NETFLIX Disney+ HBO max prime video CANAL+

29.05.-4.06.2026

Popularny magazyn telewizyjny

TeleTydzień

Nr indeksu 37836A

Nr 22
25 maja 2026
cena 4,49 zł
w tym 8% VAT

aż 100 stron

Program 98 stacji TV

NA FAKTACH:

JAK ROBERT DE NIRO STAŁ SIĘ WŚCIEKŁYM BYKIEM

PODRÓŻE:

- **Turkus, iguany i tajemnice Majów**

WYWIAD

SPECJALNIE DLA TELE TYGODNIA!

REMIGIUSZ MRÓZ

MILIONY SPRZEDANYCH KSIĄŻEK, SERIALOWE HITY... MISTRZ KRYMINAŁÓW OPOWIADA O OBSESJI PISANIA, SUKCESIE I KULISACH NAJNOWSZEJ POWIEŚCI „URWISKO"

RODZINKA.PL

PAN MAMA

MAŁE GWIAZDY NA DZIEŃ DZIECKA

BARWY SZCZĘŚCIA

NA DOBRE I NA ZŁE

Z WIZYTĄ NA PLANIE!
PIERWSZA MIŁOŚĆ

KONCERT PAMIĘCI MARKA GRECHUTY
ŚWIAT W OBŁOKACH

SKOŃCZYŁABY 100 LAT...
MARILYN MONROE

DEKALOG JANA PAWŁA II

WYWIAD
OJCIEC MICHAŁ LEGAN

KUCHNIA KLUSKI CZY KNEDLE – CO DZIŚ KRÓLUJE NA TWOIM STOLE?

ISSN 1230-7912
9 771230 791600 22

Numer w sprzedaży do 31.05.2026

Zupełnie ODMIENIONY!

Ponad **200** nowych porad i inspiracji



Nasze NOWOŚCI!

- **lekcja projektowania** krok po kroku
- **lifehacki** sprytnego ogrodnika
- **prawdy i mity** z zakresu ogrodnictwa
- **testujemy** i porównujemy dla Was

EKSTRA! **Reportaż – z wizytą w ogrodzie naszych czytelników**

Miesięcznik dostępny w dobrych punktach sprzedaży prasy!
Do kupienia również w wersji cyfrowej i prenumeracie na czytelnia.pl

MARTYNA WOJCIECHOWSKA

Chce trafić do młodych

Dokładnie 20 lat po zdobyciu Mount Everestu Martyna Wojciechowska wróciła do chwil, które zmieniły jej życie. W warszawskim Klubie Niebo odbyła się premiera książki „Przesunąć horyzont. 20 lat później" – rozszerzonego wydania opowieści o walce, stracie i przekraczaniu własnych granic. Wśród gości pojawili się m.in. Bedoes 2115, Elżbieta Dzikowska i Borys Szyc. Podróżniczka podkreślała, że każdy ma swój własny Everest – i nie musi nim być szczyt świata. Dla niej takim wyzwaniem jest macierzyństwo. – Jestem bogatsza w doświadczenia, otworzyłam się bardziej niż kiedykolwiek. Chciałabym, żeby ta historia trafiła do młodych ludzi, bo ich dobro jest dla mnie ogromnie ważne. **MAM**



OPERATION EPIC FURY

Z ręką na pulsie



Reżyser i producent Michael Bay, któremu zawdzięczamy takie przeboje jak „Twierdza", „Armageddon" i „Pearl Harbor" czy serie o „Transofrmerach" i „Bad Boys", postanowił nie tracić czasu i nakręcić film o... trwającej właśnie wojnie USA z Iranem. „Operation Epic Fury" ma opowiadać o głośnych wydarzeniach z kwietnia bieżącego roku, kiedy setki amerykańskich żołnierzy wzięły udział w akcji ratunkowej, mającej ocalić pilotów samolotów zestrzelonych w górach Zagros. Nie wiemy jeszcze, w jaki sposób Bay podejdzie do tematu (choć możemy się domyślać), ale jedno gwarantujemy – będzie widowiskowo. **JK**



Ten, kto wytrzyma najdłużej, w nagrodę otrzyma statuetkę i 100 tys. do przekazania na cele charytatywne.

LOL: KTO SIĘ ŚMIEJE OSTATNI

Bądźmy poważni

Komediowy show, w którym nie wolno się śmiać, powraca z 4. sezonem! Tym razem o zachowanie powagi będą walczyli m.in. Mariusz Kałamaga, Kacper Ruciński i Jano – ten ostatni to twórca internetowy, a także prezenter radiowy i DJ. Grono aktorskie reprezentują zaś Ewa Kasprzyk, Vanessa Aleksander, Klaudia Halejcio, Katarzyna Bujakiewicz, Tomasz Kot, Tomasz Karolak oraz Michał Sikorski. Program ponownie prowadzi Cezary Pazura. Oni są już po nagraniach, a my efekty ich rywalizacji na żarty będziemy mogli oglądać od 10 do 17 lipca, oczywiście w Prime Video. Komu uda się najdłużej utrzymać kamienną twarz? **JK**



Tytuł „Teleexpress" wprowadzono później – na samym początku w ramówce program widniał jako „Magazyn 17:15".

TELEEXPRESS

40 lat minęło!

Program jest z nami już od czterech dekad... No, prawie czterech, bo pierwszy odcinek nadano 26 czerwca 1986 roku (poprowadził go Wojciech Mazurkiewicz). Niemniej Maciej Orłoś i reszta obecnej ekipy świętowanie rozpoczyna już w czwartek 4 czerwca wydaniem specjalnym o godz. 17.00 (kolejny odcinek specjalny zaplanowano w samą rocznicę!). Tego samego dnia na rynku w Opolu odbędzie się też spotkanie z widzami, a wieczorem dziennikarze programu poprowadzą koncert „Superjedynek". Świętowanie potrwa zresztą przez całe wakacje – zespół „Teleexpressu" będzie towarzyszyć trasie Lata z Radiem i Telewizją Polską. **JK**

Okładka: fot. Olga Majrowska, Artrama (2), TVP (3), AKPA (2), East News (2)

fot. East News (2), TVP, Prime Video



– Nie będzie łatwo... ale nudno na pewno też nie! – zapowiadają już teraz uczestnicy show.

AZJA EXPRESS

Wyścig ruszył!

Po drugiej stronie globu polscy celebryci rozpoczęli właśnie walkę o wygraną. – Czeka nas przygoda życia! – stwierdził przed wyjazdem Mateusz Banasiuk, któremu w „Azja Express" towarzyszy siostra Aldona. – Gdybym poleciał z kimś innym, nie odezwałaby się do mnie do końca życia – mówi aktor. Do rywalizacji stanęli też Katarzyna Zillmann z Janją Lesar, Małgorzata Socha i malarz Mariusz Szydeł, Maria Jeleniewska z himalaistką Zoją Skubis, Michał Danilczuk z bratem Pawłem, Edyta Herbuś z partnerem Piotrem Bukowickim, wokalista Błażej Król z producentem Robertem Krawczykiem oraz influencer Naruciak z muzykiem Dezyderym. Premiera jesienią. **JK**

BRIDGERTONOWIE

Nie będziemy czekać

Do tej pory fani serialowej rodziny musieli uzbroić się w cierpliwość i na każdy kolejny sezon czekać aż dwa lata. To się jednak zmieni! Szefowa Netfliksa oficjalnie zapowiedziała, że piąty sezon trafi na platformę już w 2027 roku. Prace na planie ruszyły w marcu, zaledwie kilka tygodni po premierze finału czwartej serii. Najnowsza odsłona produkcji oczywiście skupi się na kolejnym z rodzeństwa Bridgertonów – tym razem główną bohaterką będzie Francesca (Hannah Dodd), która po śmierci męża musi na nowo odnaleźć się w londyńskiej socjecie. W jej życiu sporo namiesza Michaela Stirling (Masali Baduza). **JK**



BIAŁY LOTOS

Kolejni goście

Kilka tygodni temu media obiegła wiadomość, że Laura Dern zastąpi Helenę Bonham Carter w obsadzie 4. serii „Białego Lotosu", a teraz produkcja obwieściła kolejne gwiazdy, które pojawią się w premierowych odcinkach. Udział w serialu potwierdził już m.in. Ben Kingsley, laureat Oscara i Złotego Globu za tytułową rolę w „Gandhim" z 1982 roku. Serialowy hotel odwiedzą też Max Minghella („Opowieść podręcznej") oraz fiński aktor Pekka Strang. Przypominamy, że tym razem przebój HBO zabierze nas na Lazurowe Wybrzeże, a fabuła będzie związana z festiwalem w Cannes. **JK**





ELLA ZAKLĘTA

Magia powrotów

Od dawna trwają spekulacje na temat powstania trzeciej części „Pamiętnika księżniczki". Prace nad scenariuszem rzekomo są w toku, ale oficjalnie nic nie zostało jeszcze potwierdzone. Tymczasem Anne Hathaway, którą obecnie możemy oglądać w kinach w „Diabeł ubiera się u Prady 2", zapowiada powrót innego ze swoich przebojów. Disney+ ma nakręcić serialową wersję „Elli zaklętej" z 2004 roku – baśni dla dużych i małych opowiadającej o dziewczynie, która przez niefortunne życzenie jest zmuszona wykonywać polecenia innych. Hathaway zasiądzie na producenckim stołku; nie wiadomo jeszcze, kto zagra tytułową rolę. **JK**



DAREK STOLARZ – REMONT W 3 DNI

Tej jesieni ma wolne?

Telewizyjnych ekspertów od remontów i renowacji jest mnóstwo, ale nie każdy z nich łączy doświadczenie, umiejętności praktyczne i profesjonalne podejście do klienta równie umiejętnie co Dariusz Wardziak. Niestety, w jesiennej ramówce zabraknie premierowych odcinków jego autorskiego programu. Chętni mogą zawsze obejrzeć dotychczasowe odcinki w Polsat Box Go albo zapolować na powtórki (najbliższa już w niedzielę 31 maja o godz. 12.00 w Polsat Cafe), a sam prowadzący cały czas publikuje też w mediach społecznościowych. Poza tym ciągle liczymy na jego obecność w nowej edycji „Naszego nowego domu". **JK**

fot. AKPA (2), East News (3), POLSAT, Warner Bros, Universal Pictures, Netflix



Na razie nie wiadomo, o czym dokładnie mają opowiadać nowe produkcje.

SZYBCY I WŚCIEKLI

Wjadą na mały ekran

Dla fanów pościgów, mocnych wrażeń i motoryzacji mamy dobre wieści – amerykańska platforma Peacock przygotowuje aż cztery seriale aktorskie ze świata „Szybkich i wściekłych"! Taką zapowiedź usłyszeliśmy z ust samego Vina Diesla, który od ćwierć wieku wciela się w Dominica Toretto, jednego z głównych bohaterów cyklu. – W ciągu ostatniej dekady uświadomiliśmy sobie, że fani chcą więcej. Chcą wiedzieć więcej o naszych postaciach i ich historii – mówi aktor. Przypominamy, że do tej pory „Szybkich i wściekłych" mogliśmy oglądać m.in. w dziesięciu filmach, a w 2028 roku do kin ma trafić część jedenasta. **JK**

HARRY POTTER, FILMY – PODCAST

Warto rozmawiać

Kto po obejrzeniu filmu czy serialu czuł kiedyś niedosyt, którego nie zaspokoiły nagrania zza kulis? Dla takich pasjonatów HBO Max uruchamia nowy format – podcasty. W planach są serie poświęcone „Grze o tron" czy „The Last of Us", a na pierwszy ogień poszedł „Harry Potter". W oczekiwaniu na przyszłoroczną premierę serialu posłuchamy rozmów o filmowej adaptacji; poznamy m.in. ciekawostki z planu i niepublikowane wcześniej materiały. Pierwsze odcinki czekają już na platformie (w wersji audio wkrótce także w Apple Podcasts i Spotify), kolejne będą pojawiać się co tydzień. **JK**



Podcast jest dostępny z polskimi napisami.

TANIEC Z GWIAZDAMI

Kto na parkiet?

Ledwo opadły emocje po zwycięstwie Hanny Żudziewicz i Gamou Falla, a stacja już spieszy z wieściami na temat kolejnej edycji... I nie chodzi wcale o gwiazdy, które pojawią się jesienią na parkiecie! Polsat ogłosił casting na tancerza do programu. Udział w nim może wziąć każdy, kto ukończył 18 lat i posiada klasę taneczną „S" w stylach standardowych lub latynoamerykańskich. Formularz zgłoszeniowy należy wysłać do poniedziałku 25 maja na adres casting.tzg@polsat.pl; przesłuchania odbędą się już 30 maja w Warszawie. Produkcja zapewnia, że co najmniej jeden z tancerzy 19. edycji zostanie wyłoniony drogą castingu. **JK**



REKLAMA

Artykuł *Polska. Dziedzictwo, które napędza przyszłość* opublikowany w dniu 14.04.2025 r. został sfinansowany ze środków UE w ramach Programu Fundusze Europejskie dla Nowoczesnej Gospodarki 2021-2027

Fundusze Europejskie dla Nowoczesnej Gospodarki
Rzeczpospolita Polska
Dofinansowane przez Unię Europejską



Specjalnie dla Tele Tygodnia

REMIGIUSZ MRÓZ

Każda książka to obsesja

Jest mistrzem kryminałów i prawdziwym fenomenem na polskim rynku wydawniczym. Jego książki sprzedają się w milionowych nakładach, a ich ekranizacje są wielkimi produkcjami z udziałem gwiazd. Czy najnowsza powieść – „Urwisko", która właśnie ukazała się na rynku, stanie się kolejnym bestsellerem?

FORST NETFLIX

Jaka cecha najlepiej Pana charakteryzuje?
Wydawcy, do których niegdyś wysyłałem pierwsze książki i którzy regularnie za nie dziękowali, tłumacząc to brakiem wolnych terminów wydawniczych, powiedzieliby pewnie, że wyjątkowy upór. Wręcz chorobliwy.

Czy on pomaga, czy przeszkadza Panu w pracy pisarskiej?
Z pewnością pomaga. Gdybym odpuścił po piątej, piętnastej albo pięćdziesiątej odmowie, nigdy nie miałbym okazji napisać tych wszystkich książek, dzięki którym stworzyliśmy z czytelnikami zupełnie odrębny od prawdziwego, ale równie realny świat. No i pewnie nie byłoby mnie na okładce „Tele Tygodnia"! Ale mówiąc poważnie, każda książka to walka: ze sobą, z materią fabularną, z frazą. Trzeba sporo samozaparcia, żeby proces, który rozpoczyna się od jednej pustej kartki, zakończył się setkami zapisanych stron.

Jest Pan prawnikiem z tytułem doktora. Czy wykształcenie pomaga w tworzeniu literackiej rzeczywistości?
Zdecydowanie tak. Studiowanie prawa i zajmowanie się nim uczy postrzegania swojej pracy w ramach pewnych norm, daje jej trwałe rusztowanie. Wydaje mi się, że im więcej człowiek zajmuje się czymś tak uporządkowanym jak prawo, tym bardziej potrafi

W KILKU SŁOWACH

Ur. 15 stycznia 1987 roku w Opolu. Ukończył studia administracyjne oraz prawnicze. Doktoryzował się z prawa konstytucyjnego. Bez wątpienia jest najpopularniejszym pisarzem w Polsce. Wydał ponad 70 książek, które sprzedały się w milionowych nakładach. Do tej pory na podstawie jego powieści powstało pięć seriali: „Chyłka", „Wotum nieufności", „Behawiorysta", „Forst", „Langer", a kolejnych pięć jest w przygotowaniu do ekranizacji. Jest wielkim pasjonatem biegania.

uporządkować własne życie i inne sprawy. Poza tym sporo nauczyła mnie praca przy doktoracie, przede wszystkim rozwinęła moje umiejętności researchu.

Pisze Pan jednocześnie jedną książkę czy kilka równolegle?

Jedną. W ogóle potrafię się skupić tylko na jednej rzeczy – nie umiem jednocześnie pisać powieści „A" i redagować powieść „B". Kiedy się czymś zajmuję, idę na całość. Żyję tą historią od świtu do zmierzchu. Słucham muzyki, która w jakiś sposób się z nią wiążę. Oglądam rzeczy, które mogłyby mi pomóc w jej pisaniu. Czytam tylko to, co związane z jej tematyką. Staram się, by każda książka była nową obsesją. Wydaje mi się, że tylko dzięki temu można dobrze pisać.

Powiedział Pan, że lubi tworzyć kobiece postacie. Jedną z nich jest „Chyłka". Czy Magda Cielecka była idealną kandydatką do tej roli?

Trochę baliśmy się obsadzić Magdę w tej roli, bo wydawało nam się, że będzie za dużo „Chyłki w Chyłce". Poniekąd były to obawy uzasadnione, bo każdy, kto zna Magdę, wie, że mają z Joanną pewne cechy wspólne i kiedy się je na siebie nałoży, może powstać mieszanka wybuchowa. Poza tym nie sądziliśmy, że Magda zechce się angażować na pełny serialowy etat jako odtwórczyni głównej roli. Ostatecznie padło na Magdalenę Boczarską. Kilka tygodni przed rozpoczęciem zdjęć okazało się jednak, że wskutek pewnych komplikacji po stronie stacji, nie może zagrać. Ktoś odważnie rzucił pomysł, żebyśmy spróbowali z Magdą, bo może jakimś cudem się zgodzi. I reszta jest historią, jak powiadają.

Zwyrodnialca Langera zagrał Jakub Gierszał. Czy spełnił Pana oczekiwania?

Jak najbardziej! Chociaż początkowo wiele osób uznawało ten wybór za kontrowersyjny, bo Kuba był wtedy kojarzony z grzeczniejszymi rolami. Ale kiedy zobaczyliśmy jego morderczy wzrok, wiedzieliśmy, że mamy coś wyjątkowego. I odbiorcy chyba podzielili nasze wrażenia. Zresztą on sam był zaskoczony tym, że widzowie tak bardzo polubili tę postać – na tyle, że wróciła we własnym serialu. A przecież nie jest to raczej bohater, któremu się kibicuje.

„Czy potrafiłbym napisać sielankowy happy end?"

Co sądzi Pan o serialu „Forst"? Czytelnicy Pana powieści trochę byli rozczarowani...

Rzeczywiście, oczekiwania były dość spore, w końcu jest to najpopularniejsza seria kryminalna w Polsce. Kiedy rozmawiamy, jej sprzedaż dobija do dwóch i pół miliona egzemplarzy. Zarówno czytelnicy, jak i ja, liczyliśmy na adaptację, która odda ducha książek i bohaterów. Niestety nie do końca wyszło tak, jak wyjść miało. Może zawinił długi proces produkcji, może zbyt wiele zaangażowanych osób, z których każda chciała dodać coś od siebie. Mogę tylko mieć nadzieję, że popełnione błędy, nie będą powielane przez innych i że kiedyś uda nam się opowiedzieć historię Forsta na ekranie jeszcze raz.

Na rynku ukazała się nowa książka z serii o Forście – „Urwisko". Może okaże się materiałem na scenariusz?

Tym razem mierzymy się z niewyjaśnionymi zjawiskami w Tatrach. Pewnego dnia w Morskim Oku zjawia się tajemniczy mężczyzna, który potem znika bez śladu. Jego zwłoki zostają odkryte w jeziorze, a jakiś czas później okazuje się, że dokładnie taką śmierć przepowiedziała mu wcześniej pewna stara góralka. Brzmi jak gotowy scenariusz?

Zdecydowanie! Może zainteresuje producentów z Hollywood? Już kiedyś zgłaszali się do Pana.

Wydaje mi się, że zainteresowanie Hollywood Polską nie maleje, więc szansa dla mnie czy dla innych autorów wciąż istnieje. Jakieś dwa, trzy tygodnie temu jedno ze studiów zgłosiło się do mojej nowojorskiej agentki w sprawie „Chyłki" – chcieli wiedzieć, czy nasze umowy pozwalają na remake w Stanach. Jesteśmy więc chyba coraz bardziej dostrzegani, im więcej dobrych produkcji będzie powstawać, tym lepiej będzie się o nas mówić. W tej chwili przygotowujemy z ATM ekranizację serii dziennikarskiej „Piekło jest puste". Pracujemy z ekipą, która odpowiadała za netfliksowe adaptacje Harlana Cobena i wszyscy mamy apetyt na to, by ta produkcja zyskała szerokie grono odbiorców także poza Polską. Może się uda.

Czy podjąłby się Pan napisania powieści o miłości i to z obowiązkowym happy endem?

Paradoksalnie w kryminałach jest sporo miłości, bo to ona często jest siłą napędową – czy to bohaterów, czy zbrodni. Nie ma silniejszej motywacji niż ta, która wypływa z serca. Ale czy potrafiłbym napisać sielankowy happy end? To dopiero byłby zwrot akcji…

ROZMAWIAŁA MARZENA JURACZKO



FORST (2024) Komisarz Forst (Borys Szyc), który często balansuje na granicy prawa, jest też bohaterem najnowszej książki pisarza, pt. „Urwisko".



CHYŁKA (2018-2021) Pierwsza z powieści pisarza, która doczekała się ekranizacji. W tytułowej roli oglądaliśmy Magdalenę Cielecką, a jej asystenta grał Filip Pławiak.



BEHAWIORYSTA (2022) Gerard Edling (Robert Więckiewicz) – ekspert w dziedzinie badania mowy ciała oraz były prokurator – rusza tropem niebezpiecznego porywacza.



LANGER (2025) Tytułowy bohater, grany przez Jakuba Gierszała, to spadkobierca wielkiej fortuny, a zarazem nieuchwytny, seryjny morderca.

fot. Bartosz Pussak, Agnieszka K. Jurek/TVN, Piotr Mizerski/TVN, Jan Wierzejski/Netflix, SkyShowtime

DZIEŃ DZIECKA

W młodości siła!

Pewnie nie wszyscy z nich zostaną aktorami, a większość pracę na planie traktuje jedynie jako sympatyczną przygodę. Ale trzeba przyznać, iż wprowadzają dużo fantastycznej energii do naszych ukochanych seriali. A obserwowanie, jak dorastają wraz ze swoimi bohaterami, jest naprawdę fascynujące!



