Malborka.

Burmistrz Marek Charzewski potwierdza.

- Będziemy budować mieszkania komunalne. Otrzymamy środki i wtedy rozpoczniemy. Na razie, nawet gdyby w tym projekcie budżetu zakładać kredyt, to nie mamy tych środków, nie mamy podpisanej umowy, więc w tym sensie ta inwestycja jest jeszcze w zawieszeniu – dodaje Marek Charzewski.

Co do zaprojektowanego budżetu, włodarz nazywa go „bezpiecznym, spokojnym i pewnym".

- To, że nie braliśmy trzy lata temu kredytu dało nam „oddech", że mamy niski wskaźnik zadłużenia. Zaplanowaliśmy na rok 2027 ponad 33 miliony zł w wydatkach majątkowych. Chcemy zrealizować przede wszystkim te zadania ze Zintegrowanych Inwestycji Terytorialnych (środki unijne dla Miejskiego Obszaru Funkcjonalnego Malbork-Sztum - dop. red.) oraz z FEnIKS-a (Fundusze Europejskie na Infrastrukturę, Kulturę i Środowisko - red.). Powoli dobiega końca perspektywa unijna. 2027 jest takim rokiem, gdzie wiele tych inwestycji trzeba realizować. Zobaczymy, czy jeszcze coś nam się uda pozyskać, bo składamy projekty, więc mamy rezerwę celową, żeby w razie czego mieć środki, choćby na kwestie drogowe – mówi Marek Charzewski.

Kredyt na 10 mln złotych?

W budżecie na koniec 2027 roku planowane jest 5,89 mln zł deficytu. Zostanie w całości pokryty przychodami pochodzącymi z kredytów (1 549 958 zł) i wolnymi środkami (4 343 000 zł).

Dług publiczny na koniec 2027 roku ma wynieść 58 mln zł, a jego obsługa (odsetki od zaciągniętych zobowiązań) będzie kosztowała 2,7 mln zł.

- Dla porównania, w 2026 roku dług publiczny na tę chwilę wynosi 56,8 miliona złotych, a jego obsługa wyniesie 3,5 mln złotych. Wysokość zadłużenia w stosunku do dochodów wyniesie 23,5 proc. w 2026 roku, a na kolejny rok nie przekroczy 22,3 procenta, co pozwala nam na manewr, że jak będzie konieczność dobrania środków i dołożenia do inwestycji, będziemy mogli to zrobić. Pod względem finansowym jest to budżet, którego mogą nam pozazdrościć inne samorządy tej wielkości. Jest całkiem przyzwoicie – uważa Jan Tadeusz Wilk.

W projekcie budżetu 2027 po stronie przychodów jest mowa o możliwości zaciągnięcia 10-milionowego kredytu ze spłatą do 2038 roku (przez pierwsze dwa lata po 500 tysięcy zł rocznie, a w kolejnych latach po 1 mln zł rocznie). Rozchody (spłata rat kapitałowych kredytów i pożyczek) ma wynieść 8,45 miliona złotych.

Metamorfoza Traktu Jana Pawła II

Jedną z ciekawszych inwestycji planowanych przez miasto jest modernizacja Traktu Jana Pawła II jako miejsca reprezentacyjnego. Prawdopodobnie rozpocznie się jesienią przyszłego roku. Wcześniej wykonawca, który zostanie wybrany w ogłoszonym niedawno przetargu, wykona dokumentację projektową, ponieważ będzie to zamówienie w formule „Projektuj i buduj". Trakt zostanie odbetonowany, w tym sensie, że zostanie zwężony w stosunku do stanu obecnego, by po bokach zyskać miejsce dla zieleni z różnego rodzaju rabatami kwiatowymi (w tym miododajnymi) i trawnikami wielokwiatowymi. Posadzka główna deptaka powinna być zaprojektowana z jasnoszarych dużych płyt betonowych, o formacie nie mniejszym niż 50 × 50 cm. Powierzchnia nowej lub zmodernizowanej zieleni będzie wynosiła 3000 m kw. Przewidziano też elementy małej retencji o łącznej pojemności 60 m sześc.

eprasa.pl 1eaf2615f9

SPORTY SIŁOWE

MALBORK

Medaliści na ławeczce

Zawodnicy Sambor Powerlifting Team z Malborka przywieźli kilka medali z mistrzostw Polski w wyciskaniu leżąc klasycznym, które odbyły się w miniony weekend w Spale w województwie łódzkim. Czworo podopiecznych Macieja Samborskiego stawało na podium. Formę trzyma Marta Monica, która wcześniej miała już okazję startować i w tych zawodach, i z powodzeniem reprezentować Polskę w mistrzostwach Europy. W MP w Spale w gronie juniorek do lat 18 wygrała swoją kategorię wagową 69 kg z wynikiem 77,5 kg, który dał jej również 2 miejsce open w całej tej kategorii wiekowej. Z podobnym osiągnięciem wróciła Liliana Tomczyńska w kategorii juniorek do lat 20. Wynik 90 kg przyniósł jej zwycięstwo w wadze startowej 63 kg i 2 miejsce open w tej kategorii uczestniczek. Także Olaf Lidzbarski, który startował w MPJ do lat 16, wygrał swoją kategorię wagową 83 kg z wynikiem 140 kg. Osiągnął jeszcze większy sukces od koleżanek, bo ten wynik dał mu również złoto w klasyfikacji open do lat 16. Z medalem wrócił też Adrian Janke, który w kategorii 20 lat, w wadze do 74 kg z wynikiem 125 kg zajął 3 miejsce. Dwóch kolejnych zawodników znalazło się tuż za podium. W kategorii do lat 16 startował zaledwie 14-letni Franciszek Tomczyński, który w wadze do 74 kg zajął 4 miejsce. Jak informuje trener, od ubiegłego roku dołożył do wyniku 30 kilogramów i na pewno „będzie jeszcze głośno o tym chłopaku”. 4 lokatę wywalczył też Maciej Różycki w kategorii do lat 23 i wadze do 93k g, z wynikiem 152,5 kg.

(RK)

Grom Nowy Staw jeszcze gra. W niższych ligach ostatnie mecze zostały odwołane

Radosław Konczyński

Dla piłkarzy IV i V ligi skończyło się granie o punkty w tym roku. Mecze, które były zaplanowane na najbliższy weekend, zostały odwołane decyzją Pomorskiego Związku Piłki Nożnej.



FOT. RADOSŁAW KONCZYŃSKI

W ostatnim meczu w tym roku Pomezania Malbork wygrała z Madami Ostaszewo

Coraz trudniejsze warunki pogodowe sprawiają, że w ten weekend nie odbędą się ostatnie mecze w IV lidze i klasie okręgowej.

- W związku z niekorzystnymi warunkami atmosferycznymi oraz prognozami pogody na najbliższe dni podjęta została decyzja o odwołaniu wszystkich spotkań IV ligi oraz klas okręgowych zaplanowanych na 28–29 listopada. Decyzja podyktowana jest przede wszystkim troską o zdrowie i bezpieczeństwo zawodników, a także koniecznością ochrony nawierzchni boisk przed uszkodzeniami wynikającymi z rozgrywania spotkań w trudnych warunkach pogodowych. Harmonogram gier w rundzie wiosennej zostanie przedstawiony po najbliższym posiedzeniu Zarządu Pomorskiego ZPN - poinformował w poniedziałek Pomorski ZPN.

Tym samem w IV lidze nie odbędzie się druga kolejka już rundy rewanżowej.

W miniony weekend, w pierwszej „wiosennej” serii spotkań, żaden z zespołów z naszego regionu nie zdobył punktów. KP Starogard Gdańsk przegrał u siebie 0:2 ze Stolemem Gniewino, Wierzyca Pelplin uległa również u siebie 1:3 ze Stoczniowcem Gdańsk, a Powiśle Dzierzgoń przegrało na wyjeździe niestety aż 3:8 z rezerwami Arki Gdynia.

Na przerwę zimową na najwyższym miejscu spośród drużyn naszego regionu udaj się KP (8 m., 28 pkt), następnie Wierzyca (12 m., 20 pkt) i Powiśle (16 m., 12 pkt).

W 14 kolejce klasy okręgowej Pomezania Malbork, lider klasyfikacji, podejmowała w ubiegłą sobotę Mady Ostaszewo, drużynę środka tabeli. W ekipie przyjezdnej jest grupa wychowanków malborskiego klubu, więc tym bardziej chcieli postawić poprzeczkę gospodarzom jak najwyżej.

I faktycznie w pierwszych minutach Mady postraszyły Pomezanię dwoma sytuacjami, ale Tomasz Grabowski trafił na 1:0 i po kwadransie miejscowi przejęli kontrolę nad meczem. Do przerwy mogli powiększyć przewagę, ale Grzegorz Pluciński, były bramkarz Pomezanii, obronił rzut karny, do którego podszedł Grabowski.

Pierwsza połowa zakończyła się prowadzeniem gospodarzy 1:0. Po przerwie dość szybko wynik podwyższył Piotr Marszałek, w zamieszaniu podbramkowym wpychając piłkę do siatki nawet nie z metra. Później sędzia podyktował rzut karny dla Pomezanii. Goście mieli pretensje i rzeczywiście przydałby się jakiś „piątoligowy VAR”, bo mogli mieć rację, że Marszałek został sfaulowany minimalnie za „szesnastką”. Tym razem do piłki podszedł Damian Kostkowski i wykorzystał karnego.

Końcówka należała do Oskarów. Czwartą bramkę dla malborskiej drużyny zdobył Zacharzewski, a honorowego gola dla ekipy z Ostaszewa strzelił Kałuski.

W rundzie jesiennej Pomezania miała zagrać jeszcze jutro na wyjeździe z Centrum Pelplin, ale jak wiadomo, mecze zostały odwołane.

Natomiast gra jeszcze III liga. Grom Nowy Staw w minioną sobotę zmierzył się na wyjeździe z Unią Swarzędz. Do przerwy drużyna trenera Dawida Lelenia prowadziła 2:0 po bramkach Fabiana Urbańskiego i Artura Radomskiego, ale nie udało się przywieźć do domu trzech punktów. Gospodarze w drugiej połowie doprowadzili do wyrównania i spotkanie zakończyło się remisem 2:2.

W ostatnim meczu w tym roku, w drugiej kolejce rundy rewanżowej, Grom podejmie jutro o godz. 12 zespół Noteci Czarnków.

Derby zacięte, ale nie dla MMTS

(RK)

Po zaciętej walce drużyna Energi Banku PBS MMTS Kwidzyn przegrała w derbach Pomorza w Lotto Superlidze Mężczyzn z PGE Wybrzeżem Gdańsk. Jutro mecz z Gwardią Opole.



FOT. MMTS KWIDZYN

Superligowe derby Pomorza w piłce ręcznej do samego końca trzymały w napięciu

Wyjazdowy mecz w Gdańsku w ramach 10 kolejki w pierwszych ośmiu minutach było bardzo wyrównane, ale wtedy goście zdobyli trzy bramki z rzędu. Kwidzynianie po kwadransie prowadzili 9:4. Drugi kwadrans pierwszej połowy przebiegał już pod dyktando Wybrzeża. Zaczęli odrabiać straty, a błędy przeszły na stronę gości. Pierwsza część spotkania zakończyła się wynikiem 12:12.

Po przerwie miejscowi walczyli cały czas o pełną pulę. Problemem mogła się okazać kontuzja ich lidera, Rafała Stępnia, który uciepiał w walce o bezpańską piłkę. Na parkiecie potrzebni byli ratownicy medyczni, którzy znieśli go na noszach. Mimo to, w drużynie gospodarzy dalej nie brakowało żądzy zwycięstwa. Udało im się odskoczyć na dwa trafienia. Na kwadrans przed końcem do bramki gości wrócił wcześniej zmieniony Łukasz Zakreta, najczęściej interweniujący bramkarz tego sezonu. Zaczął to udowadniać po powrocie na parkiet. Jednak pojawił się inny kłopot. Czerwoną kartkę obejrzał Patryk Grzesik, ale mimo to MMTS chwilę później wyrównało na 24:24. W końcówce Kwidzynianie w pewnym momencie z powodu kar grali w pięciu. Mimo to, stracili tylko jedną bramkę. Wynik cały czas był na styku. Ostatecznie zwyciężyli gospodarze 29:27.

Energa Bank PBS MMTS: Zakreta, Drzewiński, Pisarkiewicz – Malczak 5, Skiba 5, Łazarczyk 5, Skierka 4, Czarnecki 2, Grzesik 2, Landzwojczak 2, K.Pilitowski 1, M.Pilitowski 1 oraz Marchewka, Stempin, Lewczyk, Mucha.

W ostatnim meczu pierwszej rundy MMTS zagra jutro u siebie z Corotop Gwardią Opole. To spotkanie sąsiadów w tabeli. Gospodarze zajmują 8 miejsce (15 pkt), a goście - dziewiąte (11 pkt).

Mecz odbędzie się o godzinie 20.15. Jest to warte podkreślenia, gdyż wcześniejszą godziną była 18. Arbitrami tej rywalizacji będzie para Korneliusz Habierski - Grzegorz Skrobak z Głogowa. Transmisja spotkania odbędzie się na platformie internetowej Emocje.TV, a bilety dostępne są też w sprzedaży na stronie Eventim.PL.

eprasa.pl 1eaf2615f9

Piątek
27.11.2026

WYD. 1

Aglomeracja trójmiejska

Porady zdrowotne str. 5

Rejsy Trójmiasta

tygodnik trójmiasto

Echo Pruszcza Gdańskiego

Goniec Rumski

internet@dziennikbaltycki.pl

Nr 48/2026

GDYNIA

SALWY Z ORP „BŁYSKAWICA”

Gdynia uczci 108. rocznicę utworzenia Marynarki Wojennej RP. Najbardziej widowiskowa część obchodów rozpocznie się w piątek o godzinie 12:50 przy Nabrzeżu Pomorskim przed okrętem-muzeum ORP „Błyskawica”. **str. 2**



FOT. KAROLINA MISZTAL

GDAŃSK

Jak Polacy pokonali Szwedów, czyli bitwa pod Oliwą, która pokazała moc polskiej floty **str. 2**

TRÓJMIASTO

Karp poleca się nie tylko od święta: przed nami sezon na „arcypolską” rybę **str. 3**

GDAŃSK

Pierwsza łopata i radość władz, czyli oficjalnie rozpoczęto budowę linii tramwajowej Gdańsk Południe - Wrzeszcz **str. 4**

TRÓJMIASTO

Jak sprzedają się mieszkania: dane pokazują, że chętnych na własny kąt nie brakuje **str. 6**

eprasa.pl 1eaf2615f9

108. rocznica utworzenia Marynarki Wojennej RP



FOT. PRZEMEK ŚWIDERSKI

28 listopada 1918 roku naczelnik państwa Józef Piłsudski wydał rozkaz o utworzeniu Marynarki Polskiej. W tym roku od tego wydarzenia mija 108 lat. Gdynia, ponownie stanie się miejscem uroczystości.

Jacek Wierciński

Przed nami obchody rocznicy utworzenia Marynarki Wojennej RP

Uroczysty apel przy ORP „Błyskawica", wojskowa defilada, złożenie kwiatów w miejscach pamięci oraz możliwość wejścia na okręty i bezpłatne zwiedzanie Muzeum Marynarki Wojennej z przewodnikiem. Gdynia uczci 108. rocznicę utworzenia Marynarki Wojennej RP. Obchody potrwają od 26 do 28 listopada.

28 listopada 1918 roku naczelnik państwa Józef Piłsudski wydał rozkaz o utworzeniu Marynarki Polskiej. W tym roku od tego wydarzenia mija 108 lat. Gdynia, od pokoleń związana z polską flotą wojenną, ponownie stanie się miejscem rocznicowych uroczystości.

Obchody rozpoczęły się w czwartek, 26 listopada, od ceremonii złożenia kwiatów na Cmentarzu Marynarki Wojennej na Oksywiu. Uroczystość zaplanowano na godz. 10:00. O godz. 10:30 w kościele garnizonowym Marynarki Wojennej odbyło się odsłonięcie tablicy pamiątkowej oraz modlitwa. Główne uroczystości zaplanowano w piątek, 27 listopada. O godz. 8:00 na okrętach Marynarki Wojennej zostanie podniesiona wielka gala banderowa. O godz. 11:00 w Kościele pw. Najświętszej Maryi Panny Królowej Polski (ul. Armii Krajowej 26) odbędzie się msza święta w intencji MW RP. O godz. 12:20 przedstawiciele wojska i władz samorządowych złożą kwiaty pod Pomnikiem „Polski Morskiej".

Najbardziej widowiskowa część obchodów rozpocznie się o godz. 12:50 przy Nabrzeżu Pomorskim przed okrętem-muzeum ORP „Błyskawica". W programie uroczystego apelu przewidziano przegląd pododdziałów, podniesienie flagi państwowej, odczytanie rozkazów okolicznościowych, przemówienia oraz defiladę wojskową. Uroczystość zakończy się około godz. 14:00.

Z pokładu OM ORP „Błyskawica" zostaną oddane wystrzały armatnie w dniach:25 listopada – 3 wystrzały (między godz. 10:00 a 11:00); 27 listopada – 21 wystrzałów (między godz. 14:00 a 15:00).

To ważna informacja dla osób, mogących przebywać w pobliżu okrętu z małymi dziećmi, zwierzętami oraz osób starszych jak również wrażliwych słuchowo, których może zaskoczyć hałas.

Z okazji święta zaplanowano również możliwość wejść na pokłady okrętów Marynarki Wojennej: ORP „Maćko" oraz niszczyciela ORP „Albatros", które będą cumować przy Nabrzeżu Pomorskim. Godziny bezpłatnego zwiedzania okrętów: 27 listopada w godz. 10:00-12:00 oraz w godz. 14:00-15:30, 28 listopada w godz. 10:00-14:00.

Polacy pokazali, że umieją wygrywać bitwy morskie - Szwedzi pokonani

Agnieszka Kujawska

28 listopada 1627 roku na redzie portu gdańskiego rozegrała się jedna z najsłynniejszych batalii w dziejach polskiego oręża: bitwa pod Oliwą.



FOT. MUZEUM HISTORII POLSKI

W Zatoce Gdańskiej rozegrała się bitwa między polską flotą a eskadrą szwedzkich okrętów. Starcie było jednym z głośniejszych epizodów wojen polsko-szwedzkich

Starcie to stanowiło kulminacyjny punkt zmagań o dominację na Bałtyku podczas wojny polsko-szwedzkiej o ujście Wisły (1626–1629). Od ponad roku eskadra króla Gustawa II Adolfa blokowała Gdańsk, paraliżując handel morski Rzeczypospolitej. Aby przełamać ten impas, król Zygmunt III Waza zintensyfikował budowę własnej floty wojennej, której bazą stała się twierdza Wisłoujście. Późną jesienią 1627 roku sztormy zmusiły główne siły szwedzkie do wycofania się do portów. Na redzie pozostała jedynie eskadra blokująca pod dowództwem wiceadmirała Nilsa Stiernskölda, złożona z pięciu potężnych galeonów oraz pinasy. Polacy postanowili to wykorzystać.

Z powodu choroby dotychczasowego dowódcy, Wilhelma Appelmanna, kierownictwo powierzono kolektywowi: dowódcą okrętów i admirałem mianowano doświadczonego żeglarza pochodzenia holenderskiego, Arndta Dickmanna, piechotą morską kierował kapitan Jan Storch, a artylerią Herman Witte. Polska eskadra liczyła 10 jednostek i choć dysponowała mniejszymi okrętami, jej atutem była liczna piechota morska oraz element zaskoczenia.

Rankiem 28 listopada polskie okręty wyszły z Wisłoujścia. Plan zakładał uniknięcie pojedynku artyleryjskiego na rzecz szybkiego abordażu i walki wręcz. Taktyka ta przyniosła błyskawiczny efekt. Polski okręt flagowy „Święty Jerzy", wspierany przez „Latającego Jelenia", zaatakował szwedzki okręt admiralski „Tigern". Po zaciętej walce na białą broń Polacy opanowali jednostkę, a śmiertelnie ranny Stiernsköld dostał się do niewoli.

Równie dramatyczny przebieg miało starcie w drugiej grupie okrętów. Mniejszy polski galeon „Wodnik" zaatakował znacznie potężniejszy, 38-działowy szwedzki galeon „Solen". Szwedzi bronili się zaciekle, dopóki na pomoc „Wodnikowi" nie nadpłynęła fluita „Biały Lew". Gdy Polacy wdarli się na pokład, szwedzki szyper podjął desperacką decyzję i rzucił ogień do komory prochowej.

Potężna eksplozja rozerwała „Solena", który poszedł na dno, zabierając ze sobą część walczących, choć większość marynarzy zdążyła przeskoczyć na polskie burty. Pozostałe cztery okręty szwedzkie rzuciły się do ucieczki na pełne morze. Zwycięstwo Polaków było całkowite, lecz okupione tragiczną stratą. W końcowej fazie bitwy, gdy „Tigern" znajdował się już w polskich rękach, zabłąkana kula armatnia wystrzelona z wycofującego się szwedzkiego okrętu „Pelikanen" śmiertelnie raniła admirała Arndta Dickmanna.

4 grudnia 1627 roku w gdańskiej Bazylice Mariackiej odbył się jego uroczysty pogrzeb, który stał się wielką manifestacją patriotyczną. Za trumną admirała kroczyli jako jeńcy szwedzcy oficerowie, niesiono też zdobyte bandery. Z honorami pochowano wówczas również poległego wiceadmirała Stiernskölda. Bitwa pod Oliwą na kilka miesięcy przerwała blokadę Gdańska i odbiła się szerokim echem w Europie.

KARTKA Z KALENDARZA: POCZĄTKI GDAŃSKIEJ RAFINERII



FOT. MATERIAŁY ARCHIWALNE

Choć przerób ropy, zakład będący jeszcze w budowie, rozpoczął 8 grudnia, oficjalne otwarcie odbyło się 29 listopada 1975 roku. Ukończona, nowoczesna jak na tamte czasy rafineria mogła przerobić 3 mln ton surowa rocznie. Była to pierwsza budowa nowego zakładu w PRL-u realizowana na zachodnich licencjach i technologiach oraz kierowana przez zachodnią firmę. Instalacje zaprojektowała włoska firma Snamprogetti.

Rejsy Trójmiasta

ADRES REDAKCJI: **ul. Połęże 3, 80-720 Gdańsk, redakcja@prasa.gda.pl.** REDAKTOR NACZELNY: **Maciej Sandecki.** REDAKTOR ODPOWIEDZIALNY: **Mariusz Leśniewski, 502 499 036, mariusz.lesniewski@polskapress.pl.**
ZESPÓŁ: **Maja Czech, Andrzej Kowalski, Maciej Krajewski, Jacek Wierciński.** BIURO REKLAMY: **Ewa Żelazko, tel. 58 300 3211.** PRENUMERATA: **tel. 58 728 0817** MARKETING: **marketing.gdansk@polskapress.pl.** DRUK: **Polska Press Oddział Poligrafia, 85-438 Bydgoszcz, ul. Grunwaldzka 229.** WYDAWCA: **Polska Press Sp. z o.o., ul. Domaniewska 45, 02-672 Warszawa, tel. 22 201 40 00.** PREZES ZARZĄDU POLSKA PRESS GRUPY: **Robert Feluś** PREZES MAKROREGIONU: **Piotr Grabowski.** PROJEKT GRAFICZNY: **Tomasz Bocheński.**

POLSKA PRESS GRUPA

©℗ - umieszczenie takich dwóch znaków przy Artykule, w szczególności przy Aktualnym Artykule, oznacza możliwość jego dalszego rozpowszechniania tylko i wyłącznie po uiszczeniu opłaty zgodnie z cennikiem zamieszczonym na stronie www.polskatimes.pl/tresci i w zgodzie z postanowieniami niniejszego regulaminu.

eprasa.pl 1eaf2615f9

OBYCZAJE

Karp poleca się na stół nie tylko od święta

Agata Wodzień - Nowak

W polskich stawach trwają odłowy karpia, który powoli przygotowuje się do Wigilii Bożego Narodzenia 2026. Warunki hodowli z roku na rok są coraz trudniejsze.

Październik to początek karpiowych żniw, czyli odłowów, które potrwają do końca listopada - tłumaczył nam w pierwszej połowie października Tomasz Siwiec, wiceprezes Organizacji Producentów Polski Karp. Sam również prowadzi gospodarstwo rybackie i Zakład Produkcyjno-Handlowy Wielgie. - Odłowione z dużych stawów produkcyjnych ryby trafiają do mniejszych stawów-magazynów, w których oczekują na dystrybucję i sprzedaż.

Ekspert przyznaje, że mijający sezon był dla hodowców bardzo trudny, głównie z powodu niedoborów wody niezbędnej do prowadzenia gospodarki rybackiej. - Pogarszająca się z roku na rok sytuacja hydrologiczna w Polsce stanowi obecnie jedno z naszych największych wyzwań. - Szacujemy, że produkcja karpia w Polsce będzie niższa niż w ubiegłym roku, jednak jako organizacja robimy wszystko, aby ryby nie zabrakło na żadnym wigilijnym stole. Biorąc pod uwagę rosnące koszty produkcji oraz transportu, ceny karpia w tym roku mogą być wyższe - szacujemy wzrost na poziomie 10-20% względem ubiegłego roku, ale to oczywiście na tę chwilę tylko szacunki – zaznacza.

Karp w świadomość Polaków wrósł jako ryba świąteczna, a przecież jest dostępny nie tylko w grudniu. - Nieustannie dążymy do tego, aby pokazać konsumentom walory karpia jako ryby całorocznej, która doskonale sprawdza się w nowoczesnych odsłonach kulinarnych (np. w formie burgerów, faworków, pierogów czy potraw z grilla), ale także ryby, którą warto włączyć do menu - na co dzień - przekonuje wiceprezes Polskiego Karpia. - Z jednej strony propagujemy spożycie tej ryby przez cały rok, z drugiej zaś zapewniamy ciągłość dostaw i możliwość zakupu niezależnie od pory roku. Zależy nam na tym, aby świadomość konsumencka nieustannie wzrastała i decydenci zakupowi stawiali na ryby z rodzimej akwakultury, opartej na krótkich łańcuchach dostaw, zamiast na ryby, które są importowane i pokonują wiele kilometrów, zanim trafią do naszej kuchni.



FOT. MAGDALENA BUCHALSKA-FRYSZ

Karp hodowany jest głównie w tradycyjnych stawach ziemnych, a nie w nowoczesnych systemach przemysłowych

Już w poprzednich latach można było zaobserwować w sklepach nacinane filety z karpia. Taka forma ma ułatwić konsumpcję bez obaw o wbicie się ości. - Formy, w jakich karp trafia na półki sklepowe, stale ewoluują. W naszej ofercie znajduje się karp w niemal każdej postaci: od ryby patroszonej po wygodne filety bez skóry. Dzieje się tak, ponieważ z roku na rok konsumenci stają się coraz bardziej wymagający, co motywuje nas do wprowadzania nowości. Nacinany filet jest tego doskonałym przykładem - technologia nacinania daje gwarancję braku wyczuwalnych ości, których obecność była jedną z przyczyn rezygnacji z zakupu - wyjaśnia Siwiec.

Jakie wyzwania stoją dziś przed branżą karpiową? - Wyzwania są znaczące. Musimy nieustannie zabiegać o uwagę konsumenta, promować karpia jako rybę hodowaną w sposób naturalny oraz szeroko edukować o jej walorach odżywczych i zdrowotnych, co w perspektywie przełoży się na wzrost spożycia.

Tomasz Siwiec zwraca uwagę na problem presji zwierząt rybożernych i konkurencję importowanych ryb: - Bez systemowych regulacji prawnych rybacy sami nie będą w stanie rozwiązać tej kwestii. Wyzwaniem jest także konkurencja – musimy konkurować z tańszymi rybami importowanymi. Zdajemy sobie sprawę z tego, że cena może być tym czynnikiem, który przemawia do portfela konsumenta, ale jednocześnie chcemy, żeby konsument miał świadomość, że wybierając rybę z importu zamiast naszego rodzimego karpia, nie będzie miał do czynienia z taką świeżością produktu, jaki zapewniają nasze rodzime gospodarstwa.

- Zachęcamy konsumentów do wybierania polskich produktów oznaczonych logo „Produkt Polski" oraz wspierania lokalnych biznesów, dzięki którym na naszych stołach może gościć żywność wysokiej jakości, która produkowana jest tuż obok nas - dodaje wiceprezes Polskiego Karpia. ©℗

GDAŃSK

Trzy dni trudnej walki z pożarem hałdy złomu w Porcie Gdańsk

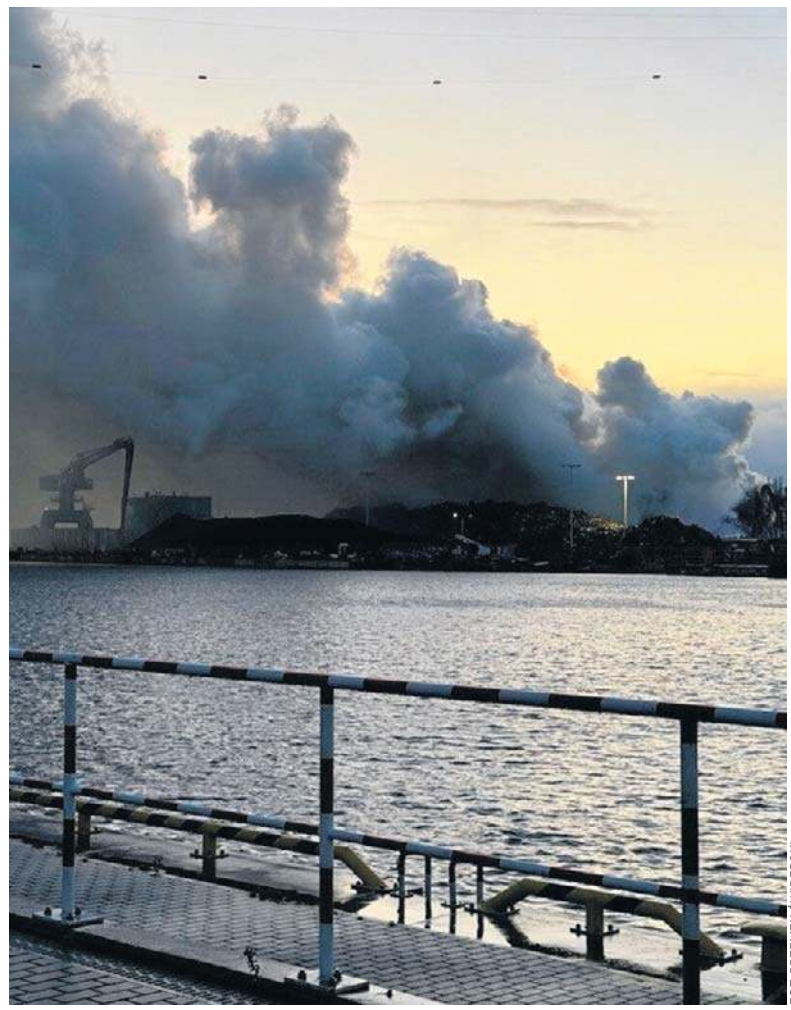
Andrzej Kowalski

Około 30 zastępów straży pożarnej walczyło z pożarem hałdy złomu na terenie Portu Gdańsk. Ogień wybuchł w sobotę wieczorem przy ul. Mariana Chodackiego.

W sobotę, 21 listopada, w godzinach wieczornych, około godz. 18.40, w Porcie Wewnętrznym w Porcie Gdańsk doszło do pożaru hałdy złomu. Po wielogodzinnej akcji gaśniczej pożar został opanowany. W poniedziałek trwało dogaszanie pożaru. - Ruch statków w porcie nie został wstrzymany. Praca na sąsiednich terminalach przebiega bez zakłóceń - podawał zarząd portu. Od soboty w akcji gaśniczej uczestniczyły służby państwowej straży pożarnej, straży portowej oraz Orlen Straży Gdańsk, które wspólnie zaangażowały się w działania mające na celu opanowanie pożaru. Zarząd Morskiego Portu Gdańsk był także w stałym kontakcie z instytucjami na szczeblu miejskim, wojewódzkim i krajowym. Na miejscu pracuje też Wojewódzki Inspektorat Ochrony Środowiska, który prowadzi badania nad ewentualnymi skutkami pożaru dla czystości powietrza i wody.



FOT. PRZEMEK ŚWIDERSKI



FOT. PRZEMEK ŚWIDERSKI

eprasa.pl 1eaf2615f9

KONTROWERSJE ROZPOCZYNA SIĘ BUDOWA TRASY TRAMWAJOWEJ GDAŃSK POŁUDNIE - WRZESZCZ

Łopaty symbolicznie wbite: władza zadowolona, mieszkańcy w strachu

R.Pawłowski/J.Wiercisnki

Budowa linii Gdańsk Południe-Wrzeszcz została oficjalnie rozpoczęta wbiciem symbolicznej pierwszej łopaty przy zbiorniku retencyjnym Wileńska.



Zdaniem miezkańców, przebieg linii tramwajowej Gdańsk Południe - Wrzeszcz nie jest optymalny

FOT. DRMG

Choć władze miasta zapraszały na to wydarzenie, wielkich tłumów mieszkańców nie było. Dominowali za to zadowoleni z inwestycji samorządowcy z opcji rządzącej. Pojawili się też protestujący z ulic Bohaterów Getta Warszawskiego i Wileńskiej.

Prezydent Gdańska Aleksandra Dulkiewicz podkreślała w sobotę, że projekt, jak i cała procedura związana z przygotowaniem tej inwestycji była prawidłowa, co potwierdziło m.in. Centrum Unijnych Projektów Transportowych, które bardzo szczegółowo analizuje każdą taką inwestycję starającą się o dofinansowanie unijne.

- Dzisiaj wielka radość, rozpoczynamy budowę trasy GPW. Czy będzie ciężko? Będzie, jak to na każdej budowie. Na pewno będą zmiany w ruchu, będą zmiany dotyczące zasad poruszania się, ale o tym wszystkim na bieżąco będziemy Państwa informować. Organizowane będą też kolejne dyżury inwestycyjne, w trakcie których będziecie mogli Państwo zadać pytania fachowcom - zapowiedziała prezydent Aleksandra Dulkiewicz. - Przewidujemy, że pod koniec 2029 roku pojedziemy pierwszym tramwajem, który dowiezie nas z Piecek-Migowa do Wrzeszcza.

Agnieszka Owczarczak, przewodnicząca Rady Miasta Gdańska, podkreślała, że trasa GPW jest kolejnym etapem rozwoju komunikacji miejskiej.

- Dobre miasto to takie, w którym codzienne pokonywanie odległości nie jest barierą i nie zabiera mieszkańcom czasu, który mogliby poświęcić na pracę, rodzinę czy własne zainteresowania. Dlatego ta inwestycja jest tak ważna. Mam jednak świadomość, że budzi również emocje i obawy, których nie wolno lekceważyć. Rozpoczęcie budowy to nie tylko powód do satysfakcji, ale także zobowiązanie do odpowiedzialności, dialogu i szczególnej troski o mieszkańców, których prace będą najbardziej dotyczyć - zaznaczyła przewodnicząca Owczarczak.

Jeszcze w tym roku zaplanowano m.in. rozpoczęcie prac na ul. Jaśkowa Dolina, na wysokości przychodni "Morena", gdzie wykonywane będą sieci podziemne. Tutaj trzeba będzie liczyć się z pewnymi utrudnieniami w ruchu pieszych.

Poza tym, w obrębie ul. Wileńskiej będzie wykonywana droga tymczasowa, która zapewni w kolejnym etapie robót bieżące utrzymanie ruchu kołowego przez cały okres realizacji tunelu. Na ulicy Bohaterów Getta Warszawskiego pojawią się z kolei pierwsze koparki, które wykonają małe odkrywki.

Mieszkańcy: kamienice i bloki się zawalą

Inwestycja od lat budzi ogromne kontrowersje. Protestują mieszkańcy ulicy Bohaterów Getta Warszawskiego, gdzie przebiegać ma linia i mieszkańcy Moreny, którzy obawiają się budowy tunelu wzdłuż ulicy Wileńskiej. Mimo że od trasie mówi się od 2025 roku, nie odbyły się w tej sprawie praktycznie żadne konsultacje społeczne.

„Każdy obywatel Unii i każda osoba fizyczna lub prawna mająca miejsce zamieszkania lub statutową siedzibę w Państwie Członkowskim ma prawo dostępu do dokumentów instytucji, organów i jednostek organizacyjnych Unii, niezależnie od ich formy. Właśnie to podstawowe prawo dostępu do informacji publicznej łamiecie najczęściej. Jest to stała praktyka Pani urzędu, mająca na celu ukrycie informacji o Waszych działaniach i zniechęcenie obywateli do dochodzenia swoich praw. Choć instytucje miejskie nie są organami UE, to projekt trasy GPW jest już unijny, bo ma być realizowany częściowo ze środków unijnych. Zresztą prawo polskie również zobowiązuje Panią i Pani podwładnych do udostępnienia dokumentów publicznych. A co robią Pani urzędnicy? Odmawiają dostępu do dokumentów, wskutek czego przegrywają sprawy sądowe" - pisali w liście do prezydent Dulkiewicz społecznicy z Wrzeszcza, skupieni w Stowarzyszeniu Dolina Królewska. Mieszkańcy ulicy Bohaterów Getta Warszawskiego wskazują konkretne zagrożenia, związane z tą inwestycją.

„Zagrożenie osunięciem gruntów w wyniku głębokich wykopów może w krótkiej perspektywie spowodować zawalenie się lub uszkodzenie domów. Zagrożenie zmianami poziomu lustra wody w wyniku głębokich wykopów i ich osuszania może w krótkiej perspektywie spowodować zawalenie się domów. Zagrożenie zmianami poziomu lustra wody ze względu na wykonanie szczelnych ścianek może w dłuższej perspektywie spowodować zawalenie się lub uszkodzenie domów. Wzrost drgań wywołany ruchem tramwajów może w dłuższej perspektywie spowodować zawalenie się lub uszkodzenie domów, a także uniemożliwić mieszkańcom normalne funkcjonowanie i odbić się na ich zdrowiu" - punktują mieszkańcy.

- Władze miasta nigdy do tych zarzutów w sposób merytoryczny się nie odniosły - twierdzą mieszkańcy, a podobnie ignorowani czują się mieszkańcy Moreny. Uważają oni, że budowa tunelu wzdłuż ulicy Wileńskiej zagraża bezpośrednio ich budynkom. - Chciałbym zaznaczyć mocno, że tutaj stawką jest życie ludzkie, bo jak się tutaj zawali blok - nie znamy skali zawalenia - to mogą być ofiary śmiertelne i nie można tego bagatelizować. A władze Gdańska nie dość, że to bagatelizują, to jeszcze jakaś cenzura zapanowała w mediach – wskazywał podczas protestu Przemysław Fiusewicz, mieszkaniec bloku przy Zabłockiego 3.

- Czy miasto przyglądało się infrastrukturze, dojazdom i korkom, jakie tu są w godzinach szczytowych? Na ulicy Wileńskiej od godziny 15 do godziny 17 od dołu są korki samochodowe. Z tej strony jest dojazd do szpitala, karetki jeżdżą. Teraz pytanie: Jak odetną nam tę drogę, kto i jak będzie tu dojeżdżał do bloku? Pytanie drugie: Proszę spojrzeć na parkingi, które są tutaj wzdłuż drogi [ul. Wileńskiej], gdzie te samochody mają zniknąć? To, co planuje spółdzielnia, tam - na terenie kortów, to jest absurd. Między tymi blokami, gdzie chodzą starsi ludzie, chodzą dzieci do przedszkola, kto zabezpieczy drogi dojazdowe? – pytał z kolei Dariusz Marczyński, mieszkający przy ulicy Myczkowskiego, po drugiej stronie Wileńskiej i planowanego torowiska i dodał: I dodał: - Czytamy w mediach, że bloki z wielkiej płyty były przewidziane na 50 lat. Te bloki są pierwsze na Morenie, mają ponad 50 lat. Zacznie się kopanie, zacznie się zawalisko. Kto będzie, tak jak kolega wspomniał, odpowiedzialny, jeżeli nagle zacznie się coś walić? Gwarantuję państwu, że inwestor powie: „dziękuję bardzo, ja to zostawiam, będziemy się bujać, nie wiadomo, kiedy skończę". Mamy wiele przykładów w Polsce, gdzie takie rzeczy się odbywały. Chcielibyśmy się spotkać z panią Dulkiewicz, z wszystkimi specjalistami, którzy uważają, że to jest idealne rozwiązanie.

Miasto - zdaniem mieszkańców - te obawy systematycznie ignoruje. - Tylko raz, jeszcze przed pandemią, odbyło się spotkanie informacyjne w tej sprawie - mówią mieszkańcy.

Tramwaj, rowery i przebudowa ulic

Przedsięwzięcie obejmuje budowę 3,6 km nowej trasy tramwajowej; 4,8 km dróg rowerowych oraz siedmiu nowych przystanków, w tym węzła autobusowo-tramwajowego. Przebudowanych zostanie 2,8 km dróg i 17 skrzyżowań. Tramwaje pojadą po „zielonym" torowisku.

Według miejskich urzędników, nowa infrastruktura rowerowa połączy Piecki-Migowo z Wrzeszczem, tworząc alternatywę dla podróży samochodem i ułatwiając przemieszczanie się między dzielnicami. Przebudowa ulic i skrzyżowań będzie prowadzona w powiązaniu z budową torowiska, tak aby poszczególne elementy tworzyły spójną całość.

– Powstanie nowy tunel, przebudowane zostaną ulice i skrzyżowania, wybudowane zostaną przystanki oraz infrastruktura rowerowa. Sukces tej inwestycji będzie zależał od skutecznego połączenia wszystkich tych elementów w jeden sprawnie funkcjonujący system transportowy. Jako inwestor będziemy konsekwentnie pilnować terminów, jakości realizacji i zgodności prac z przyjętymi założeniami – podkreślał Krzysztof Małkowski, dyrektor Dyrekcji Rozbudowy Miasta Gdańska.

Do tematu wrócimy.

eprasa.pl 1eaf2615f9

PYTANIA I ODPOWIEDZI SPECJALIŚCI ODPOWIADAJĄ NA NURTUJĄCE WAS PYTANIA

Dieta seniora

Jesteś tym, co jesz. To nie jest pusty slogan

Dieta odgrywa kluczową rolę w zachowaniu sprawności i dobrego zdrowia po 60. roku życia. Niestety, część popularnych produktów dostarcza głównie soli, cukru, niezdrowych tłuszczów i pustych kalorii. Ich regularne spożywanie może przyspieszać rozwój chorób przewlekłych oraz negatywnie wpływać na jakość życia seniorów.

Zdrowa dieta sprzyja utrzymaniu dobrej formy

Podstawą zdrowego odżywiania jest wybieranie minimalnie przetworzonej żywności oraz jedzenie minimum 400 g warzyw i owoców dziennie w co najmniej 5 porcjach. W codziennym jadłospisie warto stawiać na pełne ziarna, źródła białka, zdrowe tłuszcze i wodę, ograniczając jednocześnie słodzone napoje, słodycze oraz produkty wysoko przetworzone. Osoby starsze powinny dostarczać swojemu organizmowi odpowiednio dużo składników odżywczych, wspierających zwłaszcza serce i mózg, wzmacniających kości i mięśnie, regulujących trawienie. I pamiętać o generalnej zasadzie: Zdrowa, pełnowartościowa dieta utrzymuje nas w dobrej formie, zła dieta z niedoborami naraża nas na osłabienie i choroby.

Szkodliwe tłuszcze trans

Tłuszcze trans, czyli izomery trans nienasyconych kwasów tłuszczowych, należą do składników żywności, których seniorzy powinni unikać w szczególności. Podnoszą poziom „złego" cholesterolu LDL, zwiększają ryzyko chorób serca oraz naczyń krwionośnych. Tłuszcze trans powstają głównie podczas przemysłowej obróbki olejów roślinnych. Najczęściej znajdują się w żywności wysokoprzetworzonej, takiej jak słodycze, wyroby cukiernicze, krakersy, chipsy, dania instant, fast foody czy twarde margaryny. Na etykietach produktów można je rozpoznać pod nazwami „częściowo utwardzone".

Zupki chińskie. Wygoda, która może kosztować zdrowie

Choć przygotowanie zupki instant zajmuje zaledwie kilka minut, jej skład pozostawia wiele do życzenia. W tego typu produktach występuje mnóstwo soli oraz tłuszczów nasyconych. Nadmierne spożycie glutaminianu sodu, który również jest składnikiem zupek chińskich, bywa łączone z występowaniem przejściowych dolegliwości, takich jak bóle i zawroty głowy, uczucie osłabienia, szybsze bicie serca czy nadmierna potliwość. Objawy te określano dawniej jako „syndrom chińskiej kuchni".

Białe bułki sycą na krótko i dostarczają niewiele składników odżywczych

Białe pieczywo, w tym popularne kajzerki czy bułki pszenne, dostarcza głównie łatwo przyswajalnych węglowodanów, a zawiera niewiele błonnika, witamin i składników mineralnych. Po jego spożyciu poziom glukozy we krwi szybko rośnie, a uczucie sytości utrzymuje się krócej niż po pieczywie pełnoziarnistym. U seniorów, zwłaszcza z cukrzycą, stanem przedcukrzycowym lub nadwagą, częste sięganie po białe pieczywo może utrudniać kontrolę masy ciała i gospodarki cukrowej.

Alkohol nie sprzyja zdrowemu starzeniu się



FOT. GETTY IMAGES

Seniorzy powinni unikać spożywania alkoholu z wielu powodów. Napoje z procentami nie tylko powodują wzrost ciśnienia tętniczego krwi, ale także podwyższają stężenie triglicerydów w osoczu. Alkohol może również podrażniać przewód pokarmowy. Sprzyja występowaniu zgagi i innych dolegliwości trawiennych, a dodatkowo może pogarszać jakość snu i utrudniać nocną regenerację organizmu. Pijąc alkohol, zwiększamy ryzyko nadciśnienia, udaru i zaburzeń rytmu serca.
Zgodnie ze stanowiskiem Światowej Organizacji Zdrowia (WHO) nie istnieje bezpieczna dawka alkoholu.

Katarzyna Wąś-Zaniuk

ZDROWIE NA TALERZU

Kapusta pekińska to jedno z najlżejszych warzyw w polskiej kuchni. Można ją jeść nawet codziennie

Regularne włączanie kapusty pekińskiej do jadłospisu może być prostym sposobem na zwiększenie ilości warzyw w codziennej diecie. Pekinka jest przy tym niskokaloryczna. W 100 g surowej kapusty znajduje się około 12 kcal

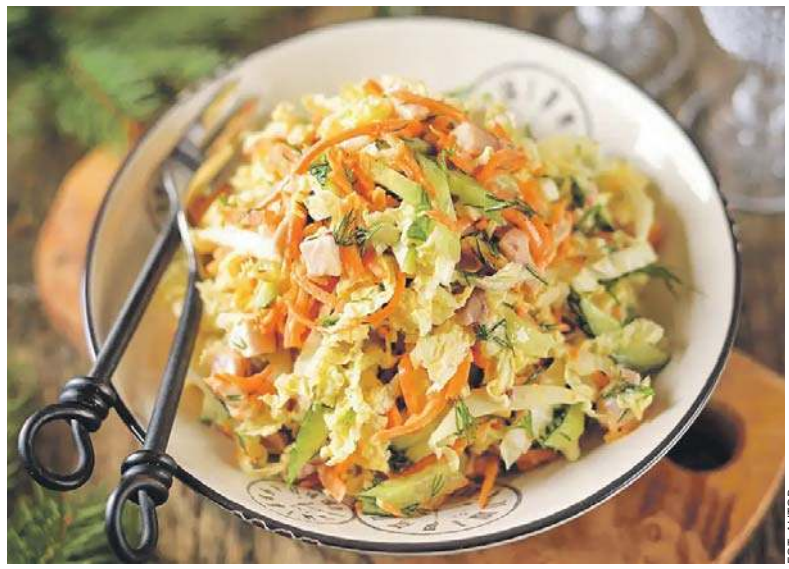
Ola Głowacka

Chrupiąca, delikatna w smaku, niskokaloryczna i pełna cennych składników odżywczych. Kapusta pekińska od lat gości na polskich stołach, szczególnie w postaci surówek, które doskonale pasują zarówno do tradycyjnego obiadu, jak i lekkiej kolacji. Pekinka dostarcza witamin, składników mineralnych i związków bioaktywnych, a przy tym ma niewiele kalorii. Jakie właściwości zdrowotne ma kapusta pekińska? Jak często warto ją jeść i z czym najlepiej ją łączyć? Poznaj trzy przepisy na zdrowe, pyszne i proste surówki z pekinki.

Dlaczego warto ją jeść regularnie?

Kapusta pekińska, nazywana potocznie pekinką, to warzywo kapustne o charakterystycznych podłużnych główkach, jasnych, soczystych liściach i delikatnym smaku. W przeciwieństwie do niektórych odmian kapusty jest łagodna i chrupiąca, dlatego świetnie sprawdza się jedzona na surowo.

Jej dużym atutem jest niska kaloryczność. W 100 g surowej kapusty pekińskiej znajduje się około 12 kcal. Warzywo dostarcza również błonnika pokarmowego, potasu, wapnia, magnezu oraz witamin, między innymi witaminy C i prowitaminy A w postaci beta-karotenu.



FOT. AUTOR

Pekinka dostarcza błonnika, potasu, wapnia, magnezu oraz witamin (m.in. C i prowitaminy A w postaci beta-karotenu)

Warto zwrócić uwagę także na obecność glukozynolanów – naturalnych związków charakterystycznych dla warzyw kapustnych. Podczas krojenia i rozdrabniania warzywa mogą powstawać z nich aktywne związki, takie jak izotiocyjaniany. Są one przedmiotem badań ze względu na swoje właściwości biologiczne, w tym potencjał antyoksydacyjny.

Kapustę pekińską można jeść nawet codziennie, jeśli dobrze ją tolerujemy. Nie ma określonego limitu, który dotyczyłby wyłącznie tego warzywa. Ważne jest natomiast, aby nie ograniczać diety do jednego rodzaju warzyw.

Światowa Organizacja Zdrowia zaleca osobom dorosłym i dzieciom powyżej 10. roku życia spożywanie co najmniej 400 g warzyw i owoców dziennie, przy czym większą część powinny stanowić warzywa.

Pekinka może być jednym z elementów realizacji tego zalecenia. Porcja surówki o wadze 100-150 g to dobry dodatek do obiadu, a większa porcja może stanowić część samodzielnego posiłku.

Warto jednak pamiętać o różnorodności. Obok kapusty pekińskiej dobrze jeść również brokuły, marchew, paprykę, pomidory, buraki, warzywa liściaste i sezonowe warzywa korzeniowe.

Osoby, które mają wrażliwy przewód pokarmowy, powinny obserwować indywidualną tolerancję. Surowa kapusta może u niektórych powodować wzdęcia lub dyskomfort. W takiej sytuacji warto zacząć od mniejszych porcji, dokładnie ją rozdrobnić albo wypróbować wersję krótko podduszoną.

Właściwości zdrowotne kapusty pekińskiej

● Dostarcza witaminy C

Witamina C pomaga chronić komórki przed stresem oksydacyjnym, wspiera prawidłowe funkcjonowanie układu odpornościowego i uczestniczy w produkcji kolagenu. Kapusta pekińska jest jednym z warzywnych źródeł tej witaminy. Warto jednak pamiętać, że jej zawartość zależy między innymi od świeżości i sposobu przechowywania produktu.

● Wspiera prawidłową pracę jelit

Kapusta pekińska zawiera błonnik pokarmowy, który wspomaga prawidłowe funkcjonowanie przewodu pokarmowego. Błonnik wpływa na pracę jelit, zwiększa objętość stolca i może wspierać utrzymanie prawidłowej masy ciała poprzez zwiększanie uczucia sytości.

● Dostarcza beta-karotenu

Beta-karoten jest prowitaminą A, czyli związkiem, z którego organizm może wytwarzać witaminę A. Jest ona ważna dla prawidłowego widzenia, stanu skóry i funkcjonowania układu odpornościowego. Pekinka wyróżnia się zawartością beta-karotenu na tle innych odmian kapusty.

● Zawiera potas i inne składniki mineralne

Potas uczestniczy w utrzymaniu prawidłowego ciśnienia krwi, przewodzeniu impulsów nerwowych i pracy mięśni. Pekinka dostarcza również wapnia i magnezu, choć nie należy traktować jej jako głównego źródła tych składników.

● Dostarcza związków o potencjale antyoksydacyjnym

Podobnie jak inne warzywa kapustne, kapusta pekińska zawiera glukozynolany i inne związki bioaktywne. Ich pochodne są badane pod kątem działania antyoksydacyjnego i potencjalnego wpływu na procesy zapalne.

eprasa.pl 1eaf2615f9

Od stycznia 4,5 tysiąca mieszkań do sprzedaży, czyli rynek w równowadze

OPR.: Ryszard Pawłowski

20 mieszkań dziennie - tyle średnio sprzedawali deweloperzy w Trójmieście w trzecim kwartale tego roku.

Łącznie właścicieli znalazło 1821 lokali, czyli o 25% więcej w ujęciu kwartalnym. Od stycznia do września kupujący nabyli 4,7 tys. mieszkań, a do sprzedaży trafiło 4,5 tys. Oferta utrzymuje się powyżej 7 tys. lokali, a jej średnia cena od początku roku nie spada poniżej 17,5 tys. zł/mkw.

– Trójmiasto to rynek w równowadze popytowo-podażowej. Działają tu przede wszystkim lokalne firmy, świetnie zorientowane w dostępności gruntów i procedurach administracyjnych, a jednocześnie uważne na potrzeby kupujących. Dlatego nadpodaż zdarza się tu niezwykle rzadko i utrzymuje się krótko – mówi Katarzyna Kuniewicz, dyrektorka badań rynku Otodom.

Na każde 10 mieszkań wprowadzonych do sprzedaży w III kwartale przypadało 12 kupionych. Trzy czwarte popytu skoncentrowało się w Gdańsku, gdzie we wrześniu przeciętna cena sprzedanych lokali sięgnęła 18 246 zł/mkw., prawie 500 zł więcej niż w Warszawie. Średnie stawki ofertowe w Gdańsku są jednak wciąż niższe niż w stolicy: 18 749 zł/mkw. wobec 19 683 zł/mkw. Na metr kwadratowy mieszkania w Gdańsku trzeba więc przeznaczyć równowartość niemal 1,8 przeciętnej pensji brutto, która w sektorze przedsiębiorstw wynosiła tu w sierpniu 10 645 zł (dane GUS). Nic dziwnego, że w zdobyciu własnego lokum często pomaga rodzina. Z tegorocznego raportu Otodom „Szczęśliwy Dom. Każdy na swój sposób. Style życia na rynku nieruchomości" wynika, że aż 32% właścicieli mieszkań i domów w Polsce dostało je w darowiźnie lub spadku. Obecny poziom cen ma źródło w wydarzeniach sprzed roku. W maju 2025 roku firmy deweloperskie wprowadziły do sprzedaży ponad tysiąc mieszkań po 18,2 tys. zł/mkw., dwa razy więcej, niż w tym czasie znalazło nabywców. W czerwcu bieżąca podaż była jeszcze droższa – blisko 20 tys. zł/mkw. To spowodowało, że średnia cena oferowanych mieszkań zwiększyła się z 15,3 tys. zł/mkw.



FOT. PRZEMEK ŚWIDERSKI

W Gdańsku od lat przybywa nowych inwestycji deweloperskich

w marcu do 17,7 tys. zł/mkw. w lipcu.

– Tak skumulowanych i gwałtownych wzrostów nie widzieliśmy dawno na trójmiejskim rynku. W zasadzie konsekwencje tej zmiany obserwujemy do dziś, bo średnie ceny ofertowe utrzymują się na zbliżonym, wysokim poziomie – we wrześniu 2026 roku było to 17,8 tys. zł/mkw. Co więcej, na razie nic nie wskazuje na to, by stawki miały spaść. Aby tak się stało, do oferty musiałyby trafiać wyraźnie tańsze mieszkania, a jednocześnie dostępne lokale musiałyby być kupowane po znacznie niższych cenach – dodaje Kuniewicz.

Coraz wolniejszy wzrost cen rok do roku łatwo uznać za zapowiedź spadków. Zdaniem Katarzyny Kuniewicz to jednak błąd. We wrześniu średnia cena ofertowa mieszkań w Trójmieście była o 4,1% wyższa niż przed rokiem, choć jeszcze niedawno różnica sięgała kilkunastu procent. Powód jest prosty: każdy miesiąc porównuje się z analogicznym okresem poprzedniego roku. Dopóki punktem odniesienia były miesiące sprzed gwałtownego wzrostu wiosną 2025 roku, różnice pozostawały duże. Teraz porównania obejmują już okres po tej zmianie, dlatego dynamika słabnie.

– Trójmiasto jest rynkiem, na którym nie tyle drożały pojedyncze oferowane mieszkania, ile średnią cenę podniosły nowe projekty wprowadzone do sprzedaży po wyższych stawkach. Podobne zjawisko obserwujemy w ostatnich miesiącach w Warszawie – dodaje dyrektorka badań rynku Otodom.

W stolicy przeciętna cena metra kwadratowego oferowanego mieszkania była we wrześniu o 11,1% wyższa niż przed rokiem. – IV kwartał w Trójmieście powinien być co najmniej tak dobry jak trzeci. Sprzedaż może sięgać nawet 600 mieszkań miesięcznie, w grudniu możemy odnotować rekordowy miesiąc. Deweloperzy będą zapewne uzupełniać ofertę w rytmie sprzedaży z poprzednich miesięcy, tak jak robili to dotychczas. Dlatego liczba dostępnych lokali nie powinna więc spaść poniżej 7 tys., ale też nie należy spodziewać się jej wzrostu – zapowiada Kuniewicz.

Nowa PKM i miasto, czyli co i jak należy budować

OPR.: Agnieszka Kujawska

Trwa II etap konsultacji społecznych masterplanu Gdańsk Nowe Południe, czyli tworzenia recepty na połączenie budowy nowej linii PKM z budową tkanki miejskiej wokół niej.

Trasa o długości 7,5 kilometra będzie miała unikalny charakter - zaledwie 300 metrów torów znajdzie się na poziomie gruntu, podczas gdy reszta przebiegnie w tunelach oraz na estakadach. Oznacza to ogromną szansę na stworzenie nowych przestrzeni publicznych, parków oraz lokali usługowych w bezpośrednim sąsiedztwie stacji. Pierwsza tura obecnego etapu warsztatów odbyła się 18 listopada w Morskiej Szkole Podstawowej przy ul. Srebrnej. Mieszkańcy, wspierani przez moderatorów, pracowali na mapach i makietach, doprecyzowując wytyczne dla trzech przystanków: Chełm, Orunia Górna oraz Maćkowy.

Ożywić pustostany

W przypadku przystanku Chełm, zaplanowanego przy ul. Małomiejskiej, głównym postulatem jest ożywienie zabytkowych, ceglanych pustostanów. Zdaniem uczestników powinna tam powstać przestrzeń dla artystów i organizacji pozarządowych na wzór gdańskiego Grid Arthubu. Z kolei teren pod samą estakadą ma pełnić



FOT MATERIAŁY PRASOWE

Nowa trasa będzie miała 7,5 km

funkcję parku linearnego z infrastrukturą sportową – wskazywano na potrzebę budowy skateparku, siłowni plenerowej oraz boiska do koszykówki. Część tej przestrzeni mieszkańcy chcieliby kształtować samodzielnie poprzez projekty Budżetu Obywatelskiego. W okolicy brakuje również oferty wieczornej, dlatego postulowano uruchomienie pubu i szybkiej gastronomii, a także zadbanie o zieleń retencyjną. Stacja Orunia Górna ma pełnić rolę strategicznego centrum dzielnicowego. Nad tunelem przy ul. Świętokrzyskiej zaplanowano park linearny, w którym droga rowerowa i chodnik zostaną odgrodzone zielenią od ruchu samochodowego.

W najważniejszym punkcie architektonicznym tego rejonu mieszkańcy widzieliby Zespół Obsługi Mieszkańców Urzędu Miejskiego, wielopokoleniowy dom sąsiedzki, kino, sale sportowe oraz nową, większą siedzibę dla biblioteki Dobry Moment.

Dopełnieniem placu dworcowego ma być kompleksowe zaplecze handlowo-usługowe na wzór Pasażu Chełmskiego, zapewniające dostęp do podstawowych punktów, takich jak warzywniak, szewc czy bank.

Maćkowy z wiatą i ryneczkiem

Dla przystanku Maćkowy kluczowe okazało się poczucie bezpieczeństwa i codzienna funkcjonalność. Zgłoszono potrzebę oświetlenia i objęcia monitoringiem tamtejszego parku linearnego. Przy samej stacji powinna stanąć zadaszona wiata rowerowa, punkty paczkomatowe oraz kawiarnia.

Mieszkańcy zaakceptowali fakt, że główny, duży rynek tej części miasta powstanie w sąsiednich Kowalach, jednak zaznaczyli, że w Maćkowach również potrzebna jest jego mniejsza, bardziej kameralna wersja.

Do tematu będziemyw racać.

eprasa.pl 1eaf2615f9

REKLAMA

0011603059



eprasa.pl 1eaf2615f9

Dramat kaszubskich rodzin sprzed lat. Przypomną bolesną historię

Joanna Surażyńska

Wyrwani z własnych domów, skazani na tułaczkę. Kościerzyna przypomni dramat mieszkańców wysiedlonych przez Niemców.

W niedzielę, 29 listopada, Kościerzyna przypomni jedną z najtragiczniejszych kart swojej historii. W 87. rocznicę wysiedleń mieszkańców przez niemieckiego okupanta odbędą się uroczystości upamiętniające ofiary, a na starówce zaplanowano inscenizację historyczną.

Przymusowe wysiedlenia podczas II wojny światowej były dramatem tysięcy Polaków i Kaszubów. Niemiecki okupant odbierał ludziom domy, gospodarstwa i poczucie bezpieczeństwa. Całe rodziny musiały opuszczać miejsca, w których żyły od pokoleń. Nierzadko wyjeżdżały w pośpiechu, z niewielkim dobytkiem, nie wiedząc, dokąd trafią i czy kiedykolwiek powrócą w rodzinne strony. Choć od tamtych wydarzeń minęło już 87 lat, pamięć o losach wysiedlonych mieszkańców pozostaje ważną częścią historii Kościerzyny i całych Kaszub. Tegoroczne uroczystości będą okazją do oddania hołdu ofiarom niemieckich represji oraz przypomnienia kolejnym pokoleniom o tragicznych doświadczeniach ich przodków.

Obchody rozpoczną się o godz. 14 mszą świętą w kościele pw. Świętej Trójcy w Kościerzynie. Następnie, ok. godz. 15, na kościerskiej starówce odbędzie się inscenizacja historyczna nawiązująca do dramatycznych wydarzeń sprzed lat.

Po przedstawieniu potomkowie osób wysiedlonych oraz uczestnicy uroczystości złożą kwiaty, oddając hołd tym, których wojna pozbawiła rodzinnych domów.



FOT. JOANNA SURAŻYHNSKA

Na kościerskiej starówce odbędzie się inscenizacja nawiązująca do dramatycznych wydarzeń sprzed lat

NORDA
Dziennik Bałtycki
Pismiono Kaszëbsczi Zemi

W Muzeum Piśmiennictwa i Muzyki Kaszubsko-Pomorskiej w Wejherowie odbyła się promocja książki prof. Tadeusza Linknera „Aleksandra Majkowskiego kaszubskie obrazki". Wydarzenie zorganizowano z okazji 150. rocznicy urodzin wybitnego kaszubskiego pisarza, poety, dziennikarza i działacza społecznego. Rozmowę z autorem poprowadził dr Dariusz Majkowski. Podczas spotkania przybliżono tematykę publikacji oraz postać i twórczość A. Majkowskiego.



FOT. MUZEUM WEJHEROWO

Kaszubska ortografia dała im popalić! Wielkie emocje podczas jubileuszowego dyktanda

Joanna Surażyńska

W Brusach odbyło się XXV Dyktando Kaszubskie. Do rywalizacji przystąpiły aż 183 osoby, od najmłodszych uczniów po dorosłych znawców kaszubszczyzny. Na najlepszych czekały prestiżowe tytuły i nagrody.

Tegoroczna edycja odbyła się pod hasłem „Piszã pò kaszëbskù - Królewiónka w Pałacu". Uczestnicy spotkali się w Zespole Szkół w Brusach, aby sprawdzić znajomość zasad kaszubskiej pisowni. Jak informuje Zrzeszenie Kaszubsko-Pomorskie, w konkursie wzięły udział 183 osoby, a wyłonienie najlepszych było dla jury nie lada wyzwaniem.

Jubileusz miał szczególne znaczenie. To właśnie w Brusach narodził się pomysł organizowania Dyktanda Kaszubskiego, zainicjowany przez nauczycieli miejscowego Kaszubskiego Liceum Ogólnokształcącego. Po latach konkurs powrócił więc do swoich korzeni.

Rywalizacja odbywała się w sześciu kategoriach. Swoją wiedzę sprawdzali uczniowie szkół podstawowych i ponadpodstawowych, dorośli miłośnicy kaszubszczyzny oraz osoby zawodowo związane z tym językiem, w tym nauczyciele, redaktorzy i autorzy tekstów. Konkurs przebiegał w dwóch etapach. Tegoroczne teksty nawiązywały do twórczości Jana Karnowskiego, kaszubskiego poety, prozaika i działacza społecznego związanego z ziemią bruską. Uczestnicy musieli wykazać się nie tylko znajomością języka, ale przede wszystkim umiejętnością poprawnego zapisywania kaszubskich słów.

Zmaganiom towarzyszyły również wydarzenia kulturalne. W programie znalazły się występ Zespołu Pieśni i Tańca „Krëbane" oraz quiz wiedzy o Brusach. Zwieńczeniem dnia było uroczyste ogłoszenie wyników i wręczenie nagród.



FOT. ZRZESZENIE KASZUBSKO-POMORSKIE

W konkursie wzięły udział 183 osoby, a wyłonienie najlepszych było dla jury nie lada wyzwaniem



FOT. ZRZESZENIE KASZUBSKO-POMORSKIE

Dyktando było sprawdzianem ortograficznym, ale też okazją do spotkania różnych pokoleń mieszkańców Kaszub

Tegoroczna edycja przyniosła również nowość. Po raz pierwszy przygotowano honorową kategorię „Ambasador Języka Kaszubskiego", skierowaną do osób wspierających promocję kaszubszczyzny w życiu społecznym, kulturalnym i publicznym. Ambasadorowie także zmierzyli się z tekstem dyktanda, jednak ich prace nie podlegały klasyfikacji konkursowej. Jubileuszowe dyktando było nie tylko sprawdzianem ortograficznym, ale również okazją do spotkania różnych pokoleń mieszkańców Kaszub. Wydarzenie przypomina, jak ważne jest pielęgnowanie regionalnego języka i przekazywanie jego znajomości kolejnym pokoleniom.

WYNIKI

Môłi Méstérk Kaszëbsczégò Pisënkù (klasy II–III szkoły podstawowej)
- I miejsce – Daria Jeleń (SP Tuchom)
- II miejsce – Paweł Piekarski (ZS Brzeźno Szlacheckie)
- III miejsce – Maja Witanowska (SP Bojano)

Wyróżnienia:
- Szymon Konkel (SP Kaliska)
- Marcelina Młyńska (SP Gowidlino)

Strzédny Méstérk Kaszëbsczégò Pisënkù
- I miejsce – Jadwiga Bobkowska (SP Kalisz)
- II miejsce – Ksenia Zaborowska (ZK Łubiana)
- III miejsce – Michalina Kropidłowska (ZK Łubiana)

Wyróżnienia:
- Krzysztof Myszkowski (SP Tuchom)
- Marta Zabrocka (SP Wielki Podleś)

Méstérk Kaszëbsczégò Pisënkù
- I miejsce – Antoni Wenta (SP Łyśniewo Sierakowickie)
- II miejsce – Hanna Kossak-Główczewska (ZS Brzeźno Szlacheckie)
- III miejsce – Natalia Świątek Brzezińska (ZS Brzeźno Szlacheckie)

Wyróżnienia:
- Natalia Cieszyńska (SP Kaliska)
- Karina Kwidzyńska (SP Wielki Podleś)

Méster Kaszëbsczégò Pisënkù
- I miejsce – Mikołaj Drewczyński (ZS Skorzewo)
- II miejsce – Michał Sychulec (I LO Kościerzyna)
- III miejsce – Zofia Drewczyńska (I LO Kościerzyna)

Wyróżnienia:
- Kinga Pobłocka (ZS Sierakowice)
- Łucja Siedlecka (ZSE Bytów)

Wiôldżi Méster Kaszëbsczégò Pisënkù
- I miejsce – Paweł Stoltmann (Bytów)
- II miejsce – Aniela Makurat (Kościerzyna)
- III miejsce – Nikodem Ciepliński (Żukowo)

Wyróżnienia:
- Magdalena Polaszek (Bojano)
- Witosława Dziemińska (Kościerzyna)

Warkòwi Méster Kaszëbsczégò Pisënkù
- I miejsce – Aleksandra Dzięcielska-Jasnoch
- II miejsce – Iwo Miśkowiak
- III miejsce – Barbara Warmowska

Wyróżnienia:
- Wojciech Myszk
- Magdalena Bobkowska

eprasa.pl 1eaf2615f9

BEZPŁATNY DODATEK DO DZIENNIKÓW REGIONALNYCH POLSKA PRESS GRUPY ISSN 1231-6830 | nr 48

SPECTRE
PIĄTEK, TVN 20:00

MARATOŃCZYK
SOBOTA, TVP 1 23:30

WIELKI GATSBY
NIEDZIELA, PARAMOUNT 16:50

CARTE BLANCHE
WTOREK, KINO POLSKA 20:00

TELEMAGAZYN



TEATR TV
WOJNA PELOPONESKA
PONIEDZIAŁEK, TVP 1 20:55

\+

WŁADCY UMYSŁÓW
NIEDZIELA, TV 6 11:50

TRUMPOWIE. POZŁACANA DYNASTIA
NIEDZIELA, FOKUS TV 22:00

SKOKI NARCIARSKIE MĘŻCZYZN
PUCHAR ŚWIATA W RUCE
SOBOTA, TVN 16:30

KOGO WYBIORĄ KARDYNAŁOWIE NA PRZYWÓDCĘ KOŚCIOŁA?
PONIEDZIAŁEK, POLSAT 20:35

Konklawe

+ VOD

GENIALNA M. Sprzątaczka z bardzo wysokim IQ pomaga policji, *SERIAL, SKYSHOWTIME*
MĘŻCZYZNA Z WORKIEM. Schwarzenegger jako Święty Mikołaj, *FILM, PRIME VIDEO*
DUMA I UPRZEDZENIE. Serialowa wersja powieści Jane Austen, *SERIAL, NETFLIX*

PROGRAMY OD 27 LISTOPADA DO 3 GRUDNIA 2026

w internecie i aplikacji TELEMAGAZYN.PL

eprasa.pl 1eaf2615f9

Skoki narciarskie: Puchar Świata mężczyzn w Ruce

Konkurs odbywa się na skoczni HS 142 w Ruce w Finlandii

SOBOTA TVN 16:30

W ośrodku sportów zimowych Ruka znajduje się najstarsza szkoła narciarska w Finlandii, utworzona w 1956 r. Odbywają się tu międzynarodowe imprezy narciarskie, takie jak Puchar Świata w skokach narciarskich oraz mistrzostwa świata w narciarskim freestyle'u.


SPORT

Koncert Jimek / Orkiestra / Goście – Historia polskiego hip-hopu. Rozdział III. Ostatni

Zakończnie projektu rozpoczętego w 2022 r.

SOBOTA POLSAT 22:00

12 września 2026 roku na warszawskim Lotnisku Bemowo Radzimir Dębski, znany jako JIMEK, zaprezentował finałową odsłonę projektu. Wystąpili m.in.: O.S.T.R., Molesta Ewenement, Eldo, Fokus i Rahim oraz Abradab.


ROZRYWKA

Teatr TV: Wojna peloponeska

Scenariusz spektaklu powstał na podstawie kroniki Tukidydesa

PONIEDZIAŁEK TVP1 20:55

Historia ukazuje brutalną i wyniszczającą wojnę peloponeską, która doprowadziła do upadku Aten. Spektakl skupia się na mechanizmach wojny, które niezmiennie prowadzą od porządku do chaosu, niszcząc nie tylko ludzkie życie, ale także moralność i etykę.


ROZRYWKA


ROZRYWKA

Violetta – taka jestem – Koncert Violetty Villas

Piosenki dla niej komponowali m.in. Władysław Szpilman i Wojciech Kilar

NIEDZIELA TVP KULTURA 18:10

Jej głos klasyfikowano jako sopran koloraturowy o szerokiej skali. Grała na fortepianie, puzonie i skrzypcach. Zaliczano ją do najbardziej rozpoznawalnych artystek estradowych. W prasie francuskiej i amerykańskiej nazywano ją „głosem ery atomowej" oraz „białym krukiem wokalistyki światowej". Biegle mówiła po polsku, francusku i rosyjsku, znała także niemiecki i waloński. Koncert Violetty Villas odbył się 2 grudnia 1999 r. w Teatrze Wielkim w Łodzi. Artystka śpiewała największe przeboje w nowych aranżacjach. Towarzyszyła jej orkiestra symfoniczna pod dyrekcją Marcina Niesiołowskiego, sekcja muzyczna Grzegorza Piotrowskiego i chór męski „Szansy na sukces".

Camp Century – zimna wojna pod lodem

Topniejące lodowce mogą odsłonić odpady około 2090 r., co doprowadzi do katastrofy

SOBOTA TVP DOKUMENT 21:45

W 1959 roku na Grenlandii armia amerykańska zbudowała tajne miasto pod lodem. Z powodu dryfu lodu obóz został opuszczony siedem lat później. Zostały tam jednak ogromne ilości toksycznych i radioaktywnych odpadów.


DOKUMENT

Trumpowie. Pozłacana dynastia

Dzieci, zięciowie i wnuki Donalda Trumpa zostali włączeni w sprawowanie władzy

NIEDZIELA FOKUS TV 22:00

Dokument analizuje, jak biznes, lojalność i polityka splatają się w jednym z najbardziej wpływowych i kontrowersyjnych amerykańskich rodów. Wraz z inauguracją Donalda Trumpa jako 47. prezydenta USA do struktur władzy wkroczyła cała jego rodzina.


DOKUMENT

Ewangelia dobrobytu. Historia kapitalizmu

Czy liberalna polityka opłaca się największym przedsiębiorcom?

PONIEDZIAŁEK PLANETE+ 22:00

Na początku rewolucji przemysłowej producenci ustanowili monopole. W 1913 roku wprowadzono podatek dla najbogatszych. Po wielkim kryzysie liberałowie opowiedzieli się za nowym ładem. Ale konserwatyści chcieli dawnego porządku.


DOKUMENT

Buntowniczka nie z wyboru

Film rozprawia się z mitami, związanymi z kontrowersyjnym życiem słynnej pisarki

WTOREK TVP DOKUMENT 19:05

Choć można spotkać opinię, że Maria Konopnicka była feministką, po bliższym przyjrzeniu się losom pisarki, opinia ta wydaje się mocno naciągana. Ryzykowne jest też uznanie jej za skandalistkę. Była przede wszystkim uwikłana w skomplikowaną sytuację życiową.


DOKUMENT

Wojny Rosji

Kiedy Rosja chwytała przed laty za broń, cały świat wstrzymywał oddech

ŚRODA TVP HISTORIA 21:55

Piotr I Wielki i Katarzyna Wielka podbili część północnej Europy, Krym i Kaukaz. Ich następcy obronili kraj przed Napoleonem i utrzymali pozycję Rosji wśród mocarstw. Dobra passa skończyła się na Mikołaju II, który doprowadził do upadku monarchii i imperium.


DOKUMENT

SERIALE ZAGRANICZNE

Splątane losy

TVP1 14:00

Komisarz Serkan prowadzi śledztwo w sprawie zabójstwa Remziego. Próbuje ustalić, kim jest tajemnicza dziewczynka ze zdjęcia, które Halil zgubił na miejscu zbrodni. Münevver opowiada Çetinowi o Tahsinie. Zazdrosna Ezgi pragnie pozbyć się Yasemin.

La Promesa - pałac tajemnic

TVP 2 15:05



Wszyscy mieszkańcy pałacu są w szoku po tym, jak Manuel poinformował rodzinę o swoim związku z Janą. Alonso próbuje wyperswadować synowi ślub ze służącą, ale ten w imię miłości jest gotów zrezygnować z przywilejów i tytułu. Narzeczonych wspierają Catalina, Martina i Curro.

Dziedzictwo

TVP1 16:00

Cennet w końcu zgadza się na tradycyjne oświadczyny Poyraza i Nany, a cała rodzina z entuzjazmem rozpoczyna przygotowania do tej ważnej uroczystości. Tymczasem Sinan zatrzymuje Turguta Evrensoya.

Panna młoda

TVP 2 17:20

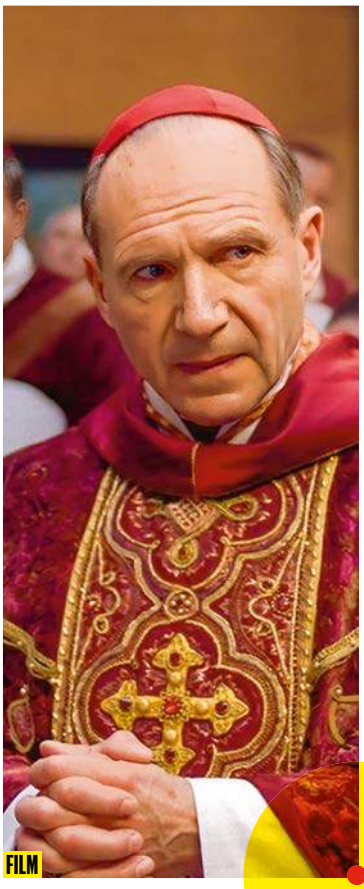


Wzruszony Cihan słucha bicia serca dziecka Hancer. Beyza pośpiesza prawniczkę. Do Mukadder i Sinem przychodzi kandydat na męża. Derya umiejętnie kieruje karierą Cemila. Sila sprowadza Metina do domu Engina...

Akacjowa 38

TVP1 18:40

Raul jest nadal nieznośny. Reprymenda Servando nie pomaga, a z mieszkania Samuela chłopak kradnie porcelanową figurkę. Ojciec Telmo przekonuje Lucię, że Samuel nią manipuluje.


FILM

Konklawe

Film dostał Oscara za najlepszy scenariusz adaptowany i był nominowany do tej nagrody w siedmiu innych kategoriach

PONIEDZIAŁEK POLSAT 20:35 ★★★★

Po śmierci papieża kardynałowie zjeżdżają do Watykanu na konklawe, by wybrać nowego przywódcę Kościoła. Obradom przewodniczy kardynał Lawrence. Czterej prawdopodobni kandydaci to: reformator Bellini, Adeyemi z Nigerii, konserwatysta społeczny, umiarkowany Tremblay z Kanady oraz Tedesco z Włoch, tradycjonalista. Współpracując z siostrą Agnes, główną kwatermistrzynią, Lawrence odkrywa prawdę o przeszłości Tremblay'a. Gdy zaostrza się walka dwóch wrogich frakcji, a na jaw zaczynają wychodzić inne tajemnice, kompromitujące kandydatów, staje przed dylematem. Zachować bezstronność i pozwolić wybrać osobę niegodną? Czy zaangażować się po jednej ze stron?

Film fabularny W. Bryt./USA 2024, reż. Edward Berger, występują: Ralph Fiennes, Stanley Tucci, Isabella Rossellini

Spectre

Wiadomość związana z przeszłością Bonda kieruje go do Meksyku, a potem do Rzymu

PIĄTEK TVN 20:00 ★★★

Bond trafia na spotkanie, podczas którego dowiaduje się o istnieniu organizacji SPECTRE.


FILM

W Londynie M toczy batalię o przyszłość MI6. Bond prosi przyjaciół o pomoc w odnalezieniu Madeleine, córki dawnego wroga, która może być kluczem do rozwikłania zagadki.

Do usług szanownej pani

To będzie szansa, by wróciła mu chęć życia

SOBOTA HBO 10:30 ★★★

Po śmierci żony Andrew pogrąża się w depresji. Zostawia swoją firmę w Londynie i jedzie do Francji, by zatrudnić się jako służący. Nikt tam nie zna jego prawdziwej tożsamości i to mu się podoba. Niestety, gdy pojawia się w wybranej posiadłości, nic nie wygląda tam tak, jak to sobie wyobrażał.


FILM


FILM

Maratończyk

Laurence Olivier jako hitlerowski zbrodniarz!

SOBOTA

TVP1 23:30 ★★★★

W wypadku ginie Klaus, brat zbrodniarza hitlerowskiego Christiana Szella, który musi sam przyjechać do USA, aby podjąć zdeponowane w banku diamenty. Ludzie Szella porywają maratończyka Babe'a, gdyż jego brat tropił hitlerowca. Torturują sportowca, by dowiedzieć się, co powiedział mu przed śmiercią zamordowany przez nich brat.

Władcy umysłów

Czy kontrolujemy nasze przeznaczenie?

NIEDZIELA TV 6 11:50 ★★★★

David startuje w wyborach do Senatu. W wieczór wyborczy poznaje tancerkę Elise. Kilka dni później znowu spotyka ją, w autobusie. Zauroczona dziewczyna daje mu numer telefonu. Wydaje się, że jest to piękny początek romansu. Jednak tajemniczy mężczyzna radzi politykowi, żeby nie spotykał się z Elise.


FILM

Hotel Mumbaj

Szef hotelowej kuchni gotów jest zaryzykować życie, by spróbować uratować swoich gości

PONIEDZIAŁEK TVP 2 22:55 ★★★★

Bombaj, 26 listopada 2008 roku. Islamscy terroryści napadają na hotel Taj Mahal Palace. Ponad tysiąc gości oraz pracowników placówki zostaje uwięzionych w wielopiętrowym labiryncie, w którym za każdym rogiem czai się śmierć. Rozpoczyna się walka o przetrwanie.


FILM

Książę i aktoreczka

Marilyn Monroe i Laurence Olivier

CZWARTEK

TVP KULTURA 20:05 ★★★★

Londyn, rok 1911. W czasie przygotowań do koronacji Jerzego V do stolicy przybywa rodzina królewska z Karpatii. Książę regent Charles jest zafascynowany amerykańską aktorką rewiową Elsie. Ale kobieta marzy o czymś więcej, niż o krótkiej przygodzie. Książę musi zdecydować, czy w jego życiu znajdzie się miejsce na poważny związek.


FILM

plus VOD

GENIALNA M.

SKYSHOWTIME, Serial



Marta (Agnieszka Dygant) pracuje jako sprzątaczka na komisariacie w Bielsku-Białej. Pewnego wieczoru, porządkując pomieszczenia, zwraca uwagę na tablicę z materiałami dotyczącymi śledztwa, które od dłuższego czasu nie posuwa się naprzód. Kierowana ciekawością analizuje zgromadzone dowody i dostrzega szczegół, który umknął śledczym. Dzięki jej spostrzeżeniu policja wpada na nowy trop prowadzący do sprawcy. Wkrótce wychodzi na jaw, że Marta posiada wyjątkowy talent analityczny i iloraz inteligencji wynoszący aż 160. Jej potencjał okazuje się bezcenny przy rozwiązywaniu zagadek kryminalnych. Premiera 8-odcinkowego serialu 2 grudnia na SkyShowtime.

MĘŻCZYZNA Z WORKIEM

PRIME VIDEO, Film

Arnold Schwarzenegger wciela się w nietypową wersję Świętego Mikołaja. Fabuła rozpoczyna się tuż przed Bożym Narodzeniem, gdy w tajemniczych okolicznościach znika magiczny worek z prezentami. Aby go odzyskać, Mikołaj zwraca się o pomoc do Vance'a (Alan Ritchson), zawodowego włamywacza znajdującego się na liście niegrzecznych. Mężczyzna kompletuje ekipę specjalistów, która ma przeprowadzić ryzykowną misję. Premiera filmu na Prime Video 2 grudnia.

DUMA I UPRZEDZENIE

NETFLIX, Serial

Serialowa ekranizacja powieści Jane Austen. Życie pięciu sióstr Bennet zmienia się, gdy do okolicy przybywają bogaci i atrakcyjni kawalerowie. W świecie, w którym o przyszłości młodych kobiet często decyduje korzystne zamążpójście, bohaterki muszą odnaleźć się między uczuciami, rodzinnymi problemami i wymaganiami społeczeństwa. Podczas, gdy Jane zbliża się do pana Bingleya, Elizabeth nie potrafi znaleźć wspólnego języka z wyniosłym panem Darcym. 6-odcinkowy serial na platformie Netflix zadebiutuje 3 grudnia.



eprasa.pl 1eaf2615f9

TVP 1



Pociąg widmo

7.00 Msza św. na Jasnej Górze **7.30** Agape blisko Ciebie (145) **8.00** Serwis Info **8.25** Okrasa łamie przepisy (435): Grzyby z kapustą **9.05** Ranczo (68): Narracja negacji **10.00** Komisarz Alex (21): Zapach zbrodni **11.00** Ojciec Mateusz (333): Awans **12.00** Serwis Info **12.10** Agrobiznes **12.40** Magazyn rolniczy **12.55** Zwierzęta (10): Płazy **14.00** Splątane losy (97) (s.2)

15.00 Serwis Info – magazyn
15.10 Reporterzy – magazyn
15.35 Gra słów. Krzyżówka
16.00 Dziedzictwo (1080) (s.2)
17.00 Teleexpress
17.25 Jaka to melodia?
18.05 Klan (4785)
18.40 Akacjowa 38 (1008) (s.2)
19.30 19.30
19.55 Pytanie dnia
20.30 Pociąg widmo (4)
Obmyślona przez Huda próba zatrzymania pociągu grozi katastrofą. Abby odkrywa, że zagrożenie może być większe, niż ktokolwiek sobie wyobrażał. Nakłania Joego, by dalej z nią współpracował.
21.25 Powrót na „Ranczo” (5)
22.00 Różyczka 2 – film histor.
★★★ Polska 2023 (s.5)
Reż. Jan Kidawa-Błoński, wyk. Magdalena Boczarska, Mateusz Banasiuk, Robert Więckiewicz
23.55 Za dziesięć minut północ
★★★ – film krymin. USA 1983
Reż. J. Lee Thompson, wyk. Charles Bronson, Lisa Eilbacher, Andrew Stevens
1.45 Skazany na bluesa – film
★★★★ biograf. Polska 2005

TVP 2



Barwy szczęścia

5.30 M jak miłość (1890) **6.20** Anna Dymna – spotkajmy się (457) **6.55** Barwy szczęścia (3449) **7.30** Pytanie na śniadanie – program inform.-publicyst. **11.45** Operacja zdrowie (94) **12.30** Koło fortuny – teleturniej **13.15** Panna młoda (259) – serial obycz. Turcja 2024 **14.05** Va banque – teleturniej **14.35** Na sygnale (961): Widmo teściowej – serial obycz. Polska 2026

15.05 La Promesa – pałac tajemnic (529) (s.2)
– telenowela Hiszp. 2024
16.00 Koło fortuny – teleturniej
16.35 Familiada – teleturniej
17.20 Panna młoda (260) (s.2)
– serial obycz. Turcja 2024
18.15 Va banque – teleturniej
18.50 Jeden z dziesięciu
– teleturniej, prowadzenie Tadeusz Sznuk
19.25 Barwy szczęścia (3449)
– serial Polska 2026
19.55 Domowe patenty (21)
20.05 Barwy szczęścia (3450)
Ignacy budzi się bez pamięci w lokalu Madzi. Jednak pomaga jej odnaleźć skradzioną kreację na pokaz, spędzając z nią cały dzień. Renata odmawia Marcinowi kibicowania na meczu. Malwina spędza z rodziną piknik za miastem.
20.40 Kocham Cię, Polsko!
22.15 Gabi Drzewiecka zaprasza
23.15 COMA RE – START wywiad
0.00 To jest grane (113) – prog. muz. Marka Sierockiego
0.35 Syn (3, 4) – serial USA
2.15 Książę z innej bajki
★★★ – komedia romantyczna USA/Kanada 2023

Polsat



Pierwsza miłość

5.25 Telezakupy TV Okazje **6.00** Nowy dzień – magazyn inform. **8.00** Halo tu Polsat – program informacyjno-publicystyczny **11.40** Na ratunek 112 (942): Pisarka – serial fabularno-dokumentalny Polska 2024 **12.20** Gliniarze Śląsk (62) – serial kryminalny Polska 2026 **13.20** Gliniarze (1068, 1069): Pomocna dłoń / Krew za krew – serial fabularno-dokumentalny Polska 2024

15.30 Wydarzenia
15.50 Pogoda
15.55 Gliniarze (1278)
16.55 Gliniarze Śląsk (63)
– serial krym. Polska 2026
18.00 Pierwsza miłość (4296)
Kinga i Janek za wszelką cenę chcą uratować Maćka przed poprawczakiem. Eliza zostaje napadnięta, a Świder, który przybył z pomocą – obezwładniony. Oskar jest świadkiem próby samobójczej na moście.
18.50 Wydarzenia
19.17 Gość „Wydarzeń”
19.55 LEGO Masters. W drodze (3) – program rozrywkowy
21.00 Hobbit: Bitwa Pięciu
★★★★ **Armii** – film przygodowy USA/N. Zelandia 2014 (s.5)
Reż. Peter Jackson, wyk. Martin Freeman, Ian McKellen, Richard Armitage
0.40 Uprowadzona III
★★★ – film sensacyjny USA/Hiszpania/Francja 2014
Reż. Olivier Megaton, wyk. Liam Neeson, Maggie Grace, Forest Whitaker
2.55 Nasz nowy dom (342)
4.00 Kabaretowa Ekstraklasa
4.40 Disco gramy!

TVN



Wdowy

5.25 Jak to jest zrobione? (13) **5.40** Uwaga! (8139) **5.55** Ukryta prawda (1546) **6.50** Kuchenne rewolucje: Zielona Góra – Kuchnia na Górce **7.45** Dzień Dobry TVN – program inf.-publ. **11.25** Kuchenne rewolucje: Restauracja-pizzeria „Irlandia”, Czechowice-Dziedzice / Zajazd „Dwa Koguty”, Przędzel **13.40** Ukryta prawda (1722, 1723) – serial fab.-dok. Polska 2025

15.45 Młode gliny (89)
– serial krym. Polska 2026
16.50 Szpital św. Anny (97)
– serial obycz. Polska 2026
17.55 Detektywi (162)
19.00 Fakty
19.35 Kroniki Pucharu Świata w skokach narciarskich
19.50 Uwaga! – magazyn
20.00 Spectre – film sensacyjny
★★★ W. Bryt./USA 2015 (s.3)
Reż. Sam Mendes, wyk. Daniel Craig, Christoph Waltz, Léa Seydoux
23.15 Wdowy – thriller
★★★★ W. Bryt./USA 2018
Reż. Steve McQueen, wyk. Viola Davis, Michelle Rodriguez, Elizabeth Debicki
Historia kobiet, które zostały obciążone długami zostawionymi przez ich mężów. Mężczyźni usiłowali ukraść pieniądze i zginęli podczas ucieczki. Veronica, Linda, Alice i Belle biorą los we swoje ręce.
1.45 Kuba Wojewódzki
3.00 Uwaga! – magazyn
3.20 Młode gliny (64)
4.25 Jak to jest zrobione? (14)
– serial dok. Kanada 2018
4.55 Zamieszkać na plaży (7)

TVN 7



Nigdy w życiu!

6.45 Szkoła (610, 611) **8.40** Ukryta prawda (1439, 1644, 1645) **11.45** W-11 Wydział Śledczy (839-841) **13.50** Detektywi (380) **14.55** Szpital św. Anny (183) **15.55** Ukryta prawda (1234) **17.00** Sędzia Anna Maria Wesołowska (631, 3) **19.00** Ukryta prawda (1482) **20.00** ★★★ Nigdy w życiu! – komedia rom. Polska 2004, reż. Ryszard Zatorski, wyk. Danuta Stenka **22.15** ★★★ Na bank się uda – komedia krym. Polska 2019, reż. Szymon Jakubowski, wyk. Marian Dziędziel **0.25** ★★★★ Blade: Wieczny łowca – horror USA 1998, reż. Stephen Norrington, wyk. Wesley Snipes **2.50** Prawdziwy horror **4.00** Fachowcy (18) **4.35** Dorota was urządzi (7)

TV Puls

8.00 Kobra – oddział specjalny (6, 7) **10.00** Zaklinaczka duchów (82) **11.00** Kotka (82) **12.00** Mój grzech (19) **13.00** Wspaniałe stulecie (55) **14.00** Rodzinny interes (48) **15.00** Lombard. Życie pod zastaw (672, 673) **17.00** Rodzinny interes (49) **18.00** Lombard. Życie pod zastaw (1042, 1043) **20.00** ★★ Czarny pies – film sens. USA/W. Bryt./Fr./Niem./Jap. 1998 **21.55** ★★★ Rambo III – film sensac. USA 1988 **0.00** ★★★★ Piekielna pułapka – thriller USA 2023 **1.30** Lombard. Życie pod zastaw (1068)

Puls 2

7.30 Seriale anim. dla dzieci **13.00** Nowe przygody Kubusia Puchatka (4) **13.35** Smerfy (14) **14.00** Baranek Shaun (5-7) **14.35** Marta mówi! (19) **15.00** Miraculous (19, 20) **16.00** Koci domek Gabi (15, 16) **17.00** Fineasz i Ferb (19, 20) **18.00** Pingwiny z Madagaskaru (27, 28) **19.00** Kacze opowieści (39, 40) **20.00** Lombard. Życie pod zastaw (1062) **21.00** ★★★ Wasabi: Hubert zawodowiec – kom. sens. Jap./Fr. 2001 **23.00** ★★ Taxi 5 – film sens. Fr. 2018 **1.05** ★★ Piekielna noc – thriller USA 2007

TVP Polonia

7.00 Makłowicz w podróży (131) **7.30** Pytanie na śniadanie **11.35** Skarbiec sztuki Lubelszczyzny (13) **12.00** Serwis Info **12.10** M jak miłość (1948, 1949) **13.50** Polonia 24. Tygodnik **15.00** Serwis Info **15.10** Korona Gór Polski (3) **15.40** Pięknie przyprawiONA (1) **16.00** Profesor Michałowski. Droga do Faras **17.00** Teleexpress **17.20** Gra słów. Krzyżówka **17.50** Teleexpress Extra **18.15** Wybieram Polskę (11) **18.45** Panorama **19.20** Niezwykłe miejsca (134) **19.30** 19.30 **19.55** Pytanie dnia **20.25** Na dobre i na złe (996) **21.20** Na sygnale (684, 685) **22.15** Szansa na sukces. Opole 2027 (11) **23.15** Panorama **23.45** Zmiennicy (13) **1.00** Rodzinka.pl (312) **1.30** 19.30 **1.55** Pytanie dnia

TV Trwam

11.35 Natura et Homo **12.20** Głos serca (139) **13.05** Ostatni rzeźbiarz w szkle **13.30** Msza święta z Jasnej Góry **14.20** Muzyczne chwile **14.30** Drzwi do lasu **15.00** Modlitwa w Godzinie Miłosierdzia **15.20** Mocni w wierze **15.50** Ma się rozumieć **16.10** Natura obiektywnie **16.40** Post Scriptum **17.05** Od rycerza do żołnierza **17.30** Łączy nas historia **18.15** Westerplatte młodych **19.00** Warto zauważyć... w mijającym tygodniu **19.30** Historie Starego Testamentu **19.45** Modlitwa z tel. udziałem dzieci **20.00** Informacje **20.20** Różaniec **20.50** Myśląc Ojczyzna **21.00** Apel Jasnogórski **21.40** Polski punkt widzenia **22.00** Miasteczko na rozdrożu (2) **22.50** Poznań bez serca **23.30** Regał

TVP Kultura

8.25 Tamte lata, tamte dni (85) **9.00** Rodzina Kanderów (12) **10.15** ★★★ Jutrzenka – melodr. Fr./Wł. 1956 **12.10** Isaac Asimov. List do przyszłości **13.15** Pejzaż bez Ciebie **14.35** ★★★★ Chce się żyć – dramat Polska 2013 **16.35** Daleko od szosy (1) **18.05** Tygodnik kulturalny **18.50** Pamiętniki Sherlocka Holmesa (6) **20.05** ★★★★ Łowca androidów – film sens. USA/W. Bryt. 1982, reż. Ridley Scott, wyk. Harrison Ford, Rutger Hauer **22.15** Pitbull (12) **23.20** ★★★★ Tramwaj zwany pożądaniem – dramat USA 1951, reż. Elia Kazan, wyk. Vivien Leigh, Marlon Brando **1.30** Bestie wokół nas – film anim. **1.40** Zasoby ludzkie – film anim. **1.43** Schody – film anim. **1.55** YYAA. Wojciech Bruszewski

Super Polsat

6.05 Wydarzenia 21:50 **6.45** SuperLudzie Extra (35) **6.55** Cobra Kai (27, 28) **8.10** SuperLudzie Extra (36) **8.25** Świat według Kiepskich (476-478) **10.00** Wydarzenia **10.30** SuperLudzie (8) **11.00** Pokochaj lub sprzedaj (3) **11.55** Świat według Kiepskich (430-432) **13.30** Farma (103) **14.30** Hell's Kitchen – piekielna kuchnia (53) **16.05** Ninja Warrior Polska (23) **17.55** Świat według Kiepskich (489) **18.25** SuperMarket Chef (5) **19.00** Rolniczki (20, 21) **21.00** ★★★★ Wojna o planetę małp – film sens. USA/Kan./N. Zel. 2017, reż. Matt Reeves, wyk. Woody Harrelson **23.55** ★★★ Bez urazy – kom. USA 2023, reż. Gene Stupnitsky, wyk. Jennifer Lawrence **2.05** 48 h. Zaginieni (37, 38)

TV 6

6.00 Więzienie (148, 149) **6.55** Policjantki i policjanci (907, 908) **8.55** 48 h. Zaginieni (87-91): Nieważny człowiek / Fitinfluencerzy / Zaginiony aniołek / Niebezpieczna gra / Książę – serial krymin. Polska 2022 **13.55** Policjantki i policjanci (1299) **14.55** Uroczysko (244, 245) **16.00** Strażnik Teksasu (16-17, 11-12): Strefa wojny, część 1. i część 2. / Przebudzenie / Kwestia zasad – serial sensacyjny USA 1995/1999 **20.00** CSI: Kryminalne zagadki Miami (89, 90): Zbożeniec / Kolizja – serial krymin. USA 2006 **22.00** Kości (231, 232): Głowa w podporze/ Umrzyk w klifie – serial kryminalny USA 2016 **23.55** ★★★ Zamiana ciał – kom. USA 2011, reż. David Dobkin, wyk. Ryan Reynolds, Jason Bateman **2.15** Cobra Kai (48)

TV 4

6.00 Strażnik Teksasu (9, 10) **7.55** Bogaty dom – biedny dom (135) **8.55** Policjantki i policjanci (771-773) **11.55** Na ratunek 112 (960, 961) **12.55** Trudne sprawy(895-897) **16.00** Łowcy skarbów. Kto da więcej (443) **18.00** Policjantki i policjanci (1499, 1500) **20.05** A na obiad... (12) **20.20** Gwiazdy kabaretu (194, 193) **22.30** ★★★ Lot 93 z Newark – film sensacyjny Kanada/USA 2006, reż. Peter Markle, wyk. Brennan Elliott, Kendall Cross (s.5) **0.20** Opowiem ci o zbrodni (4-7): Joanna Opiat-Bojarska – Linia obrony / Igor Brejdygant – Może / Wojciech Chmielarz – Łowca / Marta Guzowska – Game over **2.20** Love Island. Wyspa miłości (9) **3.25** Lubię Disco! (308)

Odważna

Jodie Foster jako samotna mścicielka, polująca nocami na przestępców

TVN FABUŁA 20:00 ★★★

Podczas napadu ginie ukochany Eriki, a ona zostaje ranna. Po dojściu do zdrowia kupuje broń i nocami krąży po ulicach Nowego Jorku w poszukiwaniu zemsty. Kiedy na jej trop wpada detektyw, zaczyna zastanawiać się, czy eliminując zło, sama nie stanęła po jego stronie.



Hobbit: Bitwa Pięciu Armii

Krasnoludy odzyskały bogactwa swoich przodków, ale kłopoty dopiero się zaczynają

POLSAT 21:00 ★★★★

Bilbo Bagginsowi i kompanii krasnoludów, dowodzonych przez Thorina, udaje się odzyskać skarb Ereboru i pokonać smoka Smauga. Ale Sauron wysyła orków do ataku. Chcąc przeżyć, armie krasnoludów, elfów i ludzi muszą zjednoczyć się i wspólnie stanąć do walki.



Różyczka 2

Najpierw zamach i śmierć męża, potem walka z szantażystą

TVP 1 22:00 ★★★

Poukładane życie Joanny burzy zamach, w którym ginie jej mąż. Gdy los daje jej potem nową szansę, dosięga ją kolejny cios. Ktoś wysyła dokumenty kompromitujące jej rodzinę i żąda pieniędzy za milczenie. Joanna decyduje się na własną rękę zmierzyć się z szantażystą i z prawdą o przeszłości. Gotowa jest zaryzykować wszystko, by odzyskać kontrolę nad życiem.



Lot 93 z Newark

Historia heroicznej walki pasażerów samolotu United Airlines 93 z terrorystami

TV 4 22:30 ★★★

11 września 2001 r. 44 pasażerów weszło na pokład samolotu UA 93. Tego dnia 19 porywaczy wykupiło bilety na 4 różne loty w USA. Każda z maszyn miała uderzyć w inny cel. Pasażerowie UA 93, którzy dowiedzieli się, co spotkało inne samoloty, zaatakowali terrorystów.



Człowiek mafii

Do terminu zapłaty za operację umierającej córki Vaughna pozostały już tylko godziny

STOPKLATKA 22:40 ★★★

Frank prowadzi kasyno. Vaughn prosi go o pożyczenie pieniędzy na operację chorej córki, ale Frank odmawia. Zdesperowany mężczyzna chce obrabować kasyno szefa. Werbuje kolegę, Coxa. Kradną 3 miliony dolarów, ale Pope wysyła w pościg swego najlepszego człowieka.





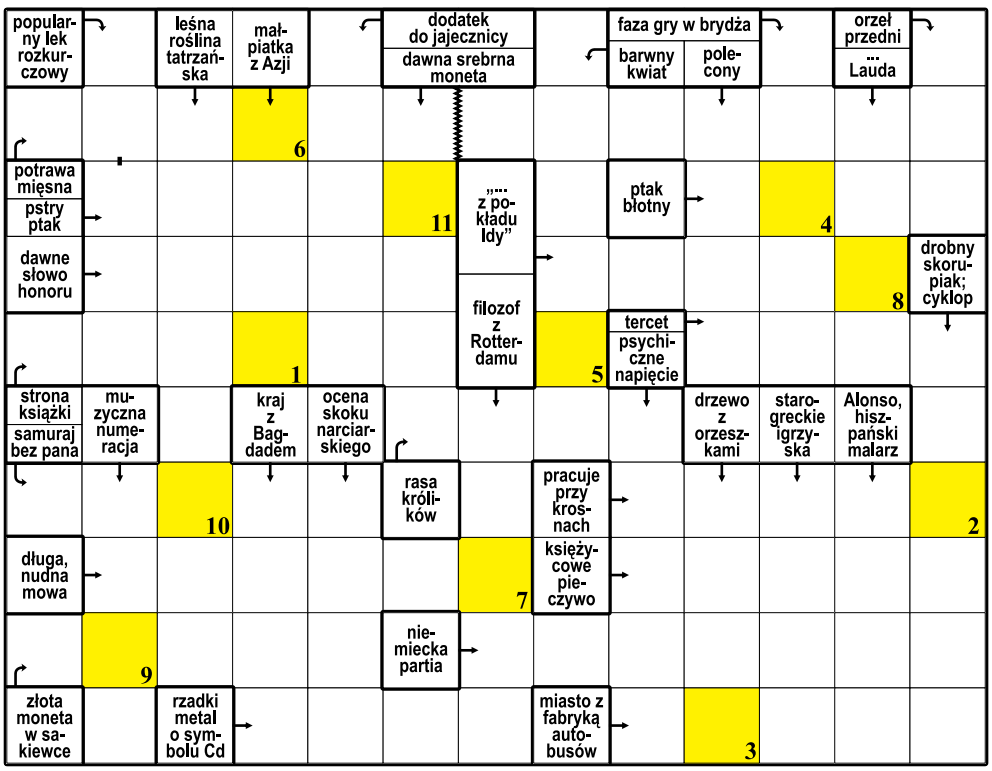
Depresja mon amour

Portret dramaturga i scenarzysty

TVP DOKUMENT 19:10

„Rejs" według scenariusza Janusza Głowackiego i Marka Piwowskiego należy do najważniejszych polskich filmów. Do kanonu weszły też zrealizowane na podstawie jego scenariuszy „Polowanie na muchy" i „Trzeba zabić tę miłość". „Antygona w Nowym Jorku" uznana została przez tygodnik „Time" za jeden z 10 najlepszych tekstów dramatycznych w 1993 roku.