BARTOSZ GRUCHOT
W rolę Ksawerego, syna Kasi (Katarzyna Górka) i Łukasza (Michał Rolnicki), wciela się od 2008 roku. W ciągu tych ośmiu lat z chłopczyka zdążył już się stać nastolatkiem, a nawet ostatnio grana przez niego postać wkroczyła w fazę nastoletniego buntu... Według doniesień z planu „Barw szczęścia" młody aktor ma talent do improwizacji i czasem, ku zaskoczeniu partnerów serialowych, wprowadza nowe, świeże elementy do scenariusza...
➔ **BARWY SZCZĘŚCIA**
PT 29.05 godz. 20.05

ANNA KURBIEL
Na małym ekranie zadebiutowała siedem lat temu epizodyczną rólką w serialu „Zakochani po uszy". Potem pojawiła się w „Buncie!", a 2025 rok był dla niej bardzo pracowity – nie tylko dołączyła do głównej obsady codziennego serialu „Szpital św. Anny", ale i jako Gabrysia pojawiła się w obsypanym nagrodami „Heweliuszu". Oprócz tego coraz śmielej radzi sobie w modelingu. A gdy ma chwilę czasu, poświęca ją na aktywność fizyczną – Uwielbiam biegać, chodzić na siłownię, a kiedy potrzebuję się wyciszyć, to wybieram jogę – zdradziła w jednym z wywiadów.
➔ **SZPITAL ŚW. ANNY PLAYER**



ANTONINA I MICHALINA BONECKIE
Zapewne ku zaskoczeniu wielu widzów na początku maja w serialu „M jak miłość" nastąpiła dość duża zmiana obsadowa. Otóż Julię i Marcelinę Kempkę (na zdj. po prawej), które od siedmiu lat wcielały się w córki Kingi i Piotrka Zduńskich, Emilkę i Zuzię zastąpiły siostry Boneckie. Dziewczynki mają już za sobą jedną serialową przygodę – w „Morderczyniach" zagrały Agatę i Martusię, córki Ewy i Olgierda.
➔ **M JAK MIŁOŚĆ TVP VOD**



fot. Artram (2), MTL Maxfilm, TVN, TVP (2), Andymax/arch pryw



APOLONIA SZWED

Zanim trafiła do serialu „Na dobre na złe" pojawiła się w kilku reklamach i spektaklu Teatru Telewizji „Ruda". A potem, jako Mania Gorzka, najpierw podbiła serce doktor Agaty Woźnickiej (Emilia Komarnicka), a chwilę później wszystkich fanów opowieści o szpitalu w Leśnej Górze. O jej serialowym debiucie z radością i dumą donosiła internetowa strona gminy Garwolin, której dziewczynka jest mieszkanką!

➔ **NA DOBRE I NA ZŁE** TVP VOD



ANNA STOLARSKA

Już od trzech sezonów wciela się w Zuzę, najstarszą z rodzeństwa Dzików, trójki pociech tytułowego bohatera. Ale to nie jest pierwsza aktorska przygoda nastolatki – w 2024 roku wraz z grupą innych młodych-zdolnych, przygotowała pod egidą Teatru Syrena spektakl „Shrek Jr.". Jak przyznała w jednym z wywiadów po drugim sezonie serialu, praca na planie nauczyła ją organizacji i uświadomiła, że... aktorstwo jest zawodem, który chce w przyszłości uprawiać!

– Dużo się uczę i dobrze się bawię – podsumowała swoją przygodę z serialem.

➔ **PAN MAMA** TVP VOD



EMMA POKROMSKA

Na dużym ekranie zadebiutowała w 2016 roku w filmie Marie Curie, wcielając się w Ewę Curie – córkę słynnej noblistki. A od września zeszłego roku dołączyła do „rodzinki.pl", jako Majka, najmłodsza w rodzinie Boskich, córka Magdy (Olga Kalicka) i Tomka (Maciej Musiał). – Ona jest absolutnie niesamowita. To wyjątkowa dziewczynka, która wprowadziła na plan niezwykłą energię! – twierdzi Olga Kalicka.

➔ **RODZINKA.PL** TVP VOD

Inny niż wszystkie...

Końskie zdrowie mięśni i stawów!

Sekret Cesarzy, który dziś pomaga także Tobie!



NOWA NADZIEJA

Szybka męczliwość? Sztywność mięśni i stawów? Utrata sił w nogach i rękach?

Nie zawsze to kwestia wieku – często winna jest **sarkopenia,** czyli „cicha złodziejka mięśni i sprawności". Dotyka tysięcy osób po 60. roku życia, ale można z nią wygrać! Kluczem jest ruch, regeneracja i... naturalne wsparcie z ziół, które znali już starożytni. Dawni medycy – hipiatrzy, czyli lekarze koni – potrafili utrzymać w doskonałej kondycji potężne rumaki cesarzy. To od ich siły zależały losy bitew i imperiów! Używali wyjątkowych maści z arniki, rozmarynu, wierzby białej, imbiru i żywokostu. Te same składniki dziś pomagają w utrzymaniu sprawnych mięśni, ścięgien i stawów u ludzi.



Końskie zdrowie cesarskiego Bucefała

Cesarz Aleksander Wielki, który podbił większość znanego wówczas świata, nie ruszał się bez swego konia bojowego Bucefała. Gdy ten nadwyrężał mięśnie, ścięgna czy stawy leczono go m.in. ziołowymi balsamami – i szybko wracał do sił. Na tej mądrości natury oparto Cesarski Krem Koński Rozgrzewający z CBD – współczesny balsam, który łączy 12 aktywnych składników roślinnych. Rozgrzewa, poprawia mikrokrążenie, łagodzi bóle, regeneruje i przywraca lekkość ruchu. W składzie znajdziesz arnikę, kadzidłowiec, rozmaryn, cynamon, chilli, aloes, imbir, wierzbę białą, lawendę, laur, goździki i żywokost – **zioła znane ze swojej skuteczności od setek i tysięcy lat.**

Stosuję! Lepiej się czuję

Dobrze chodzę, śpię całą noc jak się wysmaruję, bo i kręgosłup sobie wysmaruję i kolana i kładę się spać i całą noc śpię. Naprawdę dobra rzecz!

★★★★★

Pani Alicja z Krynicy-Zdrój

SPRAWNOŚĆ • SIŁA • ŻYWOTNOŚĆ



„Dopóki masz zdrowie i życie, masz wszystko, czego potrzeba."

Cesarz Marek Aureliusz

Dostępne w sklepach zielarskich i APTEKACH

W przypadku braku może być zamówiony specjalnie dla Ciebie przez farmaceutę.

+48 326 306 554

www.asepta.pro

Zamów i przekonaj się!

Asepta s.c
ul. Tadeusza 1,
43-382 Bielsko-Biała,
Tel: 33 817 34 24

Historie, które dodają nadziei

Masz swoją historię powrotu do zdrowia? Zadzwoń do nas i opowiedz ją nam - dowiedz się jak Twoje doświadczenie może dodać nadziei innym. Za podzielenie się swoją opowieścią czeka miłe podziękowanie!

REKLAMA



WZAJEMNE UZNANIE
Bokser docenił wysiłek De Niro włożony w pracę nad „Wściekłym bykiem", a aktor był pod wrażeniem bokserskich osiągnięć LaMotty.



GENIALNA ROLA
Za kreację Jake'a LaMotty Robert De Niro dostał swojego drugiego Oscara. Ale ta rola wiele go kosztowała – musiał m.in. przytyć 28 kilo.

WŚCIEKŁY BYK

O życiu z boksem w tle

Może ta biografia nie była najlepiej napisana, za to nakręcony według niej film to arcydzieło. Nic dziwnego, że zdobył 8 nominacji do Oscara. Ostatecznie zgarnął dwie statuetki, choć krytycy uważali, że zasłużył na więcej. Co ważne, zachwycił człowieka, którego historię opowiadał.

WŚCIEKŁY BYK PT 29.05 godz. 20.10 TVP KULTURA

W trakcie wyczerpującej pracy z Bernardem Bertoluccim nad filmem „Wiek XX" Robert De Niro potrzebował odskoczni. Okazała się nią lektura autobiografii Jake'a LaMotty, byłego bokserskiego mistrza świata wagi średniej, wydanej w 1970 roku. Z każdą kolejną przeczytaną stroną De Niro nabierał pewności, że oto znalazł temat na kolejny film. – Może nie była to wybitna książka, ale miała w sobie coś, jakiś punkt wyjścia do opowiedzenia fascynującej historii – wspominał aktor w jednym z wywiadów. I przekonał swojego przyjaciela Martina Scorsese, by także uwierzył w potencjał tej biografii.

Życie Giacobba „Jake'a" LaMotty, syna włoskich emigrantów z nowojorskiego Bronksu, było trudne, ale i fascynujące.

Najpierw z musu

Jego przygoda z boksem zaczęła się, gdy miał zaledwie kilka lat. Choć trudno nazwać walkami bokserskim uliczne starcia z rówieśnikami, do których zachęcał, a czasami nawet zmuszał go ojciec – rozbawieni sąsiedzi opłacali „rozrywkę" drobniakami skrzętnie zbieranymi przez Giuseppa LaMottę. Z prawdziwym boksem, takim z zasadami i technicznymi ciosami, Jake zetknął się dopiero w zakładzie poprawczym, do którego trafił za próbę rabunku. Najwyraźniej walka na ringu przy-



WSPARCIE BRATA
Przez większość kariery Jake'a dzielnie wspierał go młodszy brat, Joey (Joe Pesci).



SUPERDUET
Robert De Niro i Martin Scorsese nakręcili wspólnie 10 filmów. Większość z nich okazała się arcydziełami.

padła mu do gustu, bo jako 19-latek zdecydował się przejść na zawodowstwo.

W czasie pięściarskiej kariery, która trwała z różnym szczęściem przez blisko piętnaście lat, stoczył 106 walk. Jego bilans to 83 zwycięstwa, w tym 30 przez nokaut, 19 porażek oraz 4 remisy. Do historii boksu przeszły przede wszystkim jego walki w wadze średniej z Sugarem Rayem Robinsonem, a było ich aż sześć – sześciokrotnie mierzyli się na ringu, z czego pięć razy górą był Robinson. Jednak to starcie z LaMottą przyniosło mu pierwszą porażkę w karierze. Ich ostatni pojedynek ze względu na swą brutalność przeszedł do historii jako „walentynkowa masakra", bo odbył się 14 lutego 1951 roku. Ostatecznie swą pięściarską karierę Jake LaMotta zakończył cztery lata później po przegranej, tym razem w wadze półciężkiej, z Billym Kilgore'em.

Wzajemny szacunek

Poza ringiem, na którym zadziwiał wytrzymałością i odpornością na ciosy, budził spore kontrowersje. Był siedem razy żonaty, a niektóre z małżonek oskarżały go o przemoc; sam przyznał się także do gwałtu i pobicia w czasie napadu. Z upływem lat jego porywczość zaczęła słabnąć, a po zakończeniu kariery sportowej chętnie angażował się w projekty… filmowe. Wystąpił w piętnastu filmach, m.in. w „Bilardziście" z Paulem Newmanem w roli głównej.

Gdy Robert De Niro i Martin Scorsese rozpoczęli pracę nad „Wściekłym bykiem", zaprosili Jake'a LaMottę do współpracy. To z nim trenował De Niro i choć bokser był już wtedy po sześćdziesiątce, aktor musiał przyznać, że nadal dysponuje atomowym uderzeniem. Zresztą mężczyzn dość szybko połączyła sympatia opierająca się na wzajemnym szacunku. De Niro doceniał sportowe osiągnięcia pięściarza, a LaMotta był pod wrażeniem poświęcenia aktora. – Gdyby zaczął wcześniej, mógłby zostać profesjonalistą – przyznał kiedyś bokser. Dodał też, że aktor zagrał go lepiej, niż on sam by to zrobił.

HANNA MIŁKOWSKA

FOT. East News (3), Forum

REKLAMA





KONIEC SPOKOJU Marysię, Kacpra i Julkę czeka prawdziwy sprawdzian rodzinnych relacji – jak na silne do tej pory więzi wpłynie nowa sytuacja?

PIERWSZA MIŁOŚĆ

Powroty i dylematy

Od blisko 22 lat, od poniedziałku do piątku, miliony widzów śledzą perypetie bohaterów serialu. Odwiedziliśmy plan zdjęciowy we Wrocławiu, by dowiedzieć się, jakie niespodzianki szykują scenarzyści na kolejne odcinki oraz jak wygląda codzienna praca aktorów i ekipy za kulisami tej popularnej produkcji.



KŁOPOTY PAWŁA Lata spędzone w kolumbijskim więzieniu odcisnęły piętno na jego psychice. Z trudem będzie wracał do dawnego życia.

➔ **PIERWSZA MIŁOŚĆ PT 29.05 godz. 18.00 POLSAT**

Godzina ósma rano. Ekipa jest już na miejscu: kierownik planu, pion techniczny, osoby odpowiedzialne za charakteryzację i garderobę. Mają godzinę, by przygotować plan do zdjęć. Gdy wszystko jest dopięte na ostatni guzik, można zaczynać...

Paweł znów w grze

– W ciągu roku realizujemy zazwyczaj dwa sezony. Zdjęcia trwają około dziesięciu miesięcy i przedzielone są dwoma przerwami – mówi Magdalena Wujec-Koc, kierownik produkcji związana z „Pierwszą miłością" od 20 lat, którą spotykamy po wejściu do hali zdjęciowej. Od samego początku, czyli od 22 lat, serial produkuje Monika Galiot-Salińska, a główną rolę gra Aneta Zając, która tego dnia również była na planie. – Ta niezwykła przygoda zaczęła się, gdy kończyłam drugi rok studiów w łódzkiej Szkole Filmowej – wspomina aktorka. – Otrzymałam propozycję udziału w castingu. Miałam wtedy sporo zajęć, ale na szczęście udało się wszystko przełożyć i mogłam pojechać na przesłuchanie – opowiada. Nie przypuszczała, że ta współpraca potrwa tak długo. – W tym roku skończyłam 44 lata, a serial ma 22, czyli to połowa mojego życia – dodaje. Nic więc dziwnego, że na planie czuje się jak w rodzinie. Przez te wszystkie lata scenarzyści nieraz zaskakiwali ją nagłymi zwrotami akcji w wątku jej bohaterki, więc – jak podkreśla – grając tę postać, o rutynie nie ma mowy.

Niedawno w fabule ponownie pojawił się Paweł Krzyżanowski, pierwszy mąż jej bohaterki, Marysi. Tym razem wciela się w niego Mateusz Kościukiewicz. – To kultowa postać. Choć nie było go na ekranie przez długi czas, w świadomości widzów wciąż pozostawał obecny – mówi aktor. Dołączenie do obsady serialu oznaczało dla niego wejście w świat mediów społecznościowych, bo na swoim profilu zaczął publikować m.in. kulisy pracy na planie. – To dla mnie zupełnie nowe doświadczenie – mówi z ekscytacją w głosie.

Walka o Julkę

Czy powrót Pawła skomplikuje rodzinne relacje

FOT. AKPA



SPOTKANIE BRACI
W 4232. odcinku (emisja 8.06) będziemy świadkami powrotu Mariusza, młodszego brata Pawła. Jak bracia zareagują na swój widok?



RYWAL W GABINECIE
Kacper ma twardy orzech do zgryzienia jako lekarz Pawła, swojego rywala. Czy będzie wierny przysiędze Hipokratesa?





RODZINA RAZEM? Paweł próbuje na nowo budować relacje z Marysią i Julką. Czy wzbudzi ich zaufanie?

Kacpra, obecnego partnera Marysi? O tym opowiada Damian Kulec, odtwórca tej roli. – Często słyszę, że Kacper jest do bólu przewidywalny – zawsze dobry i szlachetny. Pojawienie się Pawła wywróci jego uporządkowane życie do góry nogami – zapowiada aktor. Czy to sprawi, że na tym monolicie pojawią się rysy i pęknięcia? – Zobaczymy – odpowiada tajemniczo. Emocjonujące chwile czekają również Dąbrówkę Kruk, czyli serialową Julkę. – To spore wyzwanie, zwłaszcza w scenach z moim ojczymem. Kacper będzie walczył o to, by nie stracić więzi z Julką – opowiada. – Sama jestem ciekawa, jak dalej się to potoczy – przyznaje.

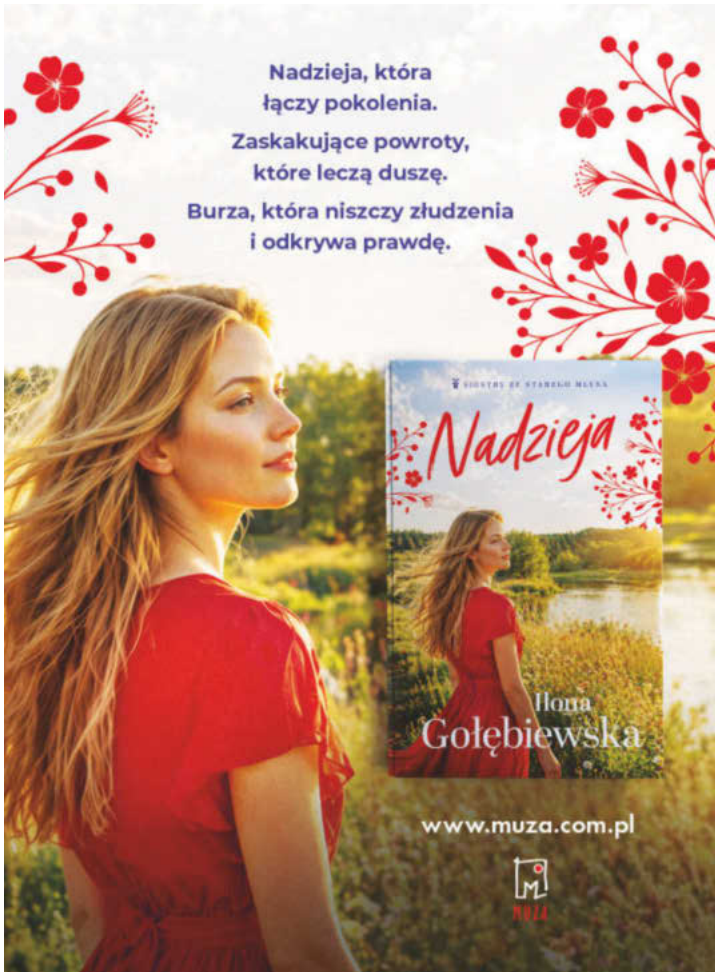
Tuż przed wakacjami będziemy świadkami spotkania Pawła z jego młodszym bratem Mariuszem, który wraca do serialu po 13 latach. Ponownie gra go Mariusz Bąkowski. – Bardzo ucieszyłem się z wiadomości o powrocie na plan – przyznaje, dziś już absolwent Wydziału Aktorskiego AST w Krakowie (filia we Wrocławiu). Czy bracia Krzyżanowscy odbudują swoją relację? – Między nimi dojdzie do poważnego konfliktu – zdradza nam Mariusz Bąkowski. – Mimo wszystko liczę na szczęśliwe zakończenie.

Plan pełen pasji

Na planie spotkaliśmy również Jacka Filipiaka – jednego z sześciu reżyserów produkcji. – Najważniejsza jest atmosfera, a ta tutaj naprawdę sprzyja pracy. Mamy wielu młodych, utalentowanych aktorów, którzy chcą się rozwijać i tworzyć coś wartościowego – podkreśla. – Reżyser powinien być trochę jak niańka: dawać poczucie bezpieczeństwa, pozwalać na eksperymenty i błędy. To naturalna część procesu twórczego. Niekiedy właśnie z pozornie przypadkowych gestów czy słów rodzą się najlepsze sceny. Aktorzy muszą czuć, że współtworzą ten serial – to dla mnie kluczowe – dodaje.

Będąc na planie „Pierwszej miłości", można poczuć, że ekipa tworzy wielką, filmową rodzinę. To z kolei ma przełożenie na sukces serialu – wszak jest jednym z najpopularniejszych i zarazem najdłużej emitowanych w Polsce. Premierowe odcinki możemy oglądać jeszcze do 12 czerwca. Na kolejne widzowie poczekają do września. Jedno jest pewne – emocji nie zabraknie!

MARZENA JURACZKO



REKLAMA



Andrzej z dumą trzyma w objęciach swoją wnuczkę.



Monika walczy z hejtem...



...Eliza ponosi konsekwencje romansu...



...kłopoty ma też Ola, która naraża się rodzinie męża.



CHCESZ WIEDZIEĆ JESZCZE WIĘCEJ?
CZYTAJ ŚWIAT SERIALI

Na Wspólnej

Zduński knuje intrygę przeciwko Mariuszowi. Relacja Bergów przechodzi poważny kryzys. Jarek domaga się rozwodu.

TVN, 20.15 PO **ODC. 4221**
Julka źle się czuje po narkotykach, które wzięła razem z Leonem i chce wracać do domu, ale chłopak ją zatrzymuje. Radzi, by nie pokazywała się ojcu w tym stanie. Gdy ta w końcu wraca, tak przedstawia wydarzenia, że Igor czuje wdzięczność za opiekę nad córką. Lekarz wyjaśnia Oli, że agresja Mariusza wynikała z guza mózgu. Kobietę dręczą wyrzuty sumienia. Teściowa też obarcza ją winą. Sytuację próbuje wykorzystać Zduński. 35 min

WT **ODC. 4222**
Mariusza czeka operacja. Lekarz uprzedza o ryzyku powikłań, lecz Czerski jest dobrej myśli. Po zabiegu okazuje się, że nie poznaje żony. Zrozpaczoną Olę pociesza Zduński, co widzi Otylia. Leon prosi Igora o zaufanie, a Julce wyznaje, że potrzebuje pieniędzy na komputer. W redakcji wybucha awantura po tym, jak Nowak wrócił do pracy. Andrzej poznaje u Basi swoją wnuczkę i Adę, żonę Daniela. 35 min

ŚR **ODC. 4223**
Zduński odwiedza Mariusza w szpitalu i sugeruje mu, że on i Ola się rozstali. Twierdzi, że teraz kobieta związała się właśnie z nim. Gdy teściowa wspomina Oli o wizycie jej „nowego mężczyzny", kobieta domyśla się intrygi. Sławek naciska w sprawie mafii deweloperskiej, która uciszyła Cieślika. Zenek przyznaje, że wykradł z depozytu telefon Damiana. Monika bezskutecznie walczy z hejtem wobec Kajetana. Eliza prosi męża o kolejną szansę, lecz on nadal chce rozwodu. Na Wspólnej małżonkowie wpadają na Wrońską, z którą Jarek miał miłosną przygodę. 35 min

Pierwsza miłość

Atrakcyjna oferta pracy dzieli zakochanych. Paweł wpada w kłopoty.

Polsat, 18.00 PT **ODC. 4227**
Radek cieszy się na nowy rozdział życia z Julitą. Ona tymczasem dostaje ciekawą propozycję zatrudnienia. Staje przed dylematem. Paweł przyprowadza do domu psa. Nie chce powiedzieć, do kogo należy zwierzę. Wyrzuca obrożę. 50 min

PO **ODC. 4228**
Julita uznaje, że nie zdoła pogodzić ambicji zawodowych z relacją z Radkiem. Zbliża się ważny mecz Iskry. Maks, nadzieja drużyny, nie jest w formie. Niedawno rzuciła go dziewczyna i związała się z Borysem. 50 min



Julita dokonuje trudnego wyboru.

WT **ODC. 4229**
Borys widzi w Kamili ideał, ale dla dobra zespołu namawia ją, by wróciła do Maksa. Na spacerze Julka i Paweł natykają się na poprzednich właścicieli psa Wafla. 50 min

ŚR **ODC. 4230**
Po bójce w parku Paweł trafia do aresztu. To początek problemów. Róża odkrywa szokujący trop w sprawie Kazanowej. 50 min

Barwy szczęścia

Nastolatkowie informują zaskoczonych bliskich o swoim ślubie.

TVP 2, 20.05 PT **ODC. 3391**
O poranku Ewa i Romeo budzą się w hotelu Stańskich jako małżeństwo, gotowi zacząć nowe życie. Grzelakowie i Elżbieta, którzy w nocy dostali zdjęcie z ich potajemnego ślubu, wciąż nie mogą otrząsnąć się z szoku. Wkrótce młodzi przeżywają kolejne rozczarowanie – bliscy bowiem sprzeciwiają się ich wspólnemu zamieszkaniu. Jedynym rozwiązaniem jest wynajęcie lokum, pod warunkiem jednak, że maturzyści sami na to zarobią. Ola źle się czuje i trafia do lekarza. W końcu postanawia szczerze porozmawiać z Justinem. Łukasz zaś dowiaduje się o ślubie Bruna z Karoliną w Las Vegas. Jest zaskoczony. Z kolei Basia i Tolek organizują brydża z Rawiczową i Jerzym. Wanda wspiera Jaworskiego, gdy stan Krystyny nagle się pogarsza. 40 min



Romeo i Ewa chcą razem zamieszkać.