KRZYŻÓWKA PANORAMICZNA



1	2	3	4	5	6	7

8	9	10	11

Litery z pól ponumerowanych od 1 do 11 utworzą rozwiązanie

SUDOKU

6				4			2	3
	3	9		1			7	
		2			3		9	4
8					4			
			7	5	9			
			3					7
9	8		5			2		
	4			8		6	3	
2	1			9				8

SUDOKU

	4			2	7		5	9
			9			1		
9			3	1				
	9	1				3		5
6								2
3		7				8	9	
				3	9			7
		8			6			
4	2		7	8			6	

eprasa.pl 1eaf2615f9

Ale Kino+

7.00 Czarna woda **7.30** ★★★ W kogo ja się wrodziłem? – film obyczaj. Polska 2001 **8.50** ★★★ Nadzieja – dramat Niemcy/Polska 2006 **10.55** The Office PL (3, 4) **12.05** Niezwykłe miejsce na śmierć (3) **14.10** Bestia (3, 4) **16.15** ★★★ Ocalona – film sens. USA/W. Bryt. 2015 **18.15** Niezwykłe miejsce na śmierć (4) **20.15** ★★ Largo Winch 3: Cena pieniądza – film sens. Fr./Belg. 2024 **22.15** ★★★ Ukojenie – thriller USA 2015 **0.20** ★★★ Dom Glassów – thriller USA 2001 **2.40** Król (3)

Kino Polska

7.40 Polska Kronika Filmowa **7.50** Polska z góry. Nad wodą **8.50** Moja **9.20** ★★★ Ada! To nie wypada! – kom. Polska 1936 **11.00** ★★★★ Potop Redivivus – film hist. Polska 2014 **15.05** Diabeł **15.40** ★★★ Co lubią tygrysy – kom. obycz. Polska 1989 **17.20** Pogranicze w ogniu (17, 18) **20.05** ★★★ Młode wilki – film sens. Polska 1995z **22.05** ★★ Młode wilki 1/2 – kom. Polska 1998, reż. Jarosław Żamojda, wyk. Anna Mucha, Krzysztof Antkowiak **0.05** ★★★ Trick – film sens. Polska 2010

Polsat Film

7.25 Poirot (9) **8.30** Przyjaciółki (141, 142) **10.30** Świat według Kiepskich (1-2, 199-200, 84-85, 38) **14.40** ★★ Dlaczego nie! – kom. rom. Polska 2007 **16.45** ★★ S.W.A.T.: Miasto w ogniu – film sens. USA 2011 **18.35** ★★★ Kowboje i obcy – western USA/Indie 2011 **21.00** ★★★ Kingsman: Złoty krąg – film sens. W. Bryt./USA 2017, reż. Matthew Vaughn, wyk. Taron Egerton **23.55** ★★★ Bad Boys – kom. sens. USA 1995, reż. Michael Bay, wyk. Will Smith **2.25** Fala zbrodni (54)

Stopklatka

DVB T

6.55 Wojciech Cejrowski – boso przez świat **8.00** Robert Makłowicz **9.50** Komisarz Rex (5, 6) **11.55** Vera (1) **13.55** Katastrofy w przestworzach **18.05** Wojny magazynowe: Kanada **19.10** Aukcja w ciemno **20.00** ★★★★ Seksmisja – kom. Polska 1984, reż. Juliusz Machulski, wyk. Olgierd Łukaszewicz, Jerzy Stuhr **22.40** ★★★ Człowiek mafii – film sens. USA 2015 **(s.5)** **0.35** ★★★★ Boże Ciało – dramat obycz. Pol./Fr. 2019 **3.00** ★★★ W pustyni i w puszczy – film przyg. Pol. 2001

Canal+ Premium

10.55 Arco – film anim. Fr./USA/W. Bryt. 2025 **12.25** Premierowa jazda **12.40** ★★★ Długi weekend – film obyczaj. Polska 2004 **13.55** Naturalna dzikość serca **15.20** Bałtyk **16.25** ★★★ Kiedy nadchodzi jesień – dramat Fr. 2024 **18.10** ★★★ Trzej muszkieterowie – film przygod. USA/Niemcy/Fr./W. Bryt. 2011 **20.00** Yellowjackets (1) **21.00** The Office PL (7, 8) **21.55** ★★★★ Desperat – thriller USA 2025 **23.45** ★★★★ Wierny ogrodnik – thriller W. Bryt./Niemcy/Kenia/Francja/USA/Szwajc. 2005

HBO

8.20 ★★★★ Dotyk – dramat Isl./W. Bryt. 2024 **10.20** ★★★ A potem się zobaczy – kom. Wł. 2025 **11.55** Na planie **12.25** ★★★ Sypiając z innymi – kom. rom. USA 2015 **14.05** All American (13) **14.50** ★★★ Wolfgang – dramat Hiszp. 2025 **16.40** Hacks (7, 8) **17.55** ★★★★ Kaskader – film sens. USA/Kan./Australia 2024 **20.00** Normal – film sens. Kan./USA 2025 **21.30** ★★★★ Gran Torino – dramat obyczaj. USA 2008 **23.25** ★★★★ Mroczny Rycerz powstaje – film sens. W. Bryt./USA 2012

Paramount

5.00 Śmieszniej nie będzie **6.00** Czarodziejki (12-15) **9.25** Policyjna grupa pościgowa **10.35** ★★★ Gliniarz z Beverly Hills III – kom. sens. USA 1994 **13.00** Czarodziejki (16, 17) **14.50** ★★★ W ciemność. Star Trek – film sf USA 2013 **17.25** ★★★★ Star Trek: W nieznane – film sf USA/Chiny/Emir. Arab./Kan. 2016 **20.00** ★★★★★ Szeregowiec Ryan – film woj. USA 1998 **23.30** ★★★★ The Northman – film przygod. USA-/W. Bryt./Chiny 2022 **2.20** ★★★★ Gorączka – film sens. USA 1995

Polsat 2

6.30 Pielęgniarki **7.30** Na ratunek 112 **8.30** Sekrety rodziny **11.30** Trudne sprawy **12.35** Więzienie **14.30** Świat według Kiepskich (56-60) **17.00** Komisarz mama (2) **18.00** Dlaczego ja? **20.00** Gliniarze – serial fabularno-dokumentalny Polska 2024 **22.00** ★★★ Zmowa milczenia – dramat Fr. 2003, reż. Graham Guit, wyk. Gérard Depardieu **23.50** ★★★★ Kung Fu szał – kom. sens. Hongk./Chiny/USA 2004, reż. Stephen Chow, wyk. Stephen Chow, Wah Yuen **2.05** Wydarzenia

TVP Seriale

6.25 Na sygnale (586, 587) **7.35** Ojciec Mateusz (136) **8.30** Komisarz Alex (167) **9.25** Rodzinka.pl (205) **9.55** Klan (1551, 1552) **10.45** Ranczo (73) **11.35** Rodzinka.pl (327, 328) **12.40** Na sygnale (961) **13.15** Rodzinka.pl (296) **13.50** Ojciec Mateusz (41, 42) **15.45** Komisarz Alex (168) **16.30** Na sygnale (588, 589) **17.40** Ranczo (75, 76) **19.25** Minuta dla Twego bezpieczeństwa **19.35** Ojciec Mateusz (43, 137) **21.30** Ranczo (77, 78) **23.20** Ojciec Mateusz (44) **0.15** Gra z Cieniem (25)

AXN

6.05 CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas (23, 24) **7.30** Agenci NCIS (22, 23) **9.20** Castle (8, 9) **11.15** Detektyw Monk (1, 2) **13.10** Agenci NCIS (24, 1) **15.10** Zabójcza broń (4, 5) **17.05** CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas (20, 21) **19.05** Castle (10, 11) **21.05** ★★★ Iluzja 2 – thriller USA/Hongk. 2016, reż. Jon M. Chu, wyk. Jesse Eisenberg **23.35** ★★★ Olimp w ogniu – film sens. USA 2013 **1.55** Castle (10, 11) **3.50** CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas (20) **4.50** FBI: Most Wanted (13)

13 Ulica

6.30 Niewidomy detektyw (2) **8.20** Magnum: Detektyw z Hawajów (12, 13) **10.15** Bez śladu (13, 14) **12.05** Kapitan Marleau (3) **14.05** Niewidomy detektyw (3) **16.05** Magnum: Detektyw z Hawajów (14, 15) **18.05** Bez śladu (15, 16) – serial sens. USA **19.55** Kapitan Marleau (4) – serial krym. Fr. **22.00** Tajemnice Ainsley McGregor: Sprawa dla zegarmistrza – film krym. USA 2025 **0.00** ★★ Uwięziona moc – film sf USA/Kan. 2022, reż. Sean Patrick O'Reilly, wyk. Bruce Willis, Michael Rooker

FX

6.00 CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas (16) **7.00** Kości (6, 7) **9.00** FBI (13) **10.00** Agenci NCIS (23) **10.55** CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas (18) **11.50** CSI: Kryminalne zagadki Miami (23, 24) **13.45** Castle (12) **14.40** Lucyfer (14) **15.35** CSI: Kryminalne zagadki Miami (1, 2) **17.25** Z Archiwum X (4, 5) **21.05** CSI: Kryminalne zagadki Miami (2) **22.00** CIA (8) **22.55** Z Archiwum X (5) **23.50** CSI: Kryminalne zagadki Miami (1, 2) **0.45** CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku (7)

Eurosport 1

9.45 Łyżw. fig.: ISU GP – NHK Trophy w Tokio **10.15** **(L)** Biegi narc.: PŚ (k) w Ruce **11.50** **(L)** Komb. norw.: PŚ (m) w Ruce **12.50** **(L)** Biegi narc.: PŚ (m) w Ruce **14.30** Biegi narc.: PŚ (k) w Ruce **15.20** **(L)** Kombinacja norw.: PŚ w Ruce **16.00** Narc. alp.: PŚ (k) w Gurgl **16.45** Studio **17.15** **(L)** Skoki narc.: PŚ (m) w Ruce **18.15** Studio **18.45** **(L)** Narc. dow.: PŚ w Innsbrucku **20.20** Racing on the Edge **20.50** Biegi narc.: PŚ (k) w Ruce **22.00** Biegi narc.: PŚ (m) w Ruce **23.30** Racing on the Edge

Eurosport 2

11.00 **(L)** Łyżw. fig.: ISU GP – NHK Trophy (m) w Tokio **12.30** Snooker: HNS Northern Ireland Open **14.00** Narc. alp.: PŚ (m) w Gurgl **14.45** Narc. alp.: PŚ (k) w Gurgl **15.15** Skoki narc.: PŚ (m) w Lillehammer **16.00** Snooker: British Open **17.05** Tadej Pogačar: Anatomy of a Goat **18.05** **(L)** Kol. przeł. (k): PŚ w Ostrawie **19.25** Cycling Show **19.35** **(L)** Kol. przeł. (m): PŚ w Ostrawie **21.05** Bieganie po szlaku: Pods. sezonu **22.05** Jeździectwo: PŚ – Liga Północnoamerykańska w Los Angeles

Polsat Sport 1

8.15 **(L)** Łyżwiarstwo figurowe: ISU GP – NHK Trophy (k) w Tokio **10.35** **(L)** Łyżwiarstwo figurowe: ISU GP – NHK Trophy w Tokio **11.00** **(L)** Łyżwiarstwo figurowe: ISU GP – NHK Trophy (m) w Tokio **13.35** Siatkówka: TAURON Liga **16.00** 7. strefa **17.20** **(L)** Siatkówka: ITA TOOLS Stal Mielec – Netland MKS Kalisz **20.20** **(L)** Siatkówka (k): ŁKS Commercecon Łódź – #VolleyWrocław **23.00** Siatkówka: TAURON Liga **4.00** **(L)** Łyżwiarstwo figurowe: ISU GP – NHK Trophy w Tokio

TVP Sport

DVB T

10.05 Piłka nożna: Puchar Portugalii: FC Porto – USC Paredes **12.10** Pods. LN UEFA: Występy Polaków **13.15** Mateusz Ponitka **14.15** Magazyn skrótów LM UEFA **16.05** **(L)** Biatlon: PŚ (k) w Kontiolahti **17.55** **(L)** Piłka nożna: GKS Tychy – Chojniczanka 1930 Chojnice **18.50** Sylwetki uczestników Plebiscytu „Przegląd Sportowego" i Telewizji Polskiej **20.00** Studio **20.35** **(L)** Koszykówka: Elimin. MŚ (m): Polska – Chorwacja **23.15** Sportowy wieczór **23.45** Biatlon: PŚ (k) w Kontiolahti

Canal+ Sport

8.20 LaLiga Show **9.00** Piłka nożna: Racing Santander – Real Sociedad **11.20** Piłka nożna: Wisła Płock – Legia Warszawa **13.45** Premier League: The Big Interview **14.25** Premier League Stories **15.00** Premier League Review **16.00** Piłka nożna: Sevilla FC – Real Betis **18.15** LaLiga Highlights Magazine **18.55** Champions Pack **20.00** Superpiątek **20.25** **(L)** Piłka nożna: Górnik Zabrze – Wisła Płock **22.30** Superpiątek **23.05** MMA: Gala ONE Friday Fights 180 w Bangkoku

Canal+ Sport 5

8.30 Champions Pack **9.40** Premier League: The Big Interview **10.15** LaLiga Show **11.00** Wysoki pressing **12.45** Ekstrapaka **14.00** **(L)** Dart: Ladbrokes Players Championship Finals **18.15** 1 na 1 Extra: Krzysztof Ratajski **18.55** Premier League: The Big Interview **19.30** LaLiga Show **20.00** **(L)** Dart: Ladbrokes Players Championship Finals **0.20** Boks: Gala w Utilita Arena Cardiff – walka wieczoru **1.30** Piłka nożna: PKO BP Ekstraklasa: Górnik Zabrze – Wisła Płock

Eleven Sports 1

9.00 Piłka nożna: Juventus FC – Venezia FC **11.00** Bundesliga Clubs: Borussia Dortmund **11.20** Podróż do świata calcio **11.55** **(L)** Formuła 2: GP Kataru **13.10** Inside Serie A **13.50** F2: Chasing the Dream **14.10** Studio GP **14.25** **(L)** Formuła 1: GP Kataru **15.40** Studio GP **15.55** **(L)** Formuła 2: GP Kataru **17.05** GP Confidential **17.40** Studio GP **17.55** **(L)** Formuła 1: GP Kataru **19.10** Studio **19.30** Formuła 1: GP Kataru **20.40** **(L)** Piłka nożna: Venezia FC – Bologna FC 1909 **23.00** F1: GP Kataru

Polsat Sport 3

8.30 Tenis: Fin. Pucharu Davisa **11.00** Siatkówka: Liga Mistrzyń CEV: UNI Opole – Volley Mulhouse Alsace; KS DevelopRes Rzeszów – Dresdner SC **15.30** Piłka ręczna: Paris Saint-Germain Handball – ORLEN Wisła Płock **18.00** Siatkówka: Liga Mistrzyń CEV: UNI Opole – Volley Mulhouse Alsace; KS DevelopRes Rzeszów – Dresdner SC **23.00** Piłka ręczna: CS Dinamo Bukareszt – Industria Kielce **1.00** Kickboxing: Gala w Ostrowcu Świętokrz. (5.04.2024): Adrian Gunia – Rafael Hudson

TVN 24

8.00 Serwis informacyjny, pogoda **8.35** Strefa kibica – zima **9.00** Serwis informacyjny, pogoda **9.55** Biznes **10.00** Serwis informacyjny, pogoda **10.55** Biznes **11.00** Serwis informacyjny, pogoda **11.55** Biznes **12.00** Serwis informacyjny, pogoda **13.55** Biznes **14.00** Serwis informacyjny, pogoda **14.55** Biznes **15.00** 15 na żywo **16.00** Fakty po południu **18.00** Tak jest **19.15** Serwis informacyjny **19.25** Fakty po Faktach **20.00** Bez Kitu **21.00** Polska i świat **22.00** Szkło kontaktowe

Polsat News

6.00 Nowy dzień **7.40** Graffiti **8.00** Nowy dzień **10.00** W rytmie dnia **12.50** Wydarzenia **13.30** W rytmie dnia **13.55** Pogoda **14.00** W rytmie dnia **14.55** Pogoda **15.00** W rytmie dnia **15.40** Pogoda **15.50** Wydarzenia **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

TVP Info

DVB T

10.00 Serwis info dzień **11.55** Za pięć dwunasta **13.00** Serwis info dzień **14.30** 14.30 **14.50** Serwis info dzień **15.45** Panorama **16.00** Dzień w godzinę **16.45** Trochę kultury **16.55** Sprawdzam to Extra **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 **19.15** Trochę kultury **19.25** Sprawdzam to Extra **19.30** 19.30 **19.58** Pytanie dnia **20.18** Kłamstwo nie przejdzie

TVP 3

DVB T

10.00 Złoty chłopak (291) **11.00** Rok w ogrodzie **11.30** Prywatne życie zwierząt **12.00** Telekurier **12.30** Rączka gotuje **13.00** Agrobiznes **13.30** Niebezpieczne związki **14.20** Niezwykłe miejsca **14.30** Program informacyjny **15.00** Koronka do Miłosierdzia Bożego **15.20** Serwis Info **19.30** Dlaczego krowa... **19.45** Kryminalna siódemka **20.00** Dziennik regionów **20.13** Gość regionów **20.30** Ktokolwiek widział, ktokolwiek wie... **22.00** Dziennik regionów **22.20** Pierwsza Druga w Trójce

TVP Rozrywka

7.20 Okrasa łamie przepisy **8.25** Familiada **9.00** Va banque **9.35** Koło fortuny **10.10** Makłowicz w podróży **10.50** Postaw na milion **12.40** Familiada **13.15** Zmiennicy **14.25** Pan Mama **15.35** Do śmiechu! **17.25** Va banque **18.00** Koło fortuny **18.40** Okrasa łamie przepisy **19.45** Jaka to melodia? **20.30** Do śmiechu! **22.25** Tygodnik Moralnego Niepokoju **23.05** Postaw na milion **0.55** Koło fortuny **2.10** Tygodnik Moralnego Niepokoju **2.45** Historia świata w/g Kabaretu Moralnego Niepokoju

Planete+

8.10 Niezwykłe podróże koleją **9.20** Polska z góry **9.50** Polska z góry. Naj... w Polsce **10.20** Dokąd dzisiaj? **11.25** Zielony lód biegunów **12.30** Niezwykłe podróże koleją **13.40** Afryka z góry **14.45** 360° – świat bez granic **15.50** Na targach świata **17.00** Włochy z góry **18.00** Dokąd dzisiaj? **18.40** Wytwórz i wyślij **19.45** Zaginiona świątynia Artemidy **20.50** My, budowniczowie nowej Czechosłowacji **22.00** Prost **23.10** Planeta Seks **0.15** Miasta rytm **1.20** Polska z góry. Zamki, dworki, pałace

BBC Earth

8.25 Najpiękniejsze trasy spacerowe **9.25** Mroźna planeta **10.30** Życie na pustkowiu **11.25** Skarby przeszłości i ich tajemnice **12.25** Najpiękniejsze trasy spacerowe **13.25** Mroźna planeta **14.30** W okowach mrozu **15.35** Życie na pustkowiu **16.30** Attenborough i największy dinozaur świata **17.40** Mroźna planeta **18.45** Najpiękniejsze trasy spacerowe **19.45** Dziki połów: nieznane wody **20.55** W okowach mrozu **22.55** Zabójcza pogoda **1.00** Mroźna planeta

Discovery Channel

9.00 Gorączka złota: na kłopoty Freddy Dodge **10.00** Budowa na końcu świata **11.00** Klan z Alaski **12.00** Celnicy na straży Szwecji **13.00** Nagi instynkt przetrwania: tajemnicza wyspa **15.00** Złomowisko PL **16.00** Poszukiwacze przeklętego złota **17.00** Gwiezdne bitwy **18.00** Porty (1) **19.00** Złomowisko PL (1) **20.00** W oku cyklonu **21.00** Przystanek Bieszczady **22.00** Najniebezpieczniejszy zawód świata **23.00** Alaska w budowie **0.00** W oku cyklonu: Łowcy burz

TVN Turbo

8.05 Gadżet 4.0 **9.05** Fani czterech kółek **10.00** Raport Turbo **10.15** Samochód marzeń – kup i zrób **11.15** Wojny samochodowe **12.15** Naprawy nie do naprawy **13.00** Zawodowi handlarze **14.30** Wojny samochodowe **16.30** Jeździć, obserwować **18.00** Raport Turbo **18.15** Mobilni mechanicy **19.45** Naprawy nie do naprawy **20.30** Z drugiej ręki **22.00** Raport Turbo **22.15** Zawodowi handlarze **23.00** Polski supersamochód **23.45** Ciężarówką przez Malezję

TVN Style

7.45 Dzień Dobry TVN **11.25** Bitwa o gości **12.25** Ugotowani **13.30** Kuchenne rewolucje: „Biała karczma", Grudziądz / Pizzeria „Vicenti", Lublin **15.35** Dziewczyny z wypiekami **16.05** Japonia na talerzu **17.10** Teraz one **17.45** Kuchenne rewolucje: Restauracja „Pirat", Olsztyn / Pizzeria „Famiglia per amici", Łódź / Bistro przy rondzie, Radzionków **20.50** Love the Look **21.50** Jestem z Polski **23.50** EuroPOLKI studentki **0.45** Down the road. Zespół w trasie **1.45** Tu jest pięknie

Romance TV

8.40 Śledztwo prowadzi Watzmann (35) **9.40** Kryminalne zagadki Mazur: Śmierć z miłości **11.30** ★★★ Nieważkość z tobą – rom. Kan./USA 2024 **13.20** Käthe i ja **15.15** ★★ Inga Lindström: Skok w szczęście – romans Niemcy 2005 **17.00** Lena Lorenz: Rodzice dla mojego dziecka **18.55** Śledztwo prowadzi Watzmann (36) **20.00** Statek marzeń: Coco Island **21.55** ★★★ Toni – akuszer – komedia Niemcy 2023 **23.50** Śledztwo prowadzi Watzmann (36) **0.55** Statek marzeń: Coco Island

TVN Fabuła

6.30 Dziewczyny z Hollywood **6.45** Julia (94, 95) **7.45** Detektywi **9.50** Młode gliny **10.55** Magda M. (15) **11.55** Prawo Agaty (7, 8) **13.55** Młode gliny **14.55** Detektywi **16.05** Na Wspólnej (188, 189) **17.10** Top 100: filmy wszech czasów **17.50** Seriaale Top 5 **17.55** ★★★★ OSS 117: Kair, gniazdo szpiegów – kom. Fr. 2006 **20.00** ★★★ Odważna – dramat USA/Australia 2007 **(s.5)** **22.45** ★★★ Godzilla i Kong: Nowe imperium – film sf USA 2024 **1.00** ★★★★ Strzelec – thriller USA 2007

AMC

6.35 ★★ Supernowa (1) – film sf USA/RPA 2005 **10.15** ★★★★ Kupiec wenecki – dramat USA/Wł./Luksemburg/W. Bryt. 2004 **13.05** ★★★ Uciec, ale dokąd? – film sensac. USA 1993 **15.05** ★★★ Błękitna laguna: Przebudzenie – film przygod. USA 2012 **17.05** ★★★ Nic nie widziałem, nic nie słyszałem – kom. USA 1989 **19.15** ★★★ W ciemność. Star Trek – film sf USA 2013 **22.00** ★★★ Ong Bak 3 – film sens. Tajl. 2010 **23.55** ★★★★ Angielska robota – film sens. W. Bryt./USA/Australia 2008

BBC First

6.00 Lewis (5) **6.50** Co ludzie powiedzą? (3) **7.30** Zagadki doktora Blake'a (4) **8.45** Z pamiętnika położnej (1) **9.55** Ojciec Brown (8, 9) **11.55** London Kills (3) **12.55** Shakespeare i Hathaway: prywatni detektywi (8, 9) **15.00** Śledztwa siostry Bonifacji (6) **16.00** Tajemnice Brokenwood (3) **17.55** Morderstwa w Midsomer (2) **19.55** Śmierć pod palmami (2) **21.00** Zaginiona (3) **22.00** Detektyw z Chelsea (2) **23.00** Luther (1) **0.10** Happy Valley (2) **1.10** Milczący świadek (5, 6)

TTV

DVB T

8.30 Kartoteka **10.35** Detektywi **12.35** Zakup w ciemno **14.35** Nic do zgłoszenia **15.35** Złomowisko PL **16.45** Express **17.00** Sport **17.05** Usterka **17.40** Zakup w ciemno **18.40** Gogglebox. Przed telewizorem **19.45** Express **20.05** Życie na kredycie **21.05** Zakup w ciemno Extra **21.45** Express **22.00** Kochaj albo wróć **23.00** Gogglebox. Przed telewizorem **0.00** Nasi w mundurach **1.00** Diabelnie boskie **1.55** Kiedy ktoś kocha bardziej **3.55** Sędzia Anna Maria Wesołowska

Fokus TV

DVB T

6.00 Wehikuł czasu **6.05** 48 h. Zaginieni (62): Kuracja życia **7.00** Było sobie życie **8.00** Był sobie człowiek **8.55** Wehikuł czasu **9.00** Starożytni kosmici **11.00** Gwiazdy lombardu **12.00** Poszukiwacze historii **13.00** Wielkie konstrukcje III Rzeszy: Twierdza Japonia / Oceaniczne pancerniki **15.00** Przygody poszukiwaczy złota **16.00** Dorwać tuńczyka **18.00** Rolnicy. Podlasie **20.00** Celtowie – historia nieznana **21.00** Tajemnice piramid **22.00** Pearl Harbor **0.00** Czy twój smartfon cię szpieguje?

National Geographic

9.00 Zatopione grobowce Nilu **10.00** Śladami tajemnic: Ziemia Święta **11.05** Potężne królowe Egiptu **12.00** UFO: przełomowe śledztwa **13.00** Starożytne konstrukcje **15.00** Katastrofa w przestworzach: raport specjalny **16.00** Najdziwniejsze przedmioty **17.00** Burzliwa historia Tudorów **18.00** Otchłań: powstanie i upadek nazizmu **19.05** Hitler i jego świta **20.00** Katastrofa w przestworzach **21.00** W obliczu zagłady **23.00** Krwawa wojna w Korei **0.05** Al-Kaida: przed 11 września

Nat Geo Wild

5.00 Dzika przyroda strefy równikowej **6.00** Niszczycielskie żywioły **8.00** Kalahari: podziemne życie pustyni **9.00** Niezwykły dr Pol **12.00** Planeta ptaków **13.00** Nilgiri: błękitne góry Indii **14.00** Królestwo białego wilka **15.00** Drapieżnik kontra ofiara **16.00** Olśniewająca Ameryka **17.00** Niezwykły dr Pol **19.00** Walki zwierząt **20.00** Delta rzeki Okawango **22.00** Niezwykły dr Pol: Psie brzuszki / Kłaczę w kłopotach / O rany, jakie rany! / Żarty i śmieszki **2.00** Nilgiri: błękitne góry Indii

Metro

6.05 Detektywi. Na zlecenie (17, 18) **7.25** Szpital (325-327) **10.25** Sędzia Anna Maria Wesołowska (560, 561) **12.25** Szkoła (696) **13.25** Brzydula (217, 218) **14.35** Damy i wieśniaczki. Za granicą **15.35** Druga szansa (11) **16.45** The Floor **18.05** Złomowisko PL **19.05** Kartoteka (10) **20.10** ★★★ Akademia policyjna III: Ponowne szkolenie – kom. USA/Kan. 1986 **22.00** ★★★ Jack Reacher – film sens. USA 2012 **0.30** Zbrodnie z pierwszych stron gazet: Bez śladu **1.30** Szpital (978)

TVP Historia

DVB T

8.00 Magiczne Podhale z Sebastianem Karpielem-Bułecką **8.35** Flesz historii **9.10** Encyklopedia II wojny światowej **9.35** Polskie 100 lat **10.05** Saga prastarej puszczy **11.10** Wszystkie kolory świata **12.05** Triest – miasto o wielu przydomkach **13.00** Kennedy, Sinatra i mafia **14.00** Zmiennicy (3) **15.00** Sensacje XX w. **17.25** Wojenne dziewczyny (65) **18.15** Wojownicy czasu **18.55** Zipser **20.00** ★★★ Ferrari – film biogr. W. Bryt./Wł./Arab. Saud. 2023 **22.15** Sensacje XX w.

TVP Dokument

DVB T

9.55 Cukrzyca, słony rachunek **10.55** Na wielkim szlaku **11.55** Błotniak stawowy z Doliny Wisłoki **13.00** Wenecja, miasto wyrosłe z bagien **14.00** San Diego – najdziksze miasto Ameryki **15.00** Królestwo mokradeł **16.00** Szczepionki i ludzie **17.05** Orlando – światowa stolica rozrywki **18.05** Lokalsi **19.10** Depresja mon amour **(s.5)** **20.15** Ludzie z mikroplastiku **21.25** W krainie pszczoły miodnej **22.30** Pasja według Agnieszki **23.30** Zbrodnie rodziny Mansona

Zoom TV

6.10 MacGyver (11, 12) **8.10** Strażnik Teksasu (10, 11) **10.05** Kobra – oddział specjalny (5, 6) **12.20** FBI (4, 5): Ofiara / Upadły glina **14.20** Bitwa o palety **15.25** Wojny magazynowe: Kanada **16.45** Sensacje XX w. **19.00** Kobra – oddział specjalny (14, 15): Karambol / Otchłań **21.00** CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku (3, 4): Nowojorskie zoo / Korporacyjni wojownicy **23.00** Magia nagości. Polska **0.05** Milf manor – mamuśki rządzą **1.10** Magia nagości. Włochy **2.00** I love kabaret

TLC

8.00 Jak zostać amiszem **9.00** Siostry wielkiej wagi **10.00** Wiza na miłość: na odwrót **12.00** Wspólne życie XXL **14.00** Cztery żony i mąż **15.00** Mali ludzie, wielka rodzina **16.00** Siostry wielkiej wagi **17.00** Salon sukien ślubnych **18.00** Wiza na miłość: na odwrót **20.00** Kamera, akcja, wpadka! **21.00** Wiza na miłość: ostatnia szansa **22.00** Wiza na miłość: ostatnia szansa. Między sporami **23.00** Dr Pryszczylla **0.00** Moje koszmarne stopy: Po wypadku **1.00** Kamera, akcja, wpadka!

Nowa TV

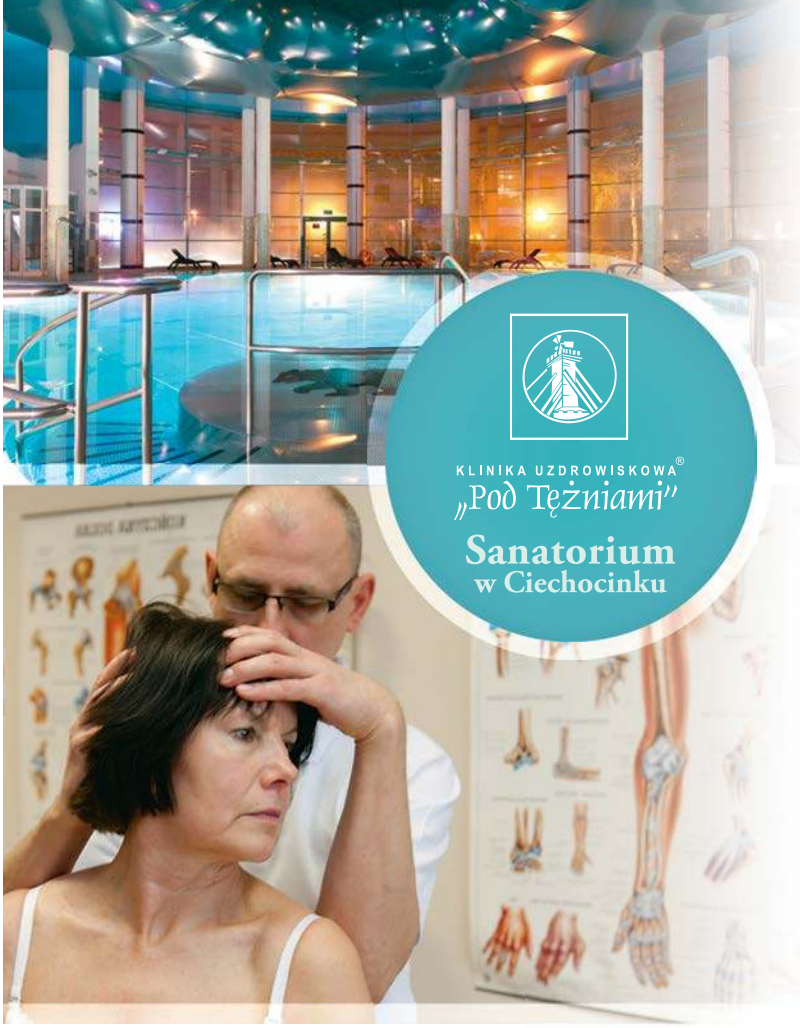
DVB T

6.00 Wehikuł czasu **6.20** TV Okazje **6.55** Wehikuł czasu **7.00** Disco Landia – nutki do pobudki **7.30** Wielkie wycieczkowce **8.30** Więzienie **10.00** Ojciec Brown (39, 40) **12.00** Śmierć pod palmami (8, 1) **14.00** Świat według Kiepskich (511, 512) **15.00** Świat według Bundych (51-56) **18.00** Całkiem nowe lata miodowe (14) **18.30** Miodowe lata **21.00** Zdrady (110) **22.00** Ślad (60-61, 105) **1.00** Łowca pedofilów **3.00** TV Okazje **3.50** Wehikuł czasu **4.00** Daleko od noszy (23, 24)

WP

DVB T

6.05 Policjanci z sąsiedztwa **8.00** Pogoda **8.05** Policjanci z sąsiedztwa **9.05** Pogoda **9.15** Tilt **9.55** Pogoda **10.00** Strażacy z sąsiedztwa **11.00** Wariaci za kierownicą **12.00** Komisarz Cassandre: zbrodnie w Alpach (2) **14.00** Pokochaj lub sprzedaj – Vancouver **16.00** Pokochaj lub sprzedaj **16.55** Pogoda **17.00** Inspektor Vera (2) **19.00** Makłowicz w podróży **20.00** Policjanci z sąsiedztwa **21.55** Pogoda **22.00** Mistrzowie kabaretu: Kabaret Łowcy.B / Nowaki / Formacja Chatelet



LECZENIE I REHABILITACJA

• Zdrowy Kręgosłup • Neurologiczny
• Dla Aktywnych • Biodra • Kolana • Bark
• Antystresowy • Kardiologiczny z diagnostyką

15 albo 20 zabiegów na 7 dni pobytu

• Wstęp na basen do 90 minut dziennie

Oferujemy z możliwością dopłaty:

• Diagnostykę fizjoterapeutyczną i laboratoryjną
• Specjalistyczne konsultacje lekarskie

Pobyty w terminach: 29.11 - 20.12.2026 r.
oraz 03.01 - 28.02.2027 r.

Turnus Świąteczny 20 - 27.12.2026 r.
Turnus Noworoczny 27.12 - 03.01.2027 r.

tel. 54 416 70 00
www.podtezniami.pl

Klinika Uzdrowiskowa „Pod Tężniami" im. Jana Pawła II,
ul. Warzelniana 7, 87-720 Ciechocinek

REKLAMA

eprasa.pl 1eaf2615f9

TVP 1



Ojciec Mateusz

7.00 Msza św. na Jasnej Górze **7.40** Rok w ogrodzie **8.20** Pełnosprawni (680) **9.05** Ranczo (69) **10.00** Komisarz Alex (22) **10.55** Dobre strony (17) **11.20** Ojciec Mateusz (334) **12.05** Domowe patenty **12.15** Między pokoleniami (4) **12.45** ★★★ Ostatnia walka Apacza – western USA 1954 **14.15** Minuta dla Twojego bezpieczeństwa (15) **14.25** Okrasa łamie przepisy (436)

15.00 **Rolnik szuka żony (11)** – reality show Polska 2026
16.00 **Zaraz wracam (180, 181)** – serial obycz. Polska 2026
17.00 **Teleexpress**
17.30 **Ojciec Mateusz (462)** Morus zostaje kierownikiem sandomierskiego oddziału firmy sprzątającej i serwisującej wagony kolejowe w ruchu pasażerskim. Byłemu naczelnikowi bardzo zależy na tej pracy. A w mieście mają miejsce tajemnicze wydarzenia.
18.40 **Jaka to melodia?**
19.30 19.30
19.55 **Pytanie dnia**
20.25 **Komisarz Alex (332)** – serial krym. Polska 2026
21.25 **Red 2** – komedia krymin. ★★★ USA/Fr./Kan. 2013 Reż. Dean Parisot, wyk. Bruce Willis, John Malkovich, Mary-Louise Parker
23.30 **Maratończyk** – film ★★★★ kryminalny USA 1976 **(s.3)** Reż. John Schlesinger, wyk. Dustin Hoffman, Laurence Olivier, Roy Scheider
1.35 **Różyczka 2** – film ★★★ historyczny Polska 2023
3.25 **Jaka to melodia?**

TVP 2



Rodzinka.pl

5.10 Barwy szczęścia (3446, 3447) **6.25** M jak miłość (1959) **7.30** Pytanie na śniadanie – program informacyjno-publicystyczny **11.25** Super Gary. Gotuj z Bosacką! (16) **12.05** W poszukiwaniu dobrego filmu (59) **12.40** Informacje kulturalne – magazyn **13.05** Panna młoda (260) – serial obyczaj. Turcja 2024 **14.00** Familiada – teleturniej **14.35** Koło fortuny – teleturniej

15.10 **Szansa na sukces. Opole 2027**: Finał, część. I
17.15 **Panna młoda (261)** – serial obycz. Turcja 2024
18.15 **Omnibus – szybcy i mądrzy** – teleturniej
19.10 **Słowo na niedzielę** – program religijny
19.25 **Rodzinka.pl (328-opis, 329)** – serial Polska 2026 Natalia dowiaduje się od Marii, jak wygląda seks po pięćdziesiątce. Magda wraca do pracy po urlopie macierzyńskim. Jej powrót może być jednak krótki, bo nowa niania wydaje się znać mieszkanie Boskich.
20.30 **The Voice of Poland**: Live – program rozrywkowy
23.30 **Postaw na milion**
0.30 **Baby Boom, czyli Kogel** ★★★ **mogel 5** – komedia obyczajowa Polska 2024 Reż. Anna Wieczur-Bluszcz, wyk. Maciej Zakościelny, Katarzyna Skrzynecka, Aleksandra Hamkało
2.05 **Kanał tajemnic** – film ★★★ krym. Francja/Belgia 2020
3.50 **Rodzinka.pl** – serial komediowy Polska 2026
4.40 **Barwy szczęścia (3448)**

Polsat



Bez skrupułów Toma Clancy'ego

5.25 Telezakupy TV Okazje **6.00** Nowy dzień – magazyn inform. **8.00** Halo tu Polsat – program inform.-publicyst. **9.55** Nasz nowy dom (385) **11.05** Pokochaj lub sprzedaj (3) **12.20** Pingwiny z Madagaskaru – film anim. USA 2014, dub. Grzegorz Pawlak, Tomasz Steciuk **14.10** ★★★ Piksele – kom. USA/Chiny 2015, reż. Chris Columbus, wyk. Adam Sandler, Kevin James

16.30 **Awantura o kasę**
17.40 **Hitster. Muzyczna gra przebojów (16)**
18.50 **Wydarzenia**
19.15 **Prezydenci i premierzy**
19.55 **Kabaret na żywo. Młodzi i moralni. Nad mętną rzeką** – program rozrywkowy Polska 2026
22.00 **Koncert Jimek / Orkiestra / Goście – Historia polskiego hip-hopu. Rozdział III. Ostatni (s.2)**
0.35 **Bez skrupułów Toma** ★★★ **Clancy'ego** – film sensac. Niemcy/USA 2021 Reż. Stefano Sollima, wyk. Michael B. Jordan, Jamie Bell, Jodie Turner-Smith Szukając sprawiedliwości za zabójstwo swojej ciężarnej żony, żołnierz US Navy SEALs John Kelly odkrywa międzynarodowy spisek, który grozi pogrążeniem Stanów Zjednoczonych i Rosji w totalnej wojnie.
2.50 **Świat według Kiepskich (430, 431)**: Con amore: Królowa balu – serial komediowy Polska 2013
4.05 **Kabaretowa Ekstraklasa**
4.40 **Disco gramy!**

TVN



Blade: Wieczny łowca II

5.40 Uwaga! (8140) – magazyn interwencyjny **5.55** Ukryta prawda (1547) – serial fabularno-dokumentalny Polska 2023 **6.50** Kuchenne rewolucje: Podkowa Leśna – Suliko – reality show Polska 2024 **7.45** Dzień Dobry TVN – program informacyjno-publicystyczny **11.30** Na Wspólnej (4316-4319) – serial Polska 2026 **14.05** MasterChef (11) – show kulinarny Polska 2026

16.00 **Studio Pucharu Świata**
16.30 **Skoki narciarskie: Puchar Świata mężczyzn w Ruce:** 1. konkurs ind. na skoczni HS 142 – 1. seria **(s.2)**
17.30 **Studio Pucharu Świata**
17.40 **Skoki narciarskie: Puchar Świata mężczyzn w Ruce:** 1. konkurs indywidualny na skoczni HS 142 – 2. seria
18.35 **Studio Pucharu Świata**
19.00 **Fakty**
19.45 **Harry Potter i kamień** ★★★★ **filozoficzny** – film fantasy W. Bryt./USA 2001 **(s.11)** Reż. Chris Columbus, wyk. Daniel Radcliffe, Rupert Grint, Emma Watson
23.05 **Blade: Wieczny łowca II** ★★★ – horror USA/Niemcy 2002 Reż. Guillermo del Toro, wyk. Wesley Snipes, Kris Kristofferson, Luke Goss W wyniku rzadkiej mutacji powstała nowa rasa, która zagraża ludziom i wampirom. Blade musi połączyć siły z elitarną grupą krwiożerczych wojowników, którzy byli jego przeciwnikami.
1.30 **Smętarz dla zwierzaków.** ★★ **Początki** – horror USA/Kanada 2023

TVN 7



Zabójcza broń II

6.15 Wiza na miłość: pierwsze spotkanie (14) **7.15** New Looney Tunes (8, 9) **7.45** ★★★ Footloose – komediodramat USA 2011 **10.00** Unboxing – Wielkie otwarcie (5) **10.35** Ukryta prawda (1636) **11.35** Mówię Wam (15) **12.50** Ukryta prawda (1637, 1638) **14.55** Szpital św. Anny (140, 141) **17.00** Detektywi (335-337) **20.00** ★★★★ Zabójcza broń II – film sensac. USA 1989, reż. Richard Donner, wyk. Mel Gibson **22.25** Władca Pierścieni. Pierścienie władzy (4) – serial przygod. USA **23.50** ★★★★ Dzień próby – film sensac. USA 2001, reż. Antoine Fuqua, wyk. Denzel Washington **2.25** Zbliżenie. Mówię Wam podcast (10)

TV Puls

6.00 Kobra – oddział specjalny (3-5) **9.00** Taki jest świat (47) **9.25** Boso przez świat (87) **10.00** Lombard. Życie pod zastaw (659, 667, 669, 671, 673, 1039-1043) **20.00** ★★★★ John Rambo – film sensac. Niemcy/USA/Tajland. 2008 **21.50** ★★★ Świat w ogniu – thriller USA/W. Bryt./Portugalia/Kan./Bułgaria 2019, reż. Ric Roman Waugh, wyk. Gerard Butler, Morgan Freeman, Nick Nolte **0.05** ★★★ Wykonać wyrok – film sensac. USA/Kanada 1990 **2.00** Dyżur (39, 40) **3.00** Taki jest świat (47)

Puls 2

7.00 Seriale anim. dla dzieci **8.40** Futrzaki ruszają na ratunek – film anim. **10.05** Dwanaście prac Asterixa – film anim. **11.55** Wojciech Cejrowski. Boso – Karaiby (6-8) **13.45** Gwiazdy Mazurskiej Nocy Kabaretowej (2, 3) **15.45** ★★★ Dwie siostry i pies – film fant. Niemcy 2022 **17.15** ★★★★ Roszpunka i powrót sokołów – film fant. Niemcy/Czechy 2023 **19.00** Asterix Gal – film anim. Fr./Belg. 1967 **20.35** ★ Wielkie kino – kom. USA 2007 **22.10** ★★★ Rycerz króla Artura – film przyg. USA/W. Bryt. 1995

TVP Polonia

7.30 Pytanie na śniadanie **11.30** Podróże z historią (30) **12.05** Awantura o Basię (6, 7) **13.15** Jak to się mówi, czyli Kasia u Bralczyka (78) **13.45** Na dobre i na złe (996) **14.40** Na sygnale (684, 685) **15.35** Okrasa łamie przepisy (435) **16.05** Europa da się lubić – nowe pokolenie (11) **17.00** Teleexpress **17.25** M jak miłość (1950) **18.20** Czterdziestolatek (3) **19.10** 63. KFPP w Opolu **19.30** 19.30 **19.55** Pytanie dnia **20.20** Archiwista (6, 7) **22.00** Daję słowo – Maciej Orłoś (50) **22.50** Stawka większa niż życie (13) **23.50** Malicki & Laskowik. The best of (5) **0.20** Kabaretowe naj (12) **0.40** M jak miłość (1950) **1.30** 19.30 **1.55** Pytanie dnia **2.10** Cisza nad rozlewiskiem (3, 4)

TV Trwam

12.20 Warto zauważyć... w mijającym tygodniu **12.50** Natura obiektywnie **13.20** Ocalić od zapomnienia **13.30** Msza święta z Jasnej Góry **14.20** Muzyczne chwile **14.45** Jak wygrać małżeństwo? **15.00** Dzielna niewiasta **15.15** Mateczniki polskości **15.30** Wierzę w Boga **16.10** Historia PL **17.00** Człowiek przebaczenia i pojednania – ks. Michał Rapacz **17.30** Przełamując bariery **18.15** Rozmowy niedokończone **19.30** Manna z nieba **19.45** Modlitwa z tel. udziałem dzieci **20.20** Różaniec **20.50** Myśląc Ojczyzna **21.00** Apel Jasnogórski **21.40** Polski punkt widzenia **22.00** Warto być ojcem **22.15** Głos serca (140) **23.00** Odpowiedzialni za Kościół **23.30** Razem możemy wszystko

TVP Kultura

8.00 ★★ Patrząc pod słońce – dramat Polska 1971 **8.55** ★★ Szatan z siódmej klasy – film dla młodz. Polska 2006 **10.50** Pan wzywał, Milordzie? (3) **11.55** Wydarzenie aktualne **12.30** Nasze marzenia – film dok. Fr. 2023 **14.15** Dzień z życia artysty (18) **14.55** ★★★ Niespotykanie spokojny człowiek – kom. Polska 1975 **16.10** Czterdziestolatek (15) **17.25** Tamte lata, tamte dni (99) **18.05** ★★★ Jutrzenka – melodramat Fr./Wł 1956 **20.00** ★★★★ Happy-Go-Lucky, czyli co nas uszczęśliwia – kom. W. Bryt. 2008, reż. Mike Leigh, wyk. Sally Hawkins **22.10** Polskie Evergreeny. Ladies' Jazz Festival Gdynia 2024 **23.40** ★★★★ Łowca androidów – film sens. USA/W. Bryt. 1982, reż. Ridley Scott, wyk. Harrison Ford

Super Polsat

6.40 SuperLudzie (39) **7.15** Było sobie życie (23-26) **9.30** Były sobie Ameryki (1) **9.55** Artur ratuje Gwiazdkę – film anim. W. Bryt./USA 2011 **11.55** Świat według Kiepskich (416, 421, 424, 428, 432, 417, 421, 417): Krótki film o męskości / Pokuć / Warszawa / Dzień Szakala / Kożuchowska / Człowiek, który wzuł łaczki / Pokuć / Człowiek, który wzuł łaczki **16.00** Złomiarze (3) **17.00** Pokochaj lub sprzedaj (3) **18.00** Świat według Kiepskich (421, 425) **19.00** Kolacja w ciemno (19) **20.00** Boks: Gala w Sopocie **0.00** ★★★ Bad Boys for Life – film sens. USA 2020, reż. Adil El Arbi, Bilall Fallah, wyk. Will Smith, Martin Lawrence **2.35** Kolacja w ciemno (19) **3.35** Backdoor – Wyjście awaryjne (7)

TV 6

6.00 Jeźdźcy smoków: Na końcu świata (1-3) **7.30** Klopsiki i inne zjawiska pogodowe – film anim. USA 2009 **9.10** ★★★ Grinch: świąt nie będzie – komedia USA/Niemcy 2000, reż. Ron Howard, wyk. Jim Carrey, Josh Ryan Evans **11.30** Cobra Kai (50, 1-3) **14.20** Strażnik Teksasu (2, 3) **16.20** Columbo (16, 17): Słodka, lecz śmiertelna / Koneser win – serial krym. USA 1973 **20.00** CSI: Kryminalne zagadki Miami (91, 92): Podwójne zagrożenie / Jazda – serial krym. USA 2006 **22.00** Kości (233, 234): Klejnot w koronie / Koszmar wewnątrz koszmaru – serial krymin. USA 2016 **23.55** ★★ Detonator – thriller USA/Rum. 2006, reż. Po-Chih Leong, wyk. Wesley Snipes, William Hope **2.00** Krejzi Patrol (13)

TV 4

5.30 Telezakupy TV Okazje **6.00** Łowcy skarbów. Kto da więcej (466) – reality show Polska 2025 **7.00** Galileo **9.05** #JesteśmyDlaDzieci (354) – magazyn publicyst. **9.30** A na obiad... (12) – magazyn kulinarny **9.35** Galileo (1182, 1228, 1229) – program popularnonauk. Polska 2026 **12.45** ★★ Karate Kid 4: Mistrz i uczennica – dramat USA 1994, reż. Christopher Cain, wyk. Hilary Swank, Pat Morita, Michael Ironside **14.55** Policjantki i policjanci (1486-1490) **20.00** A na deser... (22) – magazyn **20.10** Sprawiedliwi – wydział kryminalny (1088-1091) – serial krym. Polska 2026 **0.20** Gwiazdy kabaretu (192, 191) **2.20** STOP Drogówka (386) **3.25** Lubię Disco! (309) **4.25** Top 10 lista przebojów (2974)

REKLAMA

Fielmann
twój optyk



To jest wyrób medyczny. Używaj go zgodnie z instrukcją używania lub etykietą.

Okulary korekcyjne są wyrobem medycznym służącym do korygowania wad wzroku. Podmiotem prowadzącym reklamę jest Fielmann Sp. z o.o. Producentem okularów przedstawionych na grafice jest Fielmann Group AG. Lista producentów produktów objętych ofertą znajduje się pod adresem www.fielmann.pl/info-producenci

eprasa.pl 1eaf2615f9

Ale Kino+

7.00 ★★ Stan wyjątkowy – kom. Czechy 2024 **9.10** ★★★★ Bracia ze stali – film biograf. USA/W. Bryt. 2023 **11.50** Sprawa nierozwiązana (1-5) **14.20** ★★★ Ocalona – film sens. USA/W. Bryt. 2015 **16.20** ★★★ Terapia dla par – komediodr. Hiszp. 2023 **18.10** Grantchester (7, 8) **20.10** ★★★ Plan ucieczki – film sens. USA 2013 **22.25** ★★★ Morderstwo na 3. piętrze – komediodr. Fr. 2026 **0.40** ★★★ Pokusa – thriller USA 2012 **2.55** Król (4) **4.20** Wspaniałe kilka minut – film krótkometr.

Kino Polska

8.00 Końce i początki **8.25** Wagary **9.00** ★★★★ Sportowiec mimo woli – kom. Polska 1939 **10.35** ★★★ Za duży na bajki – komedia Polska 2022 **12.50** ★★★ Szatan z siódmej klasy – film przygod. Polska 1960 **15.25** ★★★ Kogel-mogel – kom. obyczaj.Polska 1988 **17.40** ★★★★ Miś – komedia Polska 1980 **20.00** ★★★★ Oficer i szpieg – thriller Francja/Włochy 2019, reż. Roman Polański, wyk. Jean Dujardin, Louis Garrel **22.50** Ekstradycja (1, 2) **1.20** ★★★ Legiony – film wojenny Polska 2019

Polsat Film

9.55 Dawno, dawno temu w „Idolu" – film anim. **10.15** Świętastyczne kolędowanie – film anim. **10.20** ★★★★ Babe, świnka z klasą – kom. USA/W. Bryt. 1995 **12.15** ★★★ Moja dziewczyna II – kom. USA 1994 **14.20** ★★★ Hidalgo – ocean ognia – film przyg. USA/Maroko 2004 **16.55** Epoka lodowcowa – film anim. **18.40** ★★★ Więzień labiryntu – film sf W. Bryt./USA 2014 **21.00** ★★★ Najmro – kom. sens. Polska 2021 **23.00** ★★★ Wszystkie stare noże – thriller USA/Kan. 2022

Stopklatka

DVB T

6.00 Komisarz Rex (6, 6-8) **10.00** Hudson i Rex (4, 5) **12.00** Vera (2) **14.00** ★★ Beethoven – Świąteczna przygoda – kom. USA/Kan. 2011 **15.55** ★★★ Alfa – film przygod. USA/Chiny/Kan. 2018 **17.55** Stawka większa niż życie (11, 12) **20.00** ★★★★★ Szczęki – thriller USA 1975, reż. Steven Spielberg, wyk. Roy Scheider **22.40** ★★★ November Man – thriller USA/W. Bryt. 2014 **0.50** ★★★★ Drogówka – film krym. Polska 2012 **3.30** ★★★★ Kamienie na szaniec – dramat Polska 2014

Canal+ Premium

10.35 Łapu-Capu **10.50** ★★★ Niania w Nowym Jorku – kom. rom. USA 2007 **12.35** ★★★ Pod gwieździstym niebem – kom. romant. USA 2025 **14.15** Piękna łąka kwietna **14.45** ★★★ Ocaleni – thriller USA/Kan. 2008 **16.15** ★★ Saga Zmierzch: Przed świtem. Część I – film przygod. USA 2011 **18.10** ★★★ Niemożliwe – film katastroficz. USA/Hiszpania/Tajlandia 2012 **20.00** ★★★ Pomoc domowa – thriller USA 2025 **22.15** ★★★★ Wrogowie publiczni – dramat USA/Japonia 2009

HBO

10.30 ★★★ Do usług szanownej pani – kom. Francja/Luksemburg 2023 (s.3) **12.20** ★★★★ Duża ryba – film przyg. USA 2003 **14.25** ★★★ Ostatnia sesja w Paryżu – thriller Fr. 2025 **16.10** ★★★ Uncharted – film przygodowy USA 2022 **18.05** ★★★ Jack, pogromca olbrzymów – film fant. USA 2013 **20.00** ★★★★ Borg/McEnroe. Między odwagą a szaleństwem – film biogr. Szwecja/Dania/Finlandia/Czechy 2017 **21.45** ★★★ Wybryk – kom. USA 2025 **23.15** ★★ Wcielenie – horror W. Bryt. 2024

Paramount

9.05 ★★ Guru miłości – kom. W. Bryt./Niemcy/USA 2008 **11.00** ★★★ BFG: Bardzo Fajny Gigant – film fant. USA/Indie/W. Bryt. 2016 **13.30** ★★★ Mali agenci – kom. USA 2001 **15.30** ★★★★ Marzyciel – film biogr. USA-/W. Bryt. 2004 (s.11) **17.50** ★★★★ Dirty Dancing – film muz. USA 1987 **20.00** ★★★ Zaginione miasto – komedia sensacyjna USA 2022 **22.25** ★★★★ Ciche miejsce – horror USA 2018 **0.00** ★★★ Na fali – film sens. Jap./USA 1991 **2.50** ★★★★ Prawo zemsty – thriller USA 2009

Polsat 2

6.30 Bogaty dom – biedny dom **7.30** Sekrety rodziny **8.30** Z klimatem i z pasją **9.00** Dlaczego ja? **14.00** Zawód: Glina **17.00** Nasz nowy dom **18.10** Sekrety rodziny **20.10** ★★★★ Kung Fu szał – kom. sens. Hongk./Chiny/USA 2004, reż. Stephen Chow, wyk. Stephen Chow **22.25** ★★★ Siostry – kom. USA 2015, reż. Jason Moore, wyk. Amy Poehler **0.45** ★★★ Metro strachu – film sens. USA/W. Bryt. 2009, reż. Tony Scott, wyk. Denzel Washington **2.55** Wydarzenia **3.35** Ewa gotuje

TVP Seriale

5.30 Na sygnale (951, 952) **6.30** Zmiennicy (5) **7.35** Na sygnale (953-957) **10.25** Ranczo (71) **11.20** Na dobre i na złe (1005) **12.20** Rodzinka.pl (327, 328) **13.35** Ojciec Mateusz (35, 36) **15.35** Komisarz Alex (331) **16.30** Ranczo (72) **17.30** Zmiennicy (6) **18.35** Stawka większa niż życie (13) **19.45** Ojciec Mateusz (37-39) **22.30** Ranczo (73, 74) **0.15** Komisarz Alex (331) **1.05** Ojciec Mateusz (461) **1.55** Ekstradycja (1, 2) **3.45** Glina (1) **4.35** Rodzinka.pl (192)

AXN

6.20 ★★★★ Dzień Świstaka – kom. USA 1993 **8.05** Rekrut: Feds (18) **9.05** FBI: Most Wanted (13) **10.05** Detektyw Monk (6-10) **15.05** CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas (1-5) **20.00** ★★★ Olimp w ogniu – film sens. USA 2013 **22.25** ★★★ Londyn w ogniu – film sens. USA/W. Bryt./Bułg. 2016 **0.15** ★★★ Sahara – film przygod. USA/W. Bryt./Fr./Niemcy/Hiszp. 2005, reż. Breck Eisner, wyk. Matthew McConaughey, Penélope Cruz **2.50** ★★★ Wykiwać klawisza – kom. USA 2005

13 Ulica

6.00 ★★★ Na granicy: Przepaść – film krym. Niemcy 2022 **7.50** Bez śladu (7-11) **12.35** ★★★ Morderstwa na Gwadelupie – film krym. Fr. 2023 **14.40** Kapitan Marleau (2, 1) **18.45** Astrid i Raphaëlle (1, 2) – serial krym. Fr./Belg./Szwajc. **21.00** Prawo i porządek Toronto: Zbrodniczy zamiar (3) – serial krym. Kan. **22.00** ★★★ Morderstwo w Sainte Baume – film krym. Fr. 2022, reż. Lou Jeunet, wyk. Nicolas Gob, Léa François **0.00** ★★★ Komornik (1) – film sens. W. Bryt./USA 2018

FX

7.05 CSI: Kryminalne zagadki Miami (17, 18) **8.55** CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku (3, 4) **10.45** Z Archiwum X (1-3) **13.30** CIA (8) **14.25** ★★★ Faceci w czerni 3 – film sf USA 2012 **16.35** ★★★★ Królestwo niebieskie – dramat W. Bryt./Niemcy/Hiszp./Maroko/USA/Wł./Fr. 2005 **19.35** ★★★ Terminator: Genisys – film sf USA/Kan. 2015 **22.00** ★★★★ Rambo: pierwsza krew – film sensac. USA 1982 **0.00** ★★★ Resident Evil: Zagłada – horror USA/Niemcy/Meksyk/Kan. 2007 **1.50** Rywale (3)

Eurosport 1

8.40 (L) Biegi narc.: PŚ w Ruce **9.45** Narc. alp.: PŚ kobiet w Gurgl **10.05** (L) Komb. norw.: PŚ w Ruce **11.05** (L) Biegi narc.: PŚ w Ruce **13.00** Narc. alp.: PŚ (m) w Gurgl **13.30** (L) Skoki narc.: PŚ (k) w Hinzenbach **15.00** Skoki narc.: PŚ w Lillehammer **16.00** Studio **16.30** (L) Skoki narc.: PŚ (m) w Ruce **18.00** Studio **18.30** (L) Narc. alp.: PŚ kobiet w Killington **19.30** (L) Narc. alp.: PŚ (m) w Copper Mountain **21.45** Komb. norw.: PŚ (m) w Ruce **22.00** Biegi narc.: PŚ w Ruce

Eurosport 2

8.30 (L) Łyżw. fig.: ISU GP – NHK Trophy (k) w Tokio **10.20** Łyżw. fig.: ISU GP – NHK Trophy (m) w Tokio **10.45** (L) Saneczk.: PŚ (m) w Winterbergu **11.30** Saneczk.: PŚ (k) w Winterbergu **12.00** (L) Łyżw. fig.: ISU GP – NHK Trophy (m) w Tokio **13.20** Narc. dow.: PŚ w Innsbrucku **14.15** (L) Snooker: Mistrzostwa W. Bryt. w Yorku **17.30** Kolarstwo gór. (m): Podsumowanie PŚ **19.00** Snooker: Mistrz. W. Bryt. w Yorku **20.00** (L) Snooker: Mistrz. W. Bryt. w Yorku **23.30** Narc. alp.: PŚ (k) w Killington

Polsat Sport 1

8.30 (L) Łyżwiarstwo figurowe: ISU GP – NHK Trophy kobiet w Tokio: Program dowolny **10.00** Magazyn polskiego sportu **11.00** Magazyn sportowy **11.50** (L) Siatkówka: TAURON Liga: Ślepsk Malow Suwałki – PGE GiEK Skra Bełchatów; Neonet Norwid Częstochowa – ZAKSA Kędzierzyn-Koźle; Stilon Gorzów – Energa Indykpol AZS Olsztyn; Jastrzębie Barkom – BOGDANKA LUK Lublin **23.00** Siatkówka: TAURON Liga **1.00** Siatkówka: TAURON Liga **3.30** Siatkówka: TAURON Liga

TVP Sport

DVB T

8.45 Koszykówka: Elim. MŚ (m): Polska – Chorwacja **10.45** NBA: New York Knicks – Miami Heat **13.05** (L) Biatlon: PŚ w Kontiolahti **14.25** Reportaż **14.50** Studio **15.10** (L) Biatlon: PŚ w Kontiolahti **16.55** (L) Piłka nożna: Arka Gdynia – Ruch Chorzów **19.05** (L) Boks: Polska – Armenia **22.05** (L) HL: Vegas Golden Knights – Montreal Canadiens **22.55** Sportowy wieczór **23.05** NHL: Vegas Golden Knights – Montreal Canadiens **0.00** (L) NHL: Vegas Golden Knights – Montreal Canadiens

Canal+ Sport

9.00 Piłka nożna: Levante UD – Racing Santander **11.15** Premier League Review **12.30** Premier League Preview **13.10** Premier League: The Big Interview **13.55** Piłka nożna: Levante UD – Racing Santander **16.10** (L) Piłka nożna: Málaga CF – Athletic Club **18.15** Premier League Stories **18.50** Boks: Gala w Utilita Arena Cardiff **20.00** Jazda o złoto. Żużel na podsłuchu **22.00** MMA: Gala ONE Friday Fights 180 w Bangkoku **23.05** Piłka nożna: Real Betis – Rayo Vallecano **1.15** Premier League

Canal+ Sport 5

8.20 Żużel: PGE Ekstraliga **11.15** Champions Pack: 5. kolejka fazy ligowej **12.30** Premier League Preview: Zapowiedź 12. kolejki **13.15** 1 na 1 Extra: Krzysztof Ratajski **14.00** (L) Rzutki: Dart: Ladbrokes Players Championship Finals **18.15** Premier League Stories **18.50** Champions Pack: 5. kolejka fazy ligowej **20.00** (L) Rzutki: Dart: Ladbrokes Players Championship Finals **0.15** Liga+ **1.30** Piłka nożna: PKO BP Ekstraklasa: Górnik Zabrze – Wisła Płock **3.55** Ligomistrzowe historie

Eleven Sports 1

8.55 Inside Serie A **9.35** GP Confidential **10.15** F1: GP Kataru **12.55** (L) Piłka nożna: Hertha BSC – Karlsruher SC **15.10** Studio GP **15.25** (L) Formuła 1: GP Kataru **16.40** Studio GP **17.10** (L) Formuła 2: GP Kataru **18.15** Studio GP **18.55** (L) Formuła 1: GP Kataru **20.15** Studio GP **21.00** F1: GP Kataru **22.40** Wywiad z Miroslavem Klose **23.00** Eleven Gol Live **0.10** Podróż do świata calcio **0.50** Olympique Lyon – między legendą a teraźniejszością **1.40** Najlepsze gole Bayernu Monachium

Polsat Sport 3

6.00 Tenis: Finały Pucharu Davisa **8.00** Tenis: Finały Pucharu Davisa **10.00** (L) Skeleton: PŚ kobiet w Altenbergu: 1. przejazd **11.30** (L) Skeleton: PŚ kobiet w Altenbergu: 2. przejazd **12.00** (L) Tenis: Finały Pucharu Davisa: 2. półfinał **14.00** (L) Tenis: Finały Pucharu Davisa: 2. półfinał **16.00** (L) Tenis: Finały Pucharu Davisa: 2. półfinał **18.00** (L) Skeleton: PŚ w Altenbergu: Konk. druż. **20.30** Tenis: Finały Pucharu Davisa **23.00** Siatkówka: Liga Mistrzyń CEV **1.00** MMA: Babilon MMA

TVN 24

8.00 Serwis informacyjny **8.35** Strefa kibica – zima **9.00** Serwis informacyjny **15.30** Ranking Mazura **16.00** Fakty po południu **18.00** Dwie Strony **19.05** Serwis informacyjny **19.25** Fakty po Faktach **20.00** Superwizjer **21.00** Ranking Mazura **21.30** Serwis informacyjny, pogoda **22.00** Szkło kontaktowe **23.00** Dzień po dniu **23.43** Strefa kibica – zima. Kroniki **0.00** Fakty po Faktach **0.40** Superwizjer **1.45** Nic do zgłoszenia **2.40** Nowa Maja w ogrodzie **3.00** Akademia ogrodnika

Polsat News

6.00 Nowy dzień **9.00** Kalejdoskop Wydarzeń **9.55** Cztery strony mediów Tejchmana **11.00** W rytmie dnia **12.50** Wydarzenia **13.30** W rytmie dnia **13.55** Pogoda **14.00** W rytmie dnia **14.55** Pogoda **15.00** W rytmie dnia **15.40** Pogoda **15.50** Wydarzenia **16.30** Czysta Polska **17.00** 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** Wydarzenia **0.00** Polsat News ujawnia

TVP Info

DVB T

8.38 Info Senior **9.00** Serwis Info **9.05** Info Poranek **9.30** Serwis Info **9.35** Info Poranek **10.00** Serwis info dzień **15.10** Salonowiec **16.00** Dzień w godzinę **17.00** Teleexpress **17.15** Teleexpress Extra **17.35** Panorama **17.42** Sprawdzamy **17.59** Sprawdzam to Extra **18.00** Panorama **18.20** Teleplotki **18.30** Kiedyś to było **19.00** Serwis info wieczór **19.30** 19.30 **19.58** Pytanie dnia **20.15** Co ludzie powiedzą? **20.56** Serwis info wieczór **21.00** 100 pytań do... **21.45** Panorama

TVP 3

DVB T

9.00 Horyzont wartości. Rozmowa z kard. Grzegorzem Rysiem **9.25** Telekurier **9.50** Magiczne Podhale z Sebastianem Karpielem-Bułecką **10.25** Lecę za miłością **11.00** Fascynujące migracje **12.05** Sanatoria **12.35** Rączka gotuje **13.10** Regiony na TAK **15.00** Koronka do Miłosierdzia Bożego **15.25** (L) Piłka nożna: Bruk-Bet Termalica Nieciecza – Stal Rzeszów **20.00** Dziennik regionów **20.15** Regiony na TAK **20.30** O milimetr **22.00** Dziennik regionów **22.30** Kryminalna Siódemka Extra

TVP Rozrywka

9.35 Koło fortuny **10.10** Tańcząca ze światem **10.50** Szansa na sukces. Opole 2027 **11.55** To jest grane **12.25** Prywatne życie zwierząt **13.00** Daję słowo – Maciej Orłoś **14.00** Postaw na milion **15.45** Moje przeboje **16.20** Jeden z dziesięciu **17.35** Koło fortuny **18.10** Domowe patenty **18.20** Szansa na sukces. Opole 2027 **19.25** Europa da się lubić – nowe pokolenie **20.30** Historia literatury według Kabaretu Moralnego Niepokoju **22.35** Postaw na milion **23.35** Jaka to melodia?