NOWA OLIVIA PIĘKNA JAK TY!



Miesięcznik Olivia dostępny również w formie e-wydania na czytelnia.pl

NOWY NUMER OLIVII JUŻ W SPRZEDAŻY



Olvia extra
Jak wykorzystać moc słońca, by przywrócić naturalną równowagę



Kuchnia
Efektowne desery i ciasta z owocami



Psychologia
Wszystko co warto wiedzieć o terapii

Magazyn OLIVIA kupisz w dobrych punktach sprzedaży prasy oraz na czytelnia.pl z dostawą do domu

POLUB NAS NA WWW.FACEBOOK.COM/OLIVIA.MAGAZYN

OBSERWUJ NAS NA INSTAGRAMIE: @OLIVIA_MAGAZYN



Klan

TVP 1, 18.00 PT ODC. 4726 Brajan z zapałem opowiada Czesi o swoich planach na unowocześnienie drugiego ośrodka, którym będzie zarządzał. Zamierza stworzyć centrum sportów wodnych. Ona natomiast narzeka, że nie chce spędzić całych wakacji nad Zalewem Zegrzyńskim. Marzy jej się egzotyczna podróż. Mariusz leci z rodziną do Brukseli na ślub ojca Miłki. Miłosz martwi się, czy uda się namówić Bożenkę do powrotu do Miłoszewa. Tymczasem Kornel i Ostra wciąż przebywają w hotelu po koncercie. W trakcie śniadania jeden z gości robi im zdjęcia. Gdy Nowik wraca do domu, drzwi otwiera mu Ula, która od razu wystawia jego walizki. 35 min



Lombard. Życie pod zastaw 18

TV Puls, 19.00 PT ODC. 964 Danka i Anita są skłócone. Muszą się pogodzić, jeśli chcą zachować pracę. Justyna i Roman żegnają Maksyma, który udaje się do Berlina.
PO ODC. 965 Trzej wspólnicy idą na polowanie. Ma ono fatalny finał. Edward przyjeżdża do kraju na dłuższy czas. Jego kamper staje przed domem Kazimierza i Beci.
WT ODC. 966 Seler chce, by narkoman Bucior zlikwidował Ryżego. Natalia i Nano wybierają się obejrzeć mieszkanie. Marina nie wraca ze szkoły. Tanek zaczyna jej szukać.
ŚR ODC. 967 Chrustowski ukrywa przed żoną, że stracił pracę. Zastawia na Cichej laptop. Edward chce iść z Barskim do klubu. 60 min



Policjantki i Policjanci

TV 4, 19.00 PT ODC. 1435 Lena i Bartosz, na polecenie komendanta Kostyry, mają eskortować przestępcę Romana Wilczewskiego. Jadą do szpitala psychiatrycznego, w którym przebywa. Na miejscu rutynowe zadanie zmienia się w pełne wyzwań śledztwo. Okazuje się, że niebezpieczny kryminalista ranił lekarza, a następnie uciekł karetką. Świadkiem tych dramatycznych wydarzeń była pielęgniarka. Kobieta zeznaje, że więzień miał przecięte kajdanki. Sprawa łączy się z kradzieżą broni, a wszystko wskazuje na to, że zbieg planuje zamach. Rozpoczyna się wyścig z czasem. Szulc zdradza Tomkowi swoją największą tajemnicę. 60 min



Powrót

TVP 1, 20.30 PT ODC. 6 Kostek próbuje odzyskać Malwinę. Zjawia się w domu Agaty z kwiatami i błaga żonę o rozmowę. Wyjawia jej, że Janek zmartwychwstał, ale prosi, by utrzymała to w tajemnicy. Ona nie traktuje jego słów poważnie i nie zamierza wspominać o tym przyjaciółce. Prawdę przed matką ukrywa też Zoja, która widuje się z ojcem.
Jan nadal nie rozumie, dlaczego to właśnie on powrócił do świata żywych. Tęskni za rodziną, ale czuje, że nie jest gotowy, by do niej dołączyć. Najbardziej obawia się reakcji Agaty. Tymczasem przy jego grobie gromadzą się ludzie. Wieść o tajemniczych zdarzeniach coraz szybciej rozchodzi się po okolicy. 55 min

Ranczo 4



TVP 1, 8.45 PT-CZ ODC.42-47 Zbliżają się wybory. Do Wilkowyj wraca Czerepach, który zamierza wesprzeć wójta. Lucy i Kusy oraz dwie inne pary stają na ślubnym kobiercu. Niebawem proboszcz nakłania Amerykankę, żeby kandydowała przeciwko jego bratu. 60 min

Gliniarze



Polsat, 17.00 PT ODC.1215 Młoda kobieta zgłasza na policji próbę gwałtu. Okazuje się, że to jeden z całej serii ataków. Mazur i Chrobociński ruszają tropem sprawcy. Prawda o poszukiwanym mężczyźnie jest szokująca, a obaj detektywi znajdują się w niebezpieczeństwie. 60 min

Alternatywy 4



TVP 1, 8.55 ND ODC.8 W mieszkaniu Balcerka odbywa się wesele. Gdy dochodzi do awarii wodociągu, zjawiają się tam lokatorzy bloku. Niebawem zaczyna szwankować też elektryczność i wszyscy przenoszą się do Winnickiego, by obejrzeć ważny mecz piłki nożnej. 60 min

Ludzie i bogowie



TVP 2, 22.55 PO-ŚR ODC.1-6 Rok 1941, Warszawa. Porucznik Zaręba „Onyks" i kapral Korzeniewski „Dager" angażują się w działalność Związku Walki Zbrojnej. Wykonują wyrok na Igo Symie, na co Niemcy odpowiadają represjami. Matka Dagera trafia na Pawiak. 105 min

La Promesa – pałac tajemnic



TVP 2, 15.05 PT-ŚR ODC.401-404 Śmierć Jerónima wstrząsa mieszkańcami pałacu i staje się tematem spekulacji. Cruz z niepokojem czeka na wizytę policji. Manuel odmawia powrotu do Jimeny. Abel zaś wyznaje mu, że ma żonę. 55 min

Dom



TVP 1, 14.25 ND ODC.18 Henio otwiera automatyczną myjnię samochodową. Andrzej jedzie na Targi Poznańskie, gdzie ma zorganizować ekspozycję FSO. Towarzyszy mu plastyczka Nika. Dochodzi między nimi do nieporozumień. 100 min

Grantchester 10



Ale kino+, 20.10 ND ODC.7, 8 Ginie fotograf, a morderstwo jest powiązane z kradzieżą diamentów. Geordie i Alphy badają sprawę. Kolejne śledztwo dotyczy zamachu na uczelni, którą odwiedził kontrowersyjny mówca o faszystowskich poglądach. 125 min

FBI: International 4



AXN, 21.05 PO ODC.7 Agent Booth namawia Kelsey Haskins, byłą żonę zdrajcy Eda Haskinsa, do współpracy z FBI. Kobieta może pomóc wywabić go z Rosji, a akcję wesprą Mitchell i ekipa Fly Team. Do spotkania ma dojść w Estonii. 60 min

Szpital św. Anny



TVN, 16.50 PT-ŚR ODC.36-39 Kaja i Zosia padają ofiarą hejtu. Na SOR trafia agresywny chłopak, który został postrzelony podczas interwencji policji. Zdobywa broń, a następnie bierze Krystynę i Martę na zakładniczki. 65 min

To nie jest zagadka kryminalna



CANAL+ PREMIUM, 21.00 PT ODC.5 Do posiadłości przybywają kolejni goście – Picasso, Guggenheim i Freud. Kiedy trwa gorączkowe odliczanie do wernisażu, dochodzi do kolejnego tajemniczego zaginięcia. 60 min

Czterdziestolatek



TVP 1, 8.20 PO-CZ ODC.1-4 W dniu 40. urodzin inżynier Karwowski sądzi, że zamknął najważniejszy życiowy rozdział. Niebawem postanawia rzucić palenie. Nową energię budzi w nim niedawno poznana młoda pielęgniarka. 50 min

Uroczysko



TV 4, 20.00 PO-CZ ODC.157-163 Policja bada sprawę śmierci 33-letniego Roberta i kucharza, który brał udział w konkursie grillowania. Niebawem ginie nastolatek. Trop prowadzi Ankę i Marcina do tajemniczej chaty w lesie. 30 min



Komisarz Alex 25

TVP 1, 20.30 SO ODC. 320 Trwa szkolenie specjalnych jednostek policji. Przerywa je dramatyczne wydarzenie – grupa przestępców przejmuje kontrolę nad budynkiem banku. Bezwzględni napastnicy mają jeden cel – dopaść za wszelką cenę inspektora Gancarza. Jego ekipa nie zamierza na to pozwolić. Rozpoczyna się wyścig z czasem, a stawka jest wysoka.
Artur z Gutkiem i wiernym Alexem przeczesują korytarze na zapleczu. Funkcjonariusze próbują ochronić zakładników i zneutralizować zagrożenie, zanim przestępcy zrealizują swoje groźby. Muszą ustalić, kto jest odpowiedzialny za akcję, której celem jest skompromitowanie policji. 65 min



Pan Mama

TVP 2, 18.20 ND ODC. 57 W rodzinie Dzików jak zwykle panuje spore zamieszanie – nie brak kolejnych wyzwań, sporów i niespodzianek. Sylwester próbuje zaimponować Patrycji. Chce udowodnić, że jako prawdziwy mężczyzna świetnie radzi sobie z majsterkowaniem. Jego popisy przynoszą efekt odwrotny do zamierzonego i kończą się wizytą na SOR-ze.
Miras i Bruno również nie próżnują. Jak zwykle ich celem jest dobry zarobek. Organizują w salonie uroczystą premierę biznesowej książki napisanej przez wujka. Wydarzenie, które w założeniu miało być sporym sukcesem i okazją do promocji, przeradza się w nieoczekiwaną awanturę. 35 min

Wiem, co widziałam



Ale kino+, 20.10
ŚR ODC.1, 2 Pięć lat temu Penny oskarżyła swojego męża Phila o molestowanie Olliego, przyjaciela ich córki Grace. Nikt jej uwierzył, ale mężczyzna wyjechał z miasta. Teraz wraca, burząc spokój. Kobieta za wszelką cenę chce dowieść, że się nie myliła. 130 min

Daleko od szosy



TVP 2, 22.05
CZ ODC.1 Leszek Górecki podczas zabawy w remizie poznaje Bronkę. Szybko nawiązuje się między nimi nić sympatii. Chłopak jednak nie zamierza spędzać życia na wsi i pracować w gospodarstwie. Żegna się z ukochaną i wyjeżdża na Śląsk. 90 min

Rekrut 8



AXN, 21.05
WT ODC.6 W walentynki Nolan i Bailey badają sprawę serii pożarów. Sposób działania wskazuje na podpalacza Arnolda McKennę, ale wkrótce pojawia się nowy trop. Trwa proces Glassera. Groźby Harper mogą zniweczyć wysiłki Wesleya. 60 min

Agenci NCIS



AXN, 21.05
CZ ODC.16 Gdy kilka osób zostaje odurzonych gazem, śledczy podejrzewają, że mogło dojść do ataku bioterrorystów. Trop prowadzi do zawodowego złodzieja. Incydent wiąże się ze sprawami, którymi agenci zajmowali się ostatnio. 60 min

FBI: Most Wanted 4



AXN, 22.05
PO ODC.10 Policjant Phil Brady zostaje porwany i zamordowany przez zamaskowaną kobietę. Trop prowadzi śledczych do Kim Fogelman, zwolenniczki teorii spiskowych, która straciła córkę w strzelaninie. 55 min

Zabójcza broń 3



AXN, 21.05
ŚR ODC.4, 5 Dochodzi do zbrodni, która podważa winę człowieka skazanego przed laty dzięki działaniom Rogera. Murtaugh i Cole badają też sprawę napadu na ciężarówkę przewożącą cenne dzieła sztuki. 115 min

REKLAMA

Nowość!

Wyjątkowy poradnik dla tych, którzy opiekują się bliskimi!

Tylko u nas! Co ci się należy, gdzie uzyskać pomoc finansową i medyczną



W najnowszym numerze:

Wszystko, co należy wiedzieć na temat świadczenia wspierającego

Gdzie szukać wsparcie, gdy bliski zmaga się z chorobą onkologiczną

Jakie są nietypowe objawy, które często zapowiadają zawał serca

Ćwiczenia łagodzące reumatyczne bóle rąk

Czasopismo dostępne w dobrych punktach sprzedaży prasy oraz na czytelnia.pl



PREMIERA 2.06

Morfeusz

SERIAL KRYMINALNY

Piotr Leyer (Kamil Szeptycki) jest zadowolony ze swojego życia. Został prawnikiem, zdobył zaufanie klientów i, co najważniejsze, zdołał odciąć się od własnych korzeni. Najpierw zerwał więzi z ojcem (Grabowski), szefem zorganizowanej grupy przestępczej, a potem z bratem, który przejął gangsterski interes, gdy ojciec trafił do więzienia. Niestety, pewnego dnia brat Piotra ginie, a on sam, chcąc nie chcąc, zostaje wciągnięty w świat, od którego całe życie starał się uciec. Co więcej, znający kruczki prawne młody Leyer doskonale odnajduje się w półświatku.



CHCESZ WIEDZIEĆ WIĘCEJ? CZYTAJ NETFILM

sky SHOWTIME



PREMIERA 29.05

Skomplikowani

KOMEDIODRAMAT

Podczas przejażdżki autostradą Ashley (Adria Arjona) i Carey (Kyle Marvin) są świadkami nieprzyjemnego wypadku. Wstrząśnięta całym zajściem Ashley nagle wyznaje mężowi, że go zdradziła i chce się rozstać. Carey nie może uwierzyć w to, co usłyszał. Wkrótce decyduje się wyjechać do swojego przyjaciela, Paula (Michael Angelo Covino), żeby wszystko przemyśleć. A tam odkrywa, że Paul i jego żona Julie (Dakota Johnson) są w otwartym związku, co z czasem prowadzi do nieoczekiwanych zmian również w życiu Careya.

prime video

PREMIERA 29.05

Propeller One-Way Night Coach

PRZYGODOWY

Mały Jeff (Clark Shotwell) od pierwszych lat życia fascynuje się samolotami. Gdy matka chłopca, aktorka (Kelly Eviston-Quinnett), dostaje angaż w Hollywood, ośmiolatek ma wyruszyć w międzystanowy lot do Los Angeles. Pełna przesiadek, posiłków w pierwszej klasie oraz rozmów ze stewardesami (Ella Bleu Travolta, Olga Hoffmann) wyprawa sprawi, że marzenia o lataniu przestaną być jedynie dziecięcymi fantazjami. Film jest oparty na powieści dla najmłodszych z 1997 roku, autorstwa Johna Travolty, i opisuje jego doświadczenia z dzieciństwa.



tv

JESZCZE WIĘCEJ VOD DO WYBORU



JUŻ DOSTĘPNY

Testament Ann Lee

DRAMAT

Ann Lee (Amanda Seyfried) od najmłodszych lat wystrzegała się grzechu. Od czasu, gdy jako małe dziecko była świadkiem stosunku seksualnego rodziców, postanowiła stać się najbardziej pobożną wersją siebie. Wiele lat później, wierząc, że jest żeńskim wcieleniem Chrystusa, charyzmatyczna Ann staje na czele sekty zwanej Ruchem Shakerów. Razem ze swoimi współwyznawcami opowiada się za równouprawnieniem płci i równością społeczną. Z czasem grupa Ann Lee staje się jednym z największych utopijnych społeczeństw w historii Ameryki.

Disney+

PREMIERA 27.05

Przewodnik po zbrodni według grzecznej dziewczynki 2

SERIAL KRYMINALNY

Odkąd w ramach szkolnego projektu i podcastu kryminalnego Pip Fitz-Amobi (Emma Myers) rozwiązała sprawę zabójstwa uczennicy – udowodniła, że Andie Bell nie zamordował jej chłopak – zdobyła popularność, która ma też ciemne strony. Pip zamierza więc zrezygnować z zabawy w detektywa. Kiedy jednak tuż przed ważnym procesem znika brat jej przyjaciela Connora (Jude Morgan-Collie), Jamie (Eden H. Davies), Pip rozpoczyna wyścig z czasem, aby go odnaleźć. Serial jest oparty jest drugim tomie cyklu powieści Holly Jackson „Grzeczna dziewczynka, zepsuta krew".



NETFLIX



PREMIERA 4.06

Poldi

DOKUMENT SPORTOWY

Urodzony w Gliwicach, wychowany w Niemczech Lukas Podolski należy do najbardziej utytułowanych piłkarzy. Mistrz świata z 2014 roku, w latach 2004–2017 był reprezentantem Niemiec. Na swoim koncie ma również dwukrotny brązowy medal mistrzostw świata i srebrny medal mistrzostw Europy. Dokument, który będzie miał premierę w dniu 41. urodzin sportowca, pokaże początki jego kariery, a także silne więzi z Polską i Górnikiem Zabrze, z którym gra od 2021 roku. Kontrakt piłkarza kończy się w czerwcu. Ale czy to na pewno będzie koniec jego zawodowej kariery?

NETFLIX

JUŻ DOSTĘPNY

Wujowy dwór

KOMEDIA

Lordowi Humphreyowi Davenportowi (Damian Lewis) sen z powiek spędza myśl, że wciąż nie ma męskiego następcy. Tym samym przyszłość posiadłości Fackham Hall stoi pod znakiem zapytania. Aby uratować dziedzictwo, córka lorda, Poppy (Emma Laird), ma poślubić kuzyna, Archibalda (Tom Felton). Na ślubie wybucha jednak skandal i Poppy ucieka. Kiedy na drugi dzień lord Davenport zostaje znaleziony martwy, jego druga córka, Rose, zgadza się wyjść za Archibalda, nie mając pojęcia, że tuż obok jest ktoś, kto jest prawowitym dziedzicem Fackham Hall.



CANAL+

Pod redakcją Joanny Pasztelańskiej

fot. Netflix (2), Prime Video, SkyShowtime, Apple TV, Disney+, Canal+

HISTORIA I BIOGRAFIE

Pod ziemią kryją się niesamowite sekrety dawnych lat. Filmowcy odwiedzają z kamerą najciekawsze miejsca.

Nasz hit

Ukryte pod miastami

SR ***National Geographic, 21.00*** Twórcy siedmioodcinkowej serii zabierają w podróż w głąb ziemi, gdzie przed naszymi oczami ukażą się nie tylko tunele, jaskinie i bunkry, ale całe osady, a nawet rozległe miasta.

W pierwszej części fascynującej wycieczki udamy się do południowo-wschodniej Turcji, gdzie archeolodzy natrafili na starożytne miasto Matiate. Badacze przypuszczają, że jest to obecnie największy podziemny kompleks miejski na świecie. Na razie zdołano odkopać zaledwie kilka procent całej jego powierzchni. Szacuje się, że w czasach świetności jaskinie zamieszkiwało około 70 tysięcy ludzi. Prawdopodobnie ich powstanie wiązało się z szukaniem schronienia przez chrześcijan przed prześladowaniami religijnymi.

Drakula we Włoszech

W kolejnych odcinkach zajrzymy również do Polski, by podziwiać Groty Kryształowe. W Kopalni Soli „Wieliczka" w XIX wieku odkryto pokłady skrystalizowanych wielkich bloków tego surowca. Znalezisko było tak niezwykłe, że obecnie w dwóch wyrobiskach ustanowiono rezerwat przyrody nieożywionej. Po wizycie w Polsce udamy się między innymi do Włoch. Klasztor Santa Maria la Nova w Neapolu też kryje liczne tajemnice. Niektórzy sądzą, że spoczywa w nim sam Wład Palownik, czyli protoplasta hrabiego Drakuli. Odwiedzimy też bunkier wykuty w skale, sławne miasto Petra w Jordanii czy imponujące rzymskie katakumby. To tylko kilka przystanków w podziemnej podróży i wcale nie tych najbardziej niezwykłych.

PRZYRODA I PODRÓŻE

Świetliki. Boskie światło...

SO ***Planete+, 13.35***



Twórcy odpowiadają na pytanie: dlaczego świetliki świecą? Chrząszcze te tworzą zadziwiający spektakl natury związany z godami. W Polsce można go podziwiać w czerwcu i lipcu.

W stronę sacrum

PO ***TVP Dokument, 16.50***



Wizyta we wspaniałych świątyniach i skromnych kapliczkach różnych zakątków świata. Ludzie szukają duchowości na różne sposoby. Jedni wybierają samotność, inni – wspólnotę.

Islandia – przebudzenie...

SR ***TVP 1, 12.55***



Islandia to surowa kraina, położona tuż za kołem podbiegunowym. Obserwujemy, jak pokryta śniegiem wyspa zmienia się w tętniące życiem miejsce w krótkim okresie ciepłych miesięcy.

Kasparow. Gra o wielką...

SO ***Planete+, 22.40***



Garri Kasparow jest najbardziej znany jako arcymistrz szachowy. Na jego sylwetkę składa się także obraz wizjonera i opozycjonisty odważnie krytykującego Putina i jego popleczników.

Jak zostać Marilyn

PO ***TVP Kultura, 22.20***



Portret gwiazdy kina, zaprezentowany z jej własnej perspektywy, przez m.in. wywiady. Twórcy spróbują zrozumieć, w jaki sposób Norma Jeane Baker stała się Marilyn Monroe.

Dziennikarze przeciwko...

CZ ***Fokus TV, 23.00***



Reporterzy „Munchener Post" już w 1920 roku dostrzegli niebezpieczeństwo, jakie stanowił dla świata Adolf Hitler. Pisali o zagrożeniach, jakie niósł ze sobą narodowy socjalizm.

Pieszo przez dziką Rumunię

CZ ***TVP Kobieta, 17.30***



Twórcy przemierzają szlak Via Transilvanica. Podróż rozpoczyna się w regionie Bukowiny, słynącej ze średniowiecznych klasztorów. Szlak kończy się w imponującej delcie Dunaju.

CZŁOWIEK I SPOŁECZEŃSTWO

Wielki smog londyński
PT *Planete+, 22.00*



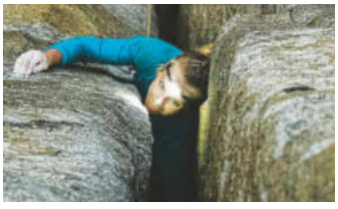
W grudniu 1952 roku nad Londynem zawisła gęsta mgła. Zatrzymała ona dym z pieców węglowych i spaliny, tworząc toksyczny smog. W wyniku chorób płuc zmarło blisko 12 tys. osób.

Północ z południem...
SO *TVP Dokument, 20.20*



Swatka Yujin Han podejmuje własne próby zjednoczenia Korei. Prowadzi biuro matrymonialne, które specjalizuje się w łączeniu kobiet uchodźczyń z Północy z mężczyznami z Południa.