Planete+

10.20 Najdziksze ostępy Europy **11.20** Mongolia. Pomiędzy niebem a ziemią **12.30** Na targach świata **13.05** Polska z góry. Nad wodą **13.35** Krajobrazy świata **14.45** W obronie rodziny **15.50** Bucket – historia pewnego lwiątka **17.00** Lamparty z Parku Yala na Sri Lance **18.00** Dokąd dzisiaj? **18.40** Polska z góry. Naj... w Polsce **19.40** Céline Dion. Tak rodzi się gwiazda **20.50** Johnny Depp. Wieczny buntownik **22.00** Karl Lagerfeld. Objawienie **23.05** Opowiedz nam Iggy

BBC Earth

8.00 Azja **9.10** Błękitna planeta: morze trosk **10.15** Attenborough i największy dinozaur świata **11.25** Amerykańskie Południe **12.30** W okowach mrozu **15.35** Planeta Ziemia III **17.40** Dziki połów: nieznane wody **18.35** Pewnego razu w kosmosie **19.45** Układ Słoneczny **20.55** Dzikie zakątki Ziemi z Simonem Reevem **22.10** W okowach mrozu **23.10** Attenborough i największy dinozaur świata **0.20** Jenningsowie kontra Alzheimer **1.35** Chirurdzy: kwestia życia i śmierci

Discovery Channel

8.00 Alaska w budowie **9.00** Gorączka złota **11.00** Celnicy na straży Danii **12.00** Kroniki policyjne: Szwecja **13.00** Złomowisko PL **15.00** Celnicy na straży Niemiec **16.00** Przystanek Bieszczady **17.00** Wyzwanie: przetrwanie **18.00** Człowiek kontra niedźwiedź **19.00** Fani czterech kółek: w trasie **21.00** Najniebezpieczniejszy zawód świata **22.00** Alaska w budowie **23.00** Akta ekspedycji **0.00** Nowi badacze UFO **1.00** NASA – archiwum tajemnic **2.00** Łowcy staroci

TVN Turbo

9.00 Jeździć, obserwować **9.45** Uwaga! Oszust: Ściema z ogłoszenia **10.15** Naprawy nie do naprawy **11.00** Ciężarówką przez Malezję **12.00** Po raz trzeci. Sprzedane! **12.45** Kupione, zrobione, sprzedane **13.45** Wojny samochodowe **15.45** Polski supersamochód **16.30** Z drugiej ręki **17.15** Jeździć, obserwować **18.00** Zawodowi handlarze **18.45** Co tu się odjechało? **19.15** Mobilni mechanicy **20.40** Zawodowi handlarze **22.10** Jeździć, obserwować **23.40** The Grand Tour

TVN Style

7.45 Dzień Dobry TVN **11.25** Kuchenne rewolucje: Mroków – Bistro Kociołek **12.25** Jestem z Polski **14.25** Ostre cięcie **16.00** Nowa Szelągowska **17.00** Zgłoś remont – spełniamy marzenia **18.00** Pokukładani **19.00** Kuchenne rewolucje: Restauracja „Sielsko Anielsko", Sieradz / Bar „Czerwony kapturek", Poznań **21.05** Teraz one **21.40** Top Model **23.15** Love the Look **0.15** Seks bez tajemnic **1.15** Zagadki seksualności **1.55** Tu jest pięknie **2.40** Wiem, co jem i wiem, co kupuję

Romance TV

8.25 ★★★ Inga Lindström: Na zawsze Vickerby – film obyczaj. Szwecja/Niemcy 2007 **10.20** ★★ Rosamunde Pilcher: Miłość to najlepsza terapia – romans Niemcy 2023 **12.15** ★★★ Rosamunde Pilcher: Lato nad morzem – film obyczaj. Niemcy 1995 **14.05** Statek marzeń: Nusantara **16.05** ★★★ Twój idealny rok – kom. Niemcy 2024 **18.00** Krawcowa z Madrytu (7, 8) **20.00** Weiss & Morales (4) **21.55** Wydział zabójstw Stambuł **23.50** ★★★ Rzeka życia – dramat Niemcy 2014

TVN Fabuła

6.30 Po drugiej stronie kamery **7.30** Seriaale Top 5 **7.45** Magda M. (2-4) **10.45** ★★★ Narodziny – dramat USA 2006 **12.55** ★★★★ Fantastyczne zwierzęta i jak je znaleźć – film przyg. W. Bryt./USA 2016 **15.45** ★★★ Lassie: Nowe przygody – film przygodowy Niemcy 2023 **17.45** ★★★ Godzilla kontra Kong – film sf USA 2021 **20.00** ★★★★ Teściowie – kom. Polska 2021 **21.45** ★★★ Mortal Kombat – film sf USA/Australia 2021 **0.15** ★★★ Na własną rękę – film sens. USA/Meksyk 2002

AMC

6.00 ★★★ Nic nie widziałem, nic nie słyszałem – kom. krym. USA 1989 **8.05** ★★★★ Robin Hood: Faceci w rajtuzach – kom. USA/Fr. 1993 **10.10** W 80 dni dookoła świata (1-3) **16.10** ★★ Poza zasięgiem – film sens. USA/Polska 2004 **17.50** ★★ Porwanie – thriller USA 2011 **20.00** ★★★ Strażnik czasu – film sf USA/Jap. 1994 (s.11) **22.00** ★★★ Krocząc wśród cieni – film sens. USA 2014 **0.30** ★★★★ Porachunki – kom. krym. W. Bryt. 1998 **2.45** ★★★ Dzikie żądze – dramat USA 1998

BBC First

5.00 Co ludzie powiedzą? (4, 1) **6.00** Z pamiętnika położnej (1, 2) **7.50** Co ludzie powiedzą? (3-6) **10.30** Morderstwa w Midsomer (14, 15) **12.35** Ojciec Brown (5-7) **15.35** Shakespeare i Hathaway: prywatni detektywi (7, 8) **17.35** Z pamiętnika położnej (6) **18.45** Śmierć z dala od palm (5) **19.55** Śmierć pod palmami (3) **21.00** Zbrodnie na Szetlandach (2) **22.20** Milczący świadek (1, 2) **0.40** Zaginiona (3) **1.35** Koroner (9) **2.20** Morderstwa w Midsomer (15)

TTV

DVB T

8.45 Gogglebox. Przed telewizorem **9.45** Express **10.05** Gogglebox. Przed telewizorem **11.05** Nic do zgłoszenia **12.05** Zakup w ciemno Extra **12.35** Zakup w ciemno **15.45** Express **16.05** Idź na całość **17.05** Usterka **17.45** Express **18.05** Sport **18.10** Zakup w ciemno Extra **18.45** Damy i wieśniaczki. PL **19.45** Express **20.00** Zakup w ciemno **21.00** Gogglebox. Przed telewizorem **22.00** Nasi w mundurach **23.00** Gogglebox. Przed telewizorem **1.20** Diabelnie boskie

Fokus TV

DVB T

6.05 48 h. Zaginieni (2) **7.00** Rolnicy. Podlasie **9.00** Epoka lodowcowa – mroźna planeta **11.00** Niezwykłe pociągi **13.00** Rolnicy. Podlasie **16.00** Najpiękniejsze domy na wsi **17.00** Nowe tajemnice Trójkąta Bermudzkiego **18.00** Pompeje: Życie w rzymskim mieście **19.00** Jak to wyjaśnić?: Trop w sprawie UFO, yeti na kamerze i zaginione miasto z Zatoki Meksykańskiej **20.00** Największe śledztwa CBSP **22.00** Pogromcy mafii **0.00** Najgorsze więzienia świata **1.00** Rolnicy. Podlasie

National Geographic

8.00 Największe katastrofy budowlane **10.00** Katastrofa w przestworzach: Tragiczny lot czarterowy / Śmiertelne kłamstwo / Norweski koszmar / Podejście w ulewie / Błąd w obliczeniach / Chaos w kabinie **16.00** Najniebezpieczniejsze drogi Europy: chaos **18.00** Najdziwniejsze przedmioty (s.11) **19.00** Ukryte pod miastami **20.00** David Blaine: świat pełen wyzwań **21.00** Procesy czarownic: prawdziwe historie **22.00** Szlakiem przeklętych miejsc **23.00** Miłość w sieci oszustów

Nat Geo Wild

9.00 Gredos: król gór **10.00** Wspaniałe Filipiny **11.00** Oko w oko z dziką naturą **12.00** Critter Fixers – zwierzęcy cudotwórcy **13.00** Afrykańska rzeka widmo **14.00** Sekretne życie pszczół **15.00** Australijskie maluchy **17.00** Pieśń lasu deszczowego **18.00** Życie w Karpatach **19.00** Najdziwniejsze cuda ewolucji **20.00** Europa z powietrza **21.00** Walki zwierząt: Śmiertelne pułapki **22.00** Królestwo drapieżników: Szczenięta **23.00** Europa z powietrza: Belgia **0.00** Niezwykły dr Pol

Metro

6.20 Tajlandia według Jarka Nowaka **6.50** Gorączka złota **8.45** Klan z Alaski **11.55** Złomowisko PL **13.55** Makłowicz w drodze **15.15** Farma Clarksona **16.15** Azja Express **17.55** Kryminalni (13, 1) **20.10** ★★★ Król życia – kom. Pol. 2015, reż. Jerzy Zieliński, wyk. Robert Więckiewicz **22.15** Detektywi. Na zlecenie (25) **23.00** Koszykówka: NBA: Orlando Magic – Washington Wizards **1.20** Kuba Wojewódzki **2.25** Szkoła (704) **3.25** Nowa Maja w ogrodzie **4.35** Szpital (979)

TVP Historia

DVB T

9.15 Czterej pancerni i pies (2) **10.20** Odnaleźć zaginione **10.50** Wszystkie kolory świata **11.50** Świat w filiżance herbaty **12.55** Era przyrody **14.00** Ex libris **14.30** ★★★ U Pana Boga za miedzą – kom. Polska 2009 **16.25** Felieton **16.35** Jeden dzień w Warszawie. ABBA w Polsce **17.30** Daleko od szosy (3) **18.55** Obłoki śmierci. Bolimów 1915 **20.10** Zbrodnie sprzed lat **21.05** ★★★★ Zaklinacz deszczu – dram. USA 1997 **23.25** ★★★ Ferrari – film biogr. W. Bryt./Wł. 2023

TVP Dokument

DVB T

10.55 Orlando – światowa stolica rozrywki **12.00** Opowieści o niedźwiedziu (s.11) **13.00** Lena na Kaukazie **13.30** Pociąg do Polski **14.00** Fascynujące migracje **15.00** Abruzja – klejnot Włoch. Dzika natura **16.05** Misja SolarStratos **17.10** Weekendowe wypady z Greggiem Wallace'em **18.00** Lokalsi **19.00** Kino Muranów **20.10** The Beatles na Stadionie Shea: tamte słowa, tamten dzień **21.45** Camp Century – zimna wojna pod lodem (s.2) **22.45** Pasja według Agnieszki

Zoom TV

6.00 Kobra – oddział specjalny (11, 12) **8.00** Jakubiak rozgryza Polskę **9.35** Wojciech Cejrowski – boso przez świat **12.50** Sensacje XX w. **15.00** ★★★ Hallo Szpicbródka, czyli ostatni występ króla kasiarzy – komedia muzyczna Polska 1978 **17.20** O włos od śmierci **18.50** ★★★★ Gang Olsena wpada w szał – kom. krym. Dania 1976 **21.00** ★★★ Och, Karol – kom. Polska 1985, reż. Roman Załuski, wyk. Jan Piechociński **23.00** Adam szuka Ewy VIP. Holandia **0.00** Magia nagości. Polska

TLC

8.00 Wspólne życie XXL **9.00** Rubiales Vs Hermoso – pocałunek Pucharu Świata **10.00** Salon sukien ślubnych Goka: Wielka Brytania **11.00** Siostry wielkiej wagi **12.00** Wiza na miłość: pierwsze spotkanie **16.00** Kiedy dzieci mają dzieci **18.00** Zaginieni **20.00** Wiza na miłość: na odwrót **22.00** Cztery żony i mąż **23.00** Dr Pryszczylla **0.00** Moje koszmarne stopy: Kłopoty z bąblami **1.00** Wiza na miłość: na odwrót **3.00** Cztery żony i mąż **4.00** Salon sukien ślubnych

Nowa TV

DVB T

6.00 Wehikuł czasu **6.20** TV Okazje **6.55** Wehikuł czasu **7.30** Interwencja – taka jest Polska **8.20** Frieren. U kresu drogi: Aura Gilotyna / Potężna magini **9.30** Dragon Ball Super **11.00** Nowa rewia kabaretowa **15.00** Miodowe lata: Idol / Obiecujący młody człowiek / Napad / Koniec świata / Płyn na porost włosów **19.00** Śmierć pod palmami (5-8, 1) **0.00** Ślad (95): Śmiertelna fantazja **1.00** Łowca pedofilów **3.00** TV Okazje **3.50** Wehikuł czasu **4.00** Daleko od noszy (25, 26) **5.00** Pod lupą

WP

DVB T

6.00 Ucieczka na wieś **7.00** Morderstwa w Midsomer (4) **9.10** Komisarz Cassandre: zbrodnie w Alpach (4) **11.00** Pogoda **11.10** Wariaci za kierownicą **12.10** Pokochaj lub sprzedaj – Quebec **13.05** Pokochaj lub sprzedaj – Vancouver **15.00** Policjanci w akcji **16.00** Policjanci z sąsiedztwa **16.55** Pogoda **17.00** Policjanci z sąsiedztwa **21.00** Strażacy z sąsiedztwa **21.50** Pogoda **22.00** Impreza z Mistrzami Kabaretu **23.00** Mistrzowie kabaretu: Michał Wójcik / Kabaret Ani Mru Mru

Marzyciel

Znajomość z Daviesami jest dla pisarza inspiracją do stworzenia Piotrusia Pana

PARAMOUNT 15:30 ★★★★

Przeżywający kryzys twórczy pisarz James Matthew Barrie spotyka czarującą wdowę



Sylvię Llewelyn Davies i jej synów. Znajomość przeradza się w przyjaźń, a potem w miłość. Barrie jest żonaty, dlatego otoczenie sceptycznie odnosi się do jego relacji z wdową.

Harry Potter i kamień filozoficzny

Wielka przygoda Harry'ego rozpoczyna się w dniu jego jedenastych urodzin

TVN 19:45 ★★★★

Harry dowiaduje się, że jest synem dwojga potężnych czarodziejów i że on sam również ma



nadzwyczajne zdolności magiczne. Otrzymuje zaproszenie do elitarnej szkoły magii i czarodziejstwa, gdzie poznaje nowych przyjaciół i odkrywa tajemnicę kamienia filozoficznego.

Strażnik czasu

Max musi cofnąć się w czasie. Ma nadzieję, że uda mu się także zapobiec śmierci żony

AMC 20:00 ★★★

Max pracuje dla tajnej agencji kontrolującej podróże w czasie. Wpada na trop skorumpowa-



nego polityka manipulującego przeszłością, by przejąć kontrolę nad przyszłością. Rozpoczyna się wyścig z czasem, którego stawką jest nie tylko jego życie, ale i los całego świata.

Red 2

Marzenia o życiu pełnym emocji mogą się czasem spełnić i być bardzo niebezpieczne

TVP 1 21:25 ★★★

Były agent CIA Frank żyje w związku z Sarah. Jej marzenie o niebezpiecznej przygodzie spełnia się za sprawą skradzionej broni Night-



shade. Panuje przekonanie, że Frank i jego były partner Marvin są w posiadaniu urządzenia nuklearnego, które wielu chciałoby zdobyć. MI6 wydaje na nich wyrok śmierci.



Opowieści o niedźwiedziu

O tych zwierzętach opowie znany leśnik Kazimierz Nóżka

TVP DOKUMENT 12:00

Bieszczady potrafią zachwycić widokami o każdej porze roku. A gdy na horyzoncie pojawią się niedźwiedzie oraz Kazimierz Nóżka, to aż chce się rzucić wszystko i po prostu tam pojechać. Zobaczymy unikatowe ujęcia bieszczadzkich niedźwiedzi podczas miłosnych uniesień, wychowywania młodych, zabawy czy wspinania się na drzewa.



Najdziwniejsze przedmioty

W muzeach i laboratoriach kryją się bardzo tajemnicze obiekty

NATIONAL GEOGRAPHIC 18:00

Analiza maski Tutanchamona ujawnia, że wykryte na niej imię faraona mogło zastąpić inne, jakby próbowano zatrzeć czyjąś tożsamość. Kolejna zagadka dotyczy tajemniczych konstrukcji z drewna, lin i prochu, odkrytych w Ameryce Północnej w czasie II wojny światowej. Rozwiązania wymaga też tajemnica pewnej butelki z Londynu

eprasa.pl 1eaf2615f9

TVP 1



Zaraz wracam

7.00 Msza św. w Łagiewnikach **8.00** Tydzień **8.30** Polskie parki narodowe (18) **9.00** U Pana Boga w ogródku (12) **9.55** Ojciec Mateusz (335) **10.55** Komisarz Alex (332) **12.00** Anioł Pański **12.15** Między ziemią a niebem **12.45** Taize – Dom serca **13.10** Dzika Skandynawia (2) **14.05** Opowieści o niedźwiedziu **14.25** Rolnik szuka żony. Odwiedziny (11) **14.45** Alternatywy 4 (4)

16.00 Zaraz wracam (182-opis, 183) – serial Polska 2026
Karolina wraca po wyczerpującym przesłuchaniu w CBŚ i kategorycznie żąda od Janka, by zerwał kontakty ze swoją matką. Wiktoria wpada w panikę na wieść, że ciężarna Zuza nie wróciła na noc do Sary.
17.00 Teleexpress
17.35 Daję słowo – Maciej Orłoś: Prof. Jerzy Bralczyk
18.25 Minuta dla Twojego bezpieczeństwa (16)
18.40 Jaka to melodia?
19.30 19.30
19.55 Pytanie dnia
20.25 Rolnik szuka żony (12)
21.25 Rolnik szuka żony. Odwiedziny (12)
21.50 Miłość w Nowym Jorku ★★★ – dram. USA 2000 (s.15)
Reż. Joan Chen, wyk. Richard Gere, Winona Ryder, Anthony LaPaglia
23.45 Red 2 – komedia kryminalna ★★★ USA/Francja/Kanada 2013
Reż. Dean Parisot, wyk. Bruce Willis, John Malkovich, Mary-Louise Parker
1.45 Ostatnia walka Apacza ★★★ – western USA 1954

TVP 2



Na noże

5.10 Barwy szczęścia (3449, 3450) **6.25** M jak miłość (1960) – serial Polska 2026 **7.30** Pytanie na śniadanie – program infor.-publicyst.**10.30** Domowe patenty (21) **10.35** Jak to się mówi, czyli Kasia u Bralczyka (79) – program eduk. Polska **11.10** The Voice of Poland (17): Live – program rozryw. Polska 2026 **14.00** Familiada – teleturniej **14.35** Koło fortuny – teleturniej

15.10 Szansa na sukces. Opole 2026: Kasia Stankiewicz
16.10 Europa da się lubić – nowe pokolenie (12) – teleturniej, prowadzenie Katarzyna Zielińska
17.15 Tak to leciało! – teleturniej
18.15 Omnibus – szybcy i mądrzy – teleturniej
19.10 Kocham Cię, Polsko! – quiz
20.45 Na noże – komedia ★★★★ kryminalna USA 2019
Reż. Rian Johnson, wyk. Daniel Craig, Chris Evans, Michael Shannon
Słynny detektyw musi wyjaśnić tajemnicze okoliczności śmierci autora kryminałów. Benoit Blanc od początku wie jedno – wszyscy członkowie szalenie dysfunkcyjnej rodziny Thrombeyów są podejrzani.
23.00 Kwiatki polskie duże (20) – magazyn publicystyczny
0.00 Dzień z życia artysty (18): Stanisław Baj
0.40 Matylda (7) – serial kostiumowy Polska 2024
1.35 Syn (3, 4) – serial USA 2017
3.15 Baby Boom, czyli Kogel mogel 5 – komedia ★★★ obyczajowa Polska 2024

Polsat



Spadkobiercy

5.25 Telezakupy TV Okazje **6.00** Nowy dzień **8.00** Halo tu Polsat – program informac.-publicystyczny **10.45** Ewa gotuje (588) **11.25** Rybki z ferajny – film anim. USA/Francja/Korea Połud. 2004, dub. Cezary Pazura, Jarosław Boberek, Joanna Trzepiecińska **13.05** Jak wytresować smoka 3 – film anim. USA/Jap. 2019, dub. Grzegorz Drojewski, Julia Kamińska, Wojciech Machnicki

15.25 LEGO Masters. W drodze (3) – program rozrywkowy
16.30 Awantura o kasę – teleturniej, prowadzenie Krzysztof Ibisz
17.40 Hitster. Muzyczna gra przebojów (17) – program muzyczny Polska 2026
18.50 Wydarzenia
19.35 Być gwiazdą
19.55 Dancing with the Stars. Taniec z gwiazdami – program rozrywkowy
22.55 Spadkobiercy ★★★★ – komediodr. USA 2011
Reż. Alexander Payne, wyk. George Clooney, Patricia Hastie, Shailene Woodley
Żona Matta ulega wypadkowi i zapada w śpiączkę. Dotąd to ona zajmowała się domem i wychowaniem ich córek. Opiekę nad zbuntowaną nastoletnią Alex i młodszą Scottie przejmuje teraz Matt, który nie bardzo wie, jak sobie radzić.
1.35 Ted – komedia USA 2012 ★★★★
Reż. Seth MacFarlane, wyk. Mark Wahlberg, Mila Kunis, Seth MacFarlane
3.50 Kabaretowa Ekstraklasa
4.40 Disco gramy!

TVN



Harry Potter i Komnata Tajemnic

5.50 Uwaga! (7761) **6.10** Kuchenne rewolucje: Żnin, bar „Chicken Go" **7.10** Magda gotuje Internet (4) **7.45** Dzień Dobry TVN **11.30** Unboxing – Wielkie otwarcie (6) **12.05** Co za tydzień (1270) **12.50** Kuchenne rewolucje: Żerczyce – Kukuryykuu **14.00** Studio **14.20** Skoki narciarskie: Puchar Świata mężczyzn w Ruce: 2. konkurs ind. na skoczni HS 142 – 1. seria

15.20 Studio Pucharu Świata
15.30 Skoki narciarskie: Puchar Świata mężczyzn w Ruce: 2. konkurs indywidualny na skoczni HS 142 – 2. seria
16.20 Studio Pucharu Świata
16.45 Asterix podbija Amerykę – film anim. Niemcy/Fr./Hiszpania/USA/W. Bryt./Kanada/Dania/Jap. 1994
18.30 Niezwykłe Stany Prokopa – serial dok. Polska 2026
19.00 Fakty
19.45 MasterChef – show
21.35 Harry Potter i Komnata Tajemnic ★★★★ – film przygod. W. Bryt./USA 2002
Reż. Chris Columbus, wyk. Daniel Radcliffe, Rupert Grint, Emma Watson
Hogwart nie jest już bezpieczny i profesor Dumbledore musi przyznać, że w murach akademii czai się zło. Na ścianie pojawia się napis obwieszczający, że legendarna komnata tajemnic została otwarta.
1.05 Robin Hood: Początek ★★★ – film przyg. USA 2018
3.30 Superwizjer
4.05 Uwaga! – magazyn
4.20 Down the road (6)

TVN 7



Jack Reacher: Nigdy nie wracaj

6.50 New Looney Tunes (10, 11) **7.20** ★★★ Gremliny II – film sf USA 1990 **9.25** Top Model (13) **11.05** Ukryta prawda (1639-1642) **15.10** Szpital św. Anny (142, 143) **17.10** Detektywi (338) **18.10** ★★ Akademia policyjna IV: Patrol obywatelski – kom. USA 1987, reż. Jim Drake, wyk. Steve Guttenberg **20.00** ★★★ Jack Reacher: Nigdy nie wracaj – film krym. USA/Chiny 2016, reż. Edward Zwick, wyk. Tom Cruise **22.40** ★★★ Miasto złodziei – dramat USA 2010, reż. Ben Affleck, wyk. Ben Affleck **1.05** ★★★ Dziewczyna moich koszmarów – kom. rom. USA/Meksyk 2007, reż. Bobby Farrelly, Peter Farrelly, wyk. Ben Stiller

TV Puls

6.00 Taki jest świat (47) **6.35** Kobra – oddział specjalny (7) **7.35** Don Matteo: Boski detektyw (17, 18) **9.40** Rodzinny interes (45, 46) **11.35** ★★★ Szklanką po łapkach – komedia USA 1996 **13.25** ★★★ Need for Speed – film sens. USA/Indie 2014 **15.55** ★★ Blondynka w koszarach – kom. obycz. USA 2008 **17.55** ★★★ Niemożliwe – film kat. USA/Hiszp./Tajland. 2012 **20.00** ★★★ Diablo – film sens. USA 2025 **22.00** ★★★★ Terminator 2: dzień sądu – film sf USA 1991 **0.55** ★★ Syberia – film krym. Niemcy 2018

Puls 2

7.00 Taki jest świat (47) **7.25** Aukcja w ciemno (17-19) **8.55** Wojciech Cejrowski. Boso – Meksyk/Paragwaj (1-3) **10.35** ★★★ Hibernatus – komedia Fr./Wł. 1969 **12.20** ★★★★ Gamoń – kom. Hiszp./Fr./Wł. 1965 (s.15) **14.40** ★★★ Kapryśny książę – film fant. Czechy 2022 **16.40** ★★★ Zaczarowany nos – film fant. Niemcy 2021 **18.45** ★★★ Duch w butelce – film fant. Niemcy 2021 **20.00** ★★★ Akt odwagi – film sens. USA 2012 **22.05** ★★★ Wojna Harta – dram. USA 2002 **0.30** Dzielnica strachu (139)

TVP Polonia

7.30 Pytanie na śniadanie **10.30** Świętokrzyskie krajobrazy (3) **10.55** UNESCO: Skarby Polski (11) **11.25** Makłowicz w podróży (132) **11.55** Między ziemią a niebem **12.00** Anioł Pański **12.15** Między ziemią a niebem **12.50** Słowo na niedzielę **13.00** Msza święta z kościoła pw. św. Jerzego w Rydułtowach **14.15** Studio Betclic 1. Ligi **14.20 (L)** Piłka nożna: ŁKS Łódź – Lechia Gdańsk **17.00** Teleexpress **17.25** M jak miłość (1951) **18.20** Do śmiechu! (62) **19.10** Laskowik & Malicki (9) **19.30** 19.30 **19.55** Pytanie dnia **20.20** Komisarz Alex (305) **21.15** ★★★ Planeta singli – kom. Pol. 2016, reż. Mitja Okorn, wyk. Maciej Stuhr **23.30** Gabi Drzewiecka zaprasza **0.25** Muzeum polskiej piosenki (118)

TV Trwam

11.45 Solidarność – narodziny wolności **12.00** Anioł Pański z Ojcem Świętym Leonem XIV **12.15** Papież Polak do rodaków **12.40** Posłani **14.05** Akwarelowy dotyk świętych **14.15** Miasteczko na rozdrożu (2) **15.00** Wieś to też Polska **16.10** Koncert życzeń **16.50** Mateczniki polskości **17.00** Natura et Homo **17.30** Sól Ziemi **18.15** Rozmowy niedokończone **19.30** Baśniowy teatr lalek **20.00** Informacje **20.20** Różaniec **20.50** Myśląc Ojczyzna **21.00** Apel Jasnogórski **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 **23.30** Tam, gdzie Bóg płacze **0.10** Informacje

TVP Kultura

8.00 Nabożeństwo luterańskie w Warszawie **9.00** Cykl adwentowy (1) **9.15** Wspólny dom (43) **9.55** Pamiętniki Sherlocka Holmesa (6) **11.00** Pan wzywał, Milordzie? (4) **12.05** Teatr TV: Dziób w dziób – spektakl Polska 2019 **13.05** ★★★★ Cyd – film przyg. USA/Wł. 1961 **16.10** Czterdziestolatek (16) **17.15** Studio Kultura – niedziela z... **18.10** Violetta – taka jestem – Koncert Violetty Villas (s.2) **19.15** Violetta Villas śpiewa dla zakochanych **20.00** ★★★ Lucie Aubrac – dram. Fr. 1997, reż. Claude Berri, wyk. Carole Bouquet **22.10** Porozmawiajmy szczerze (33) **22.50** Niebezpieczne życie Paula Gauguina – film dok. W. Bryt. 2019 **0.00** Bestie wokół nas – film anim. **0.10** Zasoby ludzkie – film anim.

Super Polsat

6.05 Wydarzenia 21:50 **6.40** SuperLudzie (40) **7.15** Były sobie Ameryki (2-6) **10.00** Pokochaj lub sprzedaj (3) **11.00** ★★★ Ania z Zielonego Wzgórza – film przyg. Kan. 2016 **12.50** ★★ Słyszeliście o Morganach? – kom. romant. USA 2009 **15.00** ★★★★ Wojna o planetę małp – film sensac. USA/Kan./Nowa Zel. 2017 **18.00** Pokochaj lub sprzedaj (4) **19.00** Randka w ciemno (10, 11) **21.00** ★★★★ Zawód szpieg – film sensac. USA/W. Bryt./Niemcy/Jap./Fr. 2001, reż. Tony Scott, wyk. Robert Redford **23.40** ★★★★ Desperado – film sensac. USA/Meksyk 1995, reż. Robert Rodriguez, wyk. Antonio Banderas **1.50** Backdoor – Wyjście awaryjne (9) **2.20** Randka w ciemno (10) **3.20** Złomiarze (3)

TV 6

6.00 Columbo (16, 17): Słodka, lecz śmiertelna / Koneser win – serial krym. USA 1973 **9.35** Poirot (1): Tajemnice błękitnego ekspresu – serial krym. W. Bryt. 2005 **11.50** ★★★★ Władcy umysłów – film sf USA 2011, reż. George Nolfi, wyk. Matt Damon, Emily Blunt (s.3) **14.00** Policjantki i policjanci (311-314) **18.00** Strażnik Teksasu (4, 5): Anioł zemsty / Wielkie zmiany – serial sensac. USA 2000 **20.00** CSI: Kryminalne zagadki Miami (93, 94): Siła ciążenia / Martwa cisza – serial krym. USA 2006 **22.00** Kości (235, 236): Nadzieja mimo horroru / Mózg bota – serial krymin. USA 2017 **0.00** ★ Cudzoziemiec – film sens. USA/Polska 2003, reż. Michael Oblowitz, wyk. Steven Seagal, Max Ryan **2.00** Krejzi Patrol (14)

TV 4

6.00 Łowcy skarbów. Kto da więcej (467) **6.55** Najdziwniejsze domy świata (3) **8.00** Największy pies świata – film dok. **9.00** A na deser... (22) **9.15** Galileo (1230, 1231) **11.15** Mini Galileo (31, 215) **11.55** ★★★★ Powrót do przyszłości II – film przygod. USA 1989, reż. Robert Zemeckis, wyk. Michael J. Fox, Christopher Lloyd, Lea Thompson **14.20** ★★★ Godzilla – film sens. USA/Jap. 1998 **17.05** ★★★ Lot 93 z Newark – film sens. Kan./USA 2006 **19.00** Uroczysko (235, 236) **20.00** Sprawiedliwi. Trójmiasto (205-208) **0.00** STOP Drogówka (387) **1.00** Hitler: mroczny urok dyktatora (3) – serial dok. **3.10** SuperLudzie Extra (31) **3.25** Lubię Disco! (310) **4.25** Top 10 lista przebojów (2975)

Teraz możesz widzieć wszystko w MAKSYMALNYM POWIĘKSZENIU!



Odczytywanie recept, rachunków, ulotek leków czy programu TV sprawia Ci trudność? Denerwujesz się, że nawleczenie igły na nitkę, przyszycie guzika czy przykręcenie śrubki zabiera Ci zbyt dużo czasu? Twoje oczy męczą się od czytania drobnego druku w gazecie, przepisów w książce kucharskiej czy SMS-ów w telefonie?

JUŻ DZIŚ SPRAW SOBIE NOWE *MULTIFUNKCYJNE LUPO-OKULARY!*

Powiększające lupo-okulary są ultralekkie i wygodne w noszeniu. Dzięki elastycznym oprawkom dopasowują się zarówno do kobiecej, jak i męskiej głowy. Uniwersalny rozmiar i przedłużone zauszniki umożliwiają **założenie lupo-okularów na okulary korekcyjne,** co dodatkowo poprawia komfort użytkowania. Nosząc je, możesz zobaczyć nawet **najdrobniejsze szczegóły w maksymalnym powiększeniu 160%,** bez konieczności trzymania szkła powiększającego!

Dzięki temu **zawsze masz wolne ręce,** więc swobodnie i bez wytężania wzroku możesz:

- ✔ **czytać książki** i gazety, rozwiązywać krzyżówki;
- ✔ **odczytać etykietę na leku,** instrukcję obsługi, paragon, receptę, wiadomość SMS;
- ✔ **szyć, haftować,** malować, majsterkować;
- ✔ **nawlec igłę,** wyciągnąć drzazgę, przykręcić śrubkę, obciąć paznokcie…

Lupo-okulary świetnie sprawdzą się zarówno przy codziennych czynnościach w domu, jak i podczas wizyty **w sklepie, banku czy urzędzie.** Mogą być również bardzo przydatne dla jubilerów, zegarmistrzów, elektroników i hobbystów, którzy wykonują prace wymagające szczególnej precyzji!



Każdy detal staje się czytelny!





SUPERPOWIĘKSZENIE 160%

OFERTA TELEFONICZNA!

Masz szansę otrzymać powiększające multifunkcyjne lupo-okulary **za 87 zł!**
Oferta ważna do wyczerpania zapasów.
Ekspresowa i bezpieczna dostawa kurierem prosto do rąk własnych – 23 zł!

tel. 61 300 38 75

Pon.-pt. 8:00-20:00, sb. i niedz. 9:00-20:00
(Standardowy koszt połączenia telefonicznego dla danego operatora)

Producent: Globadvise Holding LTD 76 King Street, Manchester M2 ANH, Wielka Brytania; contactpl@globadvice.info

TWT Group Sp. z o.o., Marszałkowska 58, 00-545 Warszawa. Szczegóły oraz informacje dotyczące procedury zwrotów i reklamacji dostępne są pod adresem: https://info-for-customers24.com/statute/pl/.

eprasa.pl 1eaf2615f9

Ale Kino+

6.30 Polska z góry **7.00** Czarna woda – film krótkom. Polska 2023 **7.25** Grantchester (7, 8) **9.30** ★★★ Storm – dramat Norwegia 2022 **11.20** Sprawa nierozwiązana (6-10) **13.50** ★★★ Pies przed sądem – kom. Szwajc./Fr. 2024 **15.30** ★★★ Pęknięte lustro – kom. krym. W. Bryt. 1980, reż. Guy Hamilton, wyk. Angela Lansbury, Elizabeth Taylor (s.15) **17.40** ★★★★ P.S. Kocham Cię – melodr. USA 2007 **20.10** Crá. Torfowiska (1-6) **2.15** Król (5) **3.40** ★★★ Żurek – dramat Polska 2003

Kino Polska

8.00 ★★★ Milion za Laurę – kom. Pol. 1971 **10.00** ★★★ Dziewczyna szuka miłości – film obycz. Pol. 1938 **11.40** ★★★★ Poszukiwany, poszukiwana – kom. Pol. 1972 **13.35** ★★★★ Rozmowy kontrolowane – kom. Pol. 1991 **15.40** ★★★★ Tam i z powrotem – film sens. Pol. 2001 **17.50** ★★★ Orzeł. Ostatni patrol – dram. Polska 2022 **20.00** ★★★ Niepokonani – dramat hist. USA/Emir. Arab./Polska/Indie/Arab. Saud. 2010 (s.15) **22.50** Tama **23.30** ★★★★ Dzień świra – kom. Polska 2002

Polsat Film

9.55 Jeźdźcy smoków: Na końcu świata **10.55** Kung Fu Panda: Święta, święta i Po – film anim. **11.30** Pada Shrek – film anim. **12.00** Epoka lodowcowa – film anim. **13.40** ★★★ Ace Ventura: Zew natury – kom. USA 1995 **15.40** ★★★ Kowboje i obcy – western USA/Indie 2011 **18.00** ★★★ Robin Hood: książę złodziei – film przygod. USA 1991 **21.00** ★★★ Bad Boys – kom. sens. USA 1995, reż. Michael Bay, wyk. Will Smith **23.30** ★★ Futro z misia – kom. Polska 2019 **1.40** Ślad (6)

Stopklatka

DVB T

6.00 Komisarz Rex (8-11) **10.00** Hudson i Rex (6-8) **13.00** Komisarz Montalbano (36) **15.35** ★★★ Ucieczka z Pretorii – thriller Australia/RPA/W. Bryt./USA/Niemcy 2020 **17.40** Czterej pancerni i pies (1, 2) **20.00** ★★★ Złe mamuśki 2: Jak przetrwać święta – kom. USA 2017, reż. Jon Lucas, Scott Moore, wyk. Mila Kunis **22.05** ★★★ Na układy nie ma rady – kom. Pol. 2017 **23.55** ★★★ Komedia małżeńska – kom. Polska 1993 **2.05** ★★★ Prywatne śledztwo – film sens. Polska 1986

Canal+ Premium

9.00 ★★ Zmiennokształtni 2 – film fantasy Niemcy 2026 **10.40** ★★★★ To był zwykły przypadek – thriller Fr./Luks./Iran/USA 2025 **12.25** ★★★ Listy do Julii – kom. rom. USA 2010 **14.10** The Office PL (7, 8) **15.10** ★★★★ Kopnięci w czasie – kom. Fr./Belg. 2025 **16.55** Wstęp **17.25** (L) Piłka nożna: Legia Warszawa – Wieczysta Kraków **19.35** ★★★ Pompeje – film kat. USA2014 **21.25** ★★★ Samotnik – film sensac. W. Bryt. 2026 **23.10** ★★★ Przyjmij/Odrzuć – thriller USA/Irlandia 2025

HBO

8.45 ★★★★ P.S. Kocham Cię – melodramat USA 2007 **10.50** ★★★ Eleanor Wspaniała – dramat USA 2025 **12.30** Fantastyczny Pan Lis – film anim. W. Bryt./USA 2009 **13.55** Żywiciel rodziny – kom. USA 2026 **15.35** ★★★★ La Grazia – dramat Wł. 2025 **17.45** ★★★★ Bohemian Rhapsody – film biograf. USA/W. Bryt. 2018 **20.00** Po polowaniu – thriller USA/Wł. 2025 **22.15** ★★★★ Batman – film sens. USA 2022 **1.05** ★★★★ Dotyk – dramat Isl./W. Bryt. 2024 **3.00** Pozłacany wiek (5)

Paramount

6.00 Pingwiny z Madagaskaru **8.00** ★★★ Mali agenci – kom. USA 2001 **9.55** ★★★★ Marzyciel – film biogr. USA/W. Bryt. 2004 **12.05** ★★★★ Dirty Dancing – film muz. USA 1987 **14.25** ★★★ Zaginione miasto – kom. USA 2022 **16.50** ★★★ Wielki Gatsby – dramz USA 1974 (s.15) **20.00** ★★★★ Dungeons & Dragons: Złodziejski honor – fant. USA 2023 **23.00** ★★★★ Ciche miejsce 2 – horror USA 2020 **0.50** ★★★ Eurotrip – kom. USA 2004 **2.50** ★★★★ The Northman – film przyg. USA 2022

Polsat 2

6.30 Sekrety rodziny **7.30** Z klimatem i z pasją **8.00** Sekrety rodziny **9.00** Trudne sprawy **14.00** Zawód: Glina **17.00** Nasz nowy dom **18.10** Sekrety rodziny **20.10** ★★★ Metro strachu – film sensac. USA/W. Bryt. 2009, reż. Tony Scott, wyk. Denzel Washington, John Travolta **22.30** ★★ Snajper III – film sensacyjny USA 2004, reż. P.J. Pesce, wyk. Tom Berenger, Byron Mann **0.10** Bracia (8) **1.20** Wydarzenia **2.00** Świat według Kiepskich (35) **2.30** Super-Ludzie **3.05** #JesteśmyDlaDzieci

TVP Seriale

5.50 Zmiennicy (6) **6.55** Na sygnale (958-961) **9.10** Stawka większa niż życie (12, 13) **11.30** 07 zgłoś się (2, 3) **13.35** Ojciec Mateusz (38, 39) **15.25** Komisarz Alex (332) **16.30** Ranczo (75): Kontrrewolucja **17.30** 07 zgłoś się (4, 5) **19.45** Ojciec Mateusz (462, 40-41): Paragraf 130 / Wybory / Zbrodnia w bibliotece **22.30** Ranczo (76, 77) **0.15** Rodzinka.pl (328, 329) **1.20** Korona królów. Jagiellonowie (50, 51) **2.15** Krucjata. Znak bliźniąt (2) **3.00** Londyńczycy (8, 9) **3.15** Londyńczycy (9)

AXN

5.05 FBI: International (12) **6.30** ★★ Oficer Blart 2 – kom. sens. USA 2015 **8.10** Agenci NCIS (10) **9.10** Walker: Strażnik Teksasu (14) **10.05** Detektyw Monk (11-13, 1-2) **15.05** CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas (6-10) **20.00** ★★★ Londyn w ogniu – film sens. USA/W. Bryt./Bułg. 2016 **22.00** ★★★ Świat w ogniu – thriller USA/W. Brytania/Portugalia/Kanada/Bułg. 2019 **0.15** ★★★★ Adrenalina – film sens. USA 2006 **2.10** ★★★★ Dzień Świstaka – kom. USA 1993 **4.10** Agenci NCIS: Hawaje (11)

13 Ulica

6.35 Follow (5) **7.30** Bez śladu (12-16) **11.55** Kapitan Marleau (2-4) **18.00** Kasandra (3) – serial krym. Fr. **20.00** Zabójstwo w Périgord – film krym. Fr. 2025, reż. Muriel Aubin, wyk. Andréa Furet **22.00** Zabójstwo w Balagne – film krym. Fr. 2025, reż. Octave Raspail, wyk. Anne Suarez **0.00** ★★★ Morderstwa w Cornouaille – film krym. Fr. 2018, reż. Franck Mancuso, wyk. Sagamore Stévenin **2.10** ★★★ Morderstwo w Sainte Baume – film krym. Fr. 2022 **4.10** Niewidomy detektyw (2)

FX

7.05 CSI: Kryminalne zagadki Miami (19-21) **9.50** CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku (5-7) **12.35** Z Archiwum X (4, 5) **14.25** ★★★★ Królestwo niebieskie – dramat W. Bryt./Niemcy/Hiszp./Maroko/USA/Wł./Fr. 2005 **17.25** ★★★ Faceci w czerni 3 – film sf USA 2012 **19.35** ★★★ xXx – film sensac. USA 2002 **22.00** ★★★ Rambo II – film sens. USA/Meksyk 1985 **0.00** Tulsa King (6) **0.55** CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas (17, 18) **2.50** CSI: Kryminalne zagadki Miami (22, 23)

Eurosport 1

8.50 (L) Kombinacja norw.: PŚ (m) w Ruce **9.30** Skoki narc.: PŚ (m) w Ruce **10.00** (L) Skoki narc.: PŚ (k) w Hinzenbach **12.00** Studio **12.45** (L) Skoki narc.: PŚ (m) w Ruce **13.45** Studio **14.20** (L) Skoki narc.: PŚ (m) w Ruce **16.00** Studio **16.30** Narc. alp.: PŚ (k) w Killington **17.00** Narc. alp.: PŚ (m) w Copper Mountain **17.45** (L) Narc. alp.: PŚ (m) w Copper Mountain **19.30** (L) Narc. alp.: PŚ (k) w Killington **20.45** (L) Narc. alp.: PŚ (m) w Copper Mountain **22.15** Skoki narc.: PŚ (m) w Ruce

Eurosport 2

8.30 Snooker: Mistrz. W. Bryt. **9.45** (L) Biegi narc.: PŚ (m) w Ruce **10.55** (L) Komb. norw.: PŚ (m) w Ruce **11.55** (L) Biegi narc.: PŚ (k) w Ruce **13.00** Biegi narc.: PŚ (m) w Ruce **13.45** The Power of Sport **14.00** (L) Snooker: Mistrz. W. Bryt. **17.30** Saneczk.: PŚ (m) w Winterbergu **18.00** Saneczk.: PŚ (k) w Winterbergu **18.30** Biegi narc.: PŚ (k) w Ruce **19.00** Snooker: Mistrz. W. Bryt.w Yorku **20.00** (L) Snooker: Mistrz. W. Bryt. w Yorku **23.30** Narciarstwo alp.: PŚ (k) w Killington

Polsat Sport 1

5.05 (L) Łyżwiarstwo fig.: ISU GP – NHK Trophy w Tokio **8.00** Siatkówka: TAURON Liga **11.00** Cafe Futbol **12.30** Siatkówka: TAURON Liga **14.45** (L) Siatkówka: TAURON Liga: Podziemia Kredowe ChKS Chełm – Aluron CMC Warta Zawiercie **17.50** (L) Siatkówka: TAURON Liga Kobiet: MOYA Radomka Radom – UNI Opole **20.20** (L) Siatkówka: TAURON Liga Kobiet: KS DevelopRes Rzeszów – Metalkas Pałac Bydgoszcz **23.00** Siatkówka: TAURON Liga **1.00** Siatkówka: TAURON Liga

TVP Sport

DVB T

8.40 Piłka nożna: Bruk-Bet Termalica Nieciecza – Stal Rzeszów **10.55** Rozmowy na medal plus **12.00** NBA Action **12.35** Studio **12.55** (L) Biatlon: PŚ mężczyzn w Kontiolahti **14.25** (L) Piłka nożna: ŁKS Łódź – Lechia Gdańsk **17.00** Studio **17.25** (L) Piłka nożna: Legia Warszawa – Wieczysta Kraków **20.15** Biatlon: PŚ kobiet w Kontiolahti **21.35** Sportowy wieczór **22.00** (L) NBA: San Antonio Spurs – Boston Celtics **0.45** Piłka nożna: Legia Warszawa – Wieczysta Kraków

Canal+ Sport

8.20 Liga+ **9.30** Wysoki pressing **11.00** Byłem królem **11.50** Piłka nożna: LaLiga EA Sports: Real Madryt – Deportivo Alavés **13.55** (L) Piłka nożna: Valencia CF – CA Osasuna; Deportivo A Coruña – FC Barcelona; RC Celta – Villarreal CF **20.55** Jazda o złoto. Żużel na podsłuchu **23.00** Sport+ **0.05** Hola La-Liga!: 14. kolejka **1.15** Piłka nożna: PKO BP Ekstraklasa: Górnik Zabrze – Wisła Płock **3.40** Premier League: The Big Interview **4.20** Jazda o złoto. Żużel na podsłuchu

Canal+ Sport 5

8.20 Premier League Stories **8.55** Premier League: The Big Interview **9.30** Wysoki pressing **11.10** Piłka nożna: PKO BP Ekstraklasa: Widzew Łódź – KGHM Zagłębie Lubin **13.30** Turbokozak: Łukasz Fabiański **14.00** (L) Dart: Ladbrokes Players Championship Finals: Ćwierćfinały **18.15** Wysoki pressing **20.00** (L) Dart: Ladbrokes Players Championship Finals **0.15** MMA: ala ONE Friday Fights 180 na Lumpinee Boxing Stadium w Bangkoku **1.30** Premier League: The Big Interview

Eleven Sports 1

9.00 Piłka nożna: Torino FC – SS Lazio **10.45** Formuła 2: GP Kataru **11.45** Formuła 1: GP Kataru **12.55** (L) Formuła 2: GP Kataru **14.15** Padok IRL: Grand Prix Kataru **15.00** (L) Formuła 1: GP Kataru **15.30** Studio GP **16.55** (L) Formuła 1: GP Kataru **19.00** Studio GP **20.05** Podróż do świata calcio **20.45** Studio Ligi Portugal Betclic **21.25** (L) Piłka nożna: FC Porto – Sporting CP **23.30** Studio Ligi Portugal Betclic **23.50** Eleven Gol Live **1.10** Formuła 1: GP Kataru **3.05** Pierwszy tytuł Kloppa

Polsat Sport 3

8.00 Tenis: Finały Pucharu Davisa: Półfinał **10.00** Bobsleje: PŚ w Altenbergu **12.00** (L) Bobsleje: PŚ kobiet w Altenbergu: 1. przejazd dwójek **13.30** (L) Bobsleje: PŚ kobiet w Altenbergu: 2. przejazd dwójek **15.00** (L) Tenis: Finały Pucharu Davisa: Finał **17.00** (L) Tenis: Finały Pucharu Davisa: Finał **19.00** (L) Tenis: Finały Pucharu Davisa: Finał **21.00** Łyżwiarstwo figurowe: ISU GP – NHK Trophy w Tokio **23.00** Piłka nożna: Copa Libertadores: Palmeiras – Estudiantes La Plata **1.00** Babilon MMA

TVN 24

8.00 Serwis informacyjny **8.35** Strefa kibica – zima **9.00** Serwis informacyjny **10.45** Kawa na ławę **11.55** Loża prasowa **12.50** Ewa Ewart poleca – dokument w TVN24 **14.00** Serwis informacyjny, pogoda **16.00** Fakty po południu **18.00** Serwis informacyjny, pogoda **18.30** Ranking Mazura **19.10** Serwis informacyjny **19.25** Fakty po Faktach **20.00** W kuluarach **21.30** Serwis informacyjny, pogoda **22.00** Szkło kontaktowe **23.00** Dzień po dniu **23.43** Strefa kibica – zima. Kroniki

Polsat News

9.00 Msza święta ze Świątyni Opatrzności Bożej **9.55** Śniadanie Rymanowskiego **11.00** Polityczny wf z gościem **12.00** W rytmie dnia **12.50** Wydarzenia **13.30** W rytmie dnia **14.00** W rytmie dnia **14.55** Pogoda **15.00** W rytmie dnia **15.40** Pogoda **15.50** Wydarzenia **16.30** W rytmie dnia **17.30** Z drugiej strony **18.35** Debata polityczna **19.15** Gość „Wydarzeń" **19.40** Śniadanie Rymanowskiego **21.00** Polsat News ujawnia **21.50** Wydarzenia wieczorne **22.30** Dzień na świecie

TVP Info

DVB T

10.30 Serwis info **11.00** Wydarzy się **12.00** Serwis info **13.00** Jan Paweł II – dzisiaj **13.22** Serwis info **13.30** Polscy szpiedzy **14.14** Serwis info **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 **19.07** Trochę kultury **19.30** 19.30 **19.58** Pytanie dnia **20.15** Raport specjalny **21.00** Serwis info wieczór

TVP 3

DVB T

9.25 Rok w ogrodzie **10.30** Tydzień **11.00** Msza święta na Jasnej Górze **12.00** Całkiem niezła historia **12.25** Ktokolwiek widział, ktokolwiek wie... **13.00** Piosenka dla Ciebie **14.00** Rączka gotuje **15.00** Koronka do Miłosierdzia Bożego **15.25** (L) Piłka nożna: Resovia Rzeszów – Znicz Pruszków **20.00** Dziennik regionów **20.15** Całkiem niezła historia **20.30** Sanatoria **22.00** Dziennik regionów **22.30** Ktokolwiek widział, ktokolwiek wie... **23.00** Kościół z bliska **23.30** Całkiem niezła historia

TVP Rozrywka

8.25 Górna półka smaku **9.00** Między pokoleniami **9.30** Koło fortuny **10.10** Tańcząca ze światem **10.50** Szansa na sukces. Opole 2027 **11.55** Postaw na milion **13.45** Prywatne życie zwierząt **14.15** Super Gary. Gotuj z Bosacką! **14.55** Tak to leciało! **15.45** Moje przeboje **16.20** Jeden z dziesięciu **17.35** Koło fortuny **18.15** Szansa na sukces. Opole 2027 **19.20** Tygodnik Moralnego Niepokoju **20.00** Jaka to melodia? **21.00** Kocham Cię, Polsko! **22.25** Minuta dla Twojego bezpieczeństwa

Planete+

8.10 Krajobrazy świata **10.20** Najdzikse ostępy Europy **11.25** Włochy z góry **12.30** Na targach świata **13.05** Polska z góry. Nad wodą **13.35** Krajobrazy świata **14.40** Łaty i pręgi **15.45** Lamparty z Parku Yala na Śri Lance **16.50** Ratując gepardy **18.00** Dokąd dzisiaj? **18.40** Polska z góry. Naj... w Polsce **19.45** Karl Lagerfeld. Objawienie **20.45** Prost **22.00** Clint Eastwood. Ostatnia legenda **23.10** Ctrl+Sex+Śmierć **0.20** Jak wygrać z Ku Klux Klanem **1.25** Polska z góry...