Girl Climber. Wspinaczka
WT *CANAL+ PREMIUM, 22.00*



Amerykanka Emily Harrington podejmuje próbę, z którą wcześniej mierzyli się wyłącznie mężczyźni. Zamierza w mniej niż dobę zdobyć legendarną ścianę – El Capitan w Yosemite.

Zdrowa zmiana 2
CZ *BBC Earth, 22.55*



Prowadzący wspierają kobietę, która po schudnięciu chce zadbać o zdrowie. Wzbogacenie diety o tłuste ryby może pozytywnie wpłynąć na pracę serca i ogólną sprawność organizmu.

DOM I KUCHNIA

Jamie Oliver: 5 składników...
PT *CANAL+ KUCHNIA, 16.40*



Brytyjski mistrz kulinarny inspiruje się kuchnią śródziemnomorską. Podaje przepisy na dania, które można przyrządzić z pięciu składników. Królują w nich warzywa, owoce i zioła.

Szef Jet: przepis na Azję
SO *Food Network, 16.50*



Jet Tila przygotowuje dania typu comfort food. Zaczyna od jednego z ulubionych przepisów, którym jest lo mein. Następnie udaje się na targ, aby wybrać ananasa do smażonego ryżu.

Luksusowa ucieczka 6
ND *CANAL+ DOMO, 15.15*



Prowadzący jadą do Toskanii. Zatrzymają się między innymi w XII-wiecznym zamku. Ocenią warunki zakwaterowania, poziom obsługi gości oraz kuchnię i dodatkowe atrakcje.

Najgorętsze nieruchomości...
WT *HGTV, 10.00*



Program przenosi widzów w najbardziej zmysłowe zakątki świata, gdzie kupujący szukają tropikalnych azylów idealnych na spokojne życie. Chcą mieszkać pośród palm i turkusowej wody.

MOTORYZACJA I TECHNIKA

Moto kombat
PT *TVN Turbo, 19.45*



Eksperci konfrontują chińskie samochody z konkurencją. Przeprowadzają rzetelne testy, by sprawdzić, jak motoryzacja z Państwa Środka wypada na tle pojazdów z innych krajów.

Fani czterech kółek...
SO *Discovery Channel, 21.00*



Doświadczony sprzedawca samochodów Mike Brewer i mechanik Marc „Elvis" Priestley starają się namówić Chrisa, kierownika biura, na zakup klasycznego forda escorta MK2.

Cel: Schłodzić planetę
WT *Planete+, 20.50*



Działania z zakresu inżynierii klimatycznej dają nadzieję na złagodzenie skutków globalnego ocieplenia. Są coraz powszechniejsze – to m.in. nawożenie oceanów i uprawa mikroalg na pustyni.

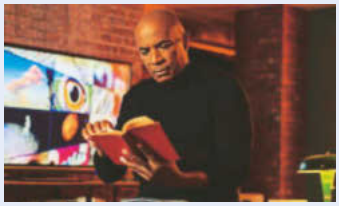
Mega Metro
CZ *National Geographic, 23.00*



Kulisy budowy metra w stolicy Australii. Powstaje ono zarówno pod ziemią, jak i na powierzchni. W projekt zaangażowanych jest 20 tysięcy specjalistów. Jego koszt to 50 miliardów dolarów.

MOCNE OPOWIEŚCI

Jak to wyjaśnić 2
SO *Fokus TV, 19.00*



Widzowie przekonają się, czy odnalezione szczątki są w rzeczywistości zwłokami istoty pozaziemskiej. Eksperci sprawdzą także tajemnicze dźwięki niedaleko New Jersey.

Dzieci wroga
PO *TVP Dokument, 21.05*



Córka Patricio Galveza poślubiła terrorystę ISIS. Małżonkowie zginęli w Syrii. Osierocili siedmioro dzieci, które internowano w obozie Al-Haul. O uwolnienie rodzeństwa walczy ich dziadek.

Żyjąc z potworem...
WT *ID, 21.00*



Ojciec dostrzega, że z jego dorosłym synem dzieje się coś niepokojącego. Nie przypuszcza jednak, że za jakiś czas mężczyzna zamorduje pięcioro swoich dzieci. Sprawę analizują eksperci.

Katastrofa w przestworzach
ŚR *National Geographic, 20.00*



6 marca 2003 r. w wyniku eksplozji w lewym silniku boeing 737-200 rozbija się na Saharze zaraz po starcie. Śledczy próbują ustalić, dlaczego załoga nie utrzymała samolotu w powietrzu.

	FAMILIJNY	KOMEDIA	KOMEDIA ROMANTYCZNA	DRAMAT
PIĄTEK				 NA FAKTACH
	Psy i koty: Odwet Kitty PT ***TVN Fabuła, 17.20*** Połączenie tradycyjnego kina z zaawansowaną animacją trójwymiarową. Kotka Kitty Galore planuje przejąć władzę nad światem. Owczarek Diggs nie zamierza jednak do tego dopuścić. ***100 min*** **USA/Australia 2010 reż. B. Peyton, wyk. C. O'Donnell, J. McBrayer**	**Po prostu przyjaźń** PT ***TVP 1, 21.25*** Julia wyrusza z przyjaciółmi w góry. Każdy z ekipy mierzy się z innymi problemami, takimi jak choroba czy zdrada. Gwiazdorsko obsadzona, wielowątkowa opowieść twórców „Listów do M". ***140 min*** **Polska 2016 reż. F. Zylber, wyk. A. Więdłocha, M. Różczka, M. Zakościelny**	**Mała wielka miłość** PT ***Kino Polska, 22.45*** Joanna nawiązuje w USA romans z prawnikiem Ianem. Po powrocie do Polski odkrywa, że jest w ciąży. Amerykanin zjawia się w Warszawie. Wzruszająca produkcja o potrzebie bliskości. ***140 min*** **Polska 2008 reż. Ł. Karwowski, wyk. J. Leonard, A. Grochowska, M. Grabowski**	**Oppenheimer** PT ***Polsat, 20.00*** Lata 40. XX w. Genialny fizyk zostaje zrekrutowany do projektu, którego celem jest opracowanie bomby atomowej. Film zdobył siedem Oscarów. Statuetkę odebrał m.in. Cillian Murphy. ***230 min*** **Wlk. Bryt./USA 2023 reż. C. Nolan, wyk. C. Murphy, E. Blunt, M. Damon**
SOBOTA		 PREMIERA W TV		 NA FAKTACH
	Super Mario Bros: Film SO ***Polsat, 12.25*** Hydraulik trafia do tajemniczego świata. Musi ocalić Grzybowe Królestwo i brata, a także uchronić księżniczkę Peach przed małżeństwem z tyranem. Na podstawie popularnej gry z lat 80. ***115 min*** **Japonia/USA 2023 reż. P. Leduc, F. Polack, M. Jelenic, A. Horvath**	**Ostatni wiking** SO ***HBO, 20.00*** Anker próbuje odblokować wspomnienia chorego psychicznie brata, który ukrył łupy z rabunku. Reżyser ponownie udowadnia, że w duecie z Madsem Mikkelsenem tworzy filmy kultowe. ***115 min*** **Dania/Szwecja 2025 reż. A. T. Jensen, wyk. M. Mikkelsen, N. L. Kaas, S. Gräbol**	**Wszystkie drogi prowadzą do Rzymu** SO ***TVP 2, 23.25*** Podróż do Toskanii daje szansę na odbudowanie rodzinnych więzi i znalezienie miłości. Obok Sarah Jessiki Parker wystąpiła m.in. legenda kina, Claudia Cardinale. ***95 min*** **Włochy/USA 2015 reż. E. Lemhagen, wyk. S. J. Parker, R. Day, R. Bova, C. Cardinale**	**Przełęcz ocalonych** SO ***TVP 1, 21.35*** Rok 1942. Amerykański pacyfista dokonuje na polu bitwy heroicznych czynów. Historia odznaczonego Medalem Honoru Desmonda T. Dossa, stworzona w celu upamiętnienia jego bohaterstwa. ***145 min*** **USA/Australia 2016 reż. M. Gibson, wyk. A. Garfield, S. Worthington, L. Bracey**
NIEDZIELA				
	Sonic. Szybki jak błyskawica 2 ND ***TVN 7, 17.25*** Na Ziemię powraca zły doktor Robotnik. Towarzyszy mu kosmita Knuckles. Chcą odnaleźć kamień, który może zniszczyć cywilizację. Kino akcji w wydaniu familijnym. ***155 min*** **USA/Jap. 2022 reż. J. Fowler, wyk. J. Marsden, J. Carrey, T. Sumpter, N. Rothwell**	**R.I.P.D. – Agenci z zaświatów** ND ***Polsat, 22.05*** Detektyw Nick pośmiertnie trafia do wydziału, w którym służbę pełnią zmarli policjanci. Wraz z kolegą po fachu ma za zadanie tropić dusze zbiegłe na ziemię. Na podstawie komiksu Petera M. Lenkova. ***125 min*** **USA 2013 reż. R. Schwentke, wyk. J. Bridges, R. Reynolds, K. Bacon, M. Parker**	**Miłość, ślub i inne nieszczęścia** ND ***TVP 1, 22.10*** Jessie organizuje ślub polityka. Za kulisami rozgrywa się szereg miłosnych historii. Do nakręcenia filmu o tematyce weselnej zainspirowała Denisa Dugana żona. ***105 min*** **USA 2020 reż. D. Dugan, wyk. M. Grace, D. Keaton, J. Irons, K. Howe**	**Król życia** ND ***TVN Fabuła, 22.30*** Pochwała optymizmu w reżyserskim debiucie operatora Jerzego Zielińskiego. Ciekawy scenariusz i dobra obsada. Frustrat Edward zmienia się po wypadku w cieszącego się życiem człowieka. ***125 min*** **Pol. 2015 reż. J. Zieliński, wyk. R. Więckiewicz, M. Popławska, K. Czeczot**

WEEKEND od piątku 29.05 do niedzieli 31.05

SENSACJA I THRILLER



Hanna
PT ***Polsat 2, 22.00***
Szkolona przez ojca na perfekcyjną zabójczynię nastolatka wyrusza na pierwszą misję. Odkrywa nieznane dotąd fakty ze swojej przeszłości. Powstała także serialowa wersja losów Hanny.
135 min **USA/Wlk. Bryt./Niem. 2011 reż. J. Wright, wyk. S. Ronan, E. Bana, C. Blanchett**



Non-Stop
SO ***TV Puls, 20.00***
Liam Neeson umacnia wizerunek twardziela wypracowany w serii „Uprowadzona". Bill ma zadbać o bezpieczeństwo pasażerów samolotu. Chwilę po starcie odbiera wiadomość z żądaniem okupu.
130 min **Wlk. Bryt./Fr./USA 2014 reż. J. Collet-Serra, wyk. L. Neeson, J. Moore, S. McNairy**



Empire State: Ryzykowna gra
ND ***TVP 1, 20.25***
Ochroniarz Chris wyjawia kumplowi, że jego szefowie milionerzy nie dbają o bezpieczeństwo. Powstaje plan napadu. Zainspirowany prawdziwą historią film z gwiazdorem „Igrzysk śmierci".
105 min **USA 2013 reż. D. Montiel, wyk. L. Hemsworth, M. Angarano, D. Johnson**

AKCJA I PRZYGODA



Aquaman i zaginione królestwo
PT ***TVN, 20.00***
Sequel kinowego przeboju z 2018 roku. Czarna Manta znów zagraża Atlantydzie. By ocalić królestwo, Aquaman musi zjednoczyć siły z przyrodnim bratem.
160 min **USA/Australia/Islandia 2023 reż. J. Wan, wyk. J. Momoa, B. Affleck, P. Wilson**



Szybko i wściekle
SO ***Polsat, 22.55***
Czwarta część słynnego cyklu spod znaku kina akcji. Mistrz nielegalnych wyścigów samochodowych Toretto chce wyjaśnić w Los Angeles sprawę śmierci ukochanej. Trafia na ślad króla heroiny.
135 min **USA/Japonia 2009 reż. J. Lin, wyk. V. Diesel, P. Walker, J. Brewster, M. Rodriguez**



Conan Barbarzyńca
ND ***PULS 2, 20.00***
Rodziców Conana zabili ludzie czarownika. Wojownik z pomocą ukochanej i złodzieja chce ich pomścić. Ma też uwolnić będącą pod wpływem maga córkę króla. Ekranizacja prozy Roberta E. Howarda.
150 min **USA/Meksyk 1982 reż. J. Milius, wyk. A. Schwarzenegger, J.E. Jones, M.von Sydow**

HORROR I SF



Godzilla minus
PT ***TVN, 22.40***
Monstrum sieje zgrozę i spustoszenie na terenie Japonii. Były pilot Koichi wraz z załogą trałowca staje do walki, by powstrzymać potwora. Efekty specjalne wyróżniono Oscarem.
155 min **Japonia 2023 reż. T. Yamazaki, wyk. R. Kamiki, S. Andô, M. Hamabe, M. Aoki**



Underworld
SO ***PULS 2, 22.40***
Kate Beckinsale w debiucie reżyserskim Lena Wisemana, który stworzył też kolejne odsłony serii. Na Ziemi trwa wojna między wampirami i wilkołakami. W ich walkę zostaje wplątany student.
140 min **USA/Niemcy/Węgry 2003 reż. L. Wiseman, wyk. K. Beckinsale, S. Speedman**



Na skraju jutra
ND ***TVN 7, 20.00***
Tom Cruise w adaptacji japońskiej powieści ilustrowanej autorstwa Hiroshiego Sakurazaki. Trwa wojna z kosmitami. Żołnierz ginie w trakcie walk z obcymi. Po przebudzeniu odkrywa, że trafił do pętli czasu.
155 min **USA/Australia/Kan. 2014 reż. D. Liman, wyk. T. Cruise, E. Blunt, B. Gleeson**

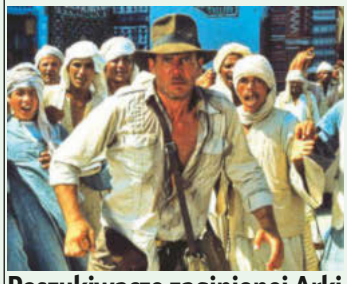
KLASYKA



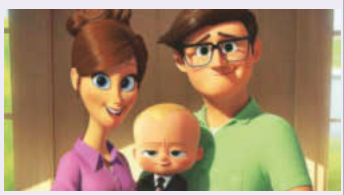
Wściekły byk
PT ***TVP Kultura, 20.10***
Bokser Jake La Motta zdobywa tytuł mistrza wagi średniej. Z czasem dobra passa mija, a życie osobiste obraca się w ruinę. Aktorski popis Roberta De Niro w czarno-białym dziele mistrza kina.
135 min **USA 1980 reż. M. Scorsese, wyk. R. De Niro, C. Moriarty, J. Pesci, F. Vincent**



Bodyguard
SO ***TVN, 19.45***
Przebój początku lat 90. z pamiętną ścieżką dźwiękową. Kevin Costner wzorował się na Stevie McQueenie. Chłodne relacje rozkapryszonej gwiazdy i jej ochroniarza zmieniają się w płomienne uczucie.
160 min **USA 1992 reż. M. Jackson, wyk. K. Costner, W. Houston, G. Kemp, B. Cobbs**



Poszukiwacze zaginionej Arki
ND ***TVN, 19.45***
Pierwsza odsłona perypetii Indiany Jonesa, które weszły do klasyki kinematografii. Archeolog szuka starożytnego artefaktu. Nie może dopuścić, aby przedmiot wpadł w ręce nazistów.
145 min **USA 1981 reż. S. Spielberg, wyk. H. Ford, K. Allen, P. Freeman, R. Lacey**

	FAMILIJNY	KOMEDIA	KOMEDIA ROMANTYCZNA	DRAMAT
PONIEDZIAŁEK				
	Flintstonowie PO ***Kino TV, 20.00*** Prehistoryczne Bedrock. Fred z pomocą Barneya wygrywa firmowy test na inteligencję i otrzymuje kierownicze stanowisko. Ich przyjaźń zostaje wystawiona na próbę. Kinowa wersja serialu o jaskiniowcach. ***120 min*** **USA 1994 reż. B. Levant, wyk. J. Goodman, K. MacLachlan, R. Moranis**	**To nie tak, jak myślisz, kotku** PO ***TVN 7, 22.25*** Filip chce spędzić weekend z pielęgniarką. Jego żona postanawia wybrać się nad morze z kochankiem. Obie pary pechowo zatrzymują się w tym samym hotelu. Komedia pomyłek z aktorskim popisem Tomasza Kota i Jana Frycza. ***140 min*** **Polska 2008 reż. S. Kryński, wyk. K. Figura, J. Frycz, J. Borusiński, T. Kot**	**Anglik, który mnie kochał** PO ***TVP Kobieta, 22.30*** Wykładowca korzysta z tego, że cieszy się powodzeniem u kobiet. Dla Olivii pragnie zmienić życie. Okazuje się jednak, że poprzednia kochanka spodziewa się dziecka. Atutem jest obsada z Pierce'em Brosnanem na czele. ***100 min*** **USA/Wlk. Bryt. 2014 reż. T. Vaughan, wyk. P. Brosnan, S. Hayek, J. Alba, B. McKenzie**	**Midway** PO ***TVP 1, 21.55*** Rekonstrukcja jednej z najważniejszych bitew II wojny światowej. Rok 1942. Wywiad USA ustala, że Japończycy zaatakują Midway. Amerykańscy żołnierze są gotowi na wszystko, by pokonać wroga. ***150 min*** **USA/Kan. 2019 reż. R. Emmerich, wyk. E. Skrein, P. Wilson, W. Harrelson**
WTOREK				
	Lemony Snicket: Seria niefortunnych zdarzeń WT ***Paramount Network, 10.50*** Nagrodzona Oscarem za charakteryzację adaptacja powieści Daniela Handlera. Osierocone dzieci trafiają pod opiekę okrutnego krewnego, który chce przejąć ich spadek. ***130 min*** **USA/Niem. 2004 reż. B. Silberling, wyk. J. Carrey, M. Streep, B. Connolly**	**Plan emerytalny** WT ***TV Puls, 20.00*** Nicolas Cage wciela się w statecznego seniora wypoczywającego na rajskiej wyspie. Nawet jego bliscy nie wiedzą, że jest on emerytowanym zabójcą. Prawda wychodzi na jaw, gdy córka i zięć narażają się gangsterom. ***130 min*** **Kanada 2023 reż. T. Brown, wyk. N. Cage, A. Greene, T. Campbell, R. Perlman**	**Raj dla par** WT ***Polsat Film, 21.00*** O kryzysach w związkach z przymrużeniem oka. Współautorem scenariusza jest występujący w jednej z ról Vince Vaughn. Kilka par udaje się na pacyficzną wyspę, by poddać się terapii prowadzonej przez ekscentryka Marcela. ***145 min*** **USA 2009 reż. P. Billingsley, wyk. V. Vaughn, J. Bateman, F. Love, J. Favreau**	**Na pełny etat** WT ***TVP Kultura, 21.35*** Samotna matka ma szansę na lepszą posadę. Próbuje dotrzeć na rozmowę kwalifikacyjną, co utrudnia jej strajk kolejarzy. Opowieść o współczesnej bohaterce dnia codziennego została doceniona na festiwalu w Wenecji. ***100 min*** **Francja 2021 reż. E. Gravel, wyk. L. Calamy, A. Suarez, G. Mnich, N. Arizmendi**
ŚRODA				
	O psie, który wrócił do domu ŚR ***Polsat Film, 14.00*** Urocza Bella jest szczenięciem. Musi pokonać aż 400 mil, by wrócić do swojego właściciela, studenta medycyny. Jej długa wędrówka obfituje w przygody i niezwykłe spotkania. Wzruszająca adaptacja prozy W. Bruce'a Camerona. ***115 min*** **Chiny/USA 2019 reż. C. M. Smith, wyk. J. Hauer-King, A. Judd, E. J. Olmos**	**Agent i pół** ŚR ***Polsat, 23.05*** Monotonne życie księgowego odmienia spotkanie z niegdyś fajtłapowatym szkolnym kolegą, który został agentem CIA. W zabawnym duecie wystąpili hollywoodzcy przyjaciele: Dwayne Johnson i Kevin Hart. ***135 min*** **USA/Chiny 2016 reż. R. M. Thurber, wyk. D. Johnson, K. Hart, A. Ryan, D. Nicolet**	**Baby boom, czyli Kogel Mogel 5** ŚR ***TVP Kobieta, 22.30*** Agnieszka rodzi synka. Niestety, Marcin nie radzi sobie w roli ojca. Piotrek również myśli już o dziecku, co niepokoi Marlenę i jej matkę. W obsadzie cała plejada rodzimych gwiazd. ***100 min*** **Pol. 2024 reż. A. Wieczur, wyk. M. Zakościelny, K. Skrzynecka, A. Hamkało**	NA FAKTACH **Wałęsa. Człowiek z nadziei** ŚR ***TVP 1, 23.10*** Pracownik stoczni walczy o prawa robotników. Zostaje szefem związków zawodowych. Z czasem zmienia się w charyzmatycznego lidera. Scenariusz do biografii pierwszego przywódcy Solidarności napisał Janusz Głowacki. ***135 min*** **Pol. 2013 reż. A. Wajda, wyk. R. Więckiewicz, A. Grochowska, I. Bielska**
CZWARTEK				
	Dzieciak rządzi CZ ***TVN 7, 17.55*** Timowi rodzi się brat. Nie jest zwykłym bobasem – ma do wypełnienia tajną misję, która zaważy na losie świata. Pełna nawiązań do klasyki animacja twórców „Madagaskaru". ***125 min*** **USA 2017 reż. T. McGrath, dub. K. Banaszyk, W. Paszkowski, W. Barwiński**	**Fokus** CZ ***TVN 7, 20.00*** Oszust organizuje przekręt. Jego plany krzyżuje dawna podopieczna, która wiele się nauczyła. Połączenie miłosnej historii z kinem sensacyjnym. Atutami są wartka akcja i gwiazdorska obsada. ***140 min*** **USA/Argentyna 2015 reż. G. Ficarra, J. Requa, wyk. W. Smith, M. Robbie**	**Podatek od miłości** CZ ***TVN, 20.00*** Opowieść o sile przyciągania się przeciwieństw. Surowa urzędniczka skarbówki, Klara, gromadzi dowody przeciwko podejrzanemu o oszustwa podatkowe lekkoduchowi o złotym sercu. ***135 min*** **Pol. 2018 reż. B. Ignaciuk, wyk. A. Domańska, G. Damięcki, R. Gąsiorowska**	PREMIERA W TV **Sorry, Baby** CZ ***Ale kino+, 20.10*** Trzy lata temu Agnes padła ofiarą napaści seksualnej ze strony wykładowcy. Nie chce, by trauma determinowała jej życie. Debiut reżyserski Evy Victor, która zagrała też główną rolę. ***130 min*** **USA/Hiszp./Fr. 2025 reż. E. Victor, wyk. E. Victor, N. Ackie, L. Cancelmi**

SENSACJA I THRILLER



Czerwona jaskółka

PO *Polsat, 20.35*

Rosyjskie służby specjalne zmuszają baletnicę Dominikę do współpracy. Dziewczyna szkoli się w uwodzeniu szpiegów. W Budapeszcie ma zdobyć cenne informacje od agenta CIA. Adaptacja książki Jasona Matthewsa.

170 min USA 2018 reż. F. Lawrence, wyk. J. Lawrence, J. Edgerton, M. Schoenaerts



Świat to za mało

WT *TVP 1, 21.40*

Dziewiętnasta odsłona przygód 007. Pod dnem Morza Kaspijskiego odkryte zostają złoża ropy. Trwa zaciekły bój wielkich korporacji o prawo do ich eksploatowania. James Bond musi powstrzymać terrorystę Zokasa.

135 min USA/Wlk. Bryt. 1999 reż. M. Apted, wyk. P. Brosnan, S. Marceau, R. Carlyle



Pokerzysta

ŚR *TV Puls, 20.00*

Milioner Jake Foley organizuje w willi turniej pokera dla dawnych przyjaciół. Ma ukryty plan. Sprawy przybierają zaskakujący obrót, gdy do budynku włamują się złodzieje. Po obu stronach kamery stanął Russell Crowe.

120 min USA 2022 reż. R. Crowe, wyk. R. Crowe, L. Hemsworth, A. Young, RZA



12 godzin

CZ *STOPKLATKA, 22.35*

Will wychodzi z więzienia, gdzie trafił za napad. Dawny kompan porywa jego córkę, by odzyskać łupy. Drugi film po „Con Air: Lot skazańców", przy którym pracowali Simon West i Nicolas Cage.

120 min USA 2012 reż. S. West, wyk. N. Cage, J. Lucas, D. Huston, M. Akerman, S. Gayle

AKCJA I PRZYGODA



Largo Winch 3: Cena pieniądza

PO *Ale kino+, 20.10*

Miliarder jest świadkiem porwania syna. Rusza w szaleńczą podróż, by go odnaleźć. Kolejna odsłona serii na podstawie komiksów, których autorami są Jean Van Hamme i Philippe Francq.

120 min Fr./Bel. 2024 reż. O. Masset-Depasse, wyk. T. Sisley, É. Tilloloy, N. D. Hecter



Meg

WT *TVN Fabuła, 22.50*

Łódź podwodna zostaje zaatakowana przez prehistoryczną bestię. Naszpikowane efektami specjalnymi spotkanie z legendarnym megalodonem, któremu czoło stawia nieustraszony nurek – w tej roli Jason Statham.

130 min USA/Chiny 2018 reż. J. Turteltaub, wyk. J. Statham, L. Bingbing, R. Rose

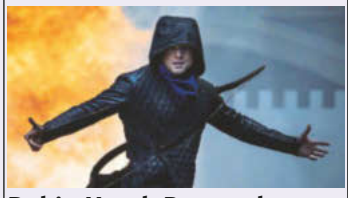


Piekielna głębia

ŚR *TVN 7, 22.20*

Popis specjalistów od efektów specjalnych i animacji komputerowej. McCallister bada inteligencję rekinów. By zdobyć fundusze, zaprasza do laboratorium sponsora. Podczas pokazu drapieżnik atakuje zgromadzonych.

140 min USA 1999 reż. R. Harlin, wyk. T. Jane, S. Burrows, L. C. J, M. Rapaport, S. Skarsgard



Robin Hood: Początek

CZ *TV Puls, 20.00*

Nowa wersja losów słynnego angielskiego banity. Robin z Loxley powraca z wyprawy krzyżowej. Jego ukochana wyszła za mąż, a majątek przepadł. Rycerz staje do walki o sprawiedliwość.

135 min USA/Hongkong/Chorwacja 2018 reż. O. Bathurst, wyk. T. Egerton, J. Foxx, E. Hewson

HORROR I SF



Egzorcysta papieża

PO *Polsat Film, 21.00*

Ksiądz ma zbadać sprawę opętania chłopca. Dziecko zaczęło dziwnie się zachowywać po przeprowadzce do opuszczonego opactwa. Film zainspirowany posługą Gabriela Amortha, głównego egzorcysty Watykanu.

125 min USA/Wlk. Bryt./Hiszp. 2023 reż. J. Avery, wyk. R. Crowe, F. Nero, A. Essoe



Venom

WT *Polsat, 20.35*

Losy antybohatera z komiksów Marvela. Reporter Eddie tropi nieetyczne działania firmy Life Foundation. Niechcący wchodzi w symbiozę z pasożytniczą formą życia z kosmosu. Staje się żądnym krwi monstrum.

145 min Chiny/USA 2018 reż. R. Fleischer, wyk. T. Hardy, M. Williams, R. Ahmed, S. Haze



Elizjum

ŚR *Super Polsat, 21.00*

Rok 2154. Część ludzkości walczy o byt na zniszczonej Ziemi. Bogaci wybrańcy żyją na sztucznie stworzonej stacji kosmicznej. Umierający robotnik wypowiada wojnę systemowi. Dzieło twórcy nowatorskiego „Dystryktu 9".

135 min USA 2013 reż. N. Blomkamp, wyk. M. Damon, J. Foster, S. Copley, A. Braga



RoboCop

CZ *Kino TV, 20.00*

Remake klasyka SF z 1987 r. Umysł śmiertelnie rannego policjanta badacze łączą z wyrafinowaną maszyną. Superglina wymyka się spod kontroli i rusza śladem swoich zabójców.

150 min USA 2014 reż. J. Padilha, wyk. J. Kinnaman, G. Oldman, M. Keaton, A. Cornish

KLASYKA



Licencja na zabijanie

PO *TVP Kultura, 20.00*

Drugi i ostatni film z udziałem Timothy'ego Daltona w roli agenta 007. James Bond chce pomścić żonę przyjaciela, która zginęła z rąk handlarza narkotyków. Naraża się przełożonym, łamiąc ich rozkazy.

140 min Wlk. Bryt./Meksyk/USA 1989 reż. J. Glen, wyk. T. Dalton, C. Löwell, R. Davi



Wejście smoka

WT *TVN 7, 20.00*

Popis kung-fu Bruce'a Lee, który zmarł w tajemniczych okolicznościach przed premierą filmu. Mistrz wschodnich sztuk walki podejmuje się misji szpiegowskiej na wyspie mafiosa. Czeka go morderczy pojedynek.

135 min USA/Hongkong 1973 reż. R. Clouse, wyk. B. Lee, J. Saxon, J. Kelly, S. Kien



Kochaj albo rzuć

ŚR *Polsat, 20.35*

Finał komediowej opowieści Sylwestra Chęcińskiego o zadziornych seniorach. Pawlak i Kargul jadą z wnuczką do USA, by odwiedzić Johna. Na miejscu dowiadują się, że krewny zmarł, a oni muszą odszukać jego nieślubną córkę.

150 min Polska 1977 reż. S. Chęciński, wyk. W. Hańcza, W. Kowalski, A. Dymna, I. Karel



Wyjście awaryjne

CZ *Kino Polska, 20.00*

Bożena Dykiel w satyrze na drobnomieszczańską moralność i obłudę. Naczelniczka gminy dowiaduje się, że jej niezamężna córka jest w ciąży. Usiłuje zapobiec skandalowi.

115 min Pol. 1982 reż. R. Załuski, wyk. B. Dykiel, M. Gładkowska, A. Golejewski



Bukayo Saka zdobył bramkę na wagę awansu Kanonierów do finału Ligi Mistrzów.

Khvicha Kvaratskhelia jest najskuteczniejszym piłkarzem PSG w tym sezonie Champions League.

Marquinhos (z lewej) i Gabriel Martinelli znaleźli się w składzie reprezentacji Brazylii na mundial.

PIŁKA NOŻNA • LIGA MISTRZÓW UEFA

Paryż czy Londyn?

Zanim ogarnie nas mundialowa gorączka, poznamy najlepszą drużynę w Europie. Czy Kanonierzy zaskoczą obrońców trofeum?

PARIS SAINT-GERMAIN – ARSENAL SO 30.05 godz. 17.45 CANAL+ EXTRA 1

Budapeszt po raz pierwszy będzie gospodarzem najważniejszego meczu klubowego na Starym Kontynencie. Zanim na murawę Puskás Arény wybiegną piłkarze PSG i Arsenalu, krótki koncert da zespół The Killers. Show rozpocznie się kwadrans przed pierwszym gwizdkiem sędziego. Ten zabrzmi o godz. 18, a nie o 21, do której przywykli fani Ligi Mistrzów (transmisja w TVP 1 od 17.55).

20 lat minęło

Kanonierzy zagrają o najważniejsze trofeum w Europie po raz drugi. Poprzedni finał z ich udziałem miał miejsce dwie dekady temu. W 2006 roku drużyna z Thierrym Henrym i Ceskiem Fàbregasem w składzie przegrała 1:2 z FC Barceloną. W drodze do tegorocznego finału podopieczni Mikela Artety nie doznali żadnej porażki. Rundę ligową zakończyli na pierwszym miejscu w tabeli z kompletem punktów na koncie. W fazie pucharowej wyeliminowali kolejno Bayer Leverkusen (1:1, 2:0), Sporting (1:0 i 0:0) oraz Atlético Madryt (1:1, 1:0). Drużyna Arsenalu może się też pochwalić najlepszą defensywą w rozgrywkach – w czternastu meczach straciła zaledwie sześć bramek. Przed nią starcie z najskuteczniejszą ekipą (44 strzelone gole). Zespół z Emirates Stadium dotychczas pięciokrotnie mierzył się z Paryżanami w Lidze Mistrzów. Wygrał tylko raz. W ubiegłym sezonie uległ ekipie ze stolicy Francji w półfinale (0:1, 1:2). Do konfrontacji w stolicy Węgier Arsenal przystąpi jako świeżo upieczony mistrz Anglii, co powinno dodać mu skrzydeł.

Być jak Królewscy

Droga PSG do Budapesztu nie była usłana różami. Rundę zasadniczą zespół Luisa Enrique zakończył dopiero na jedenastym miejscu w tabeli. W efekcie musiał zagrać w barażu o awans do 1/8 finału. W nim rozprawił się z AS Monaco (3:2, 2:2). Potem pokonał Chelsea (5:2, 3:0), Liverpool (2:0, 2:0) oraz Bayern (5:4, 1:1). Jeśli 30 maja Paryżanie znajdą sposób na Arsenal, obronią trofeum wywalczone rok temu w Monachium. Staną się w ten sposób drugim klubem w historii Ligi Mistrzów (ta nazwa rozgrywek funkcjonuje od sezonu 1992/93), który tego dokonał. Pierwszym był Real Madryt.

Pojedynek strategów

Podczas spotkania w stolicy Węgier może dojść do wielu ciekawych rywalizacji na murawie, np. pomiędzy Khvichą Kvaratskhelią a Bukayo Saką czy Vitinhą i Declanem Rice'em. Nie mniej interesująco zapowiada się pojedynek trenerów – Luisa Enrique i Mikela Artety. Obu łączy hiszpańska narodowość i fakt, że przed laty byli związani z FC Barceloną. Szkoleniowiec PSG jest o 12 lat starszy od swojego kolegi po fachu. Czy wykorzysta większe doświadczenie w zawodzie i przechytrzy rodaka? Ten jednak także uchodzi za mistrza strategii. W końcu uczył się trenerskiego rzemiosła od samego Pepa Guardioli. **TJ**

FOT. materiały prasowe

KOSZYKÓWKA 3X3 • MISTRZOSTWA ŚWIATA – WARSZAWA 2026

Turniej na Placu Defilad

POLSKA – MADAGASKAR
PO 1.06 godz. 18.25
TVP SPORT

U stóp Pałacu Kultury i Nauki zobaczymy w akcji po 20 kobiecych i męskich drużyn narodowych. Walkę o historyczny medal MŚ zapowiadają reprezentantki Polski, które zajęły czwarte miejsce w poprzedniej edycji turnieju. Marsz w kierunku podium nasze panie zaczną meczem z Madagaskarem. Następnie zagrają z Czechami, Azerbejdżanem i Holandią. Równie wysoko mierzą Przemysław Zamojski i spółka. W pierwszej fazie czempionatu Biało-Czerwoni stawią czoło Mongolii, Łotwie, Czechom i USA. Awans do fazy pucharowej zapewnią sobie trzy ekipy z każdej z grup. Pierwsza od razu znajdzie się w ćwierćfinale, dwie kolejne zawalczą o to w barażach. **TJ**



Przemysław Zamojski wie, jak smakuje medal MŚ. Wraz z naszą kadrą wywalczył brąz w 2019 r.

Klaudia Gertchen reprezentuje Polskę także w tradycyjnej koszykówce.

SIATKÓWKA KOBIET • LIGA NARODÓW

Początek drogi do Makau

BELGIA – POLSKA ŚR 3.06 godz. 5.15 POLSAT SPORT 1

Biało-Czerwone ugruntowały już swoją pozycję w Lidze Narodów. W trzech poprzednich sezonach kończyły bowiem rozgrywki na najniższym stopniu podium. Do ósmej edycji Polki przystąpią w mocno zmienionym względem ubiegłego roku składzie. Największym osłabieniem jest brak Agnieszki Korneluk. Kapitan drużyny zakończyła karierę. Trener Stefano Lavarini nie może liczyć też na Malwinę Smarzek czy Weronikę Centkę. Na początek zespół uda się do Nankinu. Zagra tam z Belgią, Czechami, Serbią i Chinami. Następnie Polki wystąpią w zawodach w Bangkoku i Osace. Jeśli po dwunastu meczach będą w najlepszej ósemce w tabeli, w dniach 22-26 lipca wezmą udział w turnieju finałowym w Makau. **TJ**



Aleksandra Szczygłowska (w czerwonym stroju) to nowa kapitan Biało-Czerwonych.



Pauline Martin jest ważnym ogniwem ekipy z Beneluksu.



Sebastian Szymański i Wiktor Cyhankow walczą o piłkę podczas meczu Polski z Ukrainą (3:1) w 2024 roku.

PIŁKA NOŻNA • MECZ TOWARZYSKI

Nowe otwarcie

POLSKA – UKRAINA ND 31.05 godz. 17.20, POLSKA – NIGERIA ŚR 3.06 godz. 20.35 TVP 1

Porażka 2:3 w barażowym meczu ze Szwecją sprawiła, że Biało-Czerwonych próżno szukać wśród 48 uczestników nadchodzącego mundialu. Brak awansu do turnieju w Kanadzie, Meksyku i USA oznacza nowe otwarcie w kadrze Jana Urbana. Wypadające na przełomie maja i czerwca zgrupowanie reprezentacji będzie dla selekcjonera okazją do wpuszczenia do drużyny świeżej krwi i poszukiwania nowych rozwiązań taktycznych. Ma to zaprocentować już jesienią, kiedy Polacy rozpoczną starania o powrót do najwyższej dywizji Ligi Narodów. Potencjalni debiutanci zaliczą chrzest bojowy w spotkaniach z zespołami, którym też przeszedł koło nosa wyjazd na MŚ. Najpierw nasza kadra podejmie we Wrocławiu Ukrainę, którą spróbuje pokonać po raz czwarty z rzędu. Później na warszawski PGE Narodowy zawita Nigeria, brązowy medalista ostatniego Pucharu Narodów Afryki. Poprzednio Biało-Czerwoni mierzyli się z Superorłami w 2018 roku w sparingu. Wówczas ulegli im 0:1. **TJ**



Moses Simon zbliża się do 100 występów w reprezentacji Nigerii.

KALENDARZ SPORTOWY

PIŁKA NOŻNA

PT (P) **Liga francuska** Eleven Sports 1
20.40 Mecz barażowy: OGC Nice – AS Saint-Etienne

SO **Mecz towarzyski** Polsat Sport 3
14.00 Szkocja – Curacao

SO **Betclic 2. Liga** TVP Sport
14.25 Mecz 34. kolejki

SO **LM UEFA** CANAL+ Extra 1; TVP 1; TVP Sport
17.45 Mecz finałowy: Paris Saint-Germain – Arsenal FC

ND **Mecz towarzyski** Polsat Sport 2
14.50 Szwajcaria – Jordania

ND **Mecz towarzyski** TVP 1; TVP Sport
17.20 Polska – Ukraina

ND **Mecz towarzyski** Polsat Sport 3
20.35 Niemcy – Finlandia

ND **Betclic 1. Liga** TVP Sport
20.40 Barażowy mecz finałowy

PO **Mecz towarzyski** Polsat Sport 1
18.50 Norwegia – Szwecja

PO **Mecz towarzyski** Polsat Sport 3
20.35 Austria – Tunezja

WT **Betclic 2. Liga** TVP Sport
12.55 Barażowy mecz półfinałowy

WT **Betclic 2. Liga** TVP Sport
15.55 Barażowy mecz półfinałowy

WT **Mecz towarzyski** Polsat Sport 1
17.50 Chorwacja – Belgia

WT **Mecz towarzyski** Polsat Sport 3
18.50 Gruzja – Rumunia

WT **Mecz towarzyski** Polsat Sport 1
20.35 Walia – Ghana

ŚR **Turniej o Puchar Tymbarku w Warszawie** TVP Sport
9.25 Finały

ŚR **Mecz towarzyski** Polsat Sport 3
19.50 Dania – Demokratyczna Republika Konga

ŚR **Mecz towarzyski** Polsat Sport 1
20.35 Holandia – Algieria

ŚR **Mecz towarzyski** TVP 1; TVP Sport
20.35 Polska – Nigeria

CZ **Mecz towarzyski** Polsat Sport 2
17.50 Słowenia – Cypr

CZ **Mecz towarzyski** Polsat Sport 1
18.50 Szwecja – Grecja

CZ **Mecz towarzyski** Polsat Sport 1; TVP Sport
21.00 Francja – WKS

BOKS

PT **Polska Liga Boksu** TVP Sport
20.05 Mecz: Królewski Kraków – KKB Rushh Kielce

SO **Gala w Londynie** TVP Sport
22.00 Waga superlekka: Adam Azim – Steve Claggett

SO **Gala w El Paso** CANAL+ Sport
23.30 Waga lekka: Stephanie Han – Holly Holm

CZ **BKFC Fight Night: Hollywood** CANAL+ Sport
1.00 Waga półśrednia: Julian Lane – Bryce Henry

FUTSAL

PT **FOGO Futsal Ekstraklasa** TVP Sport
17.55 Mecz finałowy: Piast Gliwice – Texom Eurobus Przemyśl

HOKEJ

SO **MŚ – Szwajcaria 2026** Polsat Sport 1
15.15 Mecz półfinałowy



SO **MŚ – Szwajcaria 2026** Polsat Sport 1
19.55 Mecz półfinałowy

SO **NHL** TVP Sport
2.05 Mecz 3. rundy fazy play-off

ND **MŚ – Szwajcaria 2026** Polsat Sport 1
15.25 Mecz o 3. miejsce

ND **MŚ – Szwajcaria 2026** Polsat Sport 1
20.15 Mecz finałowy

WT **NHL** TVP Sport
2.00 Mecz finałowy fazy play-off

CZ **NHL** TVP Sport
2.00 Mecz finałowy fazy play-off

KOLARSTWO

PT **Giro d'Italia** Eurosport 2
12.15 19. etap: Feltre – Alleghe

SO **Giro d'Italia** Eurosport 2
10.30 20. etap: Gemona del Friuli – Piancavallo

ND **Giro d'Italia** Eurosport 2
16.00 21. etap: Rzym – Rzym

KOSZYKÓWKA 3X3

PO **Mistrzostwa świata – Warszawa 2026** TVP Sport
12.05 1. dzień

PO **Mistrzostwa świata – Warszawa 2026** TVP Sport
21.10 Mecz: Australia – Austria, mecz: Hiszpania – Serbia

WT **MŚ – Warszawa 2026** TVP Sport
19.20 Mecz: USA – Łotwa, mecz: Mongolia – Polska

WT **MŚ – Warszawa 2026** TVP Sport
21.10 Mecz: Czechy – USA, mecz: Polska – Łotwa

ŚR **Mistrzostwa świata – Warszawa 2026** TVP Sport
13.20 3. dzień

ŚR **Mistrzostwa świata – Warszawa 2026** TVP Sport
15.10 3. dzień

ŚR **Mistrzostwa świata – Warszawa 2026** TVP Sport
19.20 Mecz: Austria – Hiszpania, mecz: Serbia – Australia

ŚR **MŚ – Warszawa 2026** TVP Sport
20.20 Mecz: Madagaskar – Czechy, mecz: Holandia – Polska

CZ **Mistrzostwa świata – Warszawa 2026** TVP Sport
13.20 4. dzień

CZ **Mistrzostwa świata – Warszawa 2026** TVP Sport
15.10 4. dzień

CZ **MŚ – Warszawa 2026** TVP Sport
19.20 Mecz: Mongolia – USA, mecz: Polska – Czechy

CZ **MŚ – Warszawa 2026** TVP Sport
21.10 Mecz: Łotwa – Mongolia, mecz: USA – Polska

KOSZYKÓWKA 3X3 KOBIET

PO **MŚ – Warszawa 2026** TVP Sport
18.25 Mecz: Czechy – Holandia, mecz: Polska – Madagaskar

PO **MŚ – Warszawa 2026** TVP Sport
20.35 Mecz: Holandia – Azerbejdżan, mecz: Polska – Czechy

WT **Mistrzostwa świata – Warszawa 2026** TVP Sport
18.25 2. dzień

WT **Mistrzostwa świata – Warszawa 2026** TVP Sport
20.20 2. dzień

ŚR **Mistrzostwa świata – Warszawa 2026** TVP Sport
12.25 3. dzień

ŚR **Mistrzostwa świata – Warszawa 2026** TVP Sport
14.15 3. dzień

ŚR **MŚ – Warszawa 2026** TVP Sport
18.25 Mecz: Madagaskar – Holandia, mecz: Azerbejdżan – Polska



CZ **Mistrzostwa świata – Warszawa 2026** TVP Sport
12.25 4. dzień

CZ **Mistrzostwa świata – Warszawa 2026** TVP Sport
14.15 4. dzień

CZ **Mistrzostwa świata – Warszawa 2026** TVP Sport
18.25 4. dzień

CZ **Mistrzostwa świata – Warszawa 2026** TVP Sport
20.20 4. dzień

KOSZYKÓWKA MĘŻCZYZN

PT **ORLEN Basket Liga** Polsat Sport 1
20.05 Mecz półfinałowy fazy play-off

PT **NBA** TVP Sport
2.00 Mecz 3. rundy fazy play-off

ND **ORLEN Basket Liga** Polsat Sport 2
17.25 Mecz półfinałowy fazy play-off

ND **Liga hiszpańska** Sportklub
19.00 Mecz: Barca – Valencia Basket

ND **NBA** TVP Sport
2.00 Mecz 3. rundy fazy play-off

PO **ORLEN Basket Liga** Polsat Sport 2
20.10 Mecz półfinałowy fazy play-off

WT **ORLEN Basket Liga** Polsat Sport 2
20.10 Mecz półfinałowy fazy play-off

ŚR **ORLEN Basket Liga** Polsat Sport 2
20.10 Mecz półfinałowy fazy play-off

(P) – możliwy występ Polaków

– polskie rozgrywki ligowe i reprezentacja Polski

ŚR **NBA** TVP Sport
2.00 Mecz finałowy fazy play-off

LEKKOATLETYKA

PT **Memoriał Ireny Szewińskiej – Bydgoszcz 2026** Polsat Sport 1; Super Polsat
17.30 8. edycja

ND **Mityng Gwiazd na Rynku Kościuszki – Białystok 2026** TVP Sport
13.15 8. edycja

ND **Diamentowa Liga w Rabacie** Polsat Sport 2
20.00 Stadion Olimpijski

ŚR (P) **World Athletics Continental Tour Gold – Turku 2026** Polsat Sport 2
18.00 Paavo Nurmi Games

CZ (P) **Diamentowa Liga w Rzymie** Polsat Sport 2
21.00 Golden Gala

PIŁKA NOŻNA KOBIET

SO **ORLEN Ekstraliga** TVP Sport
11.10 Mecz: Czarni Sosnowiec – UKS SMS Łódź

PIŁKA RĘCZNA MĘŻCZYZN

ND **ORLEN Superliga** Polsat Sport 1
12.30 2. mecz finałowy: Industria Kielce – ORLEN Wisła Płock

WT **ORLEN Superliga** Polsat Sport 2
18.00 2. mecz o 3. miejsce: PGE Wybrzeże Gdańsk – Ostrovia Ostrów Wlkp.