BBC Earth

8.40 W okowach mrozu **9.40** Dzikie zakątki Ziemi z Simonem Reevem **11.00** Attenborough i morski smok **12.10** W okowach mrozu **13.15** Dziki połów: nieznane wody **14.20** Dzika Wielka Brytania **16.35** Życie na pustkowiu **18.40** Szlakiem wulkanów **19.45** Zielona planeta: Pustynie **20.55** Attenborough i morski smok **22.05** W okowach mrozu **23.05** Na krawędzi katastrofy **0.05** Fenomeny współczesnego życia **1.15** Zabójcza pogoda **2.00** W okowach mrozu

Discovery Channel

8.00 Sekrety Houdiniego **9.00** Złomowisko PL **11.00** Lotnisko **12.00** Przystanek Bieszczady **13.00** Wyzwanie: przetrwanie **14.00** Gorączka złota **15.00** Alaska w budowie **16.00** Budowa na końcu świata **17.00** Celnicy na straży Niemiec **18.00** Celnicy na straży Danii **19.00** Kroniki policyjne: Szwecja **20.00** Gorączka złota **22.00** Alaska w budowie **23.00** Kroniki policyjne: Szwecja **0.00** W oku cyklonu: Łowcy burz **1.00** Sekretne życie kasyna w Las Vegas **2.00** Królowie asfaltu

TVN Turbo

9.20 Raport końcowy **9.45** Co tu się odjechało? **10.15** Uwaga! Oszust: Ściema z ogłoszenia **10.45** Wojny samochodowe **11.45** Z drugiej ręki **12.30** Jeździć, obserwować **13.15** Naprawy nie do naprawy **14.00** Zawodowi handlarze **15.30** Po raz trzeci. Sprzedane! **16.15** Kupione, zrobione, sprzedane **17.15** Ciężarówką przez Malezję **18.15** Raport końcowy **18.40** Mobilni mechanicy **19.25** Wojny samochodowe **21.25** Zawodowi handlarze **22.10** Kupione, zrobione, sprzedane

TVN Style

5.10 MasterChef **6.45** Zgłoś remont – spełniamy marzenia **7.45** Dzień Dobry TVN **11.30** Ostre cięcie **12.30** Jestem z Polski **16.40** Bitwa o gości **17.45** Nowa Szelągowska **18.45** Kuchenne rewolucje: Kołobrzeg – „Figa z makiem" / Bistro „No i fajnie", Zgierz **20.45** Ostre cięcie **21.50** Szalone Tokio **23.05** Jestem z Polski **0.10** Niezwykłe Stany Prokopa **1.10** Zagadki seksualności **1.45** Tu jest pięknie **2.30** Wiem, co jem i wiem, co kupuję **4.00** Ach, ta impreza!

Romance TV

8.05 Śledztwo prowadzi Watzmann (33-36) **12.15** ★★ Lato na Lazurowym Wybrzeżu – dram. Niem. 2024 **14.05** Weiss & Morales (3) **16.00** ★★ Lilly Schönauer: A potem była miłość – film obyczaj. Austria 2008 **17.55** Zwierzyniec doktor Mertens (89, 90) **20.00** ★★★ Romans w powietrzu – film obyczajowy USA 2020 **21.55** ★★★ Świąteczny azyl – kom. Kanada 2022 **23.45** Käthe i ja **1.40** ★★★ Romans w powietrzu – film obycz. USA 2020 **3.30** ★★★ Najlepsze na koniec – kom. Niemcy 2024

TVN Fabuła

7.05 Kino Buzz TOP5 **7.15** Magda M. (5-7) **10.20** ★★★ Bella i Sebastian III – film przygod. Fr. 2017 **12.05** ★★★ Stowarzyszenie wędrujących dżinsów – kom. USA 2005 **14.40** ★★★★ Złoto dla zuchwałych – film woj. USA/Jugosławia 1970 **17.45** ★★★ Godzilla i Kong: Nowe imperium – film sf USA 2024 **20.00** ★★★ Teściowie II – kom. obycz. Polska 2023 **22.00** ★★★ Jak przeżyć święta – kom. rom. USA 2004 **0.15** ★★★ Wojna światów – film sf USA 2005 **2.30** Seriaale Top 5

AMC

6.40 ★★★★ Atlas chmur – film sf Chiny/Niemcy/USA/Hongkong/Singapur/W. Bryt./Hiszp. 2012 **10.10** ★★★ Błękitna laguna: Przebudzenie – film przygod. USA 2012 **12.10** ★★ Kobiety – komediodramat USA 2008 **14.40** ★★★ W ciemność. Star Trek – film sf USA 2013 **17.30** ★★★ Piękne istoty – film fantasy USA 2013 **20.00** ★★★★ Underworld – thriller USA/W. Bryt./Niemcy/Węgry 2003 **22.30** ★★★ Wrota do piekieł – horror USA 2009 **0.30** ★★★★ Wściekłe psy – dramat USA 1992

BBC First

6.00 Ojciec Brown (8, 9) **7.30** Ulica nadziei (5) **8.25** Śmierć z dala od palm (5) **9.35** Sanditon (8, 1) **11.40** Co ludzie powiedzą? (1-3): Kolacja przy świecach / Moralność Elżbiety / Lekcja dobrych manier **13.35** Morderstwa w Midsomer (16, 1-3) **17.50** Z pamiętnika położnej (7) **18.55** Ulica nadziei (5) **19.55** Śmierć pod palmami (4) **21.00** Śledztwa siostry Bonifacji (5) **22.00** Dobijasz mnie (4-6) **1.00** Happy Valley (2) **2.10** Milczący świadek (5, 6) **4.05** Śmierć z dala od palm (5)

TTV

DVB T

8.50 Ciężarówką przez pół świata **9.45** Express **10.05** Idź na całość **11.05** Zakup w ciemno Extra **11.35** Zakup w ciemno **13.40** Gogglebox. Przed telewizorem **14.45** Nasi w mundurach **15.45** Express **16.05** Idź na całość **17.10** Życie na kredycie **17.45** Express **18.05** Sport **18.10** Życie na kredycie **18.45** Damy i wieśniaczki. PL **19.45** Express **20.00** Zakup w ciemno **21.00** Gogglebox. Przed telewizorem **22.00** Żony Podlasia **23.00** Ciężarówką przez pół świata

Fokus TV

DVB T

6.00 Wehikuł czasu **6.05** 48 h. Zaginieni (3): Na pełnej adrenalinie **7.00** Rolnicy. Podlasie **9.00** Z klimatem i z pasją **10.00** Świat z góry. Izrael **11.00** Świat z góry. Jedwabny Szlak **12.00** Wojny magazynowe **14.00** Gwiazdy lombardu **15.00** Poszukiwacze złota w Australii **17.00** Rolnicy. Podlasie **21.00** Podglądacze przyrody: Żółwie błotne / Królik europejski **22.00** Trumpowie. Pozłacana dynastia (s.2) **23.00** Poza kontrolą **0.00** Kataklizmy, które wstrząsnęły światem **1.00** Rolnicy. Podlasie

National Geographic

8.00 Porzucone konstrukcje **10.00** Ostatni lot: anatomia katastrofy **11.00** Kosmiczne horyzonty **12.00** Ikony lotnictwa **13.00** Superfabryki **14.00** Górnicy z Chile: wyścig z czasem **15.00** Egipt: miejsce pełne tajemnic **16.00** Megażywioły **17.00** Hitler i jego świta **18.00** Odkopać historię **20.00** Potwory: prawda i mity **21.00** Megażywioły **22.00** Ostatni lot: anatomia katastrofy **23.00** Operacja transport **0.00** Katastrofa w przestworzach: raport specjalny **2.00** Miasta w liczbach

Nat Geo Wild

9.00 Niezwykłe wędrówki zwierząt **10.00** Dzikie lasy Australii **11.00** Ratując żyrafy **12.00** Weterynarze z Nebraski **13.00** Dzika Japonia **14.00** Dust: Pustynny szlak przetrwania **15.00** Afryka: dom dzikiej przyrody **16.00** Kalahari: podziemne życie pustyni **17.00** Wulkaniczne wyspy Indonezji **18.00** Krokodyle z Karaibów **19.00** Podejrzane na safari **20.00** Europa z powietrza **21.00** Dzika konfrontacja: Zabójcze spotkanie **22.00** Zimowe królestwo: Zamarznięta Azja **23.00** Dzika Japonia

Metro

6.45 Gorączka złota **7.40** Klan z Alaski **9.45** Ekspres polarny – film anim. USA/Australia 2004 **11.50** ★★★ Narodziny – dramat hist. USA 2006, reż. Catherine Hardwicke, wyk. Keisha Castle-Hughes, Oscar Isaac, Hiam Abbass **14.00** Makłowicz w drodze **14.35** 39 i pół (8, 9) **16.45** Kryminalni (2-3, 1) **20.00** Wallander (13) **22.05** Chyłka – Inwigilacja (5, 6) **23.55** Zbrodnie z pierwszych stron gazet: Zaginiony **0.55** Szpital (980) **1.55** Szkoła (705) **2.55** Nowa Maja w ogrodzie **4.30** Szpital (980)

TVP Historia

DVB T

8.55 Czterej pancerni i pies (3) **9.55** Ex libris **10.15** Wojownicy czasu **10.55** Wszystkie kolory świata **11.55** Saga prastarej puszczy **13.00** Dziewicze zakątki Ziemi **14.00** Flesz historii **14.30** ★★★★ Ranczo Wilkowyje – komedia obycz. Polska 2007 **16.05** Tajemnice kultowych seriali **16.55** Starożytne mocarstwa **17.55** Daleko od szosy (4) **19.15** Kennedy, Sinatra i mafia **20.15** W kręgu Hitlera **21.15** Polskie 100 lat **21.45** Król (3) **22.55** ★★★★ Zaklinacz deszczu – dramat obyczajowy USA 1997

TVP Dokument

DVB T

11.45 Weekendowe wypady z Gr. Wallace'em **12.40** Szlaczkoń szaraniec. Ochrona ginącego gatunku motyla **13.10** Lena na Kaukazie **13.40** Pociąg do Polski **14.05** Normandia między oceanem a niebem **15.10** Lis, który uratował wyspę **16.10** Bogactwo dźwięków przyrody **17.10** Weekendowe wypady z Gr. Wallace'em **18.05** Wspólna sprawa **18.35** Casting **19.00** Sean Penn, amerykański wichrzyciel **20.05** Molly kontra algorytmy (s.15) **21.50** She **22.55** Tamte lata, tamte dni

Zoom TV

6.00 Kobra – oddział specjalny (13, 14) **7.55** Jakubiak rozgryza Polskę **9.30** Wojciech Cejrowski – boso przez świat **11.40** Sensacje XX w. **13.45** ★★★★ Nie lubię poniedziałku – kom. Polska 1971 **15.55** Dynamo – więcej niż magia **16.55** Gordon Ramsay – wyższy poziom gotowania (1, 2) **18.55** ★★★ Gang Olsena znowu w akcji – kom. Dania 1977 **21.00** ★★★ Kogel-mogel – kom. Polska 1988, reż. Roman Załuski, wyk. Grażyna Błęcka-Kolska **23.05** Magia nagości. Czechy i Słowacja

TLC

8.00 Kamera, akcja, wpadka! **9.00** Wiza na miłość: na odwrót **11.00** Cztery żony i mąż **12.00** Wiza na miłość: pierwsze spotkanie **16.00** Szczęście nie zna wagi **18.00** Dom wygrany na loterii **20.00** Mad Pooper: kto to zrobił? **21.00** Wiza na miłość: single na polowaniu **22.00** Wiza na miłość: single na polowaniu. Między sporami **23.00** Dr Pryszczylla **0.00** Moje koszmarne stopy: Tajemnicza masa **1.00** Mad Pooper: kto to zrobił? **2.00** Wiza na miłość: single na polowaniu

Nowa TV

DVB T

6.00 Wehikuł czasu **6.20** TV Okazje **6.55** Wehikuł czasu **7.30** Interwencja – taka jest Polska **8.20** Frieren. U kresu drogi **9.30** Dragon Ball Super **11.00** Nowa rewia kabaretowa **14.00** Kabaret na dobry wieczór. Paranienormalni Show **16.00** Kabaret na żywo – Klinika Skeczów Męczących **18.00** Kabaretowa Dynastia **19.00** Ojciec Brown (36-40) **0.00** Zdrady (17): Śpij słodko **1.00** Łowca pedofilów **3.00** TV Okazje **3.50** Wehikuł czasu **4.00** Daleko od noszy (27, 28) **5.00** Pod lupą

WP

DVB T

9.00 Pogoda **9.05** Komisarz Cassandre: zbrodnie w Alpach (1) **11.00** Pogoda **11.10** Pogromca tajemnic **12.05** Niepojęte: strefa tajemnic wszechświata **13.05** Pokochaj lub sprzedaj – Vancouver **14.00** Pokochaj lub sprzedaj – Quebec **15.00** Strażacy z sąsiedztwa **16.00** Policjanci z sąsiedztwa **16.55** Pogoda **17.00** Policjanci z sąsiedztwa **20.00** Policjanci w akcji **21.00** Policjanci z sąsiedztwa **21.50** Pogoda **22.00** Mistrzowie kabaretu: Kabaret Rewers / Nowaki / Kabaret Konkubenci

Gamoń

Bourvil jako nieświadomy przemytnik w zwariowanej komedii kryminalnej

PULS 2 12:20 ★★★★



Antoine sposobił się do wakacji we Włoszech, gdy jego wysłużony samochód został zdemolowany w ulicznej kraksie z rolls-royce'em Léopolda. Sprawca proponuje mu wspólną podróż. Antoine z radością przyjmuje propozycję, nie wiedząc, że Leopold to szef gangu.

Pęknięte lustro

Ekranizacja prozy mistrzyni kryminału Agathy Christi, z udziałem panny Marple

ALE KINO+ 15:30 ★★★



Do angielskiego miasteczka przyjeżdżają amerykańscy filmowcy, by realizować tam produkcję z gwiazdorską obsadą. Dwie słynne aktorki szczerze się nienawidzą i dają temu wyraz na każdym kroku. Podczas przyjęcia powitalnego dochodzi do zagadkowego morderstwa.

Wielki Gatsby

Gatsby ze zdziwieniem odkrywa, że pewnych rzeczy w towarzystwie nie wypada robić

PARAMOUNT 16:50 ★★★



Milioner Jay Gatsby spotyka dawną miłość z lat młodzieńczych, Daisy Buchanan. By ponownie rozbudzić jej zainteresowanie, rzuca się w wir podejrzanych interesów, które, choć przynoszą mu bogactwo, wzbudzają niesmak i zażenowanie towarzystwa.

Niepokonani

Film oparty na historiach ucieczek z Syberii

KINO POLSKA 20:00 ★★★



W 1940 roku grupa śmiałków z różnych krajów ucieka z gułagu. Bez mapy i kompasu uciekinierzy podejmują się niemożliwego. Z Syberii przez tajgę, wyżyny Mongolii, pustynię Gobi, Tybet i Himalaje docierają aż do Indii. Niezwykła podróż przez sześć tysięcy kilometrów pełna jest heroicznej walki o przetrwanie. Nie sprzyjają im mordercze mrozy i nieznośny upał.



Miłość w Nowym Jorku

Richard Gere, Winona Ryder i nowe „Love Story"

TVP 1 21:50 ★★★

Will, mimo pięćdziesiątki, czuje się młody i zamierza korzystać z życia. Pewnego wieczoru poznaje Charlotte, stylistkę świętującą 21. urodziny. Zauroczony dziewczyną, zaprasza ją na bal. Nawiązują romans, ale Will na początku nie traktuje jej poważnie. Wkrótce okazuje się, że Charlotte jest chora.



Molly kontra algorytmy

Internetowe media podsuwały dziecku samobójcze treści

TVP DOKUMENT 20:05

Śledztwo w sprawie tragicznej śmierci czternastoletniej Molly Russell. Jej zdeterminowany ojciec odkrywa, że bezduszne algorytmy mediów społecznościowych, takich jak Instagram i Pinterest, celowo podsuwały dziewczynce tysiące szkodliwych, samobójczych treści. Zrozpaczony mężczyzna rozpoczyna trudną walkę o lepszą ochronę dzieci w sieci.

eprasa.pl 1eaf2615f9

TVP 1



Słoneczna. Poza ciszą

7.00 Msza św. na Jasnej Górze **7.30** Studio Raban (451) **8.00** Serwis Info **8.10** Pogoda Info **8.35** Zaraz wracam (180) **9.10** Ranczo (70): Seks nocy letniej **10.05** Komisarz Alex (23): Zabójcza dawka **11.00** Ojciec Mateusz (336): Zmyłka **12.00** Serwis Info **12.10** Agrobiznes **12.40** Rok w ogrodzie extra **12.55** Dzika Skandynawia (2) **14.00** Splątane losy (98)

15.00 Serwis Info – magazyn
15.10 Reporterzy – magazyn
15.35 Gra słów. Krzyżówka
16.00 Dziedzictwo (1081)
16.50 Zapowiedź Teleexpressu
17.00 Teleexpress
17.25 Jaka to melodia?
18.05 Klan (4786)
18.40 Akacjowa 38 (1009)
19.30 19.30
19.55 Pytanie dnia
20.30 Słoneczna. Poza ciszą (6) Alina, przy wsparciu Charlotte, z zaangażowaniem rozwija swój profil w mediach społecznościowych. To nowe zajęcie szybko staje się jej wielką pasją, dając upragnione poczucie niezależności i wolności.
20.55 Teatr TV: Wojna peloponeska – Polska 2026 **(s.2)** Reż. Wawrzyniec Kostrzewski, wyk. Maja Komorowska, Olga Sarzyńska, Agnieszka Podsiadlik
22.25 Postscriptum: Wojna peloponeska – magazyn
22.55 Wolne sądy – film dok. Polska 2026
0.10 Balans bieli
0.50 Maratończyk – film ★★★★ kryminalny USA 1976

TVP 2



Na sygnale

5.30 M jak miłość (1891) **6.20** Rodzina (nie od) święta (62) **6.55** Barwy szczęścia (3450) **7.30** Pytanie na śniadanie – program inform.-publicystycz. **11.50** Okrasa łamie przepisy (436) **12.30** Koło fortuny – teleturniej **13.15** Panna młoda (261) – serial obyczajowy Turcja 2024 **14.05** Va banque – teleturniej **14.35** Na sygnale (961): Widmo teściowej – serial obyczaj. Polska 2026

15.05 La Promesa – pałac tajemnic (530)
16.00 Koło fortuny – teleturniej
16.35 Familiada – teleturniej
17.20 Panna młoda (262)
18.15 Va banque – teleturniej
18.50 Jeden z dziesięciu
19.25 Barwy szczęścia (3450)
19.55 Domowe patenty (22)
20.05 Barwy szczęścia (3451) – serial Polska 2026 **(s.18)**
20.40 Kulisy „M jak miłość"
20.50 M jak miłość (1961) **(s.18)**
21.50 Na sygnale (962-963) – opis, serial obycz. Polska Benio rozważa inwestycję w grę online polecaną przez Tadzika. Doktor Vick jedzie do kościoła, by pomóc ofierze nietypowego zatrucia. Alek i Britney ratują rowerzystę, na którego spadła paczka z drona.
22.55 Hotel Mumbaj – dramat ★★★★ obycz. Australia/USA/Indie/W. Bryt./Singap. 2018 **(s.3)** Reż. Anthony Maras, wyk. Dev Patel, Armie Hammer, Nazanin Boniadi
1.10 Francuska ruletka (1) – serial krym. Francja 2023
2.00 Na noże – komedia ★★★★ kryminalna USA 2019

Polsat



Szakal

6.00 Nowy dzień – program informac.-publicystyczny **8.20** Trudne sprawy (1145): Ludzie nie zapominają **9.20** Dlaczego ja? (846-848): Auto 40-letniej macochy zostaje przewrócone do góry nogami / Zrozpaczona córka chce udowodnić niewinność ojca / Matka kradnie dla córki luksusowe buty **12.20** Gliniarze (1070-1072): Trzynastka / Strzał w serce / Powtórka z rozrywki

15.30 Wydarzenia
15.50 Pogoda
15.55 Gliniarze (1153)
16.55 Gliniarze Śląsk (1) – serial krym. Polska 2026
18.00 Pierwsza miłość (4297) – serial Polska 2026 **(s.18)**
18.50 Wydarzenia
19.15 Gość „Wydarzeń"
19.55 Milionerzy – teleturniej
20.35 Konklawe – film fabularny ★★★★ W. Bryt./USA 2024 **(s.3)** Reż. Edward Berger, wyk. Ralph Fiennes, Stanley Tucci, Isabella Rossellini
23.05 Szakal – film sensacyjny ★★★ USA/W. Bryt./Francja/Niemcy/Japonia 1997 Reż. Michael Caton-Jones, wyk. Richard Gere, Bruce Willis, Diane Venora Szakal, zabójca wynajęty przez rosyjską mafię, ma zabić urzędnika USA. Aby go powstrzymać, szef FBI werbuje więźnia – terrorystę IRA. To jedyny człowiek, który zna twarz Szakala i chce go dopaść.
1.50 Old – thriller USA/Japonia/Chiny 2021
4.15 Kabaretowa Ekstraklasa
4.40 Disco gramy!

TVN



Instynkt przetrwania

5.15 Zamieszkać na plaży (9) **5.40** Uwaga! (7762) **5.55** Ukryta prawda (1548) **6.50** Kuchenne rewolucje: Rawicz – Głodny Polak **7.45** Dzień Dobry TVN – program inform.-publicystyczny **11.20** Doradca smaku (3) **11.30** Kuchenne rewolucje: Żerczyce – Kukurykuu / Warszawa – bar mleczny **13.40** Ukryta prawda (1724-1726) – serial fabularno-dokumentalny Polska 2025

16.50 Szpital św. Anny (98) – serial obycz. Polska 2026
17.55 Detektywi (163)
19.00 Fakty
19.40 Kroniki Pucharu Świata w skokach narciarskich
19.55 Uwaga! – magazyn
20.15 Na Wspólnej (4320) – serial Polska 2026 **(s.18)**
20.50 Instynkt przetrwania ★★ – thriller USA/Kenia 2021 Reż. M.J. Bassett, wyk. Rebecca Romijn, Philip Winchester, Jerry O'Connell Halseyowie wybierają się na safari w Kenii. Wielka przygoda w gronie najbliższych zmienia się w desperacką walkę o przeżycie, gdy samochód bohaterów zostaje przewrócony przez agresywnego nosorożca.
23.05 Ścigane – film sensacyjny ★★★ W. Bryt./USA 2019 Reż. Vicky Jewson, wyk. Noomi Rapace, Eoin Macken, Indira Varma
1.00 Freestyle – film sensacyjny ★★★ Polska 2023
2.50 Co za tydzień – magazyn
3.30 Uwaga! – magazyn
3.50 Młode gliny (66)
4.50 Jak to jest zrobione? (17)

TVN 7



Ocaleni

6.45 Szkoła (615, 616) **8.40** Ukryta prawda (1440, 1646, 1647) **11.45** W-11 Wydział Śledczy (842-844) **13.50** Detektywi (222) **14.55** Szpital św. Anny (184) **15.55** Ukryta prawda (1235) **17.00** Sędzia Anna Maria Wesołowska (4, 5) **19.00** Ukryta prawda (1483) **20.00** ★★★ Ocaleni – film sens. Tajl./Irl. 2019, reż. Tom Waller, wyk. Jim Warny **22.25** ★★★★ Harry Potter i kamień filozoficzny – film fant. W. Bryt./USA 2001, reż. Chris Columbus, wyk. Daniel Radcliffe **1.20** ★★★ Annabelle – horror USA 2014, reż. John R. Leonetti, Erik Thomson, wyk. Annabelle Wallis **3.25** Mówię Wam (15) **4.40** Dorota was urządzi (9) **5.15** Ten moment (48)

TV Puls

6.00 Policjanci z Miami (15, 16) **8.00** Kobra – oddział specjalny (7, 8) **10.00** Zaklinaczka duchów (83) **11.00** Kotka (83) **12.00** Mój grzech (20) **13.00** Wspaniałe stulecie (56) **14.00** Rodzinny interes (49) **15.00** Lombard. Życie pod zastaw (674, 675) **17.00** Rodzinny interes (50) **18.00** Lombard. Życie pod zastaw (1043, 1044) **20.00** ★★★ Bóg zemsty – film sens. USA 2011 **22.05** ★★ Czarny pies – film sens. USA/W. Bryt./Fr./Niemcy/Jap. 1998 **23.55** ★★★ Sposób na świętego – komedia USA/Kan./W. Bryt. 2020

Puls 2

7.30 Seriale anim. dla dzieci **13.00** Nowe przygody Kubusia Puchatka (5) **13.35** Smerfy (15) **14.00** Baranek Shaun (8-10) **14.35** Marta mówi! (20) **15.00** Miraculous: Biedronka i Czarny Kot (20, 24) **16.00** Koci domek Gabi (17, 18) **17.00** Fineasz i Ferb (20, 21) **18.00** Pingwiny z Madagaskaru (31, 32) **19.00** Kacze opowieści (40, 41) **20.00** Lombard. Życie pod zastaw (1063) **21.00** Dzielnica strachu (140, 141) **23.00** Wstydliwe choroby (4, 5) **1.00** Dzielnica strachu (139) **2.00** Lombard. Życie pod zastaw (101, 363)

TVP Polonia

7.30 Pytanie na śniadanie **11.40** Notacje (614) **12.00** Serwis Info **12.10** Blondynka (93, 94) **13.50** Zmiennicy (13) **15.00** Serwis Info **15.10** 100 pytań do... (60) **16.00** Pan Mama (21) **16.30** Barwy szczęścia (3419) **17.00** Teleexpress **17.20** Gra słów. Krzyżówka **17.50** Teleexpress Extra **18.15** Słownik polsko@polski (704) **18.45** 72 godziny na granicy **19.15** Opowieści o niedźwiedziu **19.30** 19.30 **19.55** Pytanie dnia **20.25** Wojenne dziewczyny (16) **21.15** Dom (12) **23.00** 63. KFPP w Opolu **23.15** Panorama **23.45** Polska. Co dalej? (17) **0.40** Moda na język polski (75) **1.05** Przez pamięć i zapomnienie (13) **1.30** 19.30 **1.55** Pytanie dnia **2.15** Komisarz Alex (305)

TV Trwam

11.30 Warto być ojcem **11.45** Muzyczne chwile **12.20** Droga Ojca Łukasza **13.00** Wszystkim i wszędzie **13.30** Msza święta z Jasnej Góry **14.20** Muzyczne chwile **14.30** Wykłady z kongresu „Katolicy a cielesność" **15.00** Powstańczym śladem **15.50** Ma się rozumieć **16.00** Informacje **16.10** Sanktuaria polskie **16.30** Porady medyczne bonifratrów **17.00** Świadkowie **17.30** Moja parafia **18.15** Rozmowy niedokończone **19.30** Poznajemy Polskę **19.45** Modlitwa z tel. udziałem dzieci **20.00** Informacje **20.20** Różaniec **20.50** Myśląc Ojczyzna **21.00** Apel Jasnogórski **21.40** Polski punkt widzenia **22.00** Głos serca (141) **22.45** Z wędką nad wodę w Polskę i świat **23.10** O. Gabriel

TVP Kultura

8.25 Tamte lata, tamte dni (99) **9.00** Daleko od szosy (1) **10.20** ★★★ Niespotykanie spokojny człowiek – komedia Polska 1975 **11.30** Nasze marzenia – film dok. Fr. 2023 **13.10** ★★★ Kramarz – film obycz. Polska 1990 **14.45** Pan wzywał, Milordzie? (3) **15.45** ★★★★★ Przyjęcie na dziesięć osób plus trzy – film obycz. Polska 1973 **16.50** Daleko od szosy (2) **18.20** Dobry tytuł (63) **18.55** Rawhide (106) **20.00** ★★★ Valmont – melodr. USA/Fr./W. Bryt. 1989, reż. Miloš Forman, wyk. Colin Firth **22.25** ★★★ Lucie Aubrac – dramat Fr. 1997, reż. Claude Berri, wyk. Carole Bouquet **0.25** ★★★ Ukryta sieć – thriller Polska 2023 **2.15** Niebezpieczne życie Paula Gauguina – film dok. W. Bryt. 2019

Super Polsat

6.45 SuperLudzie Extra (37) **6.55** Doktor uśmiech (4) **7.30** Pokochaj lub sprzedaj (4) **8.30** Świat według Kiepskich (479-481) **10.00** Wydarzenia **10.30** SuperMocni (1, 5) **11.30** Świat według Kiepskich (433-436) **13.30** Farma (103) **14.30** Hell's Kitchen – piekielna kuchnia (52) **16.05** Ninja Warrior Polska (23) **17.50** Pokochaj lub sprzedaj (4) **18.55** Świat według Kiepskich (560, 561) **19.55** Złomiarze (33) **21.00** ★★ Słyszeliście o Morganach? – komedia romantycz. USA 2009, reż. Marc Lawrence, wyk. Hugh Grant **23.20** ★★★ Królowa wojownik – dramat USA/RPA/Irl. 2022, reż. Gina Prince-Bythewood, wyk. Viola Davis **1.55** 48 h. Zaginieni (39, 40) **4.00** Farma (102, 103)

TV 6

6.00 Więzienie (150, 151) **6.55** Policjantki i policjanci (909, 910) **8.55** 48 h. Zaginieni (92-96): Tajemnica Daniela / Taka piękna dziewczyna / Wychowawca / Matka i córka / Gdzie jest Staś – serial krym. Polska 2022 **13.55** Policjantki i policjanci (1300) **14.55** Uroczysko (246, 247) **16.00** Strażnik Teksasu (18-19, 13-14): Nikomu nie ufaj / Filmiki / Walka o wzrok / Kwestia zasad – serial sensacyjny USA 1995/2000 **20.00** CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku (189, 190): Gangsterska krew / Oryginał – serial kryminalny USA/Kanada 2012 **22.00** Mentalista (38): Czerwony pieprz – serial kryminalny USA 2010 **23.05** Łowca pedofilów (178-182) **1.40** Więzienie (215-217, 170) **3.35** Septagon (63, 64)

TV 4

5.30 Telezakupy TV Okazje **6.00** Strażnik Teksasu: Przebudzenie / Kwestia zasad **7.55** Bogaty dom – biedny dom (136) **8.55** Policjantki i policjanci (774-776) **11.55** Na ratunek 112 (962, 963) **12.55** Trudne sprawy (898-900) **15.55** Łowcy skarbów. Kto da więcej (444, 495) **17.55** Policjantki i policjanci (1500, 1371) **20.00** Uroczysko (209, 210) **21.05** Sprawiedliwi. Trójmiasto (157) **22.05** Sprawiedliwi – wydział kryminalny (1040) **23.05** ★★ 7 sekund – film akcji USA/Szwajcaria/Rumunia/Wielka Brytania 2005, reż. Simon Fellows, wyk. Wesley Snipes, Deobia Oparei **1.10** Opowiem ci o zbrodni (1): Katarzyna Bonda: Łaska **1.35** Love Island. Wyspa miłości (10) **2.50** SuperLudzie (33-37)

Ale Kino+

7.00 Wolna krowa **7.40** ★★★ Benek – komediodramat Polska/Austria 2007 **9.45** Przybieżeli **10.20** The Office PL (5, 6): Równouprawnienie / Klient **11.35** Niezwykłe miejsce na śmierć (4) **13.30** Bestia (5, 6) **15.30** ★★★★ Bracia ze stali – film biograf. USA/W. Bryt. 2023 **18.05** Detektyw Foyle (1): Niemiecka żona **20.10** ★★★★ Szpieg – thriller W. Bryt./Fr./Niemcy 2011, reż. Tomas Alfredson, wyk. Gary Oldman, Colin Firth, Mark Strong **22.40** Paryż w ogniu. Paris Has Fallen (7, 8) **0.45** Ciepło

Kino Polska

9.00 ★★★ Ostatnie dni – film wojenny Polska 1969 **10.50** ★★★ Komedia małżeńska – kom. Polska 1993 **12.55** ★★★ Pieczone gołąbki – kom. Polska 1966 **15.00** ★★★★ Kingsajz – kom. Polska 1988 **17.20** Pogranicze w ogniu (18, 19) **20.00** Ekstradycja (3, 4) **22.30** ★★★★ Wymyk – film sens. Polska 2011, reż. Greg Zgliński, wyk. Robert Więckiewicz, Łukasz Simlat **0.25** ★★ Zgorszenie publiczne – kom. rom. Polska 2009 **2.10** ★★★ Bo we mnie jest seks – film biograf. Polska 2021

Polsat Film

7.30 Poirot (10) **8.35** Przyjaciółki (143, 144) **10.30** Świat według Kiepskich (3-4, 201, 207, 195) **13.45** ★★★ Hidalgo – ocean ognia – film przygod. USA/Maroko 2004 **16.35** ★★★ Więzień labiryntu – film sf W. Bryt./USA 2014 **18.55** ★★ 1000 lat po Ziemi – film sf USA 2013 **21.00** ★★★ Wszystkie stare noże – thriller USA/Kan. 2022, reż. Janus Metz, wyk. Chris Pine **23.05** ★★★★ Looper – Pętla czasu – film sens. USA/Chiny 2012, reż. Rian Johnson, wyk. Joseph Gordon-Levitt

Stopklatka

DVB T

6.55 Wojciech Cejrowski – boso przez świat **8.00** Robert Makłowicz **9.50** Vera (1) **11.55** MacGyver (20, 21) **14.00** Katastrofy w przestworzach **18.00** Wojny magazynowe: Kanada **19.05** Aukcja w ciemno **20.00** ★★★ Kuloodporni – kom. USA 1996, reż. Ernest R. Dickerson, wyk. Damon Wayans, Adam Sandler **21.50** ★★★ Incydent – thriller USA 1997, reż. Jonathan Mostow, wyk. Kurt Russell **23.40** ★★★ Ajlawju – kom. Polska 1999 **1.40** ★★★★ Pitbull – film sens. Polska 2005

Canal+ Premium

9.05 ★★★ Królowa chmur – kom. Polska 2003 **10.25** Łapu-Capu **10.40** ★★★ Kiedy nadchodzi jesień – dram. Fr. 2024 **12.20** ★★★★ Kiler – kom. Pol. 1997 **14.05** Larger Than Life: Złota era boysbandów **15.40** ★★★★ Nowa fala – film biogr. Fr. 2025 **17.25** Wolna krowa **18.00** ★★★ Saga „Zmierzch": Zaćmienie – film fant. USA 2010 **20.00** S.W.A.T. Exiles (5) **20.50** ★★ Mexicali. Ziemia bezprawia – film sens. USA 2026 **22.30** Yellowjackets (1) **23.30** Nagie Oko – film krótkom. Polska 2023

HBO

9.35 ★★★ Witajcie w Marwen – kom. USA/Chiny 2018 **11.30** ★★★ Pierwsza sprawa – dram. Fr. 2023 **13.10** ★★★ W skrócie – komediodramat Niemcy 2024 **14.55** ★★★ Za duży na bajki 2 – film przyg. Polska 2024 **16.30** ★★★ Piotruś Pan – film przyg. W. Bryt./USA/Nowa Zel. 2003 **18.20** ★★★ Tak się poznaliśmy – kom. USA 2023 **20.00** Pożałacany wiek (5) **21.00** Amerykański zakładnik (5) **21.50** Koniec ulicy Dębowej – horror USA 2026 **23.30** Normal – film sens. Kan./USA 2025

Paramount

6.00 Czarodziejki (14-17) **9.20** Policyjna grupa pościgowa **10.25** ★★★★ Star Trek – film sf USA/Niemcy 2009 **13.00** Czarodziejki (18, 19) **15.00** Pingwiny z Madagaskaru **15.30** ★★★★ Dirty Dancing – film muz. USA 1987 **17.45** ★★★ Ostatnie wakacje – kom. USA 2006 **20.00** ★★★ Zmowa pierwszych żon – kom. obycz. USA 1996 **22.10** ★★★★ Pakt z diabłem – dramat USA/W. Bryt. 2015 **0.30** Pretty Thing – thriller USA 2025 **2.30** ★★★ Eurotrip – kom. obycz. USA/Czechy 2004

Polsat 2

7.30 Na ratunek 112 **8.30** Sekrety rodziny: Blef / Ulubiony zięć / Po sąsiedzku **11.30** Trudne sprawy: Zakazana miłość/y **12.35** Więzienie **14.30** Świat według Kiepskich (61-65): Powóz zajechał / Rachunek sumienia / Ręka wisielca / Rybny targ / Sandały ojca Gaudentego **17.00** Komisarz mama (3) **18.00** Dlaczego ja? **20.00** Gliniarze – serial fabularno-dokumentalny Polska 2024 **21.55** Pogromcy mafii **22.55** Ślad (66, 67): Bezmyślna zemsta: Bogate wesele, biedny pogrzeb **0.55** Zdrady

TVP Seriale

7.35 Ojciec Mateusz (137) **8.25** Komisarz Alex (168) **9.15** Rodzinka.pl (206) **9.45** Klan (1552) **10.10** Ranczo (73, 74) **11.45** M jak miłość (1960) **12.35** Komisarz Alex (332) **13.25** Ojciec Mateusz (41-43) **15.40** Minuta dla Twojego bezpieczeństwa **15.50** Komisarz Alex (169) **16.40** Na sygnale (589, 590) **17.40** Ranczo (76, 77) **19.25** Minuta dla Twojego bezpieczeństwa **19.35** Ojciec Mateusz (44, 138) **21.30** Ranczo (78, 79) **23.15** Ojciec Mateusz (45) **0.10** Na sygnale (958-961)

AXN

5.10 Agenci NCIS: Hawaje (12) **6.00** CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas (1, 2) **7.30** Agenci NCIS (24, 1) **9.10** Castle (10, 11) **11.10** Detektyw Monk (3, 4) **13.10** Agenci NCIS (2, 3) **15.05** Zabójcza broń (6, 7) **17.05** CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas (22, 1): Powrót / Karma **19.05** Castle (12, 13): Telefon do burmistrza / Zakłopotanie ladacznic **21.05** FBI: International (16, 17) **22.55** CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas (22, 1) **0.45** Castle (12, 13) **2.40** FBI: International (16, 17)

13 Ulica

6.40 Niewidomy detektyw (3) **8.30** Magnum: Detektyw z Hawajów (14, 15) **10.25** Bez śladu (15, 16) **12.15** Kapitan Marleau (4) **14.15** Niewidomy detektyw (4) **16.15** Magnum: Detektyw z Hawajów (16, 17) **18.10** Bez śladu (17, 18): Nakręcony / Satelity – serial sens. USA 2008 **20.00** Kapitan Marleau (1): Niepełne wdowy – serial krym. **22.00** Astrid i Raphaëlle (3, 4) – serial krym. Fr./Belg./Szwajc. **0.10** Kasandra (3) **2.10** Magnum: Detektyw z Hawajów (14, 15) **4.05** Niewidomy detektyw (3)

FX

7.00 Kości (8, 9) **9.00** FBI (14) **9.55** Agenci NCIS (1) **10.55** CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas (1) **11.50** CSI: Kryminalne zagadki Miami (1, 2) **13.45** Castle (11) **14.40** Lucyfer (15) **15.35** CSI: Kryminalne zagadki Miami (3, 4) **17.25** Z Archiwum X (5, 6) **21.05** CSI: Kryminalne zagadki Miami (4) **22.00** Tulsa King (7) **22.55** Z Archiwum X (6) **23.50** CSI: Kryminalne zagadki Miami (3) **0.45** CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku (8) **1.40** Lucyfer (15) **2.35** Zabójcze umysły (9) **3.30** Agenci NCIS (1)

Eurosport 1

8.30 Skoki narciarskie: PŚ (m) w Ruce **10.00** Narciarstwo alpejskie: PŚ (m) w Copper Mountain **11.00** Narciarstwo alpejskie: PŚ (k) w Killington **12.00** Snooker: Mistrzostwa W. Bryt. w Yorku **14.00** (L) Snooker: Mistrzostwa W. Bryt. w Yorku **17.30** Skoki narciarskie: PŚ (m) w Ruce **19.00** Snooker: Mistrzostwa Wielkiej Brytanii w Yorku **20.00** (L) Snooker: Mistrzostwa Wielkiej Brytanii w Yorku **23.30** Narciarstwo alpejskie: PŚ (m) w Copper Mountain **0.30** Narciarstwo alpejskie: PŚ (k) w Killington

Eurosport 2

8.30 Snooker: Mistrz. W. Bryt. **11.00** Biegi narc.: PŚ w Ruce **11.30** Biegi narc.: PŚ (m) w Ruce **12.15** Biegi narc.: PŚ (k) w Ruce **13.00** Narc. alp.: PŚ (m) w Copper Mount. **14.00** Narc. alp.: PŚ (k) w Killington **15.00** Skoki narc.: PŚ (m) w Ruce **17.00** Narc. alp.: PŚ (m) w Copper Mount. **18.00** Narc. alp.: PŚ (k) w Killington **19.00** Biegi narc.: PŚ w Ruce **19.30** Biegi narc.: PŚ (m) w Ruce **20.00** Biegi narc.: PŚ (k) w Ruce **20.30** Skoki narc.: PŚ (m) w Ruce **0.00** MŚ En. FIA – 6 g. Spa-Francorchamps

Polsat Sport 1

8.30 Magazyn polskiego sportu **9.30** Cafe Futbol **11.00** Siatkówka: TAURON Liga: Stilon Gorzów – Energa Indykpol AZS Olsztyn **13.00** Siatkówka: TAURON Liga **15.00** Siatkówka: TAURON Liga **17.20** (L) Siatkówka: TAURON Liga: Asseco Resovia Rzeszów – GKS Katowice **20.20** (L) Siatkówka: TAURON Liga: PGE Projekt Warszawa – Energa Trefl Gdańsk **23.00** Formuła 1: GP Kataru: Skrót wyścigu **0.00** Siatkówka: TAURON Liga **2.00** Siatkówka: TAURON Liga

TVP Sport

DVB T

8.25 NBA: San Antonio Spurs – Boston Celtics **10.30** Koszykówka: El. MŚ (m): Hiszpania – Grecja; Hiszpania – Grecja **12.25** (L) Badminton: SKB Litpol-Malow Suwałki – Legia W-wa **15.05** Magazyn Betclic 2. Ligi **15.50** Magazyn Betclic 1. Ligi **17.10** (L) Piłka nożna: Miedź Legnica – Polonia Bytom **19.20** (L) Koszykówka: El. MŚ (m): Niemcy – Polska **21.35** Gol **23.05** Sportowy wieczór **23.35** Boks: Kenshiro Teraji – Jassiel Amador, Riku Masuda – Seiya Tsutsumi, David Jimenez – Seigo Yuri Akui

Canal+ Sport

5.35 Turbokozak **6.00** Wysoki pressing **7.45** Sport+ **9.00** Piłka nożna: LaLiga EA Sports: Deportivo A Coruña – FC Barcelona **11.20** Piłka nożna: PKO BP Ekstraklasa: Legia Warszawa – Wieczysta Kraków **13.40** Sport+ **14.45** Liga+ Extra **16.45** Wysoki pressing **18.30** Sport+ **19.30** Jej Wysokość Premier League: 12. kolejka – magazyn **20.55** Piłka nożna: LaLiga EA Sports: Deportivo A Coruña – FC Barcelona **23.05** Ekstraklasa po godzinach **0.05** Ekstrapaka: 16. kolejka

Canal+ Sport 5

6.00 Piłka nożna: PKO BP Ekstraklasa: Lech Poznań – Pogoń Szczecin **8.30** Wysoki pressing **10.15** Żużel: PGE Ekstraliga **13.00** Premier League Stories **13.45** Premier League: The Big Interview **14.15** Żużel: PGE Ekstraliga **17.15** Hola LaLiga!: 14. kolejka **18.25** Studio **18.55** (L) Piłka nożna: PKO BP Ekstraklasa: Korona Kielce – Cracovia **21.00** Ekstraklasa po godzinach – magazyn **22.00** Ekstrapaka: 16. kolejka **23.15** Jej Wysokość Premier League: 12. kolejka – magazyn

Eleven Sports 1

9.00 Piłka nożna: Torino FC – SS Lazio **11.00** Bundesliga Clubs: Bayern Monachium; Borussia Dortmund; RB Lipsk **12.00** Piłka nożna: FC Porto – Sporting CP **14.00** Formuła 1: GP Kataru **16.00** Ligue 1 McDonald's **16.40** Bundesliga **17.15** Serie A Enilive **17.45** Formuła 1: GP Kataru: Skrót **18.25** (L) Piłka nożna: US Lecce – Atalanta BC; Cagliari Calcio – AC Milan **22.55** Eleven Top Goals **0.00** Podróż do świata calcio **1.20** Olympique Lyon – między legendą a teraźniejszością

Polsat Sport 3

6.00 Koszykówka: PGE Basket Liga **8.30** Cafe Futbol **10.00** Magazyn polskiego sportu **11.00** Piłka ręczna: ORLEN Superliga: Industria Kielce – ORLEN Wisła Płock **13.00** Bobsleje: PŚ w Altenbergu **15.00** Łyżwiarstwo figurowe: ISU GP – NHK Trophy w Tokio **17.30** Piłka nożna: Eredivisie: PSV – Go Ahead Eagles – transmisja **20.00** Łyżwiarstwo figurowe: ISU GP – NHK Trophy w Tokio **23.00** Handball Arena **0.00** Tenis: Finały Pucharu Davisa **2.00** MMA: Babilon MMA

TVN 24

8.35 Strefa kibica – zima **9.00** Serwis informacyjny, pogoda **9.55** Biznes **10.00** Serwis informacyjny, pogoda **10.55** Biznes **11.00** Serwis informacyjny, pogoda **11.55** Biznes **12.00** Serwis informacyjny, pogoda **13.55** Biznes **14.00** Serwis informacyjny, pogoda **14.55** Biznes **15.00** 15 na żywo **16.00** Fakty po południu **18.00** Tak jest **19.15** Serwis informacyjny **19.30** Fakty po Faktach **20.00** Kropka nad i **20.30** Czarno na białym **21.00** Polska i świat **22.00** Szkło kontaktowe

Polsat News

6.00 Nowy dzień **7.40** Graffiti **8.00** Nowy dzień **10.00** W rytmie dnia **12.50** Wydarzenia **13.30** W rytmie dnia **13.55** Pogoda **14.00** W rytmie dnia **14.55** Pogoda **15.00** W rytmie dnia **15.40** Pogoda **15.50** Wydarzenia **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

TVP Info

DVB T

10.00 Serwis info dzień **11.55** Za pięć dwunasta **13.00** Serwis info dzień **14.30** 14.30 **14.50** Serwis info dzień **15.45** Panorama **16.00** Dzień w godzinę **16.55** Sprawdzam to Extra **17.00** Teleexpress **17.15** Teleexpress Extra **17.35** Wolne sądy **18.34** Debata po filmie „Wolne sądy" **19.30** 19.30 **19.58** Pytanie dnia **20.18** Bez retuszu **21.00** Kwiatki polskie **21.45** Panorama **22.10** Oko na świat **22.30** Program informacyjny **22.45** 112. Magazyn kryminalny **23.00** Wydarzy się jutro

TVP 3

DVB T

10.00 Złoty chłopak (292) **11.00** Regiony na TAK **11.30** Sanatoria **12.00** Ktokolwiek widział, ktokolwiek wie... **12.30** Okrasa łamie przepisy **13.00** Agrobiznes **13.30** Między pokoleniami **14.10** Całkiem niezła historia **14.30** Prog. infor. **15.00** Koronka do Miłosierdzia Bożego **15.20** Serwis Info **19.30** Misja Przyroda! **19.45** Kryminalna siódemka **20.00** Dziennik regionów **20.13** Gość regionów **20.30** Kryminalna Siódemka Extra **22.00** Dziennik regionów **22.30** Złoty chłopak (293)

TVP Rozrywka

8.20 Familiada **8.50** Va banque **9.20** Koło fortuny **9.55** Minuta dla Twojego bezpieczeństwa **10.05** Makłowicz w podróży **11.00** Postaw na milion **12.45** Familiada **13.15** Zmiennicy **14.20** Rodzinka.pl **15.55** Kocham Cię, Polsko! **17.15** Minuta dla Twojego bezpieczeństwa **17.25** Va banque **18.00** Koło fortuny **18.35** Okrasa łamie przepisy **19.40** Jaka to melodia? **20.15** Postaw na milion **22.00** Rodzinka.pl **23.00** The Voice of Poland **1.45** Koło fortuny **2.20** Kabaretomaniacy

Planete+

10.20 Dokąd dzisiaj? **11.25** Świetliki. Boskie światło natury **12.35** Niezwykłe podróże koleją **13.40** Podróż do wnętrza chmur **14.45** 360° – świat bez granic **15.50** Średniowieczne serce Czech **16.55** Mongolia. Pomiędzy niebem a ziemią **18.00** Dokąd dzisiaj? **18.15** Polska z góry. Naj... w Polsce **19.05** Ekskluzywna szkoła dla lokajów **19.40** Ostatni neandertalczyk **20.50** Byblos. Wielki port Fenicjan **22.00** Ewangelia dobrobytu. Historia kapitalizmu (s.2) **23.05** Fire Island

BBC Earth

8.15 Najpiękniejsze trasy spacerowe **9.15** Mroźna planeta **10.15** Życie na pustkowiu **11.15** Skarby przeszłości i ich tajemnice **12.20** Najpiękniejsze trasy spacerowe **13.20** Mroźna planeta **14.25** W okowach mrozu **15.30** Życie na pustkowiu **16.30** Dziki połów: nieznane wody **17.30** Mroźna planeta **18.35** Najpiękniejsze trasy spacerowe **19.45** Fenomeny współczesnego życia **20.55** W okowach mrozu **22.55** Dziki połów: nieznane wody **23.55** Dzikie zakątki Ziemi z Simonem Reevem

Discovery Channel

8.00 Brudne skarby **9.00** Gorączka złota: na kłopoty Freddy Dodge **10.00** Budowa na końcu świata **11.00** Klan z Alaski **12.00** Celnicy na straży Szwecji **13.00** Nagi instynkt przetrwania: tajemnicza wyspa **15.00** Złomowisko PL **16.00** Kroniki policyjne: Szwecja **17.00** Celnicy na straży Danii **18.00** Porty **19.00** Złomowisko PL **20.00** W oku cyklonu **21.00** Celnicy na straży Niemiec **22.00** Celnicy na straży Danii **23.00** Kroniki policyjne: Szwecja **0.00** W oku cyklonu

TVN Turbo

8.15 DeFacto **9.05** Fani czterech kółek **10.00** Raport Turbo **10.15** Samochód marzeń – kup i zrób **11.15** Wojny samochodowe **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** Kupione, zrobione, sprzedane **20.15** Ciężarówką przez Malezję **21.15** Zawodowi handlarze **22.00** Raport Turbo **22.15** Jeździć, obserwować **23.45** Naprawy nie do naprawy

TVN Style

7.10 Co za tydzień **7.45** Dzień Dobry TVN **11.20** Jestem z Polski **12.20** Ugotowani **13.25** Kuchenne rewolucje: Restauracja „Marysieńka", Babice koło Oświęcimia / Bar „Niebo w gębie i na talerzu", Pabianice **15.35** Ugotowani **16.40** Poukładani **17.40** Kuchenne rewolucje: Pizzeria „Magiliana", Sosnowiec / Bar „Krupniok", Namysłów / Restauracja „Sjesta", Częstochowa **20.50** Jestem z Polski **22.50** Hotel Paradise **23.45** EuroPOLKI studentki **0.40** Pojedynek na podróże **1.40** Tu jest pięknie

eprasa.pl 1eaf2615f9

SERIALE

Pierwsza miłość
POLSAT 18:00

Oskar zmienia spojrzenie na świat po spotkaniu na moście. Melka ukrywa prawdę przed bliskimi, którzy cieszą się jej ciążą. Angelika, żeby uczcić dobre wieści od lekarzy, zabiera Nikolę na przejażdżkę. Zabierają auto Bolesława, a to może się źle skończyć.