SIATKÓWKA KOBIET

ŚR **Liga Narodów** Polsat Sport 1
5.15 Mecz: Belgia – Polska

ŚR **Liga Narodów** Polsat Sport 1
8.45 Mecz: Tajlandia – Serbia

ŚR **Liga Narodów** Polsat Sport 1
13.15 Mecz: Chiny – Czechy

ŚR **Liga Narodów** Polsat Sport 3
16.45 Mecz: Ukraina – USA

ŚR **Liga Narodów** Polsat Sport 1
17.45 Mecz: Dominikana – Turcja

ŚR **Liga Narodów** Polsat Sport 3
21.15 Mecz: Włochy – Bułgaria

ŚR **Liga Narodów** Polsat Sport 2
22.15 Mecz: Francja – Japonia

ŚR **Liga Narodów** Polsat Sport 1
0.45 Mecz: Brazylia – Holandia

ŚR **Liga Narodów** Polsat Sport 2
1.45 Mecz: Kanada – Niemcy

CZ **Liga Narodów** Polsat Sport 1
8.45 Mecz: Czechy – Polska

CZ **Liga Narodów** Polsat Sport 1
13.15 Mecz: Chiny – Tajlandia

CZ **Liga Narodów** Polsat Sport 3
21.15 Mecz: Turcja – Holandia

CZ **Liga Narodów** Polsat Sport 1
0.45 Mecz: Brazylia – Dominikana

CZ **Liga Narodów** Polsat Sport 2
1.45 Mecz: Kanada – USA

SPORTY WALKI

SO **UFC Fight Night** Polsat Sport 2
13.00 S.Yadong – D. Figueiredo

SO **Gala MMA King's Arena 3** TVN Turbo
20.15 Walka: Mateusz Kisielewski – Daniel Skibiński

TENIS

PT **Turniej French Open w Paryżu** Eurosport 1
11.00 Mecz 3. rundy gry pojedynczej



PT **Turniej French Open w Paryżu** Eurosport 1; Eurosport 2
16.00 Mecz 3. rundy gry pojedynczej

PT **Turniej French Open w Paryżu** Eurosport 1; Eurosport 2
18.00 Mecz 3. rundy gry pojedynczej

PT **Turniej French Open w Paryżu** Eurosport 1
20.00 Mecz 3. rundy gry pojedynczej

SO **Turniej French Open w Paryżu** Eurosport 1
11.00 Mecz 3. rundy gry pojedynczej

SO **Turniej French Open w Paryżu** Eurosport 1; Eurosport 2
16.00 Mecz 3. rundy gry pojedynczej

SO **Turniej French Open w Paryżu** Eurosport 1; Eurosport 2
18.00 Mecz 3. rundy gry pojedynczej

SO **Turniej French Open w Paryżu** Eurosport 1
20.00 Mecz 3. rundy gry pojedynczej

ND **Turniej French Open w Paryżu** Eurosport 1; Eurosport 2
11.00 Mecz 4. rundy gry pojedynczej

ND **Turniej French Open w Paryżu** Eurosport 2
13.00 Mecz 4. rundy gry pojedynczej

ND **Turniej French Open w Paryżu** Eurosport 1
16.00 Mecz 4. rundy gry pojedynczej

ND **Turniej French Open w Paryżu** Eurosport 1
18.00 Mecz 4. rundy gry pojedynczej

ND **Turniej French Open w Paryżu** Eurosport 1; Eurosport 2
19.30 Mecz 4. rundy gry pojedynczej

PO **Turniej French Open w Paryżu** Eurosport 1; Eurosport 2
11.00 Mecz 4. rundy gry pojedynczej

PO **Turniej French Open w Paryżu** Eurosport 1; Eurosport 2
16.00 Mecz 4. rundy gry pojedynczej

PO **Turniej French Open w Paryżu** Eurosport 1; Eurosport 2
18.00 Mecz 4. rundy gry pojedynczej

PO **Turniej French Open w Paryżu** Eurosport 1
20.00 Mecz 4. rundy gry pojedynczej

WT **Turniej French Open w Paryżu** Eurosport 1
10.30 Mecz ćwierćfinałowy gry pojedynczej

WT **Turniej French Open w Paryżu** Eurosport 1
15.00 Mecz ćwierćfinałowy

WT **Turniej French Open w Paryżu** Eurosport 1
20.00 Mecz ćwierćfinałowy gry pojedynczej

ŚR **Turniej French Open w Paryżu** Eurosport 1
10.30 Mecz ćwierćfinałowy gry pojedynczej

ŚR **Turniej French Open w Paryżu** Eurosport 1
13.00 Mecz ćwierćfinałowy gry pojedynczej

ŚR **Turniej French Open w Paryżu** Eurosport 1
15.00 Mecz ćwierćfinałowy gry pojedynczej

ŚR **Turniej French Open w Paryżu** Eurosport 1
20.00 Mecz ćwierćfinałowy

CZ **Turniej French Open w Paryżu** Eurosport 1
12.00 Mecz finałowy gry mieszanej

CZ **Turniej French Open w Paryżu** Eurosport 1
15.00 Mecz półfinałowy gry pojedynczej kobiet

CZ **Turniej French Open w Paryżu** Eurosport 1
17.00 Mecz półfinałowy gry pojedynczej kobiet

WIOŚLARSTWO

ND (P) **Zawody Pucharu Świata w Sewilli** TVP Sport
11.00 Finały

ŻUŻEL

PT **PGE Ekstraliga** CANAL+ Sport; CANAL+ Sport 5
17.30 Mecz: KRONO-PLAST Włókniarz Częstochowa – Betard Sparta Wrocław

PT **PGE Ekstraliga** CANAL+ Sport
20.00 Mecz: ORLEN OIL Motor Lublin – BAYERSYSTEM GKM Grudziądz

SO **Metalkas 2. Ekstraliga** CANAL+ Sport 5
12.30 Mecz: ZKS Stal Rzeszów – Abramczyk Polonia Bydgoszcz

SO **Metalkas 2. Ekstraliga** CANAL+ Sport 5
15.00 Mecz: INNPRO ROW Rybnik – Cellfast Wilki Krosno

ND **PGE Ekstraliga** CANAL+ Sport
16.45 Mecz: PRES Grupa Deweloperska Toruń – Gezet Stal Gorzów



ND **PGE Ekstraliga** CANAL+ Sport
19.15 Mecz: Stelmet Falubaz Zielona Góra – FOGO Unia Leszno

CZ **Metalkas 2. Ekstraliga** CANAL+ Sport 5
17.30 Mecz: Hunters PSŻ Poznań – Polonia Piła

CZ **Metalkas 2. Ekstraliga** CANAL+ Sport 5
20.00 Mecz: H. Skrzydlewska Orzeł Łódź – Moonfin Malesa Ostrów Wlkp.



Ma spore doświadczenie aktorskie – za rolę w „Kolorze purpury" była nominowana do Oscara. W ten piątek zobaczymy ją u boku Foresta Whitakera w „Kamerdynerze".

Jak jedna z najbardziej wpływowych osób na świecie wyobraża sobie niebo? „Jem pieczonego ziemniaka. I mam kogoś, z kim mogę się nim podzielić" – mówi.



Jej talk show na antenie przetrwał 25 lat. Dziś Oprah Winfrey prowadzi podcast.

KAMERDYNER • OPRAH WINFREY

Pierwsza dama telewizji

Jej twarz i nazwisko znają wszyscy, nie tylko w Stanach Zjednoczonych. Ale nim Oprah Winfrey trafiła do grona najbardziej wpływowych kobiet świata, przeszła drogę pełną wyzwań.

Blaski i cienie sławy



W 2013 roku Barack Obama uhonorował ją Prezydenckim Medalem Wolności. To najwyższe odznaczenie, jakie w USA może otrzymać osoba cywilna.

KAMERDYNER PT 29.05 godz. 20.00 STOPKLATKA

Była pierwszą kobietą, która samodzielnie produkowała prowadzony przez siebie talk show. I pierwszą Afroamerykanką, która dorobiła się miliarda dolarów (obecnie jej majątek jest szacowany na ok. 3,2 mld dolarów). A zaczynała od samych nizin...

Miss w radiu

Przyszła na świat 29 stycznia 1954 r., w swojsko brzmiącej miejscowości Kosciusko w Missisipi. Jej rodzice byli wtedy wciąż nastolatkami i rozstali się wkrótce po narodzinach córki. Chcieli nadać jej zaczerpnięte ze starotestamentowej Księgi Rut imię Orpah, ale przez pomyłkę urzędnika dziewczynkę zarejestrowano jako Oprah…

Pierwsze lata życia spędziła z babką. Potem z przerwami mieszkała u matki, aż wreszcie jako 15-latka przeprowadziła się do ojca. Wcześniej, w wieku 14 lat, urodziła dziecko – niestety, chłopiec zmarł w wyniku komplikacji po przedwczesnym porodzie.

Czytać nauczyła się już jako niespełna 3-latka. Od początku dobrze się uczyła, ale przyznawała, że to ojciec, choć surowy, na poważnie zmusił ją, żeby zajęła się swoją edukacją. – Ocalił mnie. Po prostu wiedział, czego ode mnie oczekuje, i nie zadowalał się półśrodkami – wspominała później.

Odnosiła sukcesy w szkole i… w konkursach piękności dla czarnoskórych. Dzięki wygranej w jednym z nich została zaproszona do miejscowej stacji radiowej, gdzie odczytała wiadomości. Miała to być jednorazowa przygoda, ale jej głos spodobał się na tyle, że zaproponowano jej pracę. Stamtąd trafiła do lokalnej telewizji, a później dalej, do Chicago.

Reszta to historia

Winfrey też zdarzały się potknięcia. W 1978 roku rozpłakała się na wizji podczas przekazywania wiadomości o pożarze; włodarze stacji uznali ją za zbyt emocjonalną i przesunęli do audycji śniadaniowej. Wtedy i oni, i widzowie odkryli coś, co babcia Winfrey wiedziała już wiele lat wcześniej – że Oprah jest stworzona do przeprowadzania wywiadów. Po jej dołączeniu do ekipy oglądalność poszybowała w górę.

W 1986 roku prezenterka dostała własny program: „The Oprah Winfrey Show". Może miała mniej doświadczona od innych prezenterów, ale nadrabiała to empatią, humorem i tym, że do swoich gości podchodziła z naprawdę szczerym zainteresowaniem. Do programu zapraszała zarówno celebrytów, jak i zwykłych ludzi – u niej każdy mógł podzielić się swoją historią.

Kiedy w latach 90. zaczęła prowadzić telewizyjny klub książki, wydawcy od razu zauważyli wzrost zainteresowania publikacjami, o których opowiadała przed kamerą. W 1994 roku jej wywiad z Michaelem Jacksonem – pierwszy, którego muzyk udzielił po 14 latach unikania rozmów z dziennikarzami – zgromadził 36,5 mln widzów i stał się czwartym pod względem oglądalności programem w dziejach amerykańskiej telewizji. W swoich audycjach Winfrey porusza też kontrowersyjne tematy, m.in. maltretowania i wykorzystywania seksualnego dzieci (szczególnie jej bliski ze względu na doświadczenia z młodości) czy nieskuteczności władz w walce z narkomanią – wierzy, że jej słowa mają znaczenie. Choć jej talk show zszedł z anteny w 2011 roku, ona ciągle chętnie gości przed kamerą. I ciągle nie brakuje jej tematów do rozmowy. **JK**

FOT. East News (3), Stopklatka

BARWY SZCZĘŚCIA

Ślub w tajemnicy

BARWY SZCZĘŚCIA
PT 29.05 godz. 20.05 TVP 2

Po cichej ceremonii w towarzystwie najbliższych przyjaciół Ewa (Gabriela Ziembicka) i Romeo obudzą się następnego ranka jako mąż i żona. Niestety, Grzelakowie (Elżbieta Romanowska, Jakub Wieczorek) i Elżbieta (Marzena Trybała) nie będą zachwyceni ich postępowaniem, gdy dostaną zdjęcia ze ślubu, o którym nic nie wiedzieli... Jako opiekunowie nie zgodzą się, by młodzi zamieszkali razem, dopóki nie skończą szkoły i w pełni się nie usamodzielnią. Tymczasem stan Krystyny (Hanna Bieluszko) zacznie się gwałtownie pogarszać. Jaworskiego (Jacek Kałucki) w trudnych chwilach będzie pocieszać Wanda (Maja Barełkowska)... **PM**





GLINIARZE

W starciu z psychopatą

GLINIARZE PT 29.05 godz. 17.00 POLSAT

Na recepcję Centralnego Biura Policji zgłasza się zakrwawiona i przerażona dziewczyna. Po kilkunastu sekundach dyżurnemu udaje się z dowiedzieć, że ktoś próbował ją zgwałcić. Niebawem okazuje się, że dramat, który przeżyła, to tylko jeden z całej serii ataków na kobiety w Warszawie. Niestety, sprawca od miesięcy pozostaje nieuchwytny. Zdeterminowani Olgierd (Arkadiusz Krygier) i Krzysiek (Radosław Rutkowski) ruszają tropem napastnika. Prawda o poszukiwanym mężczyźnie okaże się bardziej przerażająca, niż mogli się spodziewać, a jego bezwzględność i determinacja staną się bardzo poważnym zagrożeniem dla zdrowia i życia detektywów... **HM**

POLICJANTKI I POLICJANCI

Brawurowa ucieczka

POLICJANTKI I POLICJANCI
PT 29.05 godz. 19.00 TV 4

Lena (Alicja Dąbrowska) i Bartosz (Miłosz Błach) otrzymują trudne zadanie: mają przetransportować groźnego przestępcę, Romana Wilczewskiego, ze szpitala psychiatrycznego. Po przybyciu na miejsce odkrywają, że bandyta zdołał zranić lekarza i uciekł karetką. Natychmiast informują dyżurnego o ostatnich wydarzeniach i przystępują do przesłuchania świadków. Jedna z pielęgniarek zeznaje, że Wilczewski miał przecięte kajdanki. Wkrótce wychodzi na jaw brawurowa kradzież broni z internetowego sklepu, a trop wskazuje na planowany zamach. Czas nieubłaganie ucieka... Tymczasem Lena wyznaje Tomkowi (Paweł Palcat) swoją bardzo długo skrywaną tajemnicę. **HM**



Fot.: Artrama (2), POLSAT, TV4

TVP 1

5.05 **Wykrywacz kłamstw** – pr. publicyst., Pol. 2025-2026
5.20 **Pytanie dnia** – program publicystyczny, Polska 2026
5.45 **Reporterzy** – magazyn reporterów
5.55 **Oko na świat** – magazyn, Polska 2024-2026
6.20 **Akacjowa 38** (868) – telenowela, Hiszpania 2015
7.00 **Transmisja mszy świętej z Sanktuarium Matki Bożej na Jasnej Górze**
7.30 **Agape blisko Ciebie** – mag. religijny, Polska 2023-2025
8.00 **Serwis Info** – pr. inf., Polska
8.10 **Pogoda Info**
8.15 **Makłowicz w podróży** – magazyn kulin., Polska 2012
8.45 **Ranczo 4** (42) – serial obyczajowy, Polska 2009
9.45 **Komisarz Alex 4** (51) – serial kryminalny, Polska 2013
10.40 **Ojciec Mateusz 12** (157) – serial kryminalny, Pol. 2014
11.30 **Okrasa łamie przepisy** – magazyn kulin., Polska 2025
12.00 **Serwis Info** – pr. inf., Polska
12.10 **Agrobiznes** – magazyn rolniczy
12.30 **Agropogoda**
12.40 **Magazyn rolniczy**
12.55 Natura w Jedynce: **Abruzja – klejnot Włoch. Dzika Natura** (2-ost.) – film dokumentalny, Austria 2025
14.00 **Złoty chłopak** (301) – serial obyczajowy, Turcja 2022
15.00 **Serwis Info** – program informacyjny, Polska
15.15 **Reporterzy** – magazyn reporterów
15.35 **Gra słów. Krzyżówka** – teleturniej, Polska 2019-2026
16.05 **Dziedzictwo** (933) – serial obyczajowy, Turcja 2020
17.00 **Teleexpress, Pogoda**
17.25 **Jaka to melodia?** – teleturniej muzyczny
18.00 **Klan** (4726) – telenowela, Polska 2026 (patrz obok)
18.35 **Akacjowa 38** (879) – telenowela, Hiszpania 2015
19.30 **Program informacyjny 19.30**
19.55 **Pytanie dnia** – program publicystyczny, Polska 2026



18.00 TELENOWELA

Klan (4726)

Brajan chce stworzyć w drugim ośrodku, którym będzie zarządzał, centrum sportów wodnych. Kornel i Ostra przebywają w hotelu po koncercie. Jeden z gości robi im zdjęcia. Miłosz (Konrad Darocha, zdj.) martwi się, czy zdoła namówić Bożenkę do powrotu. **35 min**



20.30 KOMEDIOWY

Powrót (6-ost.)

Jan nie rozumie, dlaczego wrócił do świata żywych. Tęskni za rodziną, ale czuje, że nie jest gotowy na spotkanie. Obawia się reakcji Agaty. Tymczasem przy jego grobie gromadzą się ludzie. Wieść o zmartwychwstaniu rozchodzi się po kraju. Kostek próbuje odzyskać Malwinę (Maria Dębska, zdj.). **55 min**

20 20.10 **Sport, Pogoda**
20.30 **Powrót** (6-ost.) – serial komediowy, Polska 2022 (patrz obok)
21.25 **Po prostu przyjaźń**
FILM – komedia, Polska 2016, reż. Filip Zylber, wyk. Agnieszka Więdłocha, Magdalena Różczka, Maciej Zakościelny, Bartłomiej Topa (patrz obok) Gwiazdorsko obsadzona, wielowątkowa opowieść twórców „Listów do M.". **140 min**
23.45 **Wojna zastępcza** (13-ost.): Zaślubiny – serial szpiegowski, Polska 2025
0.40 **Karbala** – dramat wojenny, FILM Polska 2015, reż. Krzysztof Łukaszewicz, wyk. Bartłomiej Topa
2.35 **Smuga cienia** FILM – dramat obyczajowy, Polska/Wielka Brytania 1976, reż. Andrzej Wajda ▶ **4.45**



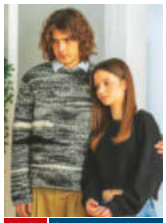
21.25 KOMEDIA

Po prostu przyjaźń

Grupa przyjaciół, do której należą Kamil (Piotr Stramowski, zdj.) oraz Grzesiek (Maciej Zakościelny, zdj.), wyrusza w góry. Uczestnicy wyprawy odkrywają tajemnicę, która odmieni ich życie. **140 min**

TVP 2

4.35 **Na dobre i na złe** (882): Kismet – serial obyczajowy, Polska 2013
5.30 **M jak miłość** (1766) – serial obyczajowy, Polska 2023
6.20 **Anna Dymna – spotkajmy się:** Anna Komorek – talk-show
6.50 **Barwy szczęścia** (3390) – serial obyczajowy, Polska 2026
7.30 **Pytanie na śniadanie – pobudka** – magazyn, Polska 2026
7.55 **Pytanie na śniadanie**
11.40 **Operacja zdrowie** (82) – magazyn medyczny, Polska 2025
12.10 **Andrzej Wajda – Notatki** (2): Krystyna Janda – cykl reportaży, Polska 2026
12.30 **Koło fortuny** – teleturniej, Polska 2024
13.15 **Panna młoda** (108) – serial obyczajowy, Turcja 2024
14.05 **Va banque** – teleturniej, Polska
14.35 **Na sygnale** (913): Byliśmy tak blisko – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2026
15.05 **La Promesa – pałac tajemnic** (401) – serial obyczajowy, Hiszpania 2022 Maria i Vera ciągle się kłócą. Salvador i Lope próbują dociec, co poróżniło ich narzeczone. Pelayo przekazuje Catalinie wieści o makabrycznym odkryciu policji. **55 min**
16.00 **Koło fortuny** – teleturniej, Polska 2024
16.35 **Familiada** – teleturniej
17.20 **Panna młoda** (109) – serial obyczajowy, Turcja 2024 Po odzyskaniu przytomności Cihan pragnie zobaczyć Hancer. Zanim jednak do tego dochodzi, przy jego łóżku pojawia się przebiegła Beyza. **55 min**
18.15 **Va banque** – teleturniej, Polska
18.50 **Jeden z dziesięciu** – teleturniej
19.25 **Barwy szczęścia** (3390) – serial obyczajowy, Polska 2026
19.55 **Domowe patenty 2** (6) – magazyn poradnikowy



20.05 OBYCZAJOWY

Barwy szczęścia (3391)

Ewa (Gabriela Ziembicka, zdj.) i Romeo (Jacek Tyszkiewicz, zdj.) budzą się w hotelu Stańskich jako małżeństwo, gotowi zacząć nowe życie. Tymczasem Grzelakowie i Elżbieta, którzy w nocy dostali zdjęcie z ich ślubu, wciąż nie mogą otrząsnąć się z szoku. **40 min**



20.45 ROZRYWKA

Kocham Cię, Polsko! (7)

W drużynie Michała Koterskiego zagrają tym razem Adam Zdrójkowski, Mateusz Jędraś i K.A.S.A. Zespół Filipa Gurłacza tworzyć będą Pola Gonciarz, Anna-Maria Sieklucka i Olga Sarzyńska. Gościem muzycznym tego odcinka jest grupa Kombii. Program prowadzi Marzena Rogalska (zdj.). **95 min**

20.05 **Barwy szczęścia** (3391) – serial obyczajowy, Polska 2026 (patrz obok)
20.45 **Kocham Cię, Polsko!** (7) – program rozrywkowy, Polska 2026 (patrz obok)
22.20 **Postaw na milion** – teleturniej, Polska
23.15 **To jest grane** (93) – program muzyczny, Polska 2026
23.45 **Program rozrywkowy**
0.00 **Milionerzy** – czarna FILM komedia, Francja 2024, reż. Maxime Govare, wyk. Anouk Grinberg, Pauline Clément, Fabrice Eboué, Sami Outalbali (patrz obok)
1.45 **Wakacyjna terapia** FILM – komedia, Francja 2018, reż. Eloise Lang, wyk. Miou-Miou, Camille Cottin, Camille Chamoux
3.20 **Akacjowa 38** – telenowela, Hiszpania 2015 ▶ **5.00**



0.00 KOMEDIA

Milionerzy

Paul (Fabrice Eboué, zdj.) i jego żona próbują dotrzeć do Marsylii, by odebrać wygraną w lotto. Pensjonariusz domu spokojnej starości umiera na zawał. Personel usiłuje przejąć jego szczęśliwy kupon. **105 min**

POLSAT

4.40 **Disco Gramy** – program muzyczny, Polska 2026
5.25 **Telezakupy TV Okazje**
6.00 **Nowy dzień z Polsat News** – program informacyjny
8.00 **halo tu polsat** – magazyn, Polska 2026
11.30 **Gliniarze** (808-810) – serial paradokumentalny, Polska 2023
14.40 **Dlaczego ja?** (1458): Pani Tajemnica – serial paradokumentalny, Polska 2025
15.50 **Wydarzenia**
16.15 **Pogoda**
16.20 **Interwencja** – magazyn reporterów
16.30 **Na ratunek 112** (1055): Zespół wstrząsu toksycznego – serial paradokumentalny, Polska 2025 Paulina postanawia pomóc swojej siostrze w znalezieniu miłości. Aranżuje randkę z kolegą z pracy. Po kilku tygodniach krewna przyprowadza do domu nowego partnera, aby ogłosić, że spodziewa się dziecka. **30 min**
17.00 **Gliniarze** (1215-ost.): Nie będzie dobrze – serial paradokumentalny, Polska 2026 Dziewczyna zgłasza na policję próbę gwałtu. Okazuje się, że to jeden z całej serii ataków na młode kobiety. Mazur i Chrobociński ruszają tropem sprawcy. Prawda o poszukiwanym mężczyźnie jest szokująca. **60 min**
18.00 **Pierwsza miłość** (4227) – serial obyczajowy, Polska 2026 (patrz obok)
18.50 **Wydarzenia**
19.15 **Gość „Wydarzeń"** – program publicystyczny
19.25 **Smak na każdą kieszeń** (5) – magazyn kulinarny, Polska 2026 Prowadzący przygotuje nowalijkowy krem śmietanowy z sałatką ziemniaczaną i makrelą. Zaproponuje też herbaciane teepresso. **10 min**
19.35 **Sport, Pogoda**



18.00 OBYCZAJOWY

Pierwsza miłość (4227)

Zakochany Radek (Karol Biskup, zdj.) cieszy się na nowy rozdział życia z Julitą (Dagmara Bryzek, zdj.). Tymczasem ona dostaje atrakcyjną propozycję zawodową. Sewerym dowiaduje się, że policja nie znalazła żadnego śladu Kazanowej w Niemczech. **50 min**



20.00 BIOGRAFICZNY

Oppenheimer

Lata 40. XX wieku. Utalentowany fizyk J. Robert Oppenheimer (Cillian Murphy, zdj.) zostaje zrekrutowany do projektu Manhattan, którego celem jest stworzenie bomby atomowej. Po wojnie działa na rzecz ograniczania rozprzestrzeniania się broni jądrowej. Mierzy się między innymi z oskarżeniami o szpiegostwo. **230 min**

20.00 **Oppenheimer** – dramat FILM biograficzny, Wielka Brytania/USA 2023, reż. Christopher Nolan, wyk. Cillian Murphy, Emily Blunt, Matt Damon, Gary Oldman (patrz obok) Film o losach genialnego fizyka został wyróżniony trzynastoma nominacjami do Oscara. Zdobył siedem statuetek. Odebrali je m.in. reżyser Christopher Nolan i odtwórca głównej roli Cillian Murphy. **230 min**
23.50 **Kroniki Riddicka** – film s.f., FILM USA 2004, reż. David Twohy, wyk. Vin Diesel, Colm Feore, Thandie Newton, Judi Dench (patrz obok) Vin Diesel w kontynuacji ponurego thrillera science fiction – „Pitch Black". **150 min**
2.20 **Sekstaśma** – komedia, FILM USA 2014, reż. Jake Kasdan



23.50 FILM SF

Kroniki Riddicka

Armia okrutnych Nekromongerów, wśród których jest wojownik Vaako (Karl Urban), podbija wszechświat. Powstrzymać ich może jedynie zbieg i kosmiczny awanturnik Riddick (Vin Diesel, zdj.). **150 min**

▶ – godzina zakończenia programu

PREMIERA – pierwszy raz w telewizji

TVN

DVB T2

5.40 Uwaga! – magazyn reporterów
5.55 Ukryta prawda (1652) – serial paradokumentalny, Polska 2024
6.50 Kuchenne rewolucje (3) – program rozrywk., Pol. 2024
Renata od kilku lat prowadzi restaurację meksykańską. By ją ratować, sprzedała mieszkanie, ale pieniądze się skończyły. Wezwana na pomoc Magda Gessler odkrywa coś, co wprawia ją w osłupienie. **55 min**
7.45 Dzień Dobry TVN – magazyn
11.25 Kuchenne rewolucje (1, 12) – program rozrywkowy, Pol.
Położony przy centrum Ostrowa Wielkopolskiego Best Bar cieszył się powodzeniem. Klienci cenili tutejsze kebaby, zapiekanki oraz pizzę. Kiedy Edward odkupił lokal, pojawiły się problemy. **135 min**
13.40 Ukryta prawda (1625, 1626, 1696) – serial paradokumentalny, Polska
Joanna martwi się o swoją matkę Wandę, która mieszka sama od śmierci ojca. Niespodziewanie przyjeżdżając do niej, spotyka znajomego z przeszłości, Mieszka. Okazuje się, że mężczyzna oszukał wdowę. **190 min**
16.50 Szpital św. Anny (36) – serial obyczajowy, Polska 2025 (patrz obok)
17.55 Detektywi (269) – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2025
Prokuratorka prowadząca sprawę przeciwko mafii zauważa, że jest śledzona. Prosi detektywów o pomoc. Wkrótce śledczy odkrywają, że sygnał z trakera śledzącego klientkę kierowany był do jej biura w prokuraturze. **65 min**
19.00 Fakty
19.30 Sport
19.35 Raport Roland Garros (6) – program sportowy, Polska 2026
19.40 Pogoda
19.50 Uwaga! – magazyn reporterów



16.50 OBYCZAJOWY
Szpital św. Anny (36)
Kaja (Ada Szczepaniak, zdj.) i Zosia udzielają wywiadu, w którym ujawniają przypadki molestowania lekarek przez Wrońskiego. Na oddział trafia młody kurier, który zasłabł przy doręczaniu przesyłki. Sam utrzymuje rodzinę i martwi się, że straci pracę. **65 min**



20.00 FILM SF
Aquaman i zaginione królestwo
Czarna Manta znów zagraża Ziemi. Korzysta z mocy Czarnego Trójzęba. Aquaman (Jason Momoa, zdj.) prosi o pomoc w walce z nim swojego przyrodniego brata Orma (Patrick Wilson, zdj.), poprzedniego władcę Atlantydy, który jest w więzieniu. Obaj muszą zapomnieć o tym, co ich dzieli. **160 min**

20.00 Aquaman i zaginione królestwo FILM – film s.f., USA/Australia/Islandia 2023, reż. James Wan, wyk. Jason Momoa, Ben Affleck, Patrick Wilson, Yahya Abdul-Mateen II (patrz obok)
22.40 Godzilla minus FILM – film s.f., Japonia 2023, reż. Takashi Yamazaki, wyk. Ryunosuke Kamiki, Sakura Andō, Minami Hamabe, Munetaka Aoki (patrz obok)
1.15 Ścigany FILM – dramat sensacyjny, USA 1993, reż. Andrew Davis, wyk. Harrison Ford, Tommy Lee Jones
3.50 Uwaga! – magazyn reporterów
4.05 Kuba Wojewódzki (1) – talk-show, Polska 2025
5.15 Jak to jest zrobione? (12) – serial dokumentalny, Kanada 2013-2014



22.40 FILM SF
Godzilla minus
Japonia, 1945 r. Pilot Koichi Shikishima (Ryunosuke Kamiki) dostaje rozkaz zabicia potwora, który pojawił się w okolicy wyspy Odo. Nie wykonuje go, co kończy się tragicznie. Wkrótce Godzilla znów atakuje. **155 min**

TV PULS

DVB T2

6.00 Policjanci z Miami (23): Lombard – serial kryminalny, USA 1985
7.00 Policjanci z Miami 2 (1): Syn marnotrawny, część 1 – serial kryminalny, USA 1985, wyk. Don Johnson, Edward James Olmos
8.00 Kobra – oddział specjalny (15, 16): Kosmos; Dzwonki na wietrze – serial sensacyjny, Niemcy 2015
10.00 Triumf miłości (169, 170) – serial obyczajowy, Meksyk 2010
Victoria jest wzruszona, gdy Maria po raz pierwszy nazywa ją matką. Fernanda zamierza adoptować dziecko. **120 min**
12.00 Nie igraj z aniołem (85) – serial obyczajowy, Meksyk 2008
Marichuy prosi Amadora o pracę. Casilda zawiadamia ojca Anselma, że Marichuy wróciła do stolicy. Onelia rozważa powołanie Marichuy na świadka. Jej zeznania mogą obciążyć Juana Miguela. **60 min**
13.00 Wspaniałe stulecie (19) – serial kostiumowy, Turcja 2012-2013
14.00 Kurierzy (5) – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2023
15.00 Lombard. Życie pod zastaw 10 (482, 483) – serial obyczajowy, Polska 2022
Paprot przyprowadza do lombardu motocykl, za który Lolek jest gotów dużo zapłacić. Kolekcjonerski model nie ma sprawnego silnika. Z kolei Marta i jej partner rozpoczynają kurs adopcyjny. **120 min**
17.00 Kurierzy (6) – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2023
18.00 Lombard. Życie pod zastaw 18 (963, 964) – serial obyczajowy, Polska 2026
Damian spędza noc z Kariną, córką gangstera. Ma spłacić „dług wdzięczności" – zmienić wygląd kradzionego samochodu i przemycić go przez granicę. Barski zakłóca biznesowe spotkanie Marty. **120 min**



20.00 DRAM. SENS.
Brygada ponad prawem
Paryż. Serge Buren (Jean Reno, zdj.) jest legendą policji. Jego ludzie stosują niekonwencjonalne metody pracy, które są skuteczne, choć nie cieszą się poparciem przełożonych. Ekipa musi stawić czoło gangsterom, którzy okradają banki i mordują przeciwników. **115 min**



21.55 SENSACYJNY
Cudzoziemiec
Córka londyńskiego biznesmena Quana (Jackie Chan) ginie w zamachu. Zrozpaczony ojciec postanawia znaleźć sprawców ataku. Nawiązuje kontakt z wiceministrem rządu Irlandii Północnej, Liamem Hennessy (Pierce Brosnan, zdj.). Zmusza go do ujawnienia tożsamości ludzi związanych ze zbrodnią. **130 min**

20.00 Brygada ponad prawem FILM – dramat sensacyjny, Francja/Wielka Brytania 2015, reż. Benjamin Rocher, wyk. Jean Reno, Alban Lenoir, Caterina Murino, Oumar Diaw (patrz obok)
W 2023 roku powstał sequel filmu: „Brygada ponad prawem powraca". Za kamerą ponownie stanął Benjamin Rocher. **115 min**
21.55 Cudzoziemiec FILM – film sensacyjny, Wielka Brytania/Chiny/USA 2017, reż. Martin Campbell, wyk. Katie Leung, Jackie Chan, Rufus Jones, Mark Tandy (patrz obok)
0.05 Pomścić córkę FILM – film sensacyjny, USA 2022, reż. Jared Cohn, wyk. Bruce Willis, Clive Standen, Mike Tyson, Theo Rossi (patrz obok)
2.00 Zobacz to!



0.05 SENSACYJNY
Pomścić córkę
Nastoletnia Kat (Maddie Nichols) zostaje zamordowana przez synów szefa mafii, Donniego Fettera (Bruce Willis). Ojciec dziewczyny, Will (Clive Standen, zdj.), zamierza wymierzyć sprawiedliwość zabójcom. **115 min**

TVN 7

DVB T2

5.20 Ten moment (25) – serial paradokumentalny, Polska 2015-2016
5.55 Szkoła (684-686) – serial paradokumentalny, Polska 2019
8.45 Ukryta prawda (1307, 1384, 1385) – serial paradokumentalny, Polska
11.55 W-11 – Wydział Śledczy (1008-1010) – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2013
14.00 Detektywi (93): Trudny rozwód – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2024
Policja zatrzymuje mężczyznę w związku z zabójstwem żony. Para przechodziła przez trudny rozwód. Córka podejrzanego prosi o pomoc w udowodnieniu jego niewinności. **60 min**
15.00 Szpital św. Anny (129) – serial obyczajowy, Polska 2026
Pięćdziesięciolatek, który stracił przytomność na ulicy, odmawia leczenia. Wojtek podejrzewa u niego niewydolność serca. Zyta, Kaśka i Kaja analizują dokumenty, które mogą skompromitować Streckera. **60 min**
16.00 Sędzia Anna Maria Wesołowska 6 (24, 25) – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2019
Adam zostaje oskarżony o kradzież zegarka należącego do kochanka żony, z którą się rozwodzi. Mężczyzna twierdzi, że przedmiot otrzymał w ramach rozliczenia za sfinansowanie kobiecie operacji biustu. **120 min**
18.00 Sekrety życia (29) – serial paradokumentalny, Polska 2023
Dorota prowadzi z bratem restaurację, którą odziedziczyli po rodzicach. Menadżerem lokalu jest mąż kobiety, Krzysztof. Okazuje się, że bez konsultacji z nią wydał sporą kwotę. Jednocześnie córka pary informuje o zaręczynach. To nie koniec zaskakujących wieści. **60 min**
19.00 Ukryta prawda (1500) – serial paradokumentalny, Polska 2023 (patrz obok)

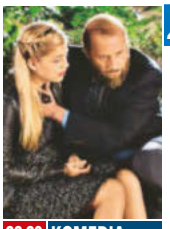


19.00 PARADOKUM.
Ukryta prawda (1500)
Iwona w trakcie przeprowadzki odkrywa tajemniczą szkatułkę. W środku są laurka, rachunki z restauracji i zdjęcie nieznajomej. Rozpoczyna prywatne śledztwo, aby poznać tożsamość rywalki. Podczas konfrontacji z partnerem stawia ultimatum. **60 min**



20.00 KOMEDIA
Każdy wie lepiej
Psycholog Ania (Joanna Kulig, zdj.) i informatyk Grzesiek (Michał Czernecki, zdj.) próbują stworzyć patchworkową rodzinę. Ich spokój burzy wizyta bliskich, która okazuje się gwałtownym zderzeniem zupełnie odmiennych światów. Krewni uważają, że związek tych dwojga skazany jest na porażkę. Postanawiają go rozbić. **140 min**

20.00 Każdy wie lepiej FILM – komedia, Polska 2021, reż. Michał Rogalski, wyk. Joanna Kulig, Michał Czernecki, Grażyna Szapołowska, Andrzej Seweryn (patrz obok)
Bezpretensjonalna miłosna historia i zarazem satyryczny portret współczesnego społeczeństwa. **140 min**
22.20 Rozumiemy się bez słów FILM – komedia, Francja/Belgia 2014, reż. Eric Lartigau, wyk. Karin Viard, François Damiens, Eric Elmosnino, Louane Emera (patrz obok)
0.35 To nie tak, jak myślisz, kotku FILM – komedia, Polska 2008, reż. Sławomir Kryński
2.45 Żyjąc z potworem 7 (18) – serial dokumentalny
3.45 Dorota was urządzi! (11, 12) – program rozrywkowy, Polska 2016



22.20 KOMEDIA
Rozumiemy się bez słów
16-letnia Paula (Louane Emera, zdj.) to jedyna słysząca osoba w rodzinie. Gdy pedagog namawia ją do nauki w szkole w Paryżu, dziewczyna nie wie, jak powiedzieć o tym bliskim. **135 min**

DVB T DVB T2 – stacje dostępne w naziemnej telewizji cyfrowej

TVP 3

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

TVP POLONIA

11.50 Przepis dnia (13) – mag.
12.00 Serwis Info – pr. inform.
12.10 M jak miłość (1924, 1925) – obycz., Pol.
13.50 Polonia 24 Tygodnik
15.00 Serwis Info – pr. inform.
15.10 Wszystko przed nami (88) – serial obycz., Polska
15.40 Turystyczna jazda
16.00 Fenomen Fogga – dok.
17.00 Teleexpress
17.20 Gra słów. Krzyżówka
17.50 Teleexpress Extra – inf.
18.15 Górna półka smaku (4)
18.45 Panorama
19.20 Polacy światu
19.30 Program informacyjny 19.30
19.55 Pytanie dnia – pr. publ.
20.10 Sport, Pogoda

TV 4

6.00 Strażnik Teksasu (27, 1) – serial sensacyjny, USA
7.55 Bogaty dom – biedny dom (122) – reality show, Polska 2025
8.55 Policjantki i Policjanci (452, 453) – serial obycz.
10.55 Na ratunek 112 (1116, 475) – paradok., Pol.
11.55 Dlaczego ja? (1539, 1540) – serial paradokumentalny, Polska
13.55 Trudne sprawy (1304-1306) – serial paradokumentalny, Polska
16.55 Łowcy skarbów. Kto da więcej? (537) – reality show, Polska 2025
18.00 Policjantki i Policjanci (1434, 1435) – obycz., Pol.

PULS 2

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

TVP ROZRYWKA

6.10 Zakochaj się w Polsce (211) – magazyn
6.40 Gra słów. Krzyżówka
7.10 Okrasa łamie przepisy
8.15 Familiada – teleturniej
8.50 Va banque – teleturniej
9.25 Koło fortuny – telet., Pol.
10.00 Program rozrywkowy
10.10 Makłowicz w podróży
10.45 Postaw na milion
12.35 Familiada – teleturniej
13.15 Tygrysy Europy (10)
14.15 Pan Mama (24, 25)
15.25 Kabaretomaniacy (30, 34) – pr. rozr., Polska
17.25 Va banque – teleturniej
18.00 Koło fortuny – telet., Pol.
18.40 Okrasa łamie przepisy
19.45 Makłowicz w podróży
20.20 Postaw na milion

TTV HD

6.50 Diabelnie boskie 2 (20)
7.20 Ukryta prawda (1192)
8.20 Kartoteka 9 (29, 30)
10.30 Detektywi (239, 329)
12.30 Zakup w ciemno 3 (15)
13.30 Zakup w ciemno 4 (14)
14.30 Kartoteka 5 (9)
16.45 Express – pr. inform.
16.58 Pogoda, Sport
17.05 Życie na kredycie 7 (1, 2) – reality show, Polska
18.05 Zakup w ciemno extra (17) – reality show, Polska
18.45 Damy i wieśniaczki. PL 10 (5) – fab.-dok., Pol.
19.45 Express, Pogoda – inf.
20.05 Idź na całość 2 (29)
21.05 Zakup w ciemno extra (35) – reality show, Polska
21.45 Express, Pogoda – inf.

OBYCZAJOWY



22.30 Złoty chłopak (162)
Halis stawia warunek Feritowi, dając mu ostatnią szansę – musi się rozwieść z Seyran i poślubić Pelin. Seyran zamieszkuje z kolężankami z uczelni. **60 min**

23.30 Kryminalna siódemka
23.55 Panorama
0.25 Program informacyjny 19.30
0.45 Panorama dnia – pr. inf.
1.20 Kryminalna siódemka
1.40 Dziedzictwo (817) – serial obycz., Turcja 2020
2.30 Niebezpieczne związki
3.20 Program informacyjny 19.30

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

OBYCZAJOWY



20.25 Na dobre i na złe (990)
Gloria rozstaje się z Begerem, ukrywając, że spędziła noc u Zawady. Maria wraca do pracy po napaści seksualnej. Udaje, że wszystko jest w porządku, choć jest bliska załamania. **50 min**

21.15 Na sygnale (641, 642)
22.15 Kabaretowa Noc pod Gwiazdami – Lidzbark Warmiński 2025 (1)
23.15 Panorama
23.45 Matki, żony i kochanki (12) – serial obycz., Polska
0.40 Rodzinka.pl (257) – kom.
1.10 Polskie opowieści (6)
1.30 Program informacyjny 19.30
1.55 Pytanie dnia – pr. publ.

ROZRYWKA



20.00 Gwiazdy Kabaretu (169, 177) – Pol.
W odcinku pojawi się improwizacja Andrzeja Mierzejewskiego z Kabaretu Smile (zdj.) w roli klauna. To występ z udziałem publiczności. Widzów rozbawi też skecz „Kwarantanna". **120 min**

22.00 8 części prawdy
FILM – thriller, USA 2008
23.55 STOP Drogówka – mag.
0.55 Love Island. Wyspa miłości (1) – reality show
2.30 Interwencja – mag.
2.55 Śmierć na 1000 sposobów (5) – dok.
3.25 Lubię disco! (283) – muz.
4.25 Top 10 – lista przebojów – pr. muz.

KOMEDIA



20.00 Naga broń 33 1/3: Ostateczna zniewaga – USA 1994, reż. Peter Segal
FILM
Terrorysta zamierza dokonać zamachu podczas gali rozdania Oscarów. Niezdarny porucznik Frank Drebin (Leslie Nielsen, zdj.) robi wszystko, by powstrzymać groźnego przestępcę. **105 min**

21.45 800 – dramat
FILM wojenny, Chiny 2020
0.50 Krzyk 4 – horror, USA
FILM 2011, wyk. Neve Campbell
3.00 Lombard. Życie pod zastaw 9 (456) – obycz.
4.00 Niesamowite! (21, 22) – serial dokumentalny, Pol.
5.00 Kręcimy z gwiazdami 3 (9) – pr. rozr., Polska 2013

ROZRYWKA



22.15 Tygodnik Moralnego Niepokoju – The Best of (39) – Pol.
Wybór najlepszych skeczy Roberta Górskiego (zdj.) i spółki. Kultowe scenki ukazują codzienne sytuacje w krzywym zwierciadle i przypominają, za co widzowie ich kochają. **35 min**

22.50 Do śmiechu! (65) – rozr.
23.45 Kabaret. Super Show Dwójki (4) – pr. rozr., Pol.
0.40 Koło fortuny – telet., Pol.
2.00 Życie to kabaret: **Marzenia Marcina Dańca 2024** (1, 2) – rozr.
3.40 Program rozrywkowy
4.30 Hity wszech czasów (38) – magazyn muzyczny

ROZRYWKA



22.00 Ostre cięcie 12 (1) – Polska 2026
Mariusz, właściciel salonu fryzjerskiego w Gliwicach, zmaga się z organizacją i finansami. Andrzej i Tomasz pomagają, porządkując sprawy i oferując wsparcie, aby odkryć potencjał salonu. **60 min**

23.00 Gogglebox. Przed telewizorem 21 (9, 4) – pr. rozrywk., Pol. 2024
1.00 Diabelnie boskie (3, 4) – reality show, Pol. 2023
1.55 Damy i wieśniaczki. Za granicą (7, 8) – serial fabularno-dokum., Polska
3.55 Sędzia Anna Maria Wesołowska (502) – serial fabularno-dokum.