Barwy szczęścia
TVP 2 20:05

Karolina podejrzewa Brunona o psucie jej referencji i planuje szantaż z użyciem bogatego klienta. Natalia prosi Łukasza o pomoc w uwolnieniu Michała z aresztu. Tolek szykuje się do rozwodu, ale Irena błaga go o powrót.

M jak miłość
TVP 2 20:50

Natalia ma problemy z Hanią, która się z nią kłóci i w dodatku przyłapuje matkę na kłamstwie w sprawie Mikołaja. Karską czeka trudna rozmowa z mężem, bo Adam zdaje sobie sprawę, że dyrektor szkoły podkochuje się w jego żonie.

Czas honoru

Byli młodzi, pełni energii, zapału i wiary. Pięknie żyli i ginęli – dumnie, z godnością

TVP HISTORIA 17:10

Wiosną 1941 roku grupa przeszkolonych w Anglii polskich żołnierzy zostaje zrzucona na teren okupowanej Polski. Ich zadaniem jest przeprowadzanie akcji dywersyjnych. W skład oddziału wchodzą: major Czesław, jego synowie Waldek i Michał, a także Janek i Bronek.



Na Wspólnej

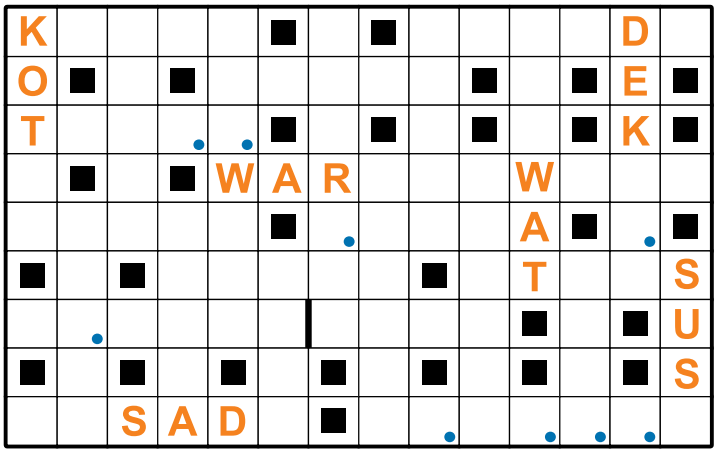
Ula wyznaje ojcu, że została zgwałcona! Sławek broni Piotra

TVN 20:15

Ula ma dzisiaj poprawkę z histologii. Jest zszokowana, gdy na egzaminie pojawia się Wysocki. Sławek, Iga i Piotr rozpracowują siatkę pedofilską. Pojawia się rzecznik dyscyplinarny w sprawie pobicia przez Piotra aresztowanego. Na pierwszy ogień pytań odpowiada Sławek...



JOLKA



Litery w polach z kropką, czytane rzędami, utworzą rozwiązanie. Ujawniono niektóre litery. W kolejności przypadkowej:
– cesarz z Nipponu – struś z pampasów
– front budynku – wiązany pod szyją
– mieszkaniec naszej stolicy – zbiór map
– naczynie na mleko – taniec z Argentyny
– w plecaku ucznia – żółty niemetal
– co ..., to rozum – gwałtowny wir powietrza
– słup z flagą – stalowy łącznik
– niewygodne posłanie – sitwa, kamaryla
– leśny chrust – „Płynie w nas ...", piosenka Bajmu
– amerykański gryzoń – atrybut Temidy
– żołnierz Grota Roweckiego – pokaz mody
– dawna sypialnia
– okres 10 dni
– Indianin z Ameryki Północnej
– słowackie miasto i rzeka

Romance TV

8.20 Śledztwo prowadzi Watzmann (36) **9.20** ★★★ Pokój ze stajnią – kom. Niemcy 2022 **11.15** Zwierzyniec doktor Mertens (89, 90) **13.20** ★★ Inga Lindström: Weekend w Söderholm – film obyczajowy Niemcy 2007 **15.15** Światła, kamera, romans – komedia romantyczna USA 2020 **17.05** Lena Lorenz: Kruche szczęście **19.00** Górscy ratownicy (135) **20.00** ★★★ Gniazdowanie – kom. Niemcy 2021 **21.55** Przepisy na miłość i zbrodnię (9, 10) **23.50** Górscy ratownicy (135)

TVN Fabuła

6.30 Kino Buzz **6.45** Julia (96, 97) **7.45** Detektywi **9.50** Młode gliny **10.55** Magda M. (1) **11.55** Prawo Agaty (9, 10) **13.55** Młode gliny **14.55** Detektywi **16.05** Na Wspólnej (190, 191) **17.10** Seriaale: Rozmowy **18.05** ★★★ Bella i Sebastian III – film przygod. Fr. 2017 **20.00** ★★★ Starcie Tytanów – film przygod. W. Bryt./Australia/USA 2010 **22.30** ★★★ Gniew Tytanów – film przygod. USA/Hiszpania 2012 **0.30** ★★★ Kolekcjoner – dramat USA 1997 **2.50** Dziewczyny z Hollywood

AMC

6.15 ★★★ K-19 – film sens. USA/W. Bryt./Niemcy/Kanada 2002 **8.55** ★★ Supernowa (1) – film sf USA/RPA 2005 **12.45** ★★★★ Kupiec wenecki – dramat USA/Włochy/Luksemburg/W. Bryt. 2004 **15.25** ★★★ Strażnik czasu – film sf USA/Japonia 1994 **17.20** ★★★ Supergliny z Miami – kom. sens. Włochy 1985 **19.30** ★★★ Dzielnica Lakeview – thriller USA 2008 **22.00** The Audacity (6) **23.00** ★★ Thirst – horror USA 2015 **0.50** ★★ W sieci kłamstw – thriller Hol./W. Bryt./USA/Polska 2020

BBC First

7.25 Zagadki doktora Blake'a (5) **8.40** Z pamiętnika położnej (2) **9.50** Ojciec Brown (10, 1) **11.50** London Kills (4) **12.50** Shakespeare i Hathaway: prywatni detektywi (10) **13.50** Śledztwa siostry Bonifacji (7, 8) **15.55** Tajemnice Brokenwood (4) **17.55** Morderstwa w Midsomer (3) **19.55** Śmierć pod palmami (5) **21.00** Zbrodnie Saint-Pierre (8) **22.00** Zbrodnie na Szetlandach (6) **23.20** Agatha Christie: Tommy i Tuppence (1) **0.20** Tajemnice Majorki (8) **1.20** Zbrodnie Saint-Pierre (3)

TTV

8.00 DeFacto **8.30** Kartoteka **10.35** Detektywi **12.35** Zakup w ciemno **14.35** Nic do zgłoszenia **15.35** Złomowisko PL **16.45** Express **17.00** Sport **17.05** Ukryta prawda **17.45** Życie na kredycie **18.40** Ciężarówką przez Australię **19.45** Express **20.05** Zakup w ciemno **21.05** Zakup w ciemno Extra **21.45** Express **22.00** Gogglebox. Przed telewizorem **0.20** Idź na całość **1.20** Kochaj albo wróć **2.20** Wyburzacze **3.40** Sędzia Anna Maria Wesołowska **4.25** Nauka jazdy

Fokus TV

6.00 Wehikuł czasu **6.05** 48 h. Zaginieni (63) **7.00** Był sobie człowiek **8.55** Wehikuł czasu **9.00** Starożytni kosmici **11.00** Gwiazdy lombardu **12.00** Poszukiwacze historii: Bitwa wyrska / Tajna kwatera Luftwafe **13.00** Wielkie konstrukcje III Rzeszy: Wojna i kolej / Koleje zagłady **15.00** Przygody poszukiwaczy złota **16.00** Dorwać tuńczyka **18.00** Rolnicy. Podlasie **20.00** Galileo **21.00** Militarny top 10 **22.00** Dziwne oblicza wojny **0.00** Starożytni kosmici **1.00** Rolnicy. Podlasie

National Geographic

8.00 Ikony lotnictwa **9.00** Megażywioły **10.00** Śladami tajemnic: Jerozolima **11.00** Katastrofa w przestworzach: raport specjalny **13.00** Katastrofa w przestworzach **15.00** Katastrofa w przestworzach: raport specjalny **16.00** Katastrofa w przestworzach **21.00** Ostatni lot: anatomia katastrofy **22.00** Katastrofa w przestworzach: raport specjalny **23.00** Ostatni lot: anatomia katastrofy **0.00** Katastrofa w przestworzach: raport specjalny **1.00** Katastrofa w przestworzach

Nat Geo Wild

8.00 Australijskie maluchy **9.00** Niezwykły dr Pol **12.00** Bertie Gregory na biegunach **13.00** Morze Czerwone: magiczny ogród ewolucji **14.00** Hipopotamy z Gabonu: nietypowi surferzy **15.00** Drapieżnik kontra ofiara **16.00** Olśniewająca Ameryka **17.00** Critter Fixers – zwierzęcy cudotwórcy **18.00** Niezwykły dr Pol **19.00** Walki zwierząt **20.00** Afryka: dom dzikiej przyrody **21.00** Niezwykły dr Pol: Szczenięca miłość / Pechowe maluchy / W pełnej gotowości / Pudle i spółka / Podejrzani pacjenci

Metro

6.20 Detektywi. Na zlecenie (19, 20) **7.40** Szpital (328-330) **10.40** Sędzia Anna Maria Wesołowska (562, 563) **12.40** Szkoła (699) **13.40** Fachowcy **14.25** Brzydula (219, 220) **15.35** Druga szansa (12) **16.45** The Floor **18.00** Złomowisko PL **19.00** Kartoteka (11, 12) **21.05** Kryminalni (2, 3) **23.15** Spartakus: Krew i piach (7): Sacramentum **0.20** Zbrodnie z pierwszych stron gazet: Podmiejskie sekrety **1.25** Szpital (981) **2.25** Szkoła (706) **3.25** Nowa Maja w ogrodzie **4.30** Szpital (981)

TVP Historia

9.15 Encyklopedia II wojny światowej **9.40** Polskie 100 lat **10.10** Narodziny chirurgii **11.05** Wszystkie kolory świata **12.00** Era przyrody **13.00** Obłoki śmierci. Bolimów 1915 **14.15** Zmiennicy (4) **15.20** Sensacje XX w. **17.10** Czas honoru (1) (s.18) **18.00** Felieton **18.10** Polskie bitwy **20.00** Pitbull (8) **20.50** Upadek nazizmu **21.50** W kręgu Hitlera **22.45** Sensacje XX w. **0.35** Encyklopedia II wojny światowej **1.00** Czas honoru (1) **1.55** Pitbull (8) **2.40** Historia w postaciach zapisana

TVP Dokument

10.10 Bogactwo dźwięków przyrody **11.10** Weekendowe wypady z Gr. Wallace'em **12.05** Bocian biały **12.35** Ludzie z mikroplastiku **13.40** Królestwo mrówek **14.40** Królestwo mokradeł **15.45** Owady. Czy czeka nas katastrofa? **16.35** Świątynie świata **17.35** Wolne sądy **18.30** Debata po filmie „Wolne sądy" **19.30** Miałem farta **20.10** Jak pieniądz kształtował świat **21.15** Krainy cudów natury **22.25** Ukryta wojna Chin **23.40** Niebezpieczne drogi **0.40** Sekrety dzikich kwiatów

Zoom TV

6.10 MacGyver (12, 13) **8.10** Strażnik Teksasu (11, 12) **10.05** Kobra – oddział specjalny (6, 7) **12.20** FBI (5, 6): Upadły glina / Dwukrotnie ślepi **14.20** Bitwa o palety **15.30** Wojny magazynowe: Kanada **16.50** Sensacje XX w. **19.00** Kobra – oddział specjalny (15, 16): Otchłań / Długa droga **21.00** CSI: Kryminalne zagadki Miami (16, 17): Polowanie na ludzi / Przesyłka specjalna **23.00** Magia nagości. Hiszpania **0.05** Magia nagości. Finlandia **0.35** Adam szuka Ewy. Niemcy **2.55** I love kabaret

TLC

8.00 Cztery żony i mąż **9.00** Siostry wielkiej wagi **10.00** Wiza na miłość: na odwrót **12.00** Wspólne życie XXL **14.00** Cztery żony i mąż **15.00** Mali ludzie, wielka rodzina **16.00** Siostry wielkiej wagi **17.00** Salon sukien ślubnych **18.00** Wiza na miłość: na odwrót **20.00** Wiza na miłość – oczami bohaterów **21.00** Wiza na miłość: single na polowaniu **22.00** Wiza na miłość: single na polowaniu. Między sporami **23.00** Dr Pyszczylla **0.00** Moje koszmarne stopy **1.00** Wiza na miłość – oczami bohaterów

Nowa TV

6.00 Wehikuł czasu **6.20** TV Okazje **6.55** Wehikuł czasu **7.00** Disco Landia – nutki do pobudki **7.30** Wielkie wycieczkowce **8.30** Więzienie **10.00** Ojciec Brown (40, 41) **12.00** Śmierć pod palmami (1, 2) **14.00** Świat według Kiepskich (513, 514) **15.00** Świat według Bundych (54-59) **18.00** Całkiem nowe lata miodowe (15) **18.30** Miodowe lata **21.00** Zdrady (111) **22.00** Ślad (61-62, 106) **1.00** Łowca pedofilów **3.00** TV Okazje **3.50** Wehikuł czasu **4.00** Daleko od noszy (29, 30)

WP

6.00 Pogoda **6.05** Policjanci z sąsiedztwa **7.55** Pogoda **8.00** Policjanci z sąsiedztwa **8.55** Pogoda **9.00** Tlit **9.50** Pogoda **10.00** Strażacy z sąsiedztwa **11.00** Wariaci za kierownicą **12.00** Komisarz Cassandre: zbrodnie w Alpach (3) **14.00** Pokochaj lub sprzedaj – Vancouver **16.00** Pokochaj lub sprzedaj **16.55** Pogoda **17.00** Inspektor Vera (3) **19.00** Makłowicz w podróży **22.00** Pogoda **22.10** Mistrzowie kabaretu: Hrabi cz.1 / Kabaret Skeczów Męczących / Sławomir / Czesuaf

eprasa.pl 1eaf2615f9

TVP 1

DVB T



Akacjowa 38

7.00 Msza św. na Jasnej Górze **7.30** Kościół z bliska **8.00** Serwis Info **8.25** Zaraz wracam (181) **9.05** Ranczo (71): Dzieci rewolucji **10.00** Komisarz Alex (24): Prawdziwa śmierć **11.00** Ojciec Mateusz (337): Przykrywkowiec **12.00** Serwis Info **12.10** Agrobiznes **12.40** Magazyn rolniczy **13.05** Dzikie korytarze (1): Lwy pustynne w Namibii – serial dok. Fr. 2023 **14.00** Splątane losy (99)

15.00 Serwis Info – magazyn
15.10 Reporterzy – magazyn
15.35 Gra słów. Krzyżówka
16.00 Dziedzictwo (1082)
17.00 Teleexpress
17.25 Jaka to melodia?
18.05 Klan (4787)
18.40 Akacjowa 38 (1010)
Profesor rysunku zaprasza Susanę i Rosinę na zajęcia z niespodzianką. Trini domaga się od księdza Telma mszy po to, by dziecko nie urodziło się rude. Carmen prosi Servanda, aby wziął Raula na ucznia.
19.30 19.30
19.55 Pytanie dnia
20.30 Słoneczna. Poza ciszą (7) – serial obycz. Polska 2026
21.05 Sekielski wieczorową porą – magazyn publicyst.
22.10 Złoto pustyni – dramat woj. ★★★★ USA/Australia 1999 **(s.21)**
Reż. David O. Russell, wyk. George Clooney, Mark Wahlberg, Ice Cube
0.10 Miłość w Nowym Jorku ★★★ – dram. miłosny USA 2000
2.00 Spona – komedia ★★ obyczajowa Polska 1998
3.35 Sekielski wieczorową porą – magazyn publicyst.

TVP 2

DVB T



80 milionów

5.35 M jak miłość (1892) **6.25** Post filipowy – reportaż **6.55** Barwy szczęścia (3451) **7.55** Pytanie na śniadanie – program informacyjno-publicystyczny **11.50** Rosół polski (37) **12.30** Koło fortuny – teleturniej **13.15** Panna młoda (262) – serial obyczajowy Turcja 2024 **14.05** Va banque – teleturniej **14.35** Na sygnale (962): Czarna skrzynka – serial obyczaj. Polska 2026

15.05 La Promesa – pałac tajemnic (531)
16.00 Koło fortuny – teleturniej
16.35 Familiada – teleturniej
17.20 Panna młoda (263)
18.15 Va banque – teleturniej
18.50 Jeden z dziesięciu
19.25 Barwy szczęścia (3451)
19.55 Domowe patenty (22)
20.05 Barwy szczęścia (3452) – serial Polska 2026 **(s.21)**
20.40 Kulisy „M jak miłość”
20.50 M jak miłość (1962) (s.21)
21.50 SOR (7) (s.21)
22.30 Na sygnale (964)
23.05 80 milionów – film ★★★ przygodowy Polska 2011
Reż. Waldemar Krzystek, wyk. Wojciech Solarz, Krzysztof Czeczot, Maciej Makowski
Dziesięć dni przed ogłoszeniem stanu wojennego działacze „Solidarności” postanawiają wypłacić z banku należące do związku pieniądze. Rozpoczyna się niebezpieczna rozgrywka.
1.00 Hotel Mumbaj – dramat ★★★★ obyczaj. Australia/USA/Indie/W. Bryt./Singap. 2018
3.05 Co się kryje pod katedrą Notre-Dame? – film dok.

Polsat

DVB T



Bez litości 2

5.25 Telezakupy TV Okazje **6.00** Nowy dzień – program informacyjno-publicystyczny **8.20** Trudne sprawy (1146): Najlepsza dieta cud **9.20** Dlaczego ja? (849-851): Singiel z przekonania zostaje nagle ojcem / Młoda matka postrzelona na osiedlu / Podły rekonwalescent pada czyjąś ofiarą **12.20** Gliniarze (1073-1075): Psia Karma / Siostrzany układ / Sprawiedliwy wyrok

15.30 Wydarzenia
15.50 Pogoda
15.55 Gliniarze (1154): Złe miejsce i czas – serial fab.-dok.
16.55 Gliniarze Śląsk (2)
18.00 Pierwsza miłość (4298) – serial Polska 2026 **(s.21)**
18.50 Wydarzenia
19.15 Gość „Wydarzeń”
19.55 Milionerzy – teleturniej
20.35 Bez litości 2 – film ★★★ kryminalny USA 2018
Reż. Antoine Fuqua, wyk. Denzel Washington, Pedro Pascal, Ashton Sanders
Druga część kinowego hitu o szukającym zemsty i walczącym o sprawiedliwość byłym tajnym agencie. Jego długoletnia przyjaciółka i współpracowniczka, Susan, zostaje zamordowana.
23.05 Pan Wypadek: Wakacje zabójcy – komedia sensac. ★★★ W. Bryt./USA 2022 **(s.21)**
Reż. George Kirby, Harry Kirby, wyk. Scott Adkins, Ray Stevenson, Perry Benson, Sarah Chang
1.10 21 – dramat obyczajowy ★★★ USA 2008
3.55 Kabaretowa Ekstraklasa
4.40 Disco gramy!

TVN

DVB T



Detektywi

5.15 Zamieszkać na plaży (14) **5.40** Uwaga! (8141) **5.55** Ukryta prawda (1549) **6.50** Kuchenne rewolucje: Warszawa – Bistro Rozmaryn **7.45** Dzień Dobry TVN – program informac.-publicystyczny **11.20** Doradca smaku (23) **11.30** Kuchenne rewolucje: Szczecin – „Cafe Elegancko” / Górki Wielkie – Dziupla u Wuja **13.40** Ukryta prawda (1727-1729) – serial fab.-dok. Polska

16.50 Szpital św. Anny (99) – serial obycz. Polska 2026
17.55 Detektywi (164):
Kochanka widmo – serial fabularno-dokumentalny Polska 2025
Kobieta zatrudnia detektywów, by dowiedzieli się, kto zamordował jej narzeczonego. Policja podejrzewa, że to ona jest sprawczynią, bo dzień wcześniej pokłóciła się z partnerem o to, że ją zdradził.
19.00 Fakty
19.55 Uwaga! – magazyn
20.15 Na Wspólnej (4321) – serial Polska 2026 **(s.21)**
20.50 Kuba Wojewódzki (14)
22.05 Spectre – film sensacyjny ★★★ W. Bryt./USA 2015
Reż. Sam Mendes, wyk. Daniel Craig, Christoph Waltz, Léa Seydoux
1.05 Superwizjer
1.45 Uwaga! (8142) – magazyn interwencyjny
2.05 Młode gliny (67, 68) – serial krym. Polska 2026
4.00 Jak to jest zrobione? – serial dok. Kanada 2010
4.30 Zamieszkać na plaży – serial dok. USA 2020

TVN 7

DVB T



Posejdon

6.45 Szkoła (618, 619) **8.40** Ukryta prawda (1441, 1648, 1649) **11.45** W-11 Wydział Śledczy (845-847) **13.50** Detektywi (223) **14.55** Szpital św. Anny (185) **15.55** Szpital (741) **17.00** Sędzia Anna Maria Wesołowska (6, 7) **19.00** Ukryta prawda (1484) **20.00** ★★★ Posejdon – film katastr. USA 2006, reż. Wolfgang Petersen, wyk. Josh Lucas, Kurt Russell, Jacinda Barrett **22.10** ★★★★ Harry Potter i Komnata Tajemnic – film przyg. W. Bryt./USA 2002, reż. Chris Columbus, wyk. Daniel Radcliffe **1.30** ★★★ Matka – horror USA 2017, reż. Darren Aronofsky, wyk. Jennifer Lawrence **3.55** Prawdziwy horror **5.15** Ten moment (49) **5.50** Szkoła (620)

TV Puls

DVB T

6.00 Policjanci z Miami (16, 17) **8.00** Kobra – oddział specjalny (8, 9) **10.00** Zaklinaczka duchów (84) **11.00** Kotka (84) **12.00** Mój grzech (21) **13.00** Wspaniałe stulecie (57) **14.00** Rodzinny interes (50) **15.00** Lombard. Życie pod zastaw (312, 313) **17.00** Rodzinny interes (51) **18.00** Lombard. Życie pod zastaw (1044, 1045) **20.00** ★★★ Droga bez przebaczenia – thriller Australia 2023 **22.05** ★★★ Bodyguard zawodowiec – film akcji USA/Hol./Bułg./Hongk./Kan./W. Bryt./Fr. 2017 **0.35** ★★★ Revolt – film sf USA 2017

Puls 2

DVB T

7.30 Seriale anim. dla dzieci **13.00** Nowe przygody Kubusia Puchatka (6) **13.35** Smerfy (16) **14.00** Baranek Shaun (11-13) **14.35** Marta mówi! (21) **15.00** Miraculous: Biedronka i Czarny Kot (24, 25) **16.00** Koci domek Gabi (19, 20) **17.00** Fineasz i Ferb (21, 22) **18.00** Pingwiny z Madagaskaru (33, 34) **19.00** Kacze opowieści (41, 42) **20.00** Lombard. Życie pod zastaw (1064) **21.00** Dzielnica strachu (141, 142) **23.00** Wstydliwe choroby (6, 7) **1.00** Dzielnica strachu (140) **2.00** Lombard. Życie pod zastaw (102)

TVP Polonia

7.00 Rączka gotuje **7.30** Pytanie na śniadanie **11.40** Na tropach historii (2) **12.00** Serwis Info **12.10** Komisarz Alex (305) **13.05** Ranczo (47) **14.00** Polska. Co dalej? (17) **15.00** Serwis Info **15.10** Kulturalni (46) **16.00** Pan Mama (22) **16.30** Barwy szczęścia (3420) **17.00** Teleexpress **17.20** Gra słów. Krzyżówka **17.50** Teleexpress Extra **18.15** Oko na Wschód (99) **18.45** Panorama **19.20** Niezwykłe miejsca (151) **19.30** 19.30 **19.55** Pytanie dnia **20.25** Stulecie Winnych (14) **21.20** Ojciec Mateusz (46) **22.15** Bł. ks. Michał Sopoćko – sługa Miłosierdzia **23.15** Panorama **23.45** Magazyn Ekspresu Reporterów **0.40** Dziennik regionów **1.00** Pan Mama (21) **1.30** 19.30

TV Trwam

DVB T

11.40 Ma się rozumieć **11.50** Święty na każdy dzień **12.20** Głos serca (141) **13.05** Blask prawdy **13.30** Msza święta z Jasnej Góry **14.20** Muzyczne chwile **14.30** Post Scriptum **15.00** W górę Rio Negro **15.50** Ma się rozumieć **16.00** Informacje **16.10** Jestem mamą **16.25** Przyroda w obiektywie **16.40** Zdrowie z Bożej apteki **17.00** Wierzę w Boga **17.30** Burza w okręgu krakowskim **18.15** Rozmowy niedokończone **19.30** Każdy maluch to potrafi **19.45** Modlitwa z tel. udziałem dzieci **20.00** Informacje **20.20** Różaniec **20.50** Myśląc Ojczyzna **21.00** Apel Jasnogórski **21.40** Polski punkt widzenia **22.00** Solidarność – narodziny wolności **22.15** Głos serca (142) **23.00** Będziesz miłował

TVP Kultura

DVB T

8.20 Porozmawiajmy szczerze **9.00** Daleko od szosy (2) **10.25** Hipoteza – film krótkometr. Polska 1972 **11.05** Kuba – film dok. Polska 2023 **12.35** Pan wzywał, Milordzie? (4) **13.40** ★★★★ Cyd – film przyg. USA/Wł. 1961 **16.45** Daleko od szosy (3) **18.15** W poszukiwaniu dobrego filmu **18.55** Rawhide (107) **20.00** Teatr TV: Nic nie wiemy na pewno – jubileuszowy spektakl Teatru Ósmego Dnia – Polska 2026 **21.15** ★★★ Prosta przyjaźń – kom. Fr. 2023, reż. Eric Besnard, wyk. Lambert Wilson, Grégory Gadebois **23.05** ★★★ Valmont – melodr. USA/Fr./W. Bryt. 1989, reż. Miloš Forman, wyk. Colin Firth, Annette Bening **1.25** Chick Corea – w służbie muzyki – film dok. USA 2011

Super Polsat

DVB T

6.05 Wydarzenia 21:50 **6.45** SuperLudzie Extra (38) **6.55** Cobra Kai (29, 30) **8.20** SuperLudzie Extra (39) **8.30** Świat według Kiepskich (482-484) **10.00** Wydarzenia **10.30** SuperLudzie (9, 10) **11.30** Świat według Kiepskich (437-440) **13.30** Farma (104) **14.30** Hell's Kitchen – piekielna kuchnia (53) **16.10** Ninja Warrior Polska (24) **18.00** Świat według Kiepskich (490-491, 562-563) **20.00** Złomiarze (34) **21.00** ★★★ Raj dla par – komedia USA 2009, reż. Peter Billingsley, wyk. Vince Vaughn, Jason Bateman **23.15** ★★★ Skąd wiesz? – kom. rom. USA 2010, reż. James L. Brooks, wyk. Reese Witherspoon **1.55** 48 h. Zaginieni (41, 42) **3.55** Farma (104) **4.55** Złomiarze (34)

TV 6

DVB T

6.00 Więzienie (152, 153) **6.55** Policjantki i policjanci (911, 912) **8.55** 48 h. Zaginieni (97-101) **13.55** Policjantki i policjanci (1301) **14.55** Uroczysko (248, 249) **16.00** Strażnik Teksasu (20-21, 15-16): Na uświęconej ziemi / Sprawa zamknięta / Siła gromu / Spóźniona sprawiedliwość – serial sensacyjny USA 1995/2000 **20.00** CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku (191, 192): Wydrukowane morderstwo / Cywilizowane kłamstwa – serial krymin. USA/Kan. 2013 **22.00** Mentalista (39): Czerwony alarm – serial kryminal. USA 2010 **23.00** Sprawiedliwi – wydział kryminalny (812, 813) **1.00** Kości (231, 232): Głowa w podporze / Umrzyk w klifie – serial krym. USA 2016 **3.00** Cobra Kai (1)

TV 4

DVB T

6.00 Strażnik Teksasu: Walka o wzrok / Kwestia zasad **7.55** Bogaty dom – biedny dom (137) **8.55** Policjantki i policjanci (777-779) **11.55** Uroczysko (1, 2) **13.00** Trudne sprawy (901-903) **16.00** Łowcy skarbów. Kto da więcej (445, 496) **18.00** Policjantki i policjanci (1372, 1373) **20.00** Uroczysko (211, 212) **21.05** Sprawiedliwi. Trójmiasto (158) **22.05** Sprawiedliwi – wydział kryminalny (1041) **23.05** ★★★ Con Air: lot skazańców – film sens. USA 1997, reż. Simon West, wyk. Nicolas Cage, John Malkovich **1.40** Opowiem ci o zbrodni (2): Wojciech Chmielarz – Portret kobiety nad brzegiem morza **2.00** Love Island. Wyspa miłości (11) **3.05** SuperLudzie Extra (2) **3.20** SuperLudzie (36-39)

Ale Kino+

7.00 ★★★ Miss mokrego podkoszulka – kom. obycz. Polska 2002 **8.25** ★★★ Wszyscy święci – dramat Polska 2002 **10.00** The Office PL (7, 8) **11.20** Detektyw Foyle (1) **13.35** Van der Valk (1) **15.40** ★★★ W 80 dni dookoła świata – film przygod. USA/Niemcy/Irl./W. Bryt. 2004 **18.05** Detektyw Foyle (2) **20.10** ★★★ Ścigani – dramat USA 2009 **(s.21) 22.35** ★★★ Martwych nie boli – western Kan./Dania/Meks./W. Bryt./ USA 2023 **1.15** ★★★★ Ból i blask – dramat Hiszp./Fr. 2019 **3.40** Król (6)

Kino Polska

8.00 Stawiam na Tolka Banana (1, 2) **9.35** ★★★ Szaleństwa panny Ewy – film dla młodzieży Polska 1984 **11.40** ★★★ Nad Niemnem (1) – film obyczaj. Polska 1986 **15.45** ★★★ Papierowe małżeństwo – kom. rom. Polska/W. Bryt. 1992 **17.40** Pogranicze w ogniu (19, 20) **20.00** ★★★ Carte blanche – dramat Polska 2015, reż. Jacek Lusiński, wyk. Andrzej Chyra, Urszula Grabowska **(s.21) 22.30** ★★★ Mała wielka miłość – kom. rom. Polska/USA 2008 **0.50** ★★★ Chemia – dramat Polska 2015

Polsat Film

7.30 Poirot (1) **8.35** Przyjaciółki (145, 146) **10.30** Świat według Kiepskich (5-6, 203-204, 207) **13.50** ★★★★ Jak rozpętałem II wojnę światową – kom. Polska 1970 **15.40** ★★★ Robin Hood: książę złodziei – film przyg. USA 1991 **18.35** ★★★ Jumanji: Przygoda w dżungli – film przygod. USA 2017 **21.00** ★★ Futro z misia – kom. Polska 2019, reż. Kacper Anuszewski, Michał Milowicz, wyk. Olaf Lubaszenko **23.05** ★★★ Parkingowy – kom. USA 2022, reż. Richard Wong, wyk. Eugenio Derbez

Stopklatka

DVB T

6.55 Wojciech Cejrowski – boso przez świat **8.00** Robert Makłowicz **9.50** Vera (2) **12.00** MacGyver (21, 22) **14.00** Katastrofy w przestworzach **18.00** Wojny magazynowe: Kanada **19.10** Aukcja w ciemno **20.00** ★★★ Najlepsi z najlepszych – film sens. USA 1989, reż. Hark Tsui, Robert Radler, wyk. Eric Roberts **22.00** ★★ Icarus – thriller Kan. 2010, reż. Dolph Lundgren, wyk. Dolph Lundgren **23.55** ★★★ Człowiek mafii – film sens. USA 2015 **1.55** ★★★★ Konopielka – kom. Pol. 1981

Canal+ Premium

9.20 ★★★ Benek – komediodramat Polska/Austria 2007 **11.05** Koncert Elton John & Brandi Carlile **12.00** ★★★ Nadzieja – dramat Niemcy/Polska 2006 **13.40** Ekstremalne opady: niszczycielski żywioł **14.30** ★★★ Peacock – dramat USA 2010 **16.00** ★★★ Pod gwieździstym niebem – kom. rom. USA 2025 **17.45** ★★★ Holiday – kom. romant. USA 2006 **20.00** ★★★★ Młode matki – dramat Belgia/Francja 2025 **21.45** I Follow Rivers. Mam rzekę we krwi **23.20** Eksperyment: Odsiadka

HBO

8.30 ★★★★ Harry Potter i Komnata Tajemnic – film przygod. W. Bryt./USA 2002 **11.05** ★★★ Lato w grudniu – dramat Hiszp. 2024 **12.40** Horton słyszy Ktosia! – film animow. USA/W. Bryt. 2008 **14.05** ★★ Kolejna zwyczajna przysługa – thriller USA 2025 **16.05** Wielka mała koza – film animowany USA 2026 **17.45** ★★★ Szybcy i wściekli: Hobbs i Shaw – film sens. USA 2019 **20.00** Hacks (9, 10) **21.20** Outlander: Krew z krwi (8) **22.20** ★★ Holland – thriller USA 2025

Paramount

5.00 Śmieszniej nie będzie **6.00** Czarodziejki (16-19) **9.20** Policyjna grupa pościgowa **10.20** ★★★ W ciemność. Star Trek – film sf USA 2013 **13.00** Czarodziejki (20, 21) **14.55** Pingwiny z Madagaskaru **15.55** ★★★ Zmowa pierwszych żon – kom. USA 1996 **18.05** ★★★★ Jeszcze pięć minut – film obyczaj. Kan./USA 2021 **20.00** ★★★ Wojna światów – film sf USA 2005 **22.30** ★★★★ Ciche miejsce – horror USA 2018 **0.15** ★★★ Zrodzony w ogniu – thriller USA/W. Bryt. 2013

Polsat 2

6.30 Pielęgniarki **7.30** Na ratunek 112 **8.30** Sekrety rodziny **11.30** Trudne sprawy: Nowy on **12.35** Więzienie **14.30** Świat według Kiepskich (66-70): Spirytyści / Sposób na blondynkę / Szczur lądowy / Szkielet fon Bibersztajna / Tajemnica X muzy **17.00** Komisarz mama (4) **18.00** Dlaczego ja? **20.00** Gliniarze – serial fabularno-dokumentalny Polska 2025 **22.00** Łowca pedofilów **23.00** Ślad (68, 69): Kryptonim nietoperz / Życie wieczne **1.00** Zdrady **2.05** Wydarzenia

TVP Seriale

6.30 Na sygnale (588, 589) **7.35** Ojciec Mateusz (138) **8.35** Komisarz Alex (169) **9.25** Rodzinka.pl (207) **10.00** Klan (1553) **11.00** Ranczo (75) **11.45** M jak miłość (1961) **12.45** Zaraz wracam (178, 179) **13.50** Ojciec Mateusz (43, 44) **15.45** Komisarz Alex (170) **16.30** Na sygnale (590, 591) **17.40** Ranczo (77, 78) **19.30** Ojciec Mateusz (45, 139) **21.30** Ranczo (79, 80) **23.25** Ojciec Mateusz (46) **0.20** Na dobre i na złe (1006) **1.20** Czas honoru (8, 9) **3.00** Wojenne dziewczyny (43)

AXN

5.10 FBI: Most Wanted (15) **6.00** CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas (3, 4) **7.30** Agenci NCIS (2, 3) **9.15** Castle (12, 13) **11.10** Detektyw Monk (5, 6) **13.10** Agenci NCIS (4, 5): Statek miłości / Filadelfia **15.05** Zabójcza broń (8, 9) **17.05** CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas (2, 3): Danie lokalu / Dzikie kwiaty **19.05** Castle (14, 15): Niebieski motyl / Pandora **21.05** FBI: International (18, 19) **22.55** CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas (2, 3) **0.45** Castle (14, 15) **2.40** FBI: International (18, 19)

13 Ulica

6.35 Niewidomy detektyw (4) **8.25** Magnum: Detektyw z Hawajów (16, 17) **10.20** Bez śladu (17, 18) **12.10** Kapitan Marleau (1) **14.15** Niewidomy detektyw (5) **16.15** Magnum: Detektyw z Hawajów (18, 19) **18.10** Bez śladu (1, 2) – serial sens. USA 2008 **20.00** Kapitan Marleau (2) – serial krym. Fr. 2020 **22.00** Prawo i porządek Toronto: Zbrodniczy zamiar (4) – serial krym. Kan. **23.00** ★★★★ Człowiek w ogniu – thriller Szwajc./W. Bryt./USA 2004, reż. Tony Scott, wyk. Denzel Washington

FX

7.00 Kości (10, 11) **9.00** FBI (15) **9.55** Agenci NCIS (2) **10.55** CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas (2) **11.50** CSI: Kryminalne zagadki Miami (3, 4) **13.45** Castle (13) **14.40** Lucyfer (16) **15.35** CSI: Kryminalne zagadki Miami (5, 6) **17.25** Z Archiwum X (6, 7) **21.05** CSI: Kryminalne zagadki Miami (6) **22.00** Zabójcze umysły (5) **23.00** Z Archiwum X (7): Czułe słówka **0.00** CSI: Kryminalne zagadki Miami (5, 6) **1.00** CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku (9) **1.55** Lucyfer (16)

Eurosport 1

8.30 Narciarstwo alpejskie: PŚ (m) w Copper Mountain **9.15** Narciarstwo alpejskie: PŚ (k) w Killington **10.00** Skoki narciarskie: PŚ (m) w Ruce **12.00** Snooker: Mistrzostwa W. Bryt. w Yorku **14.00 (L)** Snooker: Mistrzostwa Wielkiej Brytanii w Yorku **17.30** Narciarstwo alpejskie: PŚ (m) w Copper Mountain **18.15** Narciarstwo alpejskie: PŚ (k) w Killington **19.00** FIA TCR World Tour: Wyścigi w Makau **19.30** Snooker: Mistrzostwa Wielkiej Brytanii w Yorku **23.30** Skoki narciarskie: PŚ (m) w Ruce

Eurosport 2

8.30 Snooker: Mistrz. W. Bryt. **11.00** Narc. alp.: PŚ (m) w Copper Moun. **12.00** Narc. alp.: PŚ (k) w Killington **13.00** Biegi narc.: PŚ w Ruce **13.30** Biegi narc.: PŚ (m) w Ruce **14.15** Biegi narc.: PŚ (k) w Ruce **15.00** Narc. alp.: PŚ (m) w Copper Mount. **16.00** Narc. alp.: PŚ (k) w Killington **17.00** Skoki narc.: PŚ (m) w Ruce **19.00** Narc. alp.: PŚ (m) w Copper Mount. **20.00** Narc. alp.: PŚ (k) w Killington **21.00** Biegi narc.: PŚ w Ruce **21.30** Biegi narc.: PŚ (m) w Ruce **22.15** Biegi narc.: PŚ (k) w Ruce

Polsat Sport 1

6.00 Siatkówka: TAURON Liga **8.00** Formuła 1: GP Kataru **9.00** Siatkówka: TAURON Liga **11.00** Siatkówka: TAURON Liga **13.30** Siatkówka: TAURON Liga **16.00** Siatkówka: TAURON Liga **18.00** Studio **18.35 (L)** Piłka ręczna: Liga Europejska EHF: PGE Wybrzeże Gdańsk – VfL Gummersbach **20.40** Studio **20.55 (L)** Piłka nożna: Puchar Włoch: 1/8 finału: Inter Mediolan – Genoa CFC **23.00** Siatkówka: TAURON Liga **1.00** Siatkówka: TAURON Liga **3.00** Siatkówka: TAURON Liga

TVP Sport

DVB T

8.20 Magazyn Betclic 1. Ligi **9.50** Piłka nożna: Miedź Legnica – Polonia Bytom **11.55 (L)** Piłka nożna: Avia Świdnik – Górnik Zabrze **14.00** Reportaż **14.30** Koszykówka: El. MŚ mężczyzn: Niemcy – Polska **16.30** Piłka kobiet **17.25** Studio **17.55 (L)** Piłka nożna: El. MŚ kobiet UEFA: Polska – Irlandia **20.40 (L)** Piłka nożna: Puchar Niemiec: Bayern Monachium – Hertha BSC **22.45** Sportowy wieczór **23.15** Piłka nożna: Avia Świdnik – Górnik Zabrze **3.25** Boks: Chris Billam-Smith – Ryan Rozicki

Canal+ Sport

8.00 1 na 1 Extra: Patrick Kluivert **8.45** Piłka nożna: Real Madryt – Deportivo Alavés **11.00** Football Office **12.35** Piłka nożna: Górnik Zabrze – Wisła Płock **15.00** Ligomistrzowe historie **15.45** Piłka nożna: Elche CF – Atlético Madryt **18.00** LaLiga Highlights Magazine **18.35** Jazda o złoto. Żużel na podsłuchu **19.30** Premier League Review **20.30** Premier League Netbusters **21.00** Liga+ Extra **23.10** MMA: Gala ONE Friday Fights 180 w Bangkoku **0.15** Premier League Review

Canal+ Sport 5

6.00 Hola LaLiga! **7.15** 1 na 1 Extra: Petr Čech **8.15** Żużel: PGE Ekstraliga **11.00** Piłka nożna: LaLiga EA Sports: Deportivo A Coruña – FC Barcelona **13.15** Ekstrapaka: 16. kolejka **14.20** Ekstraklasa po godzinach **15.30** Żużel: Metalkas 2. Ekstraliga **18.10** Football Office **20.00** Żużel: PGE Ekstraliga **22.30** LaLiga Highlights Magazine: 14. kolejka **23.20** Premier League Netbusters **0.00** Piłka nożna: PKO BP Ekstraklasa: Górnik Zabrze – Wisła Płock **2.30** Ligomistrzowe historie

Eleven Sports 1

9.00 Piłka nożna: Inter Mediolan – Genoa CFC **11.00** Bundesliga Clubs: VfB Stuttgart; TSG 1899 Hoffenheim; Bayer 04 Leverkusen **12.00** Piłka nożna: Lidze Portugal Betclic: SL Benfica – FC Famalicão **14.00** Formuła 1: GP Kataru **16.00** Piłka nożna: Torino FC – SS Lazio **18.00** Piłka nożna: Hamburger SV – Bayern Monachium **20.00** Ligue 1 Show **20.40 (L)** Piłka nożna: Puchar Niemiec: Bayern Monachium – Hertha BSC **22.50** Podróż do świata calcio **0.05** Historie Serie A

Polsat Sport 3

6.00 Tenis: Finały Pucharu Davisa – transmisja turnieju **8.30** Tenis: Finały Pucharu Davisa – transmisja turnieju **11.00** Łyżwiarstwo figurowe: ISU GP – NHK Trophy w Tokio – transmisja **13.30** Piłka nożna: Serie A Enilive – transmisja **16.00** Bobsleje: PŚ w Altenbergu – transmisja **18.30** Piłka nożna: Eredivisie – transmisja meczu **21.00** Łyżwiarstwo figurowe: ISU GP – NHK Trophy w Tokio **23.00** Magazyn koszykarski **0.00** Bobsleje: PŚ w Altenbergu – transmisja **2.00** Babilon MMA

TVN 24

10.00 Serwis informacyjny **10.25** Raport smogowy **10.30** Serwis informacyjny **10.55** Biznes **11.00** Serwis informacyjny **11.55** Biznes **12.00** Serwis informacyjny, pogoda **12.27** Raport smogowy **12.30** Serwis informacyjny, pogoda **13.55** Biznes **14.00** Serwis informacyjny, pogoda **14.55** Biznes **15.00** 15 na żywo **16.00** Fakty po południu **18.00** Tak jest **19.15** Serwis informacyjny **19.30** Fakty po Faktach **20.00** Kropka nad i **20.40** Czarno na białym **21.00** Polska i świat

Polsat News

6.00 Nowy dzień **7.40** Graffiti **8.00** Nowy dzień **10.00** W rytmie dnia **12.50** Wydarzenia **13.30** W rytmie dnia **13.55** Pogoda **14.00** W rytmie dnia **14.55** Pogoda **15.00** W rytmie dnia **15.40** Pogoda **15.50** Wydarzenia **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 **1.25** Punkt widzenia Szubartowicza

TVP Info

DVB T

10.00 Serwis info dzień **11.55** Za pięć dwunasta **13.00** Serwis info dzień **14.30** 14.30 **14.50** Serwis info dzień **15.45** Panorama **16.00** Dzień w godzinę **16.55** Sprawdzam to Extra **17.00** Teleexpress **17.15** Teleexpress Extra **17.35** Panorama **17.42** Wykrywacz kłamstw **18.00** Panorama **18.30** Kontrapunkt **19.25** Sprawdzam to Extra **19.30** 19.30 **19.58** Pytanie dnia **20.18** Trójkąt polityczny **21.00** Kwiatki polskie **21.45** Panorama **22.10** Oko na świat **22.30** Program inf.

TVP 3

DVB T

9.05 Al w służbie sportowcom **9.30** Post filipowy **10.00** Złoty chłopak (293) **11.00** Rok w ogrodzie **11.30** Wiek to tylko liczba **12.00** O milimetr **12.30** Rączka gotuje **13.00** Agrobiznes **13.30** Bez retuszu **14.20** Poznaj region **14.30** Program informacyjny **15.00** Koronka do Miłosierdzia Bożego **15.20** Serwis Info **20.00** Dziennik regionów **20.13** Gość regionów **20.30** Telekurier **22.00** Dziennik regionów **22.30** Złoty chłopak (294) **23.30** Kryminalna siódemka **23.55** Panorama

TVP Rozrywka

9.00 Va banque **9.35** Koło fortuny **10.10** Makłowicz w podróży **10.50** Postaw na milion **12.35** Familiada **13.15** Zmiennicy **14.15** Rodzinka.pl **15.25** Rolnik szuka żony **16.25** Kabaretomaniacy **17.25** Va banque **18.00** Koło fortuny **18.40** Okrasa łamie przepisy **19.45** Jaka to melodia? **20.25** Postaw na milion **22.10** Rodzinka.pl **22.45** Tak to leciało! **23.45** Kabaret. Super Show Dwójki **0.50** Koło fortuny **2.05** Do śmiechu! **3.50** Hity wszech czasów **4.45** Prywatne życie zwierząt

Planete+

9.20 Polska z góry **10.20** Dokąd dzisiaj? **11.25** Motyle. Superbohaterowie przyrody **12.35** Niezwykłe podróże koleją **13.40** Podróż do wnętrza chmur **14.50** 360° – świat bez granic **15.50** Średniowieczne serce Czech **16.55** Mongolia. Pomiędzy niebem a ziemią **18.00** Dokąd dzisiaj? **18.40** Zaginiony lot MH370 **19.45** Wielka rewolucja RNA **20.50** Operacja Barbarossa. Wojna wyniszczająca **22.00** Jak oligarchowie korumpują Zachód **23.10** Jak wygrać z Ku Klux Klanem

BBC Earth

8.25 Najpiękniejsze trasy spacerowe **9.25** Mroźna planeta **10.25** Życie na pustkowiu **11.25** Skarby przeszłości i ich tajemnice **12.25** Najpiękniejsze trasy spacerowe **13.25** Mroźna planeta **14.30** W okowach mrozu **15.30** Życie na pustkowiu **16.30** Cywilizacje: rozkwit i upadek **17.45** Mroźna planeta **18.45** Najpiękniejsze trasy spacerowe **19.45** Attenborough i morski smok **20.55** W okowach mrozu **22.55** Chirurdzy: kwestia życia i śmierci **0.25** Sekrety długowieczności

Discovery Channel

8.00 Brudne skarby **9.00** Gorączka złota: na kłopoty Freddy Dodge **10.00** Budowa na końcu świata **11.00** Klan z Alaski **12.00** Celnicy na straży Szwecji **13.00** Nagi instynkt przetrwania: tajemnicza wyspa **15.00** Złomowisko PL **16.00** Poszukiwacze przeklętego złota **17.00** Nic do zgłoszenia (1) **18.00** Porty **19.00** Złomowisko PL **21.00** Wyzwanie: przetrwanie **22.00** Alaska w budowie **23.00** Bimbrownicy **0.00** Fani czterech kółek: w trasie **1.00** Zoom na architekturę

TVN Turbo

9.05 Fani czterech kółek **10.00** Raport Turbo **10.15** Samochód marzeń – kup i zrób **11.15** Wojny samochodowe **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 **19.45** Duda kontra Szafrański **20.30** Uwaga! Oszust: Ściema z ogłoszenia **21.00** Wojny samochodowe **22.00** Raport Turbo **22.15** Naprawy nie do naprawy **23.00** Kupione, zrobione, sprzedane

TVN Style

7.45 Dzień Dobry TVN **11.20** Jestem z Polski **12.20** Ugotowani **13.25** Kuchenne rewolucje: Restauracja „Kwadratowy talerz", Wrocław / „Quatro", Brańsk **15.35** Ugotowani **16.40** Kochaj albo wróć **17.40** Kuchenne rewolucje: „Pracownia dobrych smaków – Rozmaryn", Szczecin / Restauracja „Perfect Pub", Pasłęk / Restauracja „Ziołowa Chata", Brenna **20.50** Ostre cięcie **21.50** Teraz one **22.20** Love the Look **23.20** Hotel Paradise – Rajskie Rozdanie **0.15** EuroPOLKI studentki

Romance TV

8.25 Górscy ratownicy (135) **9.25** Käthe i ja: Podrzutek **11.20** ★★ Pokój ze stajnią – kom. Niemcy 2022 **13.15** ★★ Rosamunde Pilcher: Pani Szczęście – film obyczaj. Niemcy 2026 **15.05** ★★★ Dziewczyna na rowerze – kom. romant. Niemcy/Fr./USA 2013 **17.05** Górski lekarz (1, 2) **19.00** Górscy ratownicy (136) **20.00** ★★★ Rosamunde Pilcher: Złamane serce – film obyczajowy Niemcy/Austria 2010 **21.55** ★★★ Dora Heldt: Ucieczka ciotki Inge – kom. Niemcy 2011 **23.50** Górscy ratownicy (136)

TVN Fabuła

6.00 Top 100: filmy wszech czasów **6.30** Kino Buzz TOP5 **6.45** Julia (98, 99) **7.45** Detektywi **9.50** Młode gliny **10.55** Magda M. (2) **11.55** Prawo Agaty (11, 12) **13.55** Młode gliny **14.55** Detektywi **16.05** Na Wspólnej (192, 193) **17.10** Grażyna Torbicka zaprasza **17.50** ★★★ Jack Frost – kom. USA 1998 **20.00** ★★★ Snake Eyes: Geneza G.I. Joe – film akcji USA 2021 **22.40** ★★★ Jedyne prawdziwe miłości – komediodr. USA 2023 **0.35** ★★★ Jak przeżyć święta – kom. romant. USA 2004

AMC

9.15 ★★ Przygody Herkulesa – film przygod. Wł./USA 1983 **10.55** ★★ Przygody Herkulesa 2 – film przygod. USA/Wł./Hol. 1985 **12.50** ★★★★ Twarda laska – kom. USA/Australia 2001 **14.50** ★★★★ Atlas chmur – film sf Chiny/Niemcy/USA/Hongk./Singapur/W. Bryt./Hiszpania 2012 **18.20** ★★ Poza zasięgiem – film sens. USA/Polska 2004 **19.55** ★★★ Bibliotekarz: Tajemnica włóczni – film przygod. USA/Niemcy 2004 **22.00** ★★★ Wolf Creek – horror Australia 2005 **0.00** The Audacity (6)

BBC First

7.00 Co ludzie powiedzą? (5) **8.25** Zagadki doktora Blake'a (4) **9.40** Z pamiętnika położnej (3) **10.40** Ojciec Brown (2, 3) **12.40** London Kills (5) **13.40** Tajemnice Majorki (1) **14.30** Morderstwa w Midsomer (1) **15.20** Detektyw z Chelsea (1) **16.15** Tajemnice Brokenwood (1) **18.00** Morderstwa w Midsomer (4) **19.55** Śmierć pod palmami (6) **21.00** Agatha Christie: Tommy i Tuppence (2) **22.00** Tajemnice Majorki (8) **23.00** Detektyw z Chelsea (8) **0.15** Zbrodnie Saint-Pierre (8)

TTV

DVB T

8.00 DeFacto **8.30** Kartoteka **10.35** Detektywi **12.35** Zakup w ciemno **14.35** Nic do ukrycia **15.35** Gogglebox. Przed telewizorem **16.45** Express **17.03** Raport smogowy **17.05** Sport **17.10** Ukryta prawda **17.45** Życie na kredycie **18.40** Żony Podlasia **19.45** Express **20.05** Zakup w ciemno Extra **21.45** Express **22.00** Damy i wieśniaczki. PL **23.00** Kochaj albo wróć **0.00** Nic do zgłoszenia **1.00** Farma Clarksona **2.00** Osadzone. Blok F **3.00** Szpital

Fokus TV

DVB T

6.00 Wehikuł czasu **6.05** 48 h. Zaginieni (64) **7.00** Był sobie człowiek **8.55** Wehikuł czasu **9.00** Starożytni kosmici **11.00** Gwiazdy lombardu **12.00** Poszukiwacze historii: Legenda bagna w Lipnie / Bitwa pod Pomiecem **13.00** Wielkie konstrukcje III Rzeszy: Włochy – forteca Hitlera / Luftwaffe **15.00** Przygody poszukiwaczy złota **16.00** Dorwać tuńczyka **18.00** Rolnicy. Podlasie **20.00** Galileo **21.00** Militarny top 10 **22.00** Dziwne oblicza wojny **0.00** Starożytni kosmici **1.00** Rolnicy. Podlasie

National Geographic

9.00 Grecja: miejsce pełne tajemnic **11.00** Imperium Mongołów: historia Czyngis-chana **12.00** Ostatni lot: anatomia katastrofy **13.05** Katastrofa w przestworzach **15.00** Katastrofa w przestworzach: raport specjalny **16.00** Najdziwniejsze przedmioty **17.00** Burzliwa historia Tudorów **18.00** Otchłań: powstanie i upadek nazizmu **19.05** Hitler i jego świta **20.00** Katastrofa w przestworzach **21.00** II wojna światowa: historia przed trybunałem **22.00** Wojna widziana z powietrza

Nat Geo Wild

9.00 Niezwykły dr Pol **10.00** Rodzinny biznes doktora Pola **11.00** Niezwykły dr Pol **12.00** Atak rekina: dochodzenie **13.00** Nadciąga wielka woda **14.00** Afrykańska rzeka widmo **15.00** Drapieżcy z raf koralowych **16.00** Dzika przyroda Europy **17.00** Afryka: dom dzikiej przyrody **18.00** Olśniewająca Ameryka **19.00** Walki zwierząt **20.00** Niszczycielskie żywioły **21.00** Niezwykły dr Pol: Strachy i pęcherze / Zwierzęcy patrol/ Ucho olbrzyma / Sezon chorobowy / O, rany kłute!

Metro

6.20 Detektywi. Na zlecenie (21, 22) **7.40** Szpital (331-333) **10.40** Sędzia Anna Maria Wesołowska (564, 565) **12.40** Szkoła (700) **13.40** Fachowcy **14.25** Brzydula (221, 222) **15.35** Druga szansa (13) **16.45** The Floor **18.00** Złomowisko PL **19.00** Kartoteka (13, 14) **21.05** Kryminalni (4, 5) **23.15** Spartakus: Krew i piach (8) **0.20** Zbrodnie z pierwszych stron gazet: Zabójstwo w chińskiej dzielnicy **1.25** Szpital (982) **2.25** Szkoła (707) **3.25** Nowa Maja w ogrodzie **4.30** Szpital (982)

TVP Historia

DVB T

8.10 Na tropach historii **9.15** Encyklopedia II wojny światowej **9.40** Polskie 100 lat **10.20** Starożytne mocarstwa **11.15** Szalenie odważna hrabina **12.15** Dziewicze zakątki Ziemi **13.10** Upadek nazizmu **14.10** Zmiennicy (5) **15.15** Sensacje XX w. **17.05** Prasa donosi **17.20** Czas honoru (2) **18.20** Odnaleźć zaginione **18.55** Tunka **20.00** Pitbull (9) **20.50** Lądowanie w Normandii, nieznane taśmy **22.00** Druga wojna światowa w kolorze. Droga do zwycięstwa **23.00** Sensacje XX w.

TVP Dokument

DVB T

9.15 Królestwo mokradeł **10.20** Owady. Czy czeka nas katastrofa? **11.10** Świątynie świata **12.10** Saga prastarej puszczy **13.10** Jak pieniądz kształtował świat **14.15** Narodziny motyla **15.15** Królestwo mokradeł **16.15** Sekrety piramid **17.10** Świątynie świata **18.15** Tatarzy polscy (1) **19.05** Buntowniczka nie z wyboru (s.2) **20.10** Jak pieniądz kształtował świat **21.15** Krainy cudów natury **22.30** Paczka do Gruzji **23.25** Niebezpieczne drogi **0.25** Sekrety dzikich kwiatów

Zoom TV

6.15 MacGyver (13, 14) **8.15** Strażnik Teksasu (12, 13) **10.15** Kobra – oddział specjalny (7, 8): Stracone dzieci / Wszystko z miłości **12.25** FBI (6, 7): Dwukrotnie ślepi / Próba sił **14.25** Bitwa o palety **15.30** Wojny magazynowe: Kanada **16.50** Sensacje XX w.: Największy wróg Hitlera **19.00** Kobra – oddział specjalny (16, 1) **21.00** CSI: Kryminalne zagadki Miami (17, 18): Przesyłka specjalna / Tajemnicza twarz **23.00** Magia nagości. Polska **0.15** Magia nagości. Hiszpania **1.20** Magia nagości

TLC

8.00 Siostry wielkiej wagi **10.00** Wiza na miłość: na odwrót **12.00** Przyjaźń wielkiej wagi **14.00** Cztery żony i mąż **15.00** Mali ludzie, wielka rodzina **16.00** Siostry wielkiej wagi: Człowiek kontra waga **17.00** Salon sukien ślubnych **18.00** Wiza na miłość: na odwrót **20.00** Historie wielkiej wagi: Brazylia **22.00** Wspólne życie XXL **23.00** Dr Pryszczylla: Potwór w lustrze **0.00** Moje koszmarne stopy: Dziecko kosmitów **1.00** Historie wielkiej wagi: Brazylia **2.00** Wspólne życie XXL

Nowa TV

DVB T

6.00 Wehikuł czasu **6.20** TV Okazje **6.55** Wehikuł czasu **7.00** Disco Landia – nutki do pobudki **7.30** Wielkie wycieczkowce **8.30** Więzienie **10.00** Ojciec Brown (41, 42) **12.00** Śmierć pod palmami (42, 43) **14.00** Świat według Kiepskich (515, 516) **15.00** Świat według Bundych (57-62) **18.00** Całkiem nowe lata miodowe (16) **18.30** Miodowe lata **21.00** Zdrady (113) **22.00** Ślad (62-63, 107) **1.00** Łowca pedofilów **3.00** TV Okazje **3.50** Wehikuł czasu **4.00** Daleko od noszy (31, 32)

WP

DVB T

8.00 Policjanci z sąsiedztwa **9.05** Tlit **9.50** Pogoda **10.00** Strażacy z sąsiedztwa **11.00** Wariaci za kierownicą **12.00** Komisarz Cassandre: zbrodnie w Alpach (4) **14.00** Pokochaj lub sprzedaj – Vancouver **16.00** Pokochaj lub sprzedaj **16.50** Pogoda **17.00** Inspektor Vera (4) **19.00** Makłowicz w podróży **20.00** Strażacy z sąsiedztwa **21.00** Policjanci w akcji **21.50** Pogoda **22.00** Mistrzowie kabaretu: Grzegorz Halama / Zdolni i Skromni / Paranienormalni, Łukasz Rybarski, KMN

Carte blanche

Inspirowana prawdziwymi wydarzeniami historia nauczyciela z liceum

KINO POLSKA 20:00 ★★★

Kacper, nauczyciel historii, dowiaduje się, że grozi mu utrata wzroku. Za wszelką cenę stara się ukryć problem przed otoczeniem, by móc pracować i doprowadzić podopiecznych do matury. Próbuje też pomóc jednej z uczennic, zbuntowanej Klarze, która również skrywa sekret.



Ścigani

Perypetie ludzi różnych narodowości, ubiegających się o przyznanie zielonej karty

ALE KINO+ 20:10 ★★★

Agent Max musi przekazać syna deportowanej kobiety dziadkom chłopca i odwiedza dom imigrantów z Bangladeszu. Agent Cole dowiaduje się, że australijska aktorka nielegalnie przebywa w kraju. Wymusza na niej seks w zamian za obietnicę przyznania zielonej karty.



Złoto pustyni

Zadanie jest proste: żołnierze mają wyjechać po skarb o wschodzie i wrócić na lunch...

TVP 1 22:10 ★★★★

Archie dostaje rozkaz opiekowania się dziennikarką. Niechętny mediom, postanawia się jej pozbyć, zwłaszcza że w jego ręce trafia niezwykłe znalezisko. Jeden z irackich jeńców ukrywał mapę, dzięki której można podobno dotrzeć do skarbów wywiezionych z Kuwejtu.



Pan Wypadek: Wakacje zabójcy

Musi znowu zabijać, by uratować życie swojego kolegi i naprawić relacje z ojcem

POLSAT 23:05 ★★★

Pechowy płatny zabójca Mike Fallon przenosi się na Maltę. Tam spotyka kolegę, który specjalizuje się w niekonwencjonalnej broni. Panowie zaczynają działać razem. Po wykonaniu kolejnego zlecenia zostają porwani. Okazuje się, że szefowa mafii chce, by Mike wyeliminował zabójców, którzy przyjęli zlecenie na jej syna.



SERIALE

Pierwsza miłość

POLSAT 18:00



Stan Szymona ulega znacznemu pogorszeniu. Florek i Filip rozpoczynają bezwzględną walkę o rezydenturę. Jolka, skuszona łatwym zarobkiem, ulega namowom Dagi na udział w sesji na stronie dla dorosłych.

Barwy szczęścia

TVP 2 20:05

Do celi Cezarego i Michała trafia agresywny Waldi. Rawicz otrzymuje pozew rozwodowy od Natalii. Emilka pewnie przystępuje do egzaminu ósmoklasisty. Tolek walczy o rozwód na spotkaniu z Ireną i mediatorką.

Na Wspólnej

TVN 20:15



Daria nie może zapomnieć rozmowy z ośmioletnią Polą, która mówiła jej o żałobie taty. Dziedziczówna nie ma pojęcia, że smutnym ojcem Poli jest Piotr - nowy kolega ojca z pracy...

M jak miłość

TVP 2 20:50

Po bandyckim ataku w lesie Agnes nadal jest w szpitalu i niespodziewanie traci władzę w nogach. Gdy Artur konsultuje się z Olkiem, ten diagnozuje u dziewczyny krwiak w kanale kręgowym, dostrzega też kawałek kości wbity w rdzeń.

SOR

TVP 2 21:50



Piotr żąda od Kaśki praw do Milenki. Przed szpitalem zostaje porzucony ranny robotnik z postępującym paraliżem. Sytuację pogarsza zasłabnięcie Basi.

eprasa.pl 1eaf2615f9

TVP 1



Fin del Mundo?

7.00 Msza św. na Jasnej Górze **7.30** Rodzina (nie od) święta (62) **8.00** Serwis Info **8.35** Zaraz wracam (182) **9.10** Ranczo (72): Przeciek kontrolowany **10.10** Komisarz Alex (25) **11.05** Ojciec Mateusz (338): Strzeżonego Pan Bóg strzeże **12.00** Serwis Info **12.10** Agrobiznes **12.35** Magazyn rolniczy **13.00** Dzikie korytarze (2): Niedźwiedzie w Rumunii **14.00** Splątane losy (100)

15.00 Serwis Info – magazyn
15.10 Reporterzy – magazyn
15.35 Gra słów. Krzyżówka
16.00 Dziedzictwo (1083)
17.00 Teleexpress
17.25 Jaka to melodia?
18.05 Klan (4788)
18.40 Akacjowa 38 (1011)
19.30 19.30
19.55 Pytanie dnia
20.30 Słoneczna. Poza ciszą (8)
21.05 Rocky 3 – film
★★★ sensac. USA 1982 **(s.24)**
Reż. Sylvester Stallone, wyk. Sylvester Stallone, Talia Shire, Burt Young
22.55 Sztafeta zmiany. Tour the Konstytucja – film dokumentalny Polska 2025
0.00 Fin del Mundo?
★★★ – komediodr. Polska 2023
Reż. Piotr Dumała, wyk. Stanisław Brudny, Helena Norowicz, Andrzej Szeremeta, Gabriela Muskała
Waldi i trzy siostry mieszkają w starej willi pod miastem, a w piwnicy żyją duchy ich rodziców. Pewnego dnia Waldi odkrywa w sobie nadprzyrodzone moce.
1.30 Morderstwa w Chartres
★★★ – film krym. Francja 2025

TVP 2



Wszystko albo nic

5.35 M jak miłość (1893) **6.25** Pożyteczni.pl (390) **6.50** Barwy szczęścia (3452) **7.30** Pytanie na śniadanie – program informacyjno-publicystyczny **11.50** Gwiazdorska kuchnia Ani (58) **12.30** Koło fortuny – teleturniej **13.15** Panna młoda (263) – serial obyczajowy Turcja 2024 **14.10** Va banque – teleturniej **14.35** Na sygnale (963): Guru – serial obyczajowy Polska 2026

15.05 La Promesa – pałac tajemnic (532)
15.50 Domowe patenty (22)
16.00 Koło fortuny – teleturniej
16.35 Familiada – teleturniej
17.20 Panna młoda (264)
18.15 Va banque – teleturniej
18.50 Jeden z dziesięciu
19.25 Barwy szczęścia (3452-odc. powtórkowy**, 3453)**
– serial Polska 2026 **(s.24)**
20.40 Przepis dnia – magazyn
20.55 Na dobre i na złe (1007)
– serial obycz. Polska **(s.24)**
21.50 Na sygnale (965)
22.20 Magazyn Ekspresu Reporterów – magazyn
23.20 Wszystko albo nic
★★★ – komedia rom. Słowacja/Czechy/Polska 2017
Reż. Marta Ferencová, wyk. Tatiana Pauhofová, Klára Issová, Michał Żebrowski
Linda i Vanda przyjaźnią się i prowadzą księgarnię. Choć różnią się charakterami, marzą o romantycznej miłości. Gdy w ich życiu pojawią się James i Aldar, wszystko się zmienia.
1.20 Peaky Blinders (25)
2.30 Sen o Warszawie – film dokumentalny Polska 2014

Polsat



Gliniarze Śląsk

6.00 Nowy dzień – program informacyjno-publicystyczny **8.20** Trudne sprawy (1147): Bezdomna miłość **9.20** Dlaczego ja? (852-854): Kursant prawa jazdy celowo powoduje wypadek podczas egzaminu / Nagi dyrektor znaleziony przed szkołą / Kobieta znajduje nadajnik GPS w torebce **12.20** Gliniarze (1076-1078): Internetowy predator / Pożądanie / Czerwona linia

15.30 Wydarzenia
15.50 Pogoda
15.55 Gliniarze (1155): Ciepłe kraje – serial fabularno-dokumentalny Polska 2026
16.55 Gliniarze Śląsk (3)
Po nocnej strzelaninie przy autostradzie policja znajduje ciało kobiety i furgonetkę. Śledztwo ujawnia próbę przemytu narkotyków. Kowalski odkrywa cenne tropy w sprawie Mitręgi.
18.00 Pierwsza miłość (4299)
– serial Polska 2026 **(s.24)**
18.50 Wydarzenia
19.15 Gość „Wydarzeń”
19.55 Milionerzy – teleturniej
20.35 Baby Boom, czyli Kogel mogel 5 – komedia obycz. Polska 2024 **(s.24)**
Reż. Anna Wieczur-Bluszcz, wyk. Maciej Zakościelny, Katarzyna Skrzynecka, Aleksandra Hamkało
22.20 Ted 2 – kom. USA 2015
★★★ Reż. Seth MacFarlane, wyk. Mark Wahlberg, Seth MacFarlane, Amanda Seyfried
0.55 Gorący towar – komedia
★★★ krym. USA/W. Bryt. 2013
3.30 Nasz nowy dom (343)

TVN



Jestem legendą

5.00 Kto was tak urządził? **5.40** Uwaga! (8142) **5.55** Ukryta prawda (1550) **6.50** Kuchenne rewolucje: Konin – Czarny Domek **7.45** Dzień Dobry TVN – program informacyjno-publicystyczny **11.20** Doradca smaku (36) **11.30** Kuchenne rewolucje: Restauracja „Smaczne...go”, Tomaszów Mazowiecki / Gdańsk – „Mio Gastro” **13.40** Ukryta prawda (1730-1732)

16.50 Szpital św. Anny (100)
– serial obycz. Polska 2026
17.55 Detektywi (166): Wszystkie kobiety Kasjana – serial fabul.-dokum. Polska 2025
19.00 Fakty
19.35 Top Model – przed finałem
19.55 Uwaga! – magazyn
20.10 Top Model – przed finałem
20.15 Na Wspólnej (4322)
– serial Polska 2026 **(s.24)**
20.50 Top Model (14) – reality show Polska 2026
22.35 Jestem legendą
★★★★ – film sf USA/W. Bryt. 2007
Reż. Francis Lawrence, wyk. Will Smith, Alice Braga, Charlie Tahan
Wirus doprowadził do zagłady niemalże całej ludzkiej populacji, a tych, którzy przeżyli, zmienił w krwiożercze potwory. W Nowym Jorku ocalał jedynie naukowiec, który poszukuje szczepionki.
0.50 Szpital św. Anny (130, 131) – serial obyczajowy Polska 2026
2.45 Uwaga! (8143)
– magazyn interwencyjny
3.05 Młode gliny (69, 70)
– serial krym. Polska 2026

TVN 7



Na bank się uda

6.45 Szkoła (621, 622) **8.40** Ukryta prawda (1442, 1650, 1651) **11.45** W-11 Wydział Śledczy (848-850) **13.50** Detektywi (224) **14.55** Szpital św. Anny (186) **15.55** Szpital (742) **17.00** Sędzia Anna Maria Wesołowska (8, 9) **19.00** Ukryta prawda (1485) **20.00** ★★★ Na bank się uda – kom. krym. Polska 2019, reż. Szymon Jakubowski, wyk. Marian Dziędziel **22.20** ★★★ Jack Reacher: Nigdy nie wracaj – film krym. USA/Chiny 2016, reż. Edward Zwick, wyk. Tom Cruise **0.45** ★★ Głupcy – dramat Polska/Rum./Niemcy 2022, reż. Tomasz Wasilewski, wyk. Dorota Kolak **3.05** Prawdziwy horror **4.05** Fachowcy (2) **4.45** Usterka (15) **5.15** Ten moment (50)

TV Puls

6.00 Policjanci z Miami (17, 18) **8.00** Kobra – oddział specjalny (9, 10) **10.00** Zaklinaczka duchów (85) **11.00** Kotka (85) **12.00** Mój grzech (22) **13.00** Wspaniałe stulecie (58) **14.00** Rodzinny interes (51) **15.00** Lombard. Życie pod zastaw (314, 315) **17.00** Rodzinny interes (52) **18.00** Lombard. Życie pod zastaw (1045, 1010) **20.00** ★★★ Nocny łowca – film akcji Kanada 2018 **22.00** ★★★★ Igrzyska śmierci: W pierścieniu ognia – film przygod. USA 2013 **1.00** ★★★★ Dorwać gringo – dramat USA/Meksyk 2012

Puls 2

7.30 Seriale anim. dla dzieci **13.00** Nowe przygody Kubusia Puchatka (7) **13.35** Smerfy (17) **14.00** Baranek Shaun (14-16) **14.35** Marta mówi! (22) **15.00** Miraculous (25, 26) **16.00** Koci domek Gabi (21, 22) **17.00** Fineasz i Ferb (22, 23) **18.00** Pingwiny z Madagaskaru (35, 36) **19.00** Kacze opowieści (42, 43) **20.00** Lombard. Życie pod zastaw (1065) **21.00** ★★ Pociąg strachu – film sens. USA/Aruba 2002 **22.55** Zabójca – film sens. USA/Korea Pd. 2022 **1.00** Lombard. Życie pod zastaw (103, 142, 366-367)

TVP Polonia

7.30 Pytanie na śniadanie **11.40** Polacy na ratunek Żydom (82) **12.00** Serwis Info **12.10** Stulecie Winnych (14) **13.05** Stawka większa niż życie (13) **14.05** Turystyczna jazda **14.25** Kiedyś to było (137) **15.00** Serwis Info **15.10** Vito odkrywa Polskę (3) **15.40** Przez pamięć i zapomnienie (13) **16.05** Moda na język polski (75) **16.30** Barwy szczęścia (3421) **17.00** Teleexpress **17.20** Gra słów. Krzyżówka **17.50** Teleexpress Extra **18.15** Polki w Gruzji **18.45** Panorama **19.20** Niezwykłe miejsca (150) **19.30** 19.30 **19.55** Pytanie dnia **20.25** Cisza nad rozlewiskiem (5, 6) **22.10** Rozmowy (nie)wygodne (62) **22.45** Tygodnik Moralnego Niepokoju (12) **23.15** Panorama **23.45** Sekielski wieczorową porą

TV Trwam

11.10 Mateczniki polskości **11.25** Jestem mamą **11.40** Myśląc historia **11.50** Odnaleźć siebie **12.20** Głos serca (142) **13.05** Droga pięknego życia **13.30** Msza święta z Jasnej Góry **14.20** Muzyczne chwile **14.30** Życie lasu – bogactwo przyrodnicze **15.00** Kurierskim szlakiem. Azymut Węgry **15.50** Ma się rozumieć **16.10** Na zdrowie **16.30** Rozmowy o edukacji **17.00** Po stronie prawdy **18.15** Rozmowy niedokończone **19.20** Odnaleźć siebie **19.30** Bóg z nami **19.45** Modlitwa z tel. udziałem dzieci **20.00** Informacje **20.20** Różaniec **21.00** Apel Jasnogórski **21.40** Polski punkt widzenia **22.00** Przetrwaliśmy **22.30** Droga do świętości **23.40** Bazylika Bożego Ciała w Krakowie

TVP Kultura

8.20 Tamte lata, tamte dni (89) **9.00** Daleko od szosy (3) **10.25** ★★★★ Pograbek – dramat Polska 1992 **11.55** Chick Corea – w służbie muzyki – film dok. USA 2011 **13.40** Czterdziestolatek (15) **15.00** ★★★ Braciszek – film biogr. Polska 2007 **16.50** Daleko od szosy (4) **18.15** Kolekcja **18.30** Informacje kulturalne **18.55** Rawhide (108) **20.00** ★★★ Zupa nic – kom. Polska 2021, reż. Kinga Dębska, wyk. Kinga Preis **21.40** Wstęp do spektakli tanecznych **21.50** Boa **22.55** Zniknąć bez śladu – film dok. Niemcy/Jap. 2024 **0.25** ★★★ Prosta przyjaźń – kom. Fr. 2023, reż. Eric Besnard, wyk. Lambert Wilson **2.05** ★★★★ Koty to dranie – film obycz. Polska 1978 **3.10** Porozmawiajmy szczerze

Super Polsat

6.05 Wydarzenia 21:50 **6.45** SuperLudzie Extra (40) **6.55** Cobra Kai (31, 32) **8.20** SuperLudzie Extra (41) **8.30** Świat według Kiepskich (485-487) **10.00** Wydarzenia **10.30** SuperLudzie (13, 14) **11.30** Świat według Kiepskich (441-444) **13.30** Farma (105) **14.25** Hell's Kitchen – piekielna kuchnia (54) **15,55** Ninja Warrior Polska (25) **17.50** Świat według Kiepskich (492-493, 564-565) **20.00** Złomiarze (35) **21.00** Snajper: Ostatni bój – film sens. USA/W. Bryt. 2025, reż. Danishka Esterhazy, wyk. Chad Michael Collins **23.05** ★★★★ Zawód szpieg – film sens. USA/W. Bryt./Niemcy/Jap./Fr. 2001, reż. Tony Scott, wyk. Robert Redford **1.40** Świat według Kiepskich (407) **2.10** 48 h. Zaginieni (43, 44)

TV 6

6.00 Więzienie (154, 155) **6.55** Policjantki i policjanci (913, 914) **8.55** 48 h. Zaginieni (102-106) **13.55** Policjantki i policjanci (1302) **14.55** Uroczysko (250, 251) **16.00** Strażnik Teksasu (22-23, 17-18): Wspomnienie, część 1. i 2. / Dzień oczyszczenia / Uniewinnienie – serial sens. USA 1995/2000 **20.00** CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku (193, 194): Dziewięć i trzynaście / Białe złoto – serial krym. USA/Kanada 2013 **22.00** Mentalista (40): Czerwona szkatułka – serial kryminalny USA 2010 **23.00** Sprawiedliwi – wydział kryminalny (814, 815) **1.00** Kości (233, 234): Klejnot w koronie / Koszmar wewnątrz koszmaru – serial krym. USA 2016 **3.00** Cobra Kai (2) **3.35** Septagon (67, 68)

TV 4

5.30 Telezakupy TV Okazje **6.00** Strażnik Teksasu: Siła gromu / Spóźniona sprawiedliwość **7.55** Bogaty dom – biedny dom (138) **8.55** Policjantki i policjanci (780-782) **11.55** Uroczysko (3, 4) **13.00** Trudne sprawy (904-906) **16.00** Łowcy skarbów. Kto da więcej (446, 497) **18.00** Policjantki i policjanci (1374, 1375) **20.00** Uroczysko (213, 214) **21.05** Sprawiedliwi. Trójmiasto (159) **22.05** Sprawiedliwi – wydział kryminalny (1042) **23.05** ★★★ Hanna – film sens. USA/W. Bryt./Niemcy 2011, reż. Joe Wright, wyk. Saoirse Ronan, Eric Bana **1.35** Opowiem ci o zbrodni (3): Katarzyna Puzyńska. Morderstwo na dziesiątym piętrze **2.00** Love Island. Wyspa miłości (12) **3.25** Lubię Disco! (311)

Ale Kino+

7.00 Ciepło **7.25** ★★★ Wszyscy święci – dramat Polska 2002 **9.00** ★★★ Długi weekend – film obyczaj. Polska 2004 **10.30** The Office PL (9, 10) **11.45** Detektyw Foyle (2) **13.55** Van der Valk (2) **16.00** ★★★★ Był sobie chłopiec – komedia W. Bryt./ USA/Francja/Niemcy 2002 **18.05** Detektyw Foyle (3) **20.10** Blizna (1, 2) **22.35** ★★★ Anatomia zemsty – kom. kryminalna USA 2013, reż. Daniel Schechter, wyk. Jennifer Aniston, Mos Def, John Hawkes (s.24) **0.45** Koniec lata (1, 2) **3.10** Król (7)

Kino Polska

7.55 Stawiam na Tolka Banana (2, 3) **9.35** Syn szczęścia **9.50** ★★★★ Gdzie jest generał? – kom. Polska 1963 **11.55** ★★★ Quo vadis – film hist. Polska/USA 2001 **15.45** ★★★ Ostatnie dni – film woj. Polska 1969 **17.20** Pogranicze w ogniu (20, 21) **20.00** ★★★ Wróg doskonały – film sens. Hiszp./Niemcy/Fr. 2020, reż. Kiké Maillo, wyk. Tomasz Kot, Athena Strates **21.50** ★★★ Niepokonani – dramat USA/Emir. Arab./Polska/Indie/Arab. Saud. 2010 **0.45** ★★★ Milioner – film obyczaj. Polska 1977

Polsat Film

7.25 Poirot (2) **8.35** Przyjaciółki (147, 148) **10.30** Świat według Kiepskich (7-8, 205-206, 3) **13.25** ★★★★ Ogniem i mieczem – dramat Polska 1999 **17.00** ★★ 1000 lat po Ziemi – film sf USA 2013 **19.20** ★★★ Opancerzony – film sens. USA 2009 **21.00** ★★★★ Looper – Pętla czasu – film sens. USA/Chiny 2012, reż. Rian Johnson, wyk. Joseph Gordon-Levitt **23.20** ★★★ Przykładny obywatel – film sens. USA/W. Bryt./ Norwegia/Kan./Fr. 2019, reż. Hans Petter Moland, wyk. Liam Neeson

Stopklatka

DVB T

6.55 Wojciech Cejrowski – boso przez świat **8.00** Robert Makłowicz **9.50** Vera (3) **12.00** MacGyver (22, 1) **14.00** Katastrofy w przestworzach **18.00** Wojny magazynowe: Kanada **19.10** Aukcja w ciemno **20.00** ★★★ Snajper – thriller USA/ Peru 1993, reż. Luis Llosa, wyk. Tom Berenger, Billy Zane **22.05** ★★★ Klient – film sens. USA 1994, reż. Joel Schumacher, wyk. Susan Sarandon, Tommy Lee Jones **0.40** ★★ Nieśmiertelny III: Czarnoksiężnik – film fantasy Kan./Fr./W. Bryt. 1994

Canal+ Premium

9.40 Imagine Dragons: Live at the Hollywood Bowl **11.50** ★★★ Królowa chmur – kom. obyczaj. Polska 2003 **13.10** Co ukrywa Elon Musk? **14.40** ★★★★ Juno – komediodramat USA/Kanada 2007 **16.15** ★★★★ Miss Potter – film biograficzny W. Brytania/USA 2006 **17.45** Call me lala **18.15** ★★★ Pompeje – film katastrof. USA/Niemcy 2014 **20.00** ★★★★ Everest – thriller USA/Isl./W. Bryt. 2015 **22.00** Eksperyment: Odsiadka **22.50** ★★ Piep*zyc Mickiewicza 3 – komediodr. Polska 2026

HBO

8.20 ★★★★ Harry Potter i Czara Ognia – film przygod. USA/W. Bryt. 2005 **10.55** ★★★ Szybcy i wściekli: Hobbs i Shaw – film sens. USA 2019 **13.10** Happy Feet: Tupot małych stóp – film anim. USA/Australia 2006 **14.55** Happy Feet: Tupot małych stóp 2 – film anim. Australia/USA/ Nowa Zel. 2011 **16.35** ★★★★ Makbet – dramat W. Bryt./Fr. 2015 **18.25** ★★★ Karate Kid: Legendy – kom. USA/Kan. 2025 **20.00** Po polowaniu – thriller USA/Wł. 2025 **22.15** ★★★ Panna młoda! – horror USA 2026

Paramount

6.00 Czarodziejki (18-21) **9.20** Policyjna grupa pościgowa **10.25** ★★★★ Star Trek: W nieznane – film sf USA/Chiny/Emir. Arab./Kan. 2016 **13.00** Czarodziejki (21, 22) **15.00** Pingwiny z Madagaskaru **16.00** Świąteczne spotkanie klasowe – kom. USA/Kan. 2022 **18.00** Czarodziejki (1, 2) **20.00** ★★★ Bogowie Egiptu – film fantasy USA/Australia/ Chiny/Hongk. 2016 **22.35** ★★★★ Ciche miejsce 2 – horror USA 2020 **0.25** ★★★★ The Northman – film przygod. USA/W. Bryt./Chiny 2022

Polsat 2

6.30 Pielęgniarki **7.30** Na ratunek 112 **8.30** Sekrety rodziny: Zła matka / Układanka / Uczucie nie wybiera **11.30** Trudne sprawy: Gęś w okularach **12.35** Więzienie **14.30** Świat według Kiepskich (71-75): Telewidz / Titanic / Trendi / W pale się nie mieści / Waldek Tour **17.00** Komisarz mama (5) **18.00** Dlaczego ja? **20.00** Gliniarze – serial fabularno-dokum. Polska 2025 **22.00** Zawód: Glina **23.00** Ślad (70, 71): Nadgryziona reszka / Królestwo niebieskie **1.00** Zdrady **2.05** Wydarzenia

TVP Seriale

6.30 Na sygnale (589, 590) **7.35** Ojciec Mateusz (139) **8.30** Komisarz Alex (170) **9.20** Rodzinka.pl (208) **9.55** Klan (1554) **10.40** Ranczo (76) **11.30** Na dobre i na złe (1006) **12.30** Zaraz wracam (180, 181) **13.40** Ojciec Mateusz (44, 45) **15.40** Komisarz Alex (171) **16.30** Na sygnale (591, 592) **17.35** Ranczo (78, 79) **19.30** Ojciec Mateusz (146, 140) **21.30** Ranczo (80, 81) **23.25** Ojciec Mateusz (47, 462) **1.20** Krucjata. Znak bliźniąt (2, 3) **2.50** Wojenne dziewczyny (44, 45)

AXN

6.00 CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas (5, 6) **7.30** Agenci NCIS (4, 5) **9.20** Castle (14, 15) **11.10** Detektyw Monk (7, 8) **13.10** Agenci NCIS (6, 7) **15.05** Zabójcza broń (10, 11) **17.05** CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas (4, 5): To był bardzo dobry rok / Na tropie zabójcy **19.05** Castle (16, 17): Zatyczka / Było sobie przestępstwo **21.05** FBI: International (20, 21) **23.00** CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas (4, 5) **0.45** Castle (16, 17) **2.40** FBI: International (20, 21) **4.30** FBI: Most Wanted (1)

13 Ulica

6.35 Niewidomy detektyw (5) **8.25** Magnum: Detektyw z Hawajów (18, 19) **10.20** Bez śladu (1, 2) **12.10** Kapitan Marleau (2) **14.15** Niewidomy detektyw (6) **16.15** Magnum: Detektyw z Hawajów (20) **17.15** Chicago P.D. (1) **18.10** Bez śladu (3, 4) – serial sens. USA 2008 **20.00** Kapitan Marleau (3): Królowa lodu – serial krym. Fr. 2020 **22.00** Kasandra (4) – serial krym. Fr. 2026 **0.00** Astrid i Raphaëlle (3, 4) **2.10** Magnum: Detektyw z Hawajów (18, 19) **4.05** Niewidomy detektyw (5)

FX

7.00 Kości (12, 13) **9.00** FBI (12) **9.55** Agenci NCIS (3) **10.55** CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas (1) **11.50** CSI: Kryminalne zagadki Miami (5, 6) **13.45** Castle (14) **14.40** Lucyfer (17) **15.35** CSI: Kryminalne zagadki Miami (7, 8) **17.25** Z Archiwum X (7, 8) **19.15** CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku (9, 10) **21.05** CSI: Kryminalne zagadki Miami (8) **22.00** Matlock (15) **22.55** Z Archiwum X (8) **23.50** CSI: Kryminalne zagadki Miami (7) **0.45** CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku (10)

Eurosport 1

8.30 Skoki narc.: PŚ (m) w Ruce **10.00** Biegi narc.: PŚ w Ruce **11.00** Biegi narc.: PŚ (m) w Ruce **12.00** Snooker: Mistrzostwa W. Bryt. w Yorku **14.00** (L) Snooker: Mistrzostwa W. Bryt. w Yorku **17.30** Narciarstwo alp.: PŚ (m) w Copper Mountain **18.15** Narciarstwo alp.: PŚ (k) w Killington **19.00** Podsumowanie SailGP: Mubadala Abu Dhabi Sail Grand Prix **20.00** (L) Snooker: Mistrzostwa W. Bryt. w Yorku **23.30** Narciarstwo alp.: PŚ (m) w Copper Mountain **0.30** Narciarstwo alp.: PŚ (k) w Killington

Eurosport 2

8.30 Snooker: Mistrz. W. Bryt. w Yorku **11.00** Skoki narc.: PŚ (m) w Ruce **13.00** Narc. alp.: PŚ (m) w Copper Mountain **14.00** Narciarstwo alp.: PŚ (k) w Killington **15.00** Biegi narc.: PŚ w Ruce **15.30** Biegi narc.: PŚ (m) w Ruce **16.15** Biegi narc.: PŚ (k) w Ruce **17.00** MŚ Endurance FIA – 24 g. Le Mans **19.00** Skoki nar.: PŚ (m) w Ruce **21.00** Narc. alp.: PŚ (m) w Copper Mountain **22.00** Narc. alp.: PŚ (k) w Killington **23.00** Skoki narc.: PŚ (m) w Ruce **0.00** MŚ Endurance FIA – 6 godzin São Paulo

Polsat Sport 1

6.00 Siatkówka: TAURON Liga **8.30** Siatkówka: TAURON Liga **11.00** Siatkówka: TAURON Liga **13.30** Siatkówka: TAURON Liga **16.00** Siatkówka: TAURON Liga **17.20** (L) Siatkówka: TAURON Liga: ZAKSA Kędzierzyn-Koźle – Podziemia Kredowe ChKS Chełm – transmisja meczu **20.20** (L) Siatkówka: TAURON Liga: PGE GiEK Skra Bełchatów – Stilon Gorzów – transmisja meczu **23.00** Siatkówka: TAURON Liga **1.00** Siatkówka: TAURON Liga **3.00** Siatkówka: TAURON Liga

TVP Sport

DVB T

8.40 Piłka nożna: Puchar Niemiec: Bayern Monachium – Hertha BSC **9.50** Piłka nożna: El. MŚ (k) UEFA: Polska – Irlandia **11.55** (L) Piłka nożna: Siarka Tarnobrzeg – Stal Rzeszów **14.05** Reportaż **14.25** Pełnosprawni **14.55** (L) Piłka nożna: GKS Tychy – Chrobry Głogów; Odra Opole – Ruch Chorzów **19.55** Studio **20.55** (L) Piłka nożna: Polonia Warszawa – Raków Częstochowa **23.30** Sportowy wieczór **0.00** Piłka nożna: Puchar Niemiec: Eintracht Frankfurt – Borussia Dortmund

Canal+ Sport

8.00 Premier League Review **9.00** Piłka nożna: Valencia CF – CA Osasuna **11.20** Piłka nożna: Lech Poznań – Pogoń Szczecin **13.45** Premier League Netbusters **14.30** Premier League Review **15.40** Piłka nożna: RCD Espanyol – Getafe CF **17.55** Hola LaLiga! **18.55** (L) Piłka nożna: LaLiga EA Sports **21.00** Premier League Stories **21.30** Football Office **23.10** Jazda o złoto. Żużel na podsłuchu **1.20** LaLiga Highlights Magazine **2.00** Piłka nożna: Wisła Kraków – Motor Lublin

Canal+ Sport 5

6.00 Liga+ Extra **8.15** Żużel: PGE Ekstraliga **11.00** Hola LaLiga!: 14. kolejka – magazyn piłkarski **12.10** Żużel: Metalkas 2. Ekstraliga **15.00** Piłka nożna: PKO BP Ekstraklasa: Lech Poznań – Pogoń Szczecin **17.15** Żużel: PGE Ekstraliga **20.00** Żużel: PGE Ekstraliga **22.45** Premier League Stories – magazyn **23.25** LaLiga Highlights Magazine: 14. kolejka – magazyn **0.10** Piłka nożna: PKO BP Ekstraklasa: Wisła Kraków – Motor Lublin **2.30** Ligomistrzowe historie: Real Madryt

Eleven Sports 1

9.00 Piłka nożna: AS Roma – AC Monza **11.00** Bundesliga Clubs: SC Freiburg; Eintracht Frankfurt; FC Augsburg **12.00** Piłka nożna: FC Porto – Sporting CP **14.00** Formuła 1: GP Kataru **16.00** Piłka nożna: Inter Mediolan – Genoa CFC **18.00** Piłka nożna: Puchar Niemiec: Bayern Monachium – Hertha BSC **20.00** Full Impact Serie A **20.40** (L) Piłka nożna: Puchar Niemiec: Eintracht Frankfurt – Borussia Dortmund **22.50** Bundesliga Special Show **23.25** Ligue 1 Show **0.00** Eleven Top Goals

Polsat Sport 3

8.30 Bobsleje: PŚ w Altenbergu **11.00** Piłka ręczna: ORLEN Superliga: Industria Kielce – ORLEN Wisła Płock **13.00** Piłka ręczna: Liga Europejska EHF: PGE Wybrzeże Gdańsk – VfL Gummersbach **15.30** Bobsleje: PŚ w Altenbergu **18.00** Łyżwiarstwo figurowe: ISU GP – NHK Trophy w Tokio **20.35** (L) Piłka ręczna: LM EHF: Aalborg Håndbold – ORLEN Wisła Płock **23.00** Piłka ręczna: LM EHF: GOG Håndbold – Industria Kielce **1.00** MMA: Babilon MMA

TVN 24

10.30 Serwis informacyjny, pogoda **10.55** Biznes **11.00** Serwis informacyjny, pogoda **11.55** Biznes **12.00** Serwis informacyjny, pogoda **12.27** Raport smogowy **12.30** Serwis informacyjny, pogoda **13.55** Biznes **14.00** Serwis informacyjny, pogoda **14.55** Biznes **15.00** 15 na żywo **16.00** Fakty po południu **18.00** Tak jest **19.15** Serwis informacyjny **19.30** Fakty po Faktach **20.00** Kropka nad i **20.40** Czarno na białym **21.00** Polska i świat **22.00** Szkło kontaktowe

Polsat News

6.00 Nowy dzień **7.40** Graffiti **8.00** Nowy dzień **10.00** W rytmie dnia **12.50** Wydarzenia **13.30** W rytmie dnia **13.55** Pogoda **14.00** W rytmie dnia **14.55** Pogoda **15.00** W rytmie dnia **15.40** Pogoda **15.50** Wydarzenia **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 **1.25** Punkt widzenia Szubartowicza

TVP Info

DVB T

9.30 Serwis Info **9.35** Info Poranek **10.00** Serwis info dzień **11.55** Za pięć dwunasta **13.00** Serwis info dzień **14.30** 14.30 **14.50** Serwis info dzień **15.45** Panorama **16.00** Dzień w godzinę **16.55** Sprawdzam to Extra **17.00** Teleexpress **17.15** Teleexpress Extra **17.35** Panorama **17.42** Wykrywacz kłamstw **18.00** Panorama **18.30** Kontrapunkt **19.25** Sprawdzam to Extra **19.30** 19.30 **19.58** Pytanie dnia **20.18** Bez trybu Justyna Dobrosz-Oracz **21.00** Kwiatki polskie **21.45** Panorama

TVP 3

DVB T

9.05 Witaj w klubie! **9.30** Jedzenie ma znaczenie **10.00** Złoty chłopak (294) **11.00** Zielnik regionalny **11.30** Lecę za miłością **12.00** Telekurier **12.30** Górna półka smaku **13.00** Agrobiznes **13.30** Daję słowo – Maciej Orłoś **14.30** Program informacyjny **15.00** Koronka do Miłosierdzia Bożego **15.20** Serwis Info **19.30** Całkiem niezła historia **19.45** Kryminalna siódemka **20.00** Dziennik regionów **20.13** Gość regionów **20.30** Telekurier **22.00** Dziennik regionów **22.30** Złoty chłopak (295)

TVP Rozrywka

6.45 Gra słów. Krzyżówka **7.15** Okrasa łamie przepisy **8.20** Familiada **8.50** Va banque **9.25** Koło fortuny **10.00** Makłowicz w podróży **10.40** Postaw na milion **12.30** Familiada **13.05** Zmiennicy **14.05** Rodzinka.pl **14.35** The Voice of Poland **17.25** Va banque **18.00** Koło fortuny **18.40** Okrasa łamie przepisy **19.45** Jaka to melodia? **20.25** Postaw na milion **22.10** Rodzinka.pl **22.45** Rolnik szuka żony **23.55** Kabaret. Super Show Dwójki **1.00** Koło fortuny **2.15** Do śmiechu!

Planete+

9.20 Polska z góry **10.20** Dokąd dzisiaj? **11.25** Motyle. Superbohaterowie przyrody **12.35** Niezwykłe podróże koleją **13.40** Podróż do wnętrza chmur **14.50** 360° – świat bez granic **15.50** Średniowieczne serce Czech **16.55** Mongolia. Pomiędzy niebem a ziemią **18.00** Dokąd dzisiaj? **18.40** Zaginiony lot MH370 **19.45** O wolny Tybet. Głosy wygnanych **20.50** Operacja Barbarossa. Wojna wyniszczająca **22.00** Jak oligarchowie korumpują Zachód **23.10** Jak wygrać z Ku Klux Klanem

BBC Earth

8.20 Najpiękniejsze trasy spacerowe **9.20** Mroźna planeta **10.25** Życie na pustkowiu **11.25** Skarby przeszłości i ich tajemnice **12.25** Najpiękniejsze trasy spacerowe **13.25** Mroźna planeta **14.30** W okowach mrozu **15.30** Życie na pustkowiu **16.35** Pociągiem przez starożytny Egipt **17.35** Mroźna planeta II **18.45** Najpiękniejsze trasy spacerowe **19.45** Imperium brytyjskie **20.55** W okowach mrozu **22.55** Pociągiem przez starożytny Egipt **23.55** Skarby przeszłość...

Discovery Channel

8.00 Brudne skarby **9.00** Gorączka złota: na kłopoty Freddy Dodge **10.00** Budowa na końcu świata **11.00** Złoto drwali **12.00** Celnicy na straży Szwecji **13.00** Nagi instynkt przetrwania: tajemnicza wyspa **15.00** Złomowisko PL (1) **16.00** Poszukiwacze przeklętego złota **17.00** Nic do zgłoszenia **18.00** Porty **19.00** Złomowisko PL **22.00** W oku cyklonu: Łowcy burz **23.00** Sekretne życie kasyna w Las Vegas **0.00** Fani czterech kółek: w trasie **1.00** Zoom na architekturę

TVN Turbo

9.05 Fani czterech kółek **10.00** Raport Turbo **10.15** Samochód marzeń – kup i zrób **11.15** Wojny samochodowe **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** Co tu się odjechało? **20.15** Jeździć, obserwować **21.00** Wojny samochodowe **22.00** Raport Turbo **22.15** Z drugiej ręki **23.00** Po raz trzeci. Sprzedane!

TVN Style

7.45 Dzień Dobry TVN **11.20** Jestem z Polski **12.20** Ugotowani **13.25** Kuchenne rewolucje: Restauracja „Helios", Czerwionka-Leszczyny / Restauracja „Kanion", Szklarska Poręba **15.35** Ugotowani **16.40** Zgłoś remont – spełniamy marzenia **17.40** Kuchenne rewolucje: Restauracja „Alladyn's", Wrocław / Restauracja „Włoszczyzna", Łódź / „Czarny bawół", Stare Czarnowo **20.50** Nowa Szelągowska **21.50** Jestem z Polski **22.50** Hotel Paradise **23.45** EuroPOLKI studentki

eprasa.pl 1eaf2615f9

SERIALE

Pierwsza miłość
POLSAT 18:00



Eliza otrzymuje dobre wieści z prokuratury, a niespodzianka Świdra dodatkowo ją motywuje. Kochański proponuje Radkowi pracę w szpitalu, co powoduje zacieśnienie relacji z nim i Mają. Zaprasza nawet parę na kolację.

Barwy szczęścia
TVP 2 20:05



Celina Brońska próbuje zdemaskować męża klientki. Zaprasza do siebie Pilara i sugeruje wspólne ćwiczenia. Mężczyzna jednak odkrywa intrygę. Proponuje Celinie łapówkę. Gdy to nie przynosi rezultatu, zaczyna jej otwarcie grozić.

Na Wspólnej
TVN 20:15



Nalepa dowiaduje się od neurologa, że utrata wzroku podczas operacji to reakcja na przewlekły stres i zmęczenie. Lekarz zgadza się na powrót Lwa do pracy. Kiedy słyszy o tym Adamski, nie kryje oburzenia - po szpitalu krążą plotki, że Nalepa pije w pracy!

Na dobre i na złe
TVP 2 20:55



Policja identyfikuje mężczyznę, z którym spotkała się Zuza. Blanka i Mario planują potajemny wyjazd z kraju z Niną, ale Zuza wyciąga od Blanki ich nowy adres. Oliwia zajmuje się Teresą, matką Samira.

Cesarzowa

Akcja rozgrywa się u schyłku panowania jednej z najświetniejszych dynastii Chin

AMC 17:35 ★★★★

Piękna i żądna władzy cesarzowa Phoenix od lat romansuje z pasierbem. Tuż przed rozpoczęciem Święta Złotego Kwiatu rodzina ma wybrać następcę tronu. Phoenix marzy, aby zasiadł na nim jej pierworodny syn. Aby zamiar się powiódł, obmyśla skomplikowaną intrygę.



Baby Boom, czyli Kogel mogel 5

Nad bliskimi cały czas czuwa z zaświatów babcia Solska, dbając o szczęśliwy koniec

POLSAT 20:35 ★★★

Piotruś towarzyszy siostrze w trakcie porodu i sam zaczyna marzyć o dziecku. Marcin, świeżo upieczony tata, wpada w panikę i znika. Rodzina dochodzi do wniosku, że chłopak jest gejem i porzucił Agnieszkę. W Brzózkach zjawia się tajemnicza Kamila w ciąży i szuka Zawady.



Rocky 3

Chciał spędzić reszty życia dostatnio, spokojnie i bez stresu, z rodziną u boku...

TVP 1 21:05 ★★★

Chcąc odzyskać tytuł po gorzkiej porażce, Rocky musi zmierzyć się z najgroźniejszym dotychczas przeciwnikiem – Clubberem Langiem. Z pomocą nieoczekiwanego sprzymierzeńca, Apollo Creeda, Rocky przygotowuje się do najbardziej wyczerpującego rewanżu w karierze.



Anatomia zemsty

Komedia kryminalna z Jennifer Aniston, jako ofiarą niezbyt udanego porwania

ALE KINO+ 22:35 ★★★

Louis i Ordell dokonują drobnych przekrętów i kradzieży samochodów. Nie wiedzie im się najlepiej. Po kolejnym pobycie w więzieniu postanawiają zarobić fortunę, porywając Mickey, żonę dewelopera Franka, który dorobił się dzięki oszustwom. Nie mają jednak szczęścia, bo Frank nie zamierza zapłacić okupu.



Romance TV

8.25 Górscy ratownicy (136): Czas, który pozostanie **9.20** ★★ Zakonnica i komisarz – kom. Niemcy 2006 **11.15** ★★★ Toni – akuszer – kom. Niemcy 2021 **13.05** ★★★ Rosamunde Pilcher: Kiedy cię odnajdę – rom. Niemcy 2023 **15.00** ★★★ O, mamma mia! – kom. Niemcy 2012 **17.05** Górski lekarz (3, 4): Zdecydowane cięcie / Kłótnie i kwarantanna **19.00** Górscy ratownicy (137) **20.00** Kryminał z Bolzano **21.55** Przepisy na miłość i zbrodnię (9, 10) **23.50** Górscy ratownicy (137)

TVN Fabuła

6.45 Julia (100, 101) **7.45** Detektywi **9.50** Młode gliny **10.55** Magda M. (3) **11.55** Prawo Agaty (13, 1) **13.55** Młode gliny **14.55** Detektywi **16.05** Na Wspólnej (194, 195) **17.10** Magia kina **17.35** Motywy filmowe **17.50** ★★★ Starcie Tytanów – film przygodowy W. Bryt./Australia/USA 2010 **20.00** ★★★★ Godziny szczytu – film sensacyjny USA 1998 **22.10** ★★★ Godziny szczytu II – film sens. USA/Hongk. 2001 **0.00** ★★★★ Złoto dla zuchwałych – film wojenny USA/Jugosławia 1970

AMC

6.00 ★★★ Samotny jeździec – western USA 2008 **7.45** ★★★ Piękne istoty – film fantasy USA 2013 **10.15** ★★★ K-19 – film sens. USA/W. Bryt./Niemcy/Kan. 2002 **13.05** ★★ Porwanie – thriller USA 2011 **15.15** ★★ Kobiety – komediodr. USA 2008 **17.35** ★★★★ Cesarzowa – dramat Hongk./Chiny 2006 **(s.24)** **20.00** ★★★ Obsesja namiętności – thriller USA/Jap. 1992 **22.20** ★★★ Komenda: zabij – horror W. Bryt. 2016 **0.20** ★★★ Wrota do piekieł – horror USA 2009 **2.25** The Audacity (6)

BBC First

7.00 Co ludzie powiedzą? (6) **8.25** Zagadki doktora Blake'a (7) **9.40** Z pamiętnika położnej (4) **10.40** Ojciec Brown (4, 5) **12.40** London Kills (1) **13.40** Tajemnice Majorki (2) **14.30** Morderstwa w Midsomer (2) **15.20** Detektyw z Chelsea (2) **16.15** Tajemnice Brokenwood (2) **18.00** Morderstwa w Midsomer (5) **19.55** Śmierć pod palmami (7) **21.00** Morderstwa w Midsomer (1) **22.45** Agatha Christie: Tommy i Tuppence (2) **23.45** Ludwig (2) **0.50** McDonald i Dodds (2)

TTV

DVB T

8.00 DeFacto **8.30** Kartoteka **10.35** Detektywi **12.35** Zakup w ciemno **14.35** Nic do ukrycia **15.35** Gogglebox. Przed telewizorem **16.45** Express **17.03** Raport smogowy **17.05** Sport **17.10** Ukryta prawda **17.45** Życie na kredycie **18.40** Żony Podlasia **19.45** Express **20.05** Zakup w ciemno **21.05** Zakup w ciemno Extra **21.45** Express **22.00** Ciężarówką przez pół świata **23.00** Gogglebox. Przed telewizorem **0.20** Fachowcy **1.05** Nasi w mundurach **2.05** Dobra robota

Fokus TV

DVB T

6.05 48 h. Zaginieni (65) **7.00** Był sobie człowiek **8.55** Wehikuł czasu **9.00** Starożytni kosmici **11.00** Gwiazdy lombardu **12.00** Poszukiwacze historii: Gołdap 1944: Legnica 1241, czyli nie wierzcie dziejopisom **13.00** Wielkie konstrukcje III Rzeszy: Propaganda / Arktyczna twierdza Hitlera **15.00** Przygody poszukiwaczy złota **16.00** Dorwać tuńczyka **18.00** Rolnicy. Podlasie **20.00** Galileo **21.00** Militarny top 10: Wozy bojowe **22.00** Dziwne oblicza wojny **0.00** Starożytni kosmici

National Geographic

8.00 Ikony lotnictwa **9.00** Grecja: miejsce pełne tajemnic **11.00** Imperium Mongołów: historia Czyngis-chana **12.00** UFO: przełomowe śledztwa **12.55** Złapać przemytnika **14.55** Katastrofa w przestworzach: raport specjalny **15.55** Najdziwniejsze przedmioty **16.55** Burzliwa historia Tudorów **17.55** Otchłań: powstanie i upadek nazizmu **19.00** Normandia '44: inwazja **20.00** Katastrofa w przestworzach **21.00** Operacja transport **22.05** Megażywioły **23.00** Uwaga, katastrofa!

Nat Geo Wild

9.00 Niezwykły dr Pol **10.00** Rodzinny biznes doktora Pola **11.00** Niezwykły dr Pol **12.00** Atak rekina: dochodzenie **13.00** Nadciąga wielka woda **14.00** Afrykańska rzeka widmo **15.00** Zabójcze szerzenie Azji **16.00** Dzikie szlaki Europy **17.00** Afryka: dom dzikiej przyrody **18.00** Olśniewająca Ameryka **19.00** Walki zwierząt **20.00** Niszczycielskie żywioły **21.00** Niezwykły dr Pol: Kot włóczykij / Świat na czterech łapach/ Zagwozdka z kopytem / Szczeniaki atakują / Apetyt na wszystko

Metro

6.20 Detektywi. Na zlecenie (25, 24) **7.40** Szpital (334-336) **10.40** Sędzia Anna Maria Wesołowska (566, 567) **12.40** Szkoła (701) **13.40** Fachowcy **14.25** Brzydula (223, 224) **15.35** Druga szansa (1) **16.45** The Floor **18.00** Złomowisko PL **19.00** Kartoteka (15, 16) **21.05** Kryminalni (6, 7) **23.15** Spartakus: Krew i piach (9): Potwory **0.15** Zbrodnie z pierwszych stron gazet: Prawo i morderstwo **1.20** Szpital (983) **2.20** Szkoła (708) **3.15** Nowa Maja w ogrodzie **4.20** Szpital (983)

TVP Historia

DVB T

8.00 Wojownicy czasu **9.20** Encyklopedia II wojny światowej **9.50** Polskie 100 lat **10.20** Zalana dolina **11.15** Tajemnice samolotów prezydenckich **12.15** Wszystkie kolory świata **13.15** Największe mity historii USA **14.10** Zmiennicy (6) **15.10** Sensacje XX w. **17.20** Czas honoru (3) **18.25** Fake czy historia? **19.15** Pod znakiem orła, pod znakiem Gryfa **20.00** Pitbull (10) **20.55** Nieznana wojna na Północy **21.55** Wojny Rosji **(s.2)** **23.00** Sensacje XX w. **0.50** Encyklopedia II wojny światowej

TVP Dokument

DVB T

8.15 Narodziny motyla **9.15** Królestwo mokradeł **10.15** Sekrety piramid **11.10** Świątynie świata **12.10** Saga prastarej puszczy **13.10** Jak pieniądz kształtował świat **14.15** Islandia, królestwo maskonurów **15.15** Wielka naturalna bariera **16.15** Sekrety piramid **17.10** Świątynie świata **18.15** Tatarzy polscy (2) **19.05** Był taki człowiek... Jerzy Bińczycki **20.10** Jak pieniądz kształtował świat **21.20** Krainy cudów natury **22.30** Zbyt ciasny system **23.35** Niebezpieczne drogi

Zoom TV

6.15 MacGyver (14, 15) **8.15** Strażnik Teksasu (13, 14) **10.15** Kobra – oddział specjalny (8, 9) **12.25** FBI (7, 8): Próba sił / W niebezpieczeństwie **14.25** Bitwa o palety **15.30** Wojny magazynowe: Kanada **16.50** Sensacje XX w. **19.00** Kobra – oddział specjalny (1, 2): Stłumiony ból / Bez litości **21.05** CSI: Kryminalne zagadki Miami (18, 19): Tajemnicza twarz / W klatce **23.00** Milf manor – mamuśki rządzą **0.00** Magia nagości. Finlandia **0.40** Magia nagości. Dania **1.20** I love kabaret

TLC

8.00 Wspólne życie XXL **9.00** Siostry wielkiej wagi **10.00** Wiza na miłość: na odwrót **12.00** Przyjaźń wielkiej wagi **14.00** Cztery żony i mąż **15.00** Mali ludzie, wielka rodzina **16.00** Siostry wielkiej wagi **17.00** Salon sukien ślubnych **18.00** Wiza na miłość: na odwrót **20.00** Ekstremalne choroby **21.00** Transplantacja: drugie życie **22.00** Moje paranoje **23.00** Dr Pryszczylla **0.00** Moje koszmarne stopy **1.00** Ekstremalne choroby **2.00** Transplantacja: drugie życie **3.00** Moje paranoje

Nowa TV

6.00 Wehikuł czasu **6.20** TV Okazje **6.55** Wehikuł czasu **7.00** Disco Landia – nutki do pobudki **7.30** Wielkie wycieczkowce **8.30** Więzienie **10.00** Ojciec Brown (42, 43) **12.00** Śmierć pod palmami (43, 44) **14.00** Świat według Kiepskich (517, 518) **15.00** Świat według Bundych (60-65) **18.00** Całkiem nowe lata miodowe (17) **18.30** Miodowe lata **21.00** Zdrady (114) **22.00** Ślad (63-64, 108) **1.00** Łowca pedofilów **3.00** TV Okazje **3.50** Wehikuł czasu **4.00** Daleko od noszy (33, 34)

WP

6.05 Policjanci z sąsiedztwa **8.00** Policjanci z sąsiedztwa **9.00** Pogoda **9.10** Tlit **9.50** Pogoda **10.00** Strażacy z sąsiedztwa **11.00** Wariaci za kierownicą **12.00** Komisarz Cassandre: zbrodnie w Alpach (1) **14.00** Pokochaj lub sprzedaj – Vancouver **16.00** Pokochaj lub sprzedaj **16.50** Pogoda **17.00** Inspektor Vera (1) **19.00** Makłowicz w podróży **20.00** Policjanci z sąsiedztwa **21.55** Pogoda **22.00** Mistrzowie kabaretu: Formacja Chatelet / Kabaret Chyba **23.55** Przebojowe kabarety

eprasa.pl 1eaf2615f9

TVP 1



Klangor

7.00 Msza św. na Jasnej Górze **7.30** Pełnia wiary (128) **8.00** Serwis Info **8.35** Zaraz wracam (183) **9.10** Ranczo (73): Świadek koronny **10.05** Komisarz Alex (26): Ostatnia sprawa Lucyny **11.00** Ojciec Mateusz (339): Jak wiatr **12.00** Serwis Info **12.10** Agrobiznes **12.35** Magazyn rolniczy **13.00** Dzikie korytarze (3): Sępy we Francji **14.00** Splątane losy (101)

15.00 Serwis Info – magazyn
15.10 Reporterzy – magazyn
15.35 Gra słów. Krzyżówka
16.00 Dziedzictwo (1084) – serial obycz. Turcja 2020
17.00 Teleexpress
17.25 Jaka to melodia?
18.05 Klan (4789) – telenowela Polska 2026
18.40 Akacjowa 38 (1012) – serial obycz. Hiszp. 2018
19.30 19.30
19.55 Pytanie dnia
20.30 Ojciec Mateusz (463) – serial krym. Polska 2026
21.25 Sprawa dla reportera
22.30 Klangor (4-opis**, 5)** – serial kryminalny Polska 2021
Rafał odmawia przyjęcia do wiadomości teorii policji o samobójstwie jego córki. Poszukiwania dziewczyny zaczynają się w okolicach klifów, gdzie jej telefon logował się ostatnio.
0.20 Złoto pustyni – dramat ★★★★ woj. USA/Australia 1999
Reż. David O. Russell, wyk. George Clooney, Mark Wahlberg, Ice Cube
2.15 Magazyn Ekspresu Reporterów
3.15 Sprawa dla reportera

TVP 2



Peaky Blinders

5.30 M jak miłość (1894) **6.20** Operacja zdrowie (94) **6.55** Barwy szczęścia (3453) **7.30** Pytanie na śniadanie – program inf.-publicyst. **11.50** Jedzenie ma znaczenie, nauka na talerzu (38) **12.30** Koło fortuny – teleturniej **13.15** Panna młoda (264) – serial obyczajowy Turcja 2024 **14.05** Va banque – teleturniej **14.35** Na sygnale (964): Daj sobie szansę – serial obycz. Polska 2026

15.05 La Promesa – pałac tajemnic (533)
16.00 Koło fortuny – teleturniej
16.35 Familiada – teleturniej
17.20 Panna młoda (265)
18.15 Va banque – teleturniej
18.50 Jeden z dziesięciu
19.25 Barwy szczęścia (3453)
19.55 Domowe patenty (22)
20.05 Barwy szczęścia (3454) – serial Polska 2026 **(s.27)**
20.40 Postaw na milion
21.40 Super Gary. Gotuj z Bosacką! (17)
22.20 SOR (7) – serial lekarski Polska 2026
23.00 Rodzinka.pl (329) – serial kom. Polska 2026
23.30 Europa da się lubić – nowe pokolenie (12)
0.30 Peaky Blinders (26): Czarne koty – serial gangsterski Wielka Brytania 2019
Michael wraca z Ameryki z ciężarną żoną Giną. Rodzina Shelbych wita go z nieufnością. Zignorował rozkazy Tommy'ego, narażając bliskich na straty finansowe i nawiązał w Belfaście kontakty z jego wrogami.
1.40 80 milionów – film ★★★ przygodowy Polska 2011

Polsat



Gliniarze

6.00 Nowy dzień – program inf.-public. **8.20** Trudne sprawy (1148): Zdjęcie przystojnego mężczyzny **9.20** Dlaczego ja? (855-857): 28-latka mieszka z małym dzieckiem w samochodzie / Tajemniczy motocyklista sieje niepokój w rodzinie / Grzegorz powinien przejrzeć na oczy **12.20** Gliniarze (1079-1081): Sama przeciw wszystkim / Niedoskonała / Krwawe rozliczenie

15.30 Wydarzenia
15.50 Pogoda
15.55 Gliniarze (1156) – serial fab.-dok. Polska 2026
Śledczy badają sprawę śmierci emerytowanego wychowawcy z zakładu karnego. Głównymi podejrzanymi są jego byli podopieczni, recydywiści. Śledczy biorą również pod lupę skomplikowaną relację ofiary z córką.
16.55 Gliniarze Śląsk (4): Szafir – serial krym. Polska 2026
18.00 Pierwsza miłość (4300) – serial Polska 2026 **(s.27)**
18.50 Wydarzenia
19.15 Gość „Wydarzeń"
19.55 Milionerzy – teleturniej
20.30 Nasz nowy dom
21.50 Anioły i demony – thriller ★★★ USA/Włochy 2009 **(s.27)**
Reż. Ron Howard, wyk. Tom Hanks, Ewan McGregor, Stellan Skarsgård
0.50 Siostry – komediodramat ★★★ USA/Niemcy/W. Bryt. 2005
Reż. Curtis Hanson, wyk. Cameron Diaz, Toni Collette, Shirley MacLaine
3.40 Kabaretowa Ekstraklasa
4.40 Disco gramy!

TVN



Dwa tygodnie na miłość

5.05 Jak to jest zrobione? (19) **5.40** Uwaga! (8143) **5.55** Ukryta prawda (1551) **6.50** Kuchenne rewolucje: Borysławice, „Schab w Panierce" **7.45** Dzień Dobry TVN – program informacyjno-publicystyczny **11.20** Doradca smaku (26) **11.30** Kuchenne rewolucje: Restauracja „Cudnie", Puławy / Bytom – Restauracja „Pod Orzechem" **13.40** Ukryta prawda (1733-1735)

16.50 Szpital św. Anny (101) – serial obycz. Polska 2026
17.55 Detektywi (167)
19.00 Fakty
19.55 Uwaga! – magazyn
20.15 Na Wspólnej (4323) – serial Polska 2026 **(s.27)**
20.50 Kuchenne rewolucje – reality show Polska 2026
22.00 Dwa tygodnie na miłość ★★★ – komedia romantyczna USA/Australia 2002
Reż. Marc Lawrence, wyk. Sandra Bullock, Hugh Grant, Alicia Witt
George Wade zatrudnia błyskotliwą prawniczkę Lucy Kelson na stanowisku doradcy. Sukcesy na arenie finansowej oraz dyspozycyjność pracownicy wkrótce czynią ją niezbędnym elementem życia George'a.
0.00 Zbliżenie. Mówię Wam podcast (8)
1.00 Szpital św. Anny (132) – serial obycz. Polska 2026
2.10 Uwaga! – magazyn
2.30 Młode gliny (71)
3.30 Down the (7) – serial dokumentalny Polska 2026
4.30 Jak to jest zrobione? (20) – serial dok. Kanada 2012

TVN 7



Och, Karol

6.45 Szkoła (624, 625) **8.40** Ukryta prawda (1443, 1652, 1653) **11.45** W-11 Wydział Śledczy (851-853) **13.50** Detektywi (225) **14.55** Szpital św. Anny (187) **15.55** Szpital (743) **17.00** Sędzia Anna Maria Wesołowska (10, 11) **19.00** Ukryta prawda (1486) **20.00** ★★★ Och, Karol – komedia Polska 1985, reż. Roman Załuski, wyk. Jan Piechociński **22.15** ★★★ Nigdy w życiu! – komedia rom. Polska 2004, reż. Ryszard Zatorski, wyk. Danuta Stenka, Joanna Brodzik **0.20** ★★★★ Zabójcza broń II – film sens. USA 1989, reż. Richard Donner, wyk. Mel Gibson **2.40** Prawdziwy horror **3.40** Fachowcy (3) **4.20** Usterka (16) **5.15** Ten moment (51)

TV Puls

6.00 Policjanci z Miami (18, 19) **8.00** Kobra – oddział specjalny (10, 11) **10.00** Zaklinaczka duchów (86) **11.00** Kotka (86) **12.00** Mój grzech (23) **13.00** Wspaniałe stulecie (59) **14.00** Rodzinny interes (52) **15.00** Lombard. Życie pod zastaw (316, 317) **17.00** Rodzinny interes (53) **18.00** Lombard. Życie pod zastaw (1010, 1011)**20.00** ★★★ Infiltrator – thriller USA/Emir. Arab./W. Bryt. 2013 **22.10** ★★ Tajny informator – thriller Kanada/USA 2023 **0.00** ★★★ Wykonać wyrok – film sensacyjny USA/Kanada 1990

Puls 2

7.30 Seriale anim. dla dzieci **13.00** Nowe przygody Kubusia Puchatka (8) **13.35** Smerfy (18) **14.00** Baranek Shaun (17-19) **14.35** Marta mówi! (23) **15.00** Miraculous: Biedronka i Czarny Kot (26, 14) **16.00** Koci domek Gabi (23, 24) **17.00** Fineasz i Ferb (23, 24) **18.00** Pingwiny z Madagaskaru (37, 38) **19.00** Kacze opowieści (43, 44) **20.00** Lombard. Życie pod zastaw (1066) **21.00** ★★★ Champion – dramat USA/Niemcy/Jap. 2002 **23.00** ★★ Piekielna noc – thriller USA 2007 **0.30** Dzielnica strachu (141, 142)

TVP Polonia

7.30 Pytanie na śniadanie **11.35** Stacja innowacja (48) **12.00** Serwis Info **12.10** Cisza nad rozlewiskiem (5, 6) **13.50** Taniec z rosyjskim niedźwiedziem (1) **14.45** Słowo daję! (18) **15.00** Serwis Info **15.10** Zakochaj się w Polsce (266) **15.35** Słownik polsko@polski (704) **16.00** Tamte lata, tamte dni (97) **16.30** Barwy szczęścia (3422) **17.00** Teleexpress **17.20** Gra słów. Krzyżówka **17.50** Teleexpress Extra **18.15** Tańcząca ze światem (4) **18.45** Panorama **19.20** Niezwykłe miejsca (149) **19.30** 19.30 **19.55** Pytanie dnia **20.25** Ranczo (48) **21.20** Polonia 24. Tygodnik **22.25** Ekstradycja (3) **23.20** Panorama **23.50** Tajemnica Gwiaździstej Eskadry **1.10** Dziennik regionów **1.30** 19.30

TV Trwam

11.35 Przyroda i ludzie **12.20** Wykłady naukowe **13.00** Wypłyń na głębię **13.20** Przegląd katolickiego tygodnika „Niedziela" **13.30** Msza święta z Jasnej Góry **14.20** Muzyczne chwile **14.30** Jan Ledóchowski. Część pierwsza: moja Austria **15.00** Po stronie prawdy **15.50** Ma się rozumieć **16.10** Z wędką nad wodę w Polskę i świat **16.35** Sól Ziemi **17.00** Modlitwa w Sanktuarium św. Józefa w Kaliszu **19.25** Rodzinny Ogród Zoologiczny „Królestwo Stworzenia" **20.00** Informacje **20.20** Różaniec **20.50** Głos Polski **21.00** Apel Jasnogórski **21.40** Polski punkt widzenia **22.00** Głos serca (143) **22.45** Kamienie wołać będą **23.45** Muzyczne chwile **0.00** Modlitwa w Sanktuarium św. Józefa w Kaliszu

TVP Kultura

8.30 Dzień z życia artysty (18) **9.00** Daleko od szosy (4) **10.30** ★★★ Braciszek – film biogr. Polska 2007 **12.20** Reżyserzy (5) **13.20** Czterdziestolatek (16) **14.25** ★★★★ Stan posiadania – film obyczaj. Polska/Niemcy 1989 **16.20** Daleko od szosy (5) **17.40** Którędy po sztukę (220) **17.45** Tuż obok. O rzeźbie w przestrzeni publicznej (5) **18.05** Kulturalni (47) **18.55** Rawhide (109) **20.05** ★★★★ Książę i aktoreczka – kom. W. Bryt./USA 1957, reż. Laurence Olivier, wyk. Marilyn Monroe **(s.3)** **22.15** Hala odlotów (211) **23.15** ★★★ Zupa nic – kom. Polska 2021, reż. Kinga Dębska, wyk. Kinga Preis **0.55** ★★★ Wino truskawkowe – kom. Polska/Słow. 2007, reż. Dariusz Jabłoński, wyk. Jiří Macháček

Super Polsat

6.05 Wydarzenia 21:50 **6.45** SuperLudzie Extra (42) **6.55** Cobra Kai (33, 34) **8.20** SuperLudzie Extra (43) **8.30** Świat według Kiepskich (488-490) **10.00** Wydarzenia **10.30** SuperLudzie (15, 16) **11.30** Świat według Kiepskich (353-356) **13.30** Farma (106) **14.25** Hell's Kitchen – piekielna kuchnia (55) **15.55** Ninja Warrior Polska (26) **17.55** Świat według Kiepskich (494-495, 566-567) **20.00** Złomiarze (36) **21.00** ★★ Ryzykanci – film sensac. USA/Hongk. 1997, reż. Hark Tsui, wyk. Jean-Claude Van Damme **22.55** ★★★ Monster Hunter – film fantasy USA/Niemcy/Kanada/Jap./Chiny/RPA 2020, reż. Paul W.S. Anderson, wyk. Milla Jovovich **1.05** Świat według Kiepskich (408, 409)

TV 6

6.00 Więzienie (156, 157) **6.55** Policjantki i policjanci (915, 916) **8.55** 48 h. Zaginieni (107-111) **13.55** Policjantki i policjanci (1303) **14.55** Uroczysko (252, 253) **16.00** Strażnik Teksasu (24-25, 19-20): Impas, część 1. i 2. / Żołnierze nienawiści / Powrót generała – serial sens. USA 1995/2000 **20.00** CSI: Kryminalne zagadki Miami (99, 100): Rio / Basen śmierci – serial krym. USA 2006 **22.00** Mentalista (41): Czerwona woda – serial krym. USA 2010 **23.00** ★★ Boski żigolo w Europie – kom. obycz. USA 2005, reż. Mike Bigelow, wyk. Rob Schneider, Eddie Griffin, Til Schweiger **0.40** Kości (235, 236): Nadzieja mimo horroru / Mózg bota – serial krym. USA 2017 **2.40** Septagon (69, 70)

TV 4

5.30 Telezakupy TV Okazje **6.00** Strażnik Teksasu: Dzień oczyszczenia / Uniewinnienie **7.55** Bogaty dom – biedny dom (139) **8.55** Policjantki i policjanci (783-785) **11.55** Uroczysko (5, 6) **12.55** Trudne sprawy (907-909) **16.00** Łowcy skarbów. Kto da więcej (447, 498) **18.00** Policjantki i policjanci (1376, 1377) **20.00** Uroczysko (215, 216) **21.05** Sprawiedliwi. Trójmiasto (160) **22.10** Sprawiedliwi – wydział kryminalny (1043) **23.10** ★★★ Glass – thriller USA/Chiny 2019, reż. M. Night Shyamalan, wyk. Bruce Willis, Sarah Paulson, Anya Taylor-Joy **1.55** Love Island. Wyspa miłości (13) **2.55** Śmierć na 1000 sposobów (10) **3.25** Lubię Disco! (312) **4.25** Top 10 lista przebojów (2977)

Ale Kino+

7.00 ★★★ Moje pieczone kurczaki – film obyczaj. Polska 2002 **8.25** ★★★ Królowa chmur – kom. Polska 2003 **10.00** The Office PL (11, 12) **11.20** Detektyw Foyle (3): Lekcja zabijania **13.30** Van der Valk (3) **15.35** ★★★★ Stan gry – thriller USA-/W. Bryt./Fr. 2009 **18.05** Detektyw Foyle (4): Dzień Orła **20.10** ★★★★ Była sobie dziewczyna – film obyczaj. W. Bryt./USA 2009 **22.15** ★★★ Carte blanche – dramat Polska 2015 **0.35** ★★ Igrając z ogniem – thriller Fr./Belg. 2023 **2.20** Król (8)

Kino Polska

7.45 Polska Kronika Filmowa **7.55** Stawiam na Tolka Banana (3, 4) **9.30** Nibylandek **9.55** ★★★ Pieczone gołąbki – komedia Polska 1966 **11.55** ★★★ Ada! To nie wypada! – kom. Polska 1936 **13.55** ★★★★ Pan Wołodyjowski – film historyczny Polska 1969 **17.15** Pogranicze w ogniu (21, 22) **20.00** ★★★★ Miś – kom. Polska 1980, reż. Stanisław Bareja, wyk. Stanisław Tym, Barbara Burska **22.35** ★★★ 7 uczuć – komediodramat Polska 2018 **0.55** ★★★ Wyjazd integracyjny – kom. Polska 2011

Polsat Film

7.05 Drwale i inne opowieści Bieszczadu **7.30** Poirot (3) **8.35** Przyjaciółki (149, 150) **10.30** Świat według Kiepskich (9-10, 207-208, 89, 50) **14.20** ★★ Dawid i elfy – kom. USA/Polska 2021 **16.30** ★★★ Jumanji: Przygoda w dżungli – film przygod. USA 2017 **18.50** ★★ Nie kłam, kochanie – kom. rom. Polska 2008 **21.00** ★★★ Parkingowy – kom. USA 2022, reż. Richard Wong, wyk. Eugenio Derbez **23.40** ★★★ Napad – dramat Polska 2024, reż. Michał Gazda, wyk. Olaf Lubaszenko

Stopklatka

DVB T

6.55 Wojciech Cejrowski – boso przez świat **8.00** Robert Makłowicz **9.50** Vera (4) **12.00** MacGyver (1, 2) **14.00** Katastrofy w przestworzach **18.00** Wojny magazynowe: Kanada **19.10** Aukcja w ciemno **20.00** ★★ Zaraz wracam – thriller USA/Kanada/Niemcy 2008, reż. Susan Montford, wyk. Kim Basinger, Lukas Haas **21.50** ★★★★ Seksmisja – kom. sf Polska 1984, reż. Juliusz Machulski, wyk. Olgierd Łukaszewicz, Jerzy Stuhr **0.30** ★★★★ Kamienie na szaniec – dramat woj. Polska 2014

Canal+ Premium

10.15 Arco – film anim. Fr./USA/W. Bryt. 2025 **11.45** ★★★★ Pan Tadeusz – film hist. Polska/Fr. 1999 **14.15** Balony **14.45** ★★★ Niemożliwe – film kat. USA/Hiszp./Tajland. 2012 **16.35** Hollywood Buzz **17.10** ★★★ Trzej muszkieterowie – film przyg. USA/Niemcy/Fr./W. Bryt. 2011 **19.00** The Office PL (7, 8) **20.00** ★★ Mężczyzna bez pamięci – film sens. USA/Meksyk 2022 **21.20** ★★★ Ekspedycja XD – kom. Polska 2026 **22.15** S.W.A.T. Exiles (5) **23.05** ★★★ Piła III – horror USA/Kan. 2006

HBO

10.45 ★★★ Karate Kid: Legendy – kom. USA/Kan. 2025 **12.20** Noc przed Świętami w Krainie Czarów – film animow. W. Bryt. 2024 **13.45** ★★★ Po prostu uwierz – film obyczaj. USA 2024 **15.30** Horton słyszy Ktosia! – film animow. USA/W. Bryt. 2008 **16.55** ★★★ Blue Moon – film biograf. USA/Irl. 2025 **18.35** ★★★ Królewskie święta – kom. rom. USA 2023 **20.00** ★★★★ Wielki Gatsby – dramat USA/Australia 2013 **22.20** Najlżejszy dotyk **23.20** ★★★ Oni cię zabiją – horror USA 2026

Paramount

6.00 ★★★★ Jeszcze pięć minut – film obyczaj. Kan./USA 2021 **7.35** Czarodziejki (21, 22) **9.20** Pingwiny z Madagaskaru **9.50** ★★★ Wielki Gatsby – dramat USA 1974 **13.00** Czarodziejki (1, 2) **15.00** Pingwiny z Madagaskaru **15.30** ★★★★ Oto święta – komediodr. W. Bryt. 2022 **18.00** Czarodziejki (3, 4) **20.00** ★★★ Tomb Raider – film przygod. W. Bryt./USA 2018 **22.30** ★★★★ American Psycho – horror USA/Kan. 2000 (s.27) **0.25** ★★★★ Grindhouse: Death Proof – thriller USA 2007

Polsat 2

6.30 Pielęgniarki **7.30** Na ratunek 112 **8.30** Sekrety rodziny: Kto jest w ciąży? / To czego nie widać / Spalony dom **11.30** Trudne sprawy: Bigos z żurawiną **12.35** Więzienie **14.30** Świat według Kiepskich (76-80): Waldemar / Wizerunek / Wszystko dla ciebie / Zaczadzony umysł / Złote kierpce **17.00** Komisarz mama (6) **18.00** Dlaczego ja? **20.00** Gliniarze – serial fabularno-dokumentalny Polska 2025 **22.00** Bracia (9) **23.00** Ślad (72, 73): Działkowa historia / Wszyscy nienawidzą Grześka

TVP Seriale

7.35 Ojciec Mateusz (140) **8.35** Komisarz Alex (171) **9.25** Rodzinka.pl (209) **9.55** Klan (1555) **10.40** Ranczo (77) **11.25** Ojciec Mateusz (462) **12.25** Na sygnale (964) **13.00** Rodzinka.pl (297) **13.35** Ojciec Mateusz (45, 46) **15.35** Komisarz Alex (172) **16.25** Na sygnale (592, 593) **17.35** Ranczo (79, 80) **19.30** Ojciec Mateusz (47) **20.25** Komisarz Alex (332) **21.30** Ranczo (81, 82) **23.25** Ojciec Mateusz (48) **0.15** SOR (6, 7) **1.40** Ekstradycja (3, 4) **3.35** Wojenne dziewczyny (46) **4.20** Klan (1555)

AXN

6.00 CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas (7, 8) **7.30** Agenci NCIS (6, 7) **9.15** Castle (16, 17) **11.10** Detektyw Monk (9, 10) **13.10** Agenci NCIS (8, 9) **15.10** Zabójcza broń (12, 13) **17.05** CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas (6, 7) **19.05** Castle (18, 19): Taniec ze śmiercią / 47 sekund **21.05** FBI: International (1, 2): Ulga / Nie wymawiaj jej imienia **23.00** CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas (6, 7): Dwójkowy atak / Upadłe anioły **0.45** Castle (18, 19) **2.40** FBI: International (1, 2) **4.25** FBI: Most Wanted (2)

13 Ulica

6.40 Niewidomy detektyw (6) **8.30** Magnum: Detektyw z Hawajów (20) **9.30** Chicago P.D. (1) **10.25** Bez śladu (3, 4) **12.15** Kapitan Marleau (3) **14.15** Niewidomy detektyw (7) **16.15** Chicago P.D. (2, 3) **18.10** Bez śladu (5, 6) **20.00** Kapitan Marleau (4) – serial kryminal. Fr. 2020 **22.00** ★★★★ Zaginiona dziewczyna – thriller USA 2014, reż. David Fincher, wyk. Ben Affleck **1.00** Prawo i porządek Toronto: Zbrodniczy zamiar (4) **2.00** ★★★ Morderstwo w Sainte Baume – film krym. Francja 2022

FX

7.00 Kości (14, 15) **9.00** FBI (16) **9.55** Agenci NCIS (4) **10.55** CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas (2) **11.50** CSI: Kryminalne zagadki Miami (7, 8) **13.45** Castle (15) **14.40** Lucyfer (18) **15.35** CSI: Kryminalne zagadki Miami (9, 10) **17.25** Z Archiwum X (8, 9) **19.15** CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku (10, 11) **21.05** CSI: Kryminalne zagadki Miami (10) **22.00** Rywale (4) **23.10** Z Archiwum X (9) **0.15** CSI: Kryminalne zagadki Miami (9) **1.20** CSI: Kryminalne zagadki Now. Jorku (11)

Eurosport 1

8.30 Biegi narci.: PŚ w Ruce **9.30** Biegi narc.: PŚ (m) w Ruce **10.15** Biegi narc.: PŚ (k) w Ruce **11.00** SailGP: Mubadala Abu Dhabi Sail Grand Prix **12.00** Snooker: Mistrz. W. Bryt. **14.00** (L) Snooker: Mistrz. W. Bryt. w Yorku **17.30** Narc. alp.: PŚ (m) w Copper Mountain **18.00** Narc. alp.: PŚ (k) w Killington **18.45** (L) Narc. alp.: PŚ (m) w Beaver Creek **20.30** (L) Snooker: Mistrz. W. Bryt. w Yorku **23.30** Jeździectwo: PŚ – Liga Zachodnioeuropejska w Madrycie **0.30** Narc. alp.: PŚ (m) w Beaver Creek

Eurosport 2

8.30 Snooker: Mistrz. W. Bryt. **11.00** Biegi narc.: PŚ w Ruce **12.00** Biegi narc.: PŚ (m) w Ruce **12.30** Biegi narc.: PŚ (k) w Ruce **13.00** Skoki narc.: PŚ (m) w Ruce **15.00** Narc. alp.: PŚ (m) w Copper Mountain **16.00** Narciarstwo alp.: PŚ (k) w Killington **17.00** Biegi narc.: PŚ (m) w Ruce **17.45** Biegi narc.: PŚ (k) w Ruce **18.30** Jeździectwo: PŚ – Liga Zachodnioeuropejska w Madrycie **19.30** (L) Golf: PGA Tour – Hero World Challenge **22.30** Narc. alp.: PŚ (m) w Beaver Creek

Polsat Sport 1

6.00 Siatkówka: TAURON Liga **8.30** Siatkówka: TAURON Liga **11.00** Siatkówka: TAURON Liga **13.30** Siatkówka: TAURON Liga **16.00** Magazyn sportowy **17.00** (L) Siatkówka: TAURON Liga: Energa Indykpol AZS Olsztyn – Ślepsk Malow Suwałki – tranmisja meczu **19.30** Studio **20.00** Relacja: Siatkówka: Losowanie fazy grupowej MŚ mężczyzn **21.00** Studio **22.00** Siatkówka: TAURON Liga – tranmisja **1.00** Siatkówka: TAURON Liga **3.00** Siatkówka: TAURON Liga

TVP Sport

DVB T

8.40 Piłka nożna: GKS Tychy – Chrobry Głogów **11.55** (L) Piłka nożna: Górnik Łęczna – Wisła Płock **14.05** Reportaż **14.25** Piłka nożna: Polonia W-wa – Raków Częstochowa **16.30** Studio **16.55** (L) Piłka nożna: Bruk-Bet Termalica Nieciecza – Jagiellonia Białystok **19.40** Ring TVP Sport **20.40** Piłka nożna: Eintracht Frankfurt – Borussia Dortmund **22.45** Sportowy wieczór **23.15** Piłka nożna: Górnik Łęczna – Wisła Płock **1.20** Piłka nożna: Bruk-Bet Termalica Nieciecza – Jagiellonia Białystok

Canal+ Sport

8.20 Premier League Stories **9.00** Piłka nożna: FC Barcelona – Atlético Madryt **11.20** Piłka nożna: Śląsk Wrocław – GKS Katowice **13.45** Premier League Stories **14.30** Hola LaLiga! **15.40** Piłka nożna: Real Sociedad – Real Madryt **18.00** Ekstraklasa po godzinach **19.15** LaLiga Highlights Magazine **20.00** Premier League: The Big Interview **20.30** LaLiga Show **21.00** Jazda o złoto. Żużel na podsłuchu **23.15** Hola LaLiga! **0.20** MMA: Gala ONE Friday Fights 180 w Bangkoku

Canal+ Sport 5

8.15 Żużel: PGE Ekstraliga **11.10** Premier League Stories **11.45** Premier League Netbusters **12.30** Football Office **14.10** Piłka nożna: PKO BP Ekstraklasa: Legia Warszawa – Wieczysta Kraków **16.30** LaLiga Highlights Magazine: 14. kolejka **17.15** Żużel: Metalkas 2. Ekstraliga **20.00** Żużel: PGE Ekstraliga **22.45** Premier League: The Big Interview **23.25** LaLiga Show: Zapowiedź 15. kolejki **0.00** Piłka nożna: PKO BP Ekstraklasa: Wisła Kraków – Motor Lublin **2.30** Ligomistrzowe historie

Eleven Sports 1

9.00 Piłka nożna: Como 1907 – Juventus FC **11.00** Bundesliga Clubs: Bayern Monachium; Borussia Dortmund; RB Lipsk **12.00** Piłka nożna: SL Benfica – FC Famalicão **14.00** Formuła 1: GP Kataru **16.00** Piłka nożna: AS Roma – AC Monza **18.00** Full Impact Serie A **18.40** Ligue 1 Show **19.10** Wywiad z Miroslavem Klose **19.25** Inside Serie A **20.00** Bundesliga Weekly **20.40** Formuła 1: GP Kataru **22.45** Ligue 1 Preview **23.20** Bundesliga Special Show **0.00** Podróż do świata calcio

Polsat Sport 3

6.00 Piłka ręczna: PGE Wybrzeże Gdańsk – VfL Gummersbach **8.30** Łyżwiarstwo fig.: ISU GP – NHK Trophy w Tokio **11.00** Magazyn **11.30** Piłka nożna: Como 1907 – US Cremonese **14.00** Piłka ręczna: LM EHF: GOG Håndbold – Industria Kielce **16.30** Siatkówka: Liga Mistrzyń CEV: Igor Gorgonzola Novara – KS Developres Rzeszów **19.55** (L) Koszykówka: Anwil Włocławek – WKS Śląsk Wrocław **22.30** Piłka ręczna: LM EHF: GOG Håndbold – Industria Kielce **1.00** MMA: Babilon MMA

TVN 24

10.00 Serwis informacyjny **10.25** Raport smogowy **10.30** Serwis informacyjny **10.55** Biznes **11.00** Serwis informacyjny **11.55** Biznes **12.00** Serwis informacyjny, pogoda **12.27** Raport smogowy **12.30** Serwis informacyjny, pogoda **13.55** Biznes **14.00** Serwis informacyjny, pogoda **14.55** Biznes **15.00** 15 na żywo **16.00** Fakty po południu **18.00** Tak jest **19.15** Serwis informacyjny **19.30** Fakty po Faktach **20.00** Kropka nad i **20.40** Czarno na białym **21.00** Polska i świat

Polsat News

6.00 Nowy dzień **7.40** Graffiti **8.00** Nowy dzień **10.00** W rytmie dnia **12.50** Wydarzenia **13.30** W rytmie dnia **13.55** Pogoda **14.00** W rytmie dnia **14.55** Pogoda **15.00** W rytmie dnia **15.40** Pogoda **15.50** Wydarzenia **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 **1.25** Punkt widzenia Szubartowicza

TVP Info

DVB T

10.00 Serwis info dzień **11.55** Za pięć dwunasta **13.00** Serwis info dzień **14.30** 14.30 **14.50** Serwis info dzień **15.45** Panorama **16.00** Dzień w godzinę **16.55** Sprawdzam to Extra **17.00** Teleexpress **17.15** Teleexpress Extra **17.35** Panorama **17.42** Wykrywacz kłamstw **18.00** Panorama **18.30** Kontrapunkt **19.25** Sprawdzam to Extra **19.30** 19.30 **19.58** Pytanie dnia **20.18** Niebezpieczne związki **21.00** Kwiatki polskie **21.45** Panorama **22.10** Oko na świat **22.30** Program inf.

TVP 3

DVB T

10.00 Złoty chłopak (295) **11.00** Gwiazdorska kuchnia Ani **11.35** Turystyczna jazda **11.50** Niezwykłe miejsca **12.00** Telekurier **12.30** Okrasa łamie przepisy **13.00** Agrobiznes **13.30** Bez trybu Justyna Dobrosz-Oracz **14.20** Poznaj region **14.30** Program informacyjny **15.00** Koronka do Miłosierdzia Bożego **15.20** Serwis Info **19.30** Z indeksem w ręku **19.45** Kryminalna siódemka **20.00** Dziennik regionów **20.13** Gość regionów **20.30** Telekurier **22.00** Dziennik regionów

TVP Rozrywka

8.25 Familiada **9.00** Va banque **9.35** Koło fortuny **10.10** Makłowicz w podróży **10.50** Postaw na milion **12.35** Familiada **13.15** Zmiennicy **14.20** Pan Mama **15.35** Europa da się lubić – nowe pokolenie **16.35** Kabaretomaniacy **17.25** Va banque **18.00** Koło fortuny **18.40** Okrasa łamie przepisy **19.45** Jaka to melodia? **20.25** Do śmiechu! **22.15** Malicki & Laskowik. The best of **22.50** Postaw na milion **0.40** Koło fortuny **1.55** Malicki & Laskowik. The best of **2.30** Kabaretomaniacy

Planete+

9.50 Polska z góry **10.20** Dokąd dzisiaj? **11.25** Motyle. Superbohaterowie przyrody **12.35** Niezwykłe podróże koleją **13.40** Podróż do wnętrza chmur **14.50** 360° – świat bez granic **15.50** Średniowieczne serce Czech **16.55** Zaginiona świątynia Artemidy **18.00** Dokąd dzisiaj? **18.40** Zaginiony lot MH370 **19.40** Odpowiedzialny biznes. Czyli jaki? **20.50** System przedszkolny NRD. Wstęp do piekła **22.00** Jak oligarchowie korumpują Zachód **23.10** Jak wygrać z Ku Klux Klanem

BBC Earth

8.25 Najpiękniejsze trasy spacerowe **9.25** Mroźna planeta II **10.30** Życie na pustkowiu **11.30** Skarby przeszłości i ich tajemnice **12.30** Najpiękniejsze trasy spacerowe **13.30** Mroźna planeta II **14.35** W okowach mrozu **15.35** Życie na pustkowiu **16.35** Fenomeny współczesnego życia **17.45** Mroźna planeta II **18.50** Najpiękniejsze trasy spacerowe **19.45** Na krawędzi katastrofy **20.55** W okowach mrozu **22.55** Życie z PTSD **0.00** Chirurdzy: kwestia życia i śmierci

Discovery Channel

8.00 Brudne skarby **9.00** Gorączka złota: na kłopoty Freddy Dodge **10.00** Budowa na końcu świata **11.00** Złoto drwali **12.00** Celnicy na straży Szwecji **13.00** Nagi instynkt przetrwania: tajemnicza wyspa **15.00** Złomowisko PL **16.00** Fani czterech kółek: w trasie **17.00** Nic do zgłoszenia **18.00** Porty **19.00** Złomowisko PL (1) **20.00** W oku cyklonu **21.00** Gorączka złota **22.00** Łowcy opali **23.00** Akta ekspedycji **0.00** Fani czterech kółek: w trasie **1.00** Zoom na architekturę

TVN Turbo

9.05 Fani czterech kółek **10.00** Raport Turbo **10.15** Samochód marzeń – kup i zrób **11.15** Wojny samochodowe **12.15** Naprawy nie do naprawy **13.00** Zawodowi handlarze **14.30** Wojny samochodowe **16.30** Jeździć, obserwować **18.00** Raport Turbo **18.15** Po raz trzeci. Sprzedane! **19.00** Ciężarówką przez Malezję **20.00** Co tu się odjechało? **20.30** Uwaga! Oszust: Ściema z ogłoszenia **21.00** Kupione, zrobione, sprzedane **22.00** Raport Turbo **22.15** Jeździć, obserwować

TVN Style

7.45 Dzień Dobry TVN **11.20** Jestem z Polski **12.20** Ugotowani **13.25** Kuchenne rewolucje: Restauracja „Ibis", Goszczanów / Restauracja „Esencja i smak", Pszów **15.35** Ugotowani **16.40** Ostre cięcie **17.40** Kuchenne rewolucje: Restauracja „James Bomba-lina", Białystok / Restauracja „Karuzela smaku", Warszawa / Restauracja „Zorba", Tychy **20.50** Zgłoś remont – spełniamy marzenia **21.50** Jestem z Polski **22.50** Hotel Paradise **23.45** Kochaj albo wróć **0.45** Do zobaczenia

Romance TV

8.40 Górscy ratownicy (137) **9.30** Statek marzeń **11.25** ★★★★ Lato w Amsterdamie – film obyczaj. Niemcy 2014 **13.20** Kryminał z Bolzano **15.15** ★★ Lato we Włoszech – romans Niemcy 2024 **17.05** Górski lekarz (5, 6) **19.00** Górscy ratownicy (138): Za wszelką cenę – część 2. **20.00** ★★ Inga Lindström: Decyzja podjęta nad rzeką – romans Niemcy 2005 **21.50** Dr Nice: Złamane serca **23.45** Górscy ratownicy (138) **0.45** ★★ Inga Lindström: Decyzja podjęta nad rzeką – romans Niemcy 2005

TVN Fabuła

5.05 Szkoła (68) **6.00** Seriaale **6.30** Dziewczyny z Hollywood **6.45** Julia (102, 103) **7.45** Detektywi **9.50** Młode gliny **10.55** Magda M. (4) **11.55** Prawo Agaty (2, 3) **13.55** Młode gliny **14.55** Detektywi **16.05** Na Wspólnej (196, 197) **17.10** Grażyna Torbicka zaprasza **17.55** ★★★ Gniew Tytanów – film przygod. USA/Hiszp. 2012 **20.00** ★★★★ Diuna – film sf USA/Kan. 2021 **23.15** ★★★ Odważna – dramat USA/Australia 2007 **1.45** ★★★ Jak boss – kom. USA 2020 **3.20** Alfabet filmowy

AMC

6.00 ★★★ Ukochana z sąsiedztwa – kom. USA 2006 **7.50** ★★ Tajemnica Stonehenge – film sf Kan. 2010 **9.45** ★★★ Supergliny z Miami – kom. Wł. 1985 **11.45** ★★ Supernowa (1) – film sf USA/RPA 2005 **15.25** ★★★ Nic nie widziałem, nic nie słyszałem – kom. krym. USA 1989 **17.35** ★★★ W ciemność. Star Trek – film sf USA 2013 **20.15** ★★★ Aligator – Lake Placid – horror USA 1999 **22.00** ★★★ Potrójne zagrożenie – film sens. Tajland./USA 2019 **0.00** ★★★ Ong Bak 3 – film sens. Tajland. 2010

BBC First

7.00 Co ludzie powiedzą? (7) **8.25** Zagadki doktora Blake'a (8) **9.40** Z pamiętnika położnej (5) **10.40** Ojciec Brown (6, 7) **12.40** London Kills (2) **13.40** Tajemnice Majorki (3) **14.30** Morderstwa w Midsomer (3) **15.20** Detektyw z Chelsea (3) **16.15** Tajemnice Brokenwood (3) **18.00** Morderstwa w Midsomer (6) **19.55** Śmierć pod palmami (8) **21.00** Na niebieskich światłach (5, 6) **23.10** Zaginiona (3) **0.15** Koroner (10) **1.10** Śmierć pod palmami (8) **2.10** Tajemnice Brokenwood (3)

TTV

DVB T

8.00 DeFacto **8.30** Kartoteka **10.35** Detektywi **12.35** Zakup w ciemno **14.35** Nic do ukrycia **15.35** Gogglebox. Przed telewizorem **16.45** Express **17.03** Raport smogowy **17.05** Sport **17.10** Nauka jazdy **17.40** Idź na całość **18.40** Żony Podlasia **19.45** Express **20.05** Zakup w ciemno **21.05** Zakup w ciemno Extra **21.45** Express **22.00** Życie na kredycie **23.00** Damy i wieśniaczki. PL **0.00** Detektywi **2.00** Dobra robota **2.35** 11 września: dni, które wstrząsnęły światem

Fokus TV

DVB T

6.05 48 h. Zaginieni (66) **7.00** Był sobie człowiek **8.55** Wehikuł czasu **9.00** Starożytni kosmici **11.00** Gwiazdy lombardu **12.00** Poszukiwacze historii: Zakazane pole: Tajemniczy sygnał w Wiązownicy **13.00** Wielkie konstrukcje III Rzeszy: wojna z Ameryką: Etos wojownika / Japońska wyspa śmierci **15.00** Przygody poszukiwaczy złota **16.00** Dorwać tuńczyka **18.00** Rolnicy. Podlasie **20.00** Galileo **21.00** Poszukiwacze historii **23.00** Zakochana w Hitlerze **0.00** Starożytni kosmici

National Geographic

9.00 Grecja: miejsce pełne tajemnic **11.00** Imperium Mongołów: historia Czyngis-chana **12.00** UFO: przełomowe śledztwa **12.55** Starożytne konstrukcje **14.55** Katastrofa w przestworzach: raport specjalny **15.55** Najdziwniejsze przedmioty **16.55** Ukryte pod miastami **17.55** Otchłań: powstanie i upadek nazizmu **19.00** Normandia '44: inwazja **20.00** Katastrofa w przestworzach **21.00** Morskie megamaszyny **22.00** Makro inżynieria **23.05** Największe katastrofy budowlane

Nat Geo Wild

10.00 Rodzinny biznes doktora Pola **11.00** Niezwykły dr Pol **12.00** Atakrekina: dochodzenie **13.00** Wspaniałe Filipiny **14.00** Afrykańska rzeka widmo **15.00** Królestwo krokodyli: Grumeti i Mara **16.00** Dzikie szlaki Europy **17.00** Pieśń lasu deszczowego **18.00** Olśniewająca Ameryka **19.00** Walki zwierząt **20.00** Niszczycielskie żywioły **21.00** Niezwykły dr Pol: Szczęśliwe szczeniaki / Halloweenowe przygody / Megaszczeniaki / Dzień jak co dzień / Zagadki medyczne **2.00** Wspaniałe Filipiny

Metro

6.20 Detektywi. Na zlecenie (25, 26) **7.40** Szpital (337-339) **10.40** Sędzia Anna Maria Wesołowska (568, 569) **12.40** Szkoła (702) **13.40** Fachowcy **14.25** Brzydula (225, 226) **15.35** Druga szansa (2) **16.45** The Floor **18.00** Złomowisko PL **19.00** Kartoteka (17, 18) **21.05** Kryminalni (8, 9): Śmierć za śmierć / Gdzie jest Maciek? **23.15** Kuba Wojewódzki **0.20** Zbrodnie z pierwszych stron gazet: Dziewięć lat w cieniu **1.20** Szpital (984) **2.20** Szkoła (709) **3.15** Nowa Maja w ogrodzie

TVP Historia

DVB T

8.20 Było, nie minęło... **9.25** Encyklopedia II wojny światowej **9.55** Polskie 100 lat **10.25** Wszystkie kolory świata **11.30** Ex libris **11.55** Świat w filiżance herbaty **12.50** Nieznana wojna na Północy **14.10** Zmiennicy (7) **15.15** Sensacje XX w. **17.20** Czas honoru (4) **18.30** Gdańsk 1939 **19.30** Flesz historii **20.00** Pitbull (11) **20.50** Zbrodnie sprzed lat **21.40** To był lipiec 1945 **22.40** Sensacje XX w. **0.30** Encyklopedia II wojny światowej **1.00** Pitbull (11) **1.50** Czas honoru (4)

TVP Dokument

DVB T

11.10 Świątynie świata **12.10** Saga prastarej puszczy **13.10** Jak pieniądz kształtował świat **14.15** W krainie pszczoły miodnej **15.15** Wielka naturalna bariera **16.20** Ssaki. Życie przed dinozaurami **17.20** Świątynie świata **18.20** Tatarzy polscy (3) **19.15** Człowiek ze złotym obiektywem – Marek Karewicz (s.27) **20.10** Jak pieniądz kształtował świat **21.15** Potoki, jeziora i wodospady Vorarlbergu **22.15** Kobieta w Kabulu **23.15** Niebezpieczne drogi **0.15** Sekrety dzikich kwiatów

Zoom TV

6.15 MacGyver (15, 16) **8.15** Strażnik Teksasu (14, 15) **10.05** Kobra – oddział specjalny (9, 10) **12.25** FBI (8, 9): W niebezpieczeństwie / Skok w ogień **14.30** Bitwa o palety **15.35** Wojny magazynowe: Kanada **16.55** Sensacje XX w. **19.00** Kobra – oddział specjalny (2, 3): Bez litości / Odlot **21.00** CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku (4, 5): Korporacyjni wojownicy / Taniec z rybami **23.05** Magia nagości. Czechy i Słowacja **0.25** Magia nagości. Polska **1.30** Magia nagości. Norwegia

TLC

8.00 Siostry wielkiej wagi **10.00** Wiza na miłość: na odwrót **12.00** Przyjaźń wielkiej wagi **14.00** Cztery żony i mąż **15.00** Mali ludzie, wielka rodzina **16.00** Siostry wielkiej wagi **17.00** Salon sukien ślubnych **18.00** Wiza na miłość: na odwrót **20.00** Wspólne życie XXL **21.00** Jak zostać amiszem **22.00** Siostry wielkiej wagi **23.00** Dr Pryszczylla: Balony pod oczami **0.00** Moje koszmarne stopy: Gotowi na lato **1.00** Wspólne życie XXL **2.00** Jak zostać amiszem **3.00** Siostry wielkiej wagi

Nowa TV

DVB T

6.00 Wehikuł czasu **6.20** TV Okazje **6.55** Wehikuł czasu **7.00** Disco Landia – nutki do pobudki **7.30** Wielkie wycieczkowce **8.30** Więzienie **10.00** Ojciec Brown (43, 44) **12.00** Śmierć pod palmami (44, 45) **14.00** Świat według Kiepskich (519, 520) **15.00** Świat według Bundych (63-68) **18.00** Całkiem nowe lata miodowe (1) **18.30** Miodowe lata **21.00** Zdrady (115) **22.00** Ślad (64-65, 109) **1.00** Łowca pedofilów **3.00** TV Okazje **3.50** Wehikuł czasu **4.00** Daleko od noszy (35, 36)

WP

DVB T

8.00 Pogoda **8.05** Policjanci z sąsiedztwa **9.05** Pogoda **9.10** Tłit **9.50** Pogoda **10.00** Strażacy z sąsiedztwa **11.00** Wariaci za kierownicą **12.00** Komisarz Cassandre: zbrodnie w Alpach (2) **14.00** Pokochaj lub sprzedaj – Vancouver **16.00** Pokochaj lub sprzedaj **16.50** Pogoda **17.00** Inspektor Vera (2) **19.00** Makłowicz w podróży **20.00** Policjanci z sąsiedztwa **21.50** Pogoda **22.00** Perypetie małżeńskie z Mistrzami Kabaretu **23.00** Mistrzowie kabaretu: Paranienormalni / Jurki

Anioły i demony

Ekranizacja bestsellerowej powieści Dana Browna - kontynuacji Kodu da Vinci

POLSAT 21:50 ★★★

Robert Langdon, wykładowca na Harvardzie, zostaje wezwany do położonego koło Genewy centrum badań jądrowych. Jego zadaniem jest zidentyfikowanie zagadkowego wzoru wypalonego na ciele zamordowanego fizyka. Langdon ze zdumieniem stwierdza, że jest to symbol bractwa Iluminatów – potężnej, lecz nieistniejącej od czterystu lat organizacji walczącej z Kościołem. Jak się okazuje, Iluminaci przetrwali w ukryciu do czasów współczesnych i planują vendettę.



Thriller USA/Włochy 2009, reż. Ron Howard, występują: Tom Hanks, Ewan McGregor, Stellan Skarsgård

American Psycho

Traci kontrolę nad chorymi skłonnościami, ale dzięki temu jego życie nabiera sensu

PARAMOUNT 22:30 ★★★★

Patrick Bateman sprawia wrażenie człowieka, który osiągnął wszystko. Jego ubiór i styl życia dopracowane są w najdrobniejszych szczegółach. Ale prowadzący śledztwo w sprawie o zabójstwo detektyw Donald Kimball podejrzewa, że Patrick jest seryjnym mordercą.



Człowiek ze złotym obiektywem – Marek Karewicz

Dokumentował świat muzyków, głównie jazzowych i rockandrollowych

TVP DOKUMENT 19:15

Autorzy przypominają największe sukcesy Marka Karewicza jako fotografika i autora okładek płytowych. W dokumencie znalazły się rozmowy z muzykami, menedżerami branży muzycznej, artystami i dziennikarzami.



TELEMAGAZYN

Redakcja: Magdalena Dańda-Pyzik, Ingrid Hintz-Nowosad **Dyrektor artystyczny:** Tomasz Bocheński **Grafik i fotoedytor:** Jacek Mosiński **Foto:** Sylwia Dąbrowa **Wydawca:** Polska Press Sp. z o.o. **Redakcja:** ul. Domaniewska 45, 02-672 Warszawa, tel. 451 172 430, telemagazyn@polskapress.pl **Reklama:** Luiza Zimna, tel. +48 514 800 822, luiza.zimna@polskapress.pl

Menedżer produktu: Izabela Marciniak, tel. 502 499 380, izabela.marciniak@polskapress.pl **Druk:** Eurodruk Poznań; **Serwis tv i foto:** media-press.tv **Reklama:** strony 7, 9, 13, 28 **Zdjęcie na okładce:** Materiały prasowe

Telefony dla widzów: **TVP** 22 547 44 50; **Polsat** 22 514 52 50; **TVN** 22 856 61 61

SERIALE

Pierwsza miłość

POLSAT 18:00



Zaniepokojony Maurycy dociera na Podlasie i dowiaduje się od roztrzęsionego Zdzicha o nagłym porodzie Lucynki i o tym, że pogotowie nie zdążyło dotrzeć na czas. Szymon wbrew zaleceniom lekarza postanawia zabrać żonę w daleką podróż kamperem. Gdy Paweł dowiaduje się, że Artur stracił mieszkanie, robi mu awanturę, ale też rozwiązuje problem. Obaj z córkami trafiają pod jeden dach. Ich pierwszy wspólny wieczór psuje jednak wiadomość od Emanuela.

Barwy szczęścia

TVP 2 20:05



Bruno uświadamia Karolinie, że nie zgodził się na jej powrót do hotelu, co na nowo zaognia ich małżeński spór. Tymczasem Kasia drży o Ksawerego, który spędza czas w mieście z ryzykownym towarzystwem. Rawiczowa donosi uwięzionemu Cezaremu, że Natalia jest sama, podczas gdy mecenas Zwoleńska wskazuje Majakowi kryjówkę noża użytego do ataku na Michała i prosi o pomoc Marcina.

Na Wspólnej

TVN 20:15



Elena ma jutro wstępną rozprawę o opiekę nad synkiem. Wydaje się to bagatelizować. Włodek zwraca jej uwagę, żeby skupiła się tylko na tym i odpuściła przygotowania do otwarcia baru. Dorota przekonuje Elenę, że potrzebny jej adwokat, ale Kurkowej nie stać na pomoc prawną... Jest w szoku, kiedy pojawia się... Darek Żbik!

eprasa.pl 1eaf2615f9

REKLAMA

WIELKI JUBILEUSZ 150-LECIA OBJAWIEŃ MARYI W POLSCE.

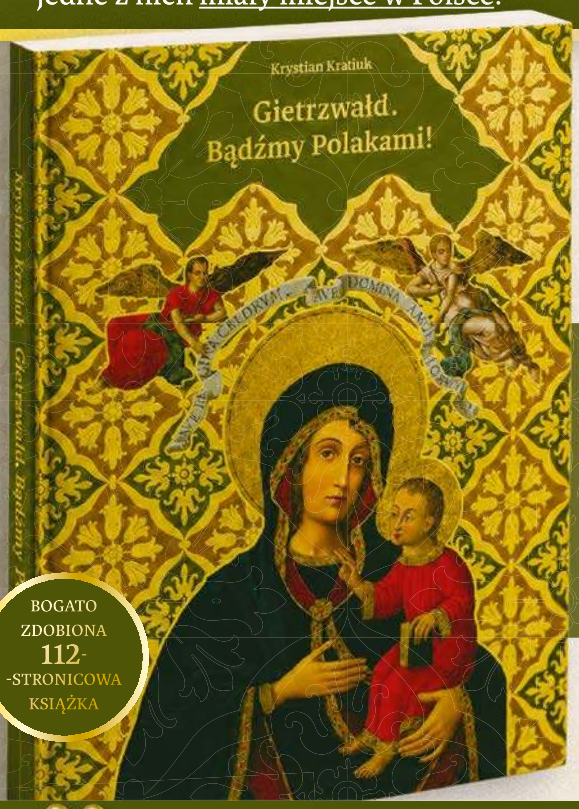
Znasz ich treść?



150. ROCZNICA OBJAWIEŃ GIETRZWAŁD 1877 – 2027

Czy wiesz, że...

- w całej historii Kościoła tylko kilkanaście objawień Maryjnych zostało oficjalnie uznanych przez Stolicę Apostolską;
- jedne z nich miały miejsce w Polsce!



BOGATO ZDOBIONA 112-STRONICOWA KSIĄŻKA

W 1877 roku w Gietrzwałdzie, niepozornej wsi na Warmii, dwójce dzieci ukazała się Matka Boża siedząca na polskim tronie. Objawiła się jako Królowa kraju, który był wówczas pozbawiony nie tylko władcy, ale i własnej państwowości czy granic. Maryja wezwała Polaków do nawrócenia, koniecznego aby Jej królestwo na ziemi mogło odrodzić się i wzrastać w chwale.

Czy Polacy spełnili prośby Matki Zbawiciela? **Odpowiedź znajdziesz w wyjątkowej książce…**

Każdy Polak powinien znać te objawienia! Poznaj je i Ty! TERAZ!

Książka pt. *Gietrzwałd. Bądźmy Polakami!* zawiera wszystko, co każdy katolik powinien wiedzieć o objawieniach w Gietrzwałdzie:

- kontekst historyczny, w jakim doszło do objawień;
- dokładną treść przesłania Matki Bożej do narodu polskiego;
- rolę Gietrzwałdu w całej historii objawień Maryjnych;
- historię obrania Matki Bożej na Królową Polski.



Autor publikacji, **Krystian Kratiuk**, jest redaktorem naczelnym portalu PCh24.pl, zajmującego się sprawami wiary i Kościoła. Tematykę objawień w Gietrzwałdzie zgłębiał przez wiele lat. Ta książka jest zwieńczeniem jego pracy.

Wartość książki to jedyne 12 zł. Odbierz teraz, a otrzymasz w prezencie:



Poświęcony różaniec wydany z okazji **150. rocznicy objawień w Gietrzwałdzie.**



Kartę Zawierzenia, dzięki której możesz przesłać swoje podziękowania i prośby do Gietrzwałdzkiej Pani!



Poświęcony przez kapłana duży, piękny obrazek z wizerunkiem Matki Bożej Gietrzwałdzkiej.

Zatem nie zwlekaj i…

JUŻ DZIŚ SIĘGNIJ PO KSIĄŻKĘ *GIETRZWAŁD. BĄDŹMY POLAKAMI!*

zadzwoń: **12 444 78 88** i podaj kod: **01 00 07**

lub

wyślij SMS o treści **1 00 07** pod nr: **661 007 676** (koszt zwykłego SMS-a)

lub

zeskanuj kod QR lub odbierz książkę na **Gietrzwald.org**

eprasa.pl 1eaf2615f9