TVP 3 PROGRAMY LOKALNE

BIAŁYSTOK **16.55** Strefa otwarta **17.25** Czytanie puszczy **17.55** Kreatywni po godzinach **18.05** Przystanek Kultura **18.20** Z Koronkiewiczem przez Podlasie **18.30** Obiektyw **18.50** Sport, Pogoda **19.00** Bez kantów **21.00** Wykrywacz kłamstw **21.20** Pilna sprawa **21.30** Obiektyw

BYDGOSZCZ **17.00** Fach że hej **17.30** Klub Kultura **18.15** Słowo daję! **18.30** Zbliżenia **19.00** Rozmowa dnia **19.20** Razem dla regionu **21.00** Rozmowa dnia **21.20** Eksperst ZUS odpowiada **21.30** Zbliżenia **21.45** Sport, Pogoda

GDAŃSK **17.30** Do brzegu **17.50** Polacy na morze **18.15** Czyżewskiego 42 **18.30** Panorama **19.00** Zawodowcy **21.00** Bezgranicznie: Karaś&Frej **21.15** Czyżewskiego 42 **21.30** Panorama

KATOWICE **17.00** Nasza strona miasta **17.15** Dzień z bliska **17.30** Chodźmy do teatru **17.50** Zdarzyło się **18.00** Protokół rozbieżności **18.30** Aktualności **18.55** Pogoda, Sport **19.10** Gramy dla was **21.15** Ziołowa apteka **21.30** Aktualności

KRAKÓW **17.10** Msza święta dla chorych **18.01** Etno Małopolska **18.30** Kronika **18.56** Tematy dnia **19.12** Turystyczna jazda **21.03** Wykrywacz kłamstw **21.30** Kronika **21.45** Tematy dnia

LUBLIN **17.55** PGE – kampania edukacyjno-informacyjna **18.10** Zobacz, co słychać **18.30** Panorama lubelska **19.00** Magazyn sportowy **19.15** Scena jest Twoja **21.02** Zdarzenia **21.15** Gość „Panoramy" **21.30** Panorama lubelska

ŁÓDŹ **17.10** Babskim okiem **17.30** Pracownia reportażu **17.45** Wykrywacz kłamstw **18.05** Za szybą **18.15** Konkretnie **18.30** Łódzkie wiadomości dnia **18.50** Sport, Pogoda **19.00** Ostatni mistrzowie **21.00** Zapraszamy do nas **21.30** Łódzkie wiadomości dnia

POZNAŃ **17.00** Wspólne popołudnie **17.30** Teleskop **17.44** Wspólne popołudnie z naturą **18.30** Teleskop **19.00** Reportaż TVP Poznań **21.02** Wykrywacz kłamstw **21.22** Litera | Sztuka **21.30** Teleskop

RZESZÓW **17.02** Kalejdoskop filmowy **17.10** Msza święta dla chorych **18.01** Popołudnie z TVP 3 Rzeszów **18.30** Aktualności **19.00** Rusz się, człowieku **19.13** Podkarpackie tablice i inskrypcje **21.00** Wykrywacz kłamstw **21.30** Aktualności

SZCZECIN **17.30** Całkiem niezła historia **17.45** Vito odkrywa Polskę **18.10** Zwierzolubni **18.30** Kronika **18.52** Spięcie **19.07** MediaLab **21.00** Zwierzolubni **21.10** Spięcie **21.30** Kronika **21.50** Rozmowa dnia

WARSZAWA **17.18** MediaLab **17.35** Reagujemy **18.00** Zawsze na temat **18.30** TKW **18.42** Kurier Mazowiecki **19.00** Gwiazdorska kuchnia Ani 2 **21.00** Mody polskie **21.30** Kurier Warszawy i Mazowsza

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

TVP HD

7.55 Rodzinka.pl (141, 142)
8.55 Ojciec Mateusz 14 (184, 185) – krym., Pol. 2015
10.45 Gra słów. Krzyżówka
11.20 Na sygnale (579, 580)
12.25 Ojciec Mateusz 3 (37)
13.20 Komisarz Alex (1) – serial kryminalny, Polska 2012
14.15 Ranczo 9 (105, 106)
16.05 Domowe patenty 2
16.10 Postaw na milion – telet.
17.10 Okrasa łamie przepisy
17.45 Makłowicz w podróży
18.20 Ojciec Mateusz 22 (279)
19.20 Ranczo 10 (126) – obycz.
20.10 Rodzinka.pl (243, 244) – serial komediowy
21.25 Ojciec Mateusz 35 (448)
22.20 System – dramat krym.,
FILM USA/Wlk. Bryt./Czechy 2015
0.50 PitBull (23-25) – sens., Pol.

TVP KULTURA

11.30 Będzie lepiej
FILM – komedia, Polska 1936
13.20 Fenomen Fogga – dok.
14.25 Wąchać kwiatki od spodu – czarna komedia, Francja 1964
16.10 Godzina z... Mieczysławem Foggiem
17.10 Starszy pan. I'm sorry
18.05 Tygodnik kulturalny
18.55 Dzień, w którym umarła gwiazda rocka – dok.
19.30 Video Killed the Radio Star – serial dok., Wlk. Bryt.
20.00 Wieczór kinomana
20.10 Wściekły byk – dramat
FILM biograficzny, USA 1980
22.25 Czwartkowy klub filmowy – magazyn filmowy
22.35 Człowiek z żelaza
FILM – dramat społ., Polska 1981

ANTENA HD

11.35 Kabaretowy szał (17)
12.35 Winnice miłości (62)
13.45 Wojciech Cejrowski – boso przez świat (91, 92) – cykl reportaży, Pol.
14.50 Ciężarówką przez śniegi 3 (2, 3) – serial dok.
16.50 77 TV 2 (13) – pr. rozr., Pol.
17.50 77 TV 5 (22) – pr. rozr., Pol.
18.50 Astrid i Raphaëlle: Kryminalne Geniuszki (7)
19.58 Czas na pogodę! – pr. inf.
20.00 Morderstwa we Francji
FILM **– Correze** – krym., Fr. 2019
22.05 Morderstwa we Francji
FILM **– Plaża Omaha** – film kryminalny, Fr./Belgia 2018
0.05 Zbrodnia ukryta
FILM **w walizkach: Historia Melanie McGuire** – film kryminalny, USA 2022

TV 6

6.55 Policjantki i Policjanci (651, 652) – serial obycz.
8.55 Kobra – oddział specjalny (195, 196)
10.55 48h. Zaginieni (261-263)
13.55 Policjantki i Policjanci (1170) – serial obycz., Polska
14.55 Kobra – oddział specjalny (197, 198)
17.00 Magnum: Detektyw z Hawajów 5 (91) – sens.
18.00 Strażnik Teksasu (2, 3)
20.00 CSI: Kryminalne zagadki Miami (1, 2) – serial krym.
22.00 Kości (75, 76) – serial krym.
0.00 Domino śmierci – thriller,
FILM USA 2019, reż. Ken Sanzel
1.55 Krejzi patrol (53-57)
4.30 Kochane pieniądze (38)
5.35 SuperLudzie Extra – mag.
5.45 Telezakupy TV Okazje

BBC FIRST

11.45 Zagadki doktora Blake'a 5 (1) – serial krym.
12.55 Shakespeare i Hathaway: Prywatni detektywi 2 (9, 10) – krym.
14.55 Ojciec Brown 5 (4) – krym.
15.50 Lewis (3) – krym., Wlk. Bryt.
17.00 My Life is Murder 4 (1) – serial kryminalny
18.00 Morderstwa w Midsomer 13 (4)
19.50 Śmierć pod palmami 11 (4) – serial krym., Wlk. Bryt.
21.00 Ojciec Brown 13 (7)
22.00 Śmierć z dala od palm 4 (3) – serial krym., Wlk. Bryt.
23.15 Shakespeare i Hathaway: Prywatni detektywi 2 (9, 10) – krym.

ROMANCE TV

14.15 Inga Lindstrom: Siła wspomnień – dramat obyczajowy, Niemcy 2004
16.05 Toni – akuszer. Ucieczka
FILM **z gniazda** – komedia, Niemcy 2021
18.00 Zwierzyniec doktor Mertens (104) – obycz.
19.00 Górski lekarz (108)
20.00 Statek Marzeń
FILM **– Mauritius** – film obyczajowy, Niemcy 2014
21.55 Inga Lindström: Hanna
FILM **i dobre życie** – film obyczajowy, Niemcy 2023
23.50 Górski lekarz (108)
0.45 Statek Marzeń
FILM **– Mauritius** – film obyczajowy, Niemcy 2014

COMEDY CENTRAL

8.55 Przyjaciele 10 (3-8) – kom.
11.55 Teoria wielkiego podrywu 11 (14-19) – kom.
14.30 Dwóch i pół 12 (11-14)
16.25 Przyjaciele 10 (9-14)
19.30 Teoria wielkiego podrywu 11 (20-24) – kom.
21.35 Teoria wielkiego podrywu 12 (1) – kom.
22.00 The Office PL 2 (1, 2)
23.05 Comedy Club 8 (3, 4)
0.05 Miasteczko South Park 21 (8, 9)
1.00 Pracoholicy 5 (8, 9) – kom.
2.00 Śmieszniej nie będzie 3 (19, 20) – program rozrywk.
3.00 Miasteczko South Park 21 (5-7)
4.30 Comedy Club 8 (6-8)

TVN FABUŁA

9.50 Prawo Agaty (12) – obycz.
10.50 Szpital św. Anny (63)
11.50 Druga szansa 4 (4, 5)
13.55 Prawo Agaty (11) – obycz.
14.55 Detektywi (474, 475)
15.55 Po drugiej stronie kamery (5) – serial dokum.
17.00 Dziewczyny z Hollywood 3 (13) – rozr.
17.20 Psy i koty: Odwet Kitty
FILM – film familijny, USA/Australia 2010
19.00 Szpital św. Anny (43)
20.00 Na bank się uda
FILM – komedia krym., Pol. 2019
22.20 Legendy ringu – komedia,
FILM USA 2013, reż. Peter Segal
0.40 Batman: Początek
FILM – sens., USA/Wlk. Bryt. 2005

STOPKLATKA

- 6.50 **Złoty interes 2** (8) – rozr.
- 7.45 **Wojciech Cejrowski – boso przez świat**
- 8.55 **Robert Makłowicz** (218, 205) – mag. kulin.
- 10.45 **Pyszne dania w 10 minut z Julią Oleś 2** (5)
- 10.55 **Górski lekarz** (10, 11)
- 13.00 **Katastrofy w przestworzach** (2, 3, 10) – serial dok., Kan.
- 16.00 **MacGyver 2** (22) – sens.
- 17.00 **MacGyver 3** (1) – serial sensacyjny, USA/Kanada 1987, wyk. Richard Dean Anderson, Dana Elcar
- 18.00 **Wojny magazynowe: Kanada 2** (17, 18)
- 19.10 **Wojny kontenerowe 3** (8, 9) – serial dokum., USA

POLSAT 2

- 5.50 **Wydarzenia**
- 6.30 **Nasz nowy dom** (266) – reality show, Pol. 2022
- 7.30 **Na ratunek 112** (869, 870) – paradok., Pol.
- 8.30 **Sekrety rodziny** (297-299) – paradok., Pol.
- 11.30 **Trudne sprawy** (921) – serial paradokumentalny
- 12.30 **Dlaczego ja?** (1472, 1473) – paradok.
- 14.30 **Świat według Kiepskich** (389-393) – serial komediowy, Pol.
- 17.00 **48h. Zaginieni** (99, 100) – serial kryminalny, Polska
- 19.00 **Gliniarze** (967) – serial paradokumentalny, Polska
- 20.00 **Ślad** (43) – serial krym.
- 21.00 **Gliniarze** (892) – paradok.

TVP SERIALE

- 5.55 **Rodzinka.pl** (74) – kom.
- 6.30 **Na sygnale** (456, 457) – serial fabularno-dokum.
- 7.45 **Ojciec Mateusz** (6)
- 8.45 **Komisarz Alex 24** (303)
- 9.35 **Rodzinka.pl** (75) – kom.
- 10.10 **Klan** (1424) – telen., Pol.
- 10.40 **Ranczo 6** (74) – obycz.
- 11.30 **Rodzinka.pl** (312, 313)
- 12.30 **Pan Mama** (53) – kom.
- 13.10 **Zaraz wracam 2** (133)
- 13.45 **Ojciec Mateusz 28** (357, 358) – serial krym.
- 15.40 **Komisarz Alex 24** (304) – serial kryminalny, Polska
- 16.30 **Na sygnale** (458, 459) – serial fabularno-dokum.
- 17.40 **Ranczo 6** (75, 76) – obycz.
- 19.30 **Ojciec Mateusz** (359, 7) – serial kryminalny, Polska

KINO POLSKA

- 6.00 **Zwierzęta Wajraka 3** (2) – serial dokumentalny
- 6.25 **Och! Kabaret 4** (4) – program rozrywkowy
- 7.15 **Zwierzęta Wajraka 3** (3) – serial dokumentalny
- 7.45 **Polska Kronika Filmowa** – serial dokum.
- 7.55 **Syn szczęścia** – film krótkometrażowy, 2024
- 8.25 **Tama** – etiuda film., 2024
- 8.50 **Potop Redivivus** FILM – film historyczny, 2014
- 12.50 **Konsul** – komedia FILM kryminalna, 1989
- 15.05 **Piłsudski** – film biograf., FILM 2019, wyk. Borys Szyc, Magdalena Boczarska
- 17.20 **Pogranicze w ogniu** (3, 4) – serial sensacyjny

AXN

- 6.00 **CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 10** (14, 15) – serial kryminalny, USA/Kanada
- 7.30 **Doktor Larsen** (9, 10) – serial obycz., USA 2025
- 9.25 **Castle 8** (1, 2) – serial krym., USA 2015-2016
- 11.25 **Detektyw Monk 3** (1, 2) – serial kryminalny, USA
- 13.25 **Agenci NCIS: Hawaje** (1, 2) – serial kryminalny, USA 2021
- 15.20 **Agenci NCIS 15** (11, 12) – serial sensacyjny, USA
- 17.10 **Kryminalne zagadki Las Vegas** (11, 12) – serial kryminalny, USA/Kanada
- 19.10 **Castle 8** (3, 4) – serial krym., USA 2015-2016

CANAL+ PREMIUM

- 8.50 **Kiler** – komedia FILM sensacyjna, Polska 1997
- 10.35 **Warcraft: Początek** FILM – film fantasy, Chiny/Kanada/Japonia 2016
- 12.35 **Łapu-capu**
- 12.40 **Morderstwo** FILM **w ambasadzie** – film krym., Wlk. Bryt. 2025
- 14.05 **Cat's Eyes** (8-ost.)
- 15.00 **Hollywood Buzz** – mag.
- 15.30 **Dalajlama. Przez mądrość do szczęścia**
- 17.05 **Saga „Zmierzch":** FILM **Zaćmienie** – film fantasy, USA 2010
- 19.05 **Łapu-capu**
- 19.10 **Mamma Mia!** – komedia FILM muzyczna, USA/Wielka Brytania/Niemcy 2008

BIOGRAFICZNY



20.00 Kamerdyner – USA FILM 2013, reż. Lee Daniels

W roku 1952 Cecil Gaines (Forest Whitaker, zdj.) otrzymuje posadę kamerdynera w Białym Domu. Przez kolejne dekady staje się świadkiem wydarzeń przełomowych dla kraju i świata. **165 min**

- 22.45 **Czerwony smok** FILM – thriller, USA/Niemcy/Włochy 2002, wyk. Anthony Hopkins
- 1.30 **Wszyscy jesteśmy** FILM **Chrystusami** O – dramat psychologiczny, Polska 2006
- 3.50 **Fuga** O – film FILM psychologiczny, Polska/Czechy/Szwecja 2018

THRILLER



22.00 Hanna – USA/Wielka FILM Brytania/Niemcy 2011

Nastoletnia zabójczyni (Saoirse Ronan, zdj.) została wyszkolona przez ojca, byłego komandosa (Eric Bana, zdj.). Ma wypełnić pierwsze zadanie. Odkrywa nieznane fakty ze swojej przeszłości. **135 min**

- 0.15 **Volta** – komedia, Polska FILM 2017, wyk. Andrzej Zieliński, Olga Bołądź
- 2.40 **Wydarzenia**
- 3.20 **Ewa gotuje** (506) – mag.
- 4.00 **Strzelnica Navala** (3) – magazyn sportowy
- 4.55 **Interwencja** – mag.
- 5.10 **Drwale i inne opowieści Bieszczadu** (174) – serial dokum., Pol.

OBYCZAJOWY



21.30 Ranczo 6 (77, 78) – Pol.

Osamotniona w walce z pikietującymi Lucy postanawia do nich dołączyć. Po zmroku uczestnicy protestu zaczynają rozgrzewać się alkoholem, którym częstują także panią wójt. **110 min**

- 23.20 **Ojciec Mateusz 28** (360) – serial kryminalny, Polska
- 0.15 **Biały Potok** – komedia, FILM Polska 2021
- 1.50 **Oficerowie** (1) – serial sensacyjny, Polska 2006, wyk. Cezary Pazura, Katarzyna Cynke
- 2.45 **Zatoka szpiegów 2** (16, 17) – szpiegowski, Pol.
- 4.20 **Klan** (1424) – telen., Pol.
- 4.55 **Zaraz wracam 2** (133)

BIOGRAFICZNY



20.00 Wałęsa. Człowiek FILM z nadziei – 2013

PRL. Pracownik stoczni, Lech Wałęsa (Robert Więckiewicz, zdj.), walczy o prawa robotników. Zostaje szefem związków zawodowych. Z czasem zmienia się w charyzmatycznego lidera. **165 min**

- 22.45 **Mała wielka miłość** FILM – komedia romant., 2008, wyk. Joshua Leonard
- 1.05 **Ach śpij, kochanie** O FILM – film kryminalny, 2017, wyk. Andrzej Chyra
- 3.10 **Dom zły** O – dramat FILM kryminalny, 2009, wyk. Arkadiusz Jakubik
- 5.45 **7 słów o przemijaniu** – etiuda dokumentalna

FANTASY



21.05 Saga „Zmierzch": FILM **Przed świtem. Część 2** – USA 2012

Bella i Edward wychowują Renesmee (Mackenzie Foy, zdj.). Dziewczynce zagraża ród Volturi. Zarówno jej rodzina, jak i Jacob (Taylor Lautner, zdj.), robią wszystko, by ją ochronić. **140 min**

- 23.25 **Bez litości 2** FILM – thriller, USA 2018
- 1.55 **Castle 8** (3, 4) – krym.
- 3.45 **FBI 2** (1) – serial kryminalny, USA 2020, wyk. Missy Peregrym, Zeeko Zaki
- 4.45 **Walker: Strażnik Teksasu** (2) – serial krym.
- 5.30 **Blok promocyjny AXN**

KRYMINALNY



21.00 To nie jest zagadka kryminalna (5)

Drzwi posiadłości znów otwierają się dla nowych gości. Do Magritte'a i innych dołączają Picasso, Guggenheim i Freud. Dochodzi do kolejnego zaginięcia. **60 min**

- 22.00 **Miasteczko Shelby** PREMIERA FILM **Oaks** – horror, Belgia/USA 2024
- 23.30 **Polowanie** – dramat FILM sensacyjny, USA 2025, wyk. Mel Gibson
- 1.15 **Syn przeznaczenia** FILM – horror, Wielka Brytania/Francja 2025

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

13 ULICA

- 6.10 **Zbrodnie idealne** (5, 6) – serial kryminalny, Fr. 2017
- 8.20 **Petra** (1) – serial krym., Wł.
- 10.25 **Agenci NCIS: Los Angeles 14** (7, 8) – sens.
- 12.15 **Motyw 4** (10, 11) – krym.
- 14.10 **Zbrodnie idealne** (7, 8) – serial kryminalny, Fr. 2017
- 16.20 **Petra** (2) – serial krym., Wł.
- 18.20 **Agenci NCIS: Los Angeles 14** (9, 10) – serial sensacyjny, USA 2022-2023
- 20.10 **Motyw 4** (10, 11) – serial kryminalny, Kanada 2016
- 22.00 **Podróżnik** (2) – serial krym.
- 23.55 **Uwięziona moc** – film FILM s.f., USA 2022, wyk. Bruce Willis, Michael Rooker
- 2.10 **Petra** (2) – serial krym., Wł.
- 4.00 **Zbrodnie idealne** (5, 6) – serial kryminalny, Fr. 2017

POLSAT FILM

- 6.00 **Jedziemy na ryby!** (17)
- 6.55 **Na ratunek 112** (855) – serial paradok., Pol. 2023
- 7.25 **Doktor Martin** (7) – obycz.
- 8.25 **Przyjaciółki** (269, 270) – serial obycz., Polska 2024
- 10.25 **Świat według Kiepskich** (114, 115, 182, 183, 131, 132, 35) – serial komediowy
- 14.30 **Piąty element** – film FILM s.f., Francja 1997
- 16.50 **S.W.A.T.: Miasto w ogniu** FILM – film sensacyjny, USA 2011
- 18.45 **Venom** – film s.f., Chiny/FILM USA 2018, wyk. Tom Hardy
- 21.00 **Bullet Train** – film FILM sensacyjny, Jap./USA 2022
- 23.30 **Bad Boys 2** – komedia FILM sensacyjna, USA 2003
- 2.40 **Ślad** (98, 99) – serial krym.
- 4.35 **Na ratunek 112** (822, 823)

HBO

- 9.25 **Batman Azteków:** FILM **Starcie imperiów** – film anim., USA/Meksyk 2025
- 10.55 **Bezmiar** – dramat obycz., FILM Włochy/Francja 2022
- 12.35 **Na planie 23** (22) – mag.
- 13.00 **La Grazia** – dramat FILM obyczajowy, Włochy 2025
- 15.15 **Do granic** – dramat FILM obyczajowy, Hiszpania 2022
- 16.35 **Co będzie dalej?** FILM – komediodramat, USA 2023
- 18.20 **Te dni** – komedia, USA FILM 2025, wyk. Keke Palmer, SZA
- 20.00 **Zniknięcia** – horror, USA FILM 2025, wyk. Julia Garner
- 22.05 **Prawa ludzi** – film FILM kryminalny, USA 2024
- 23.45 **Królestwo niebieskie** FILM – dramat historyczny, USA/Hiszp./Wlk. Bryt. 2005

WARNER TV

- 6.25 **Prawo Agaty** (2, 3)
- 8.25 **JAG – Wojskowe Biuro Śledcze 9** (2) – serial sens.
- 9.20 **Bajer z Bel-Air 3** (2, 3)
- 10.20 **Prawo Agaty** (2) – obycz.
- 11.25 **Pełna chata 6** (3, 4) – kom.
- 12.25 **JAG – Wojskowe Biuro Śledcze 9** (3, 4) – sens.
- 14.15 **Bajer z Bel-Air 3** (2-5)
- 16.15 **Pełna chata 6** (3-6) – kom.
- 18.20 **Kopciuszek. W rytmie** FILM **miłości** – komedia romantyczna, USA 2011
- 20.00 **Seks w wielkim** FILM **mieście 2** – komedia romantyczna, USA 2010
- 22.55 **Greystoke: Legenda** FILM **Tarzana, władcy małp** – przyg., Wlk. Bryt. 1984
- 1.35 **Kryminalni: Misja Śląska** FILM – film kryminalny, Pol. 2006

ALE KINO+

- 9.20 **Wolna krowa** – film krótkometr., Polska 2023
- 10.00 **Bestia** (1, 2) – krym., Kan.
- 12.00 **Vera 12** (4) – serial krym.
- 13.55 **Na pustyni nie ma cienia** FILM – dramat obyczajowy, Francja/Izrael 2023
- 16.10 **Marokańskie wakacje** FILM – komedia, Hiszpania 2023
- 18.15 **Vera 12** (5) – serial krym.
- 20.10 **Na fali ryzyka** FILM – thriller, USA 2023
- 22.15 **Przekleństwo wyspy** FILM – thriller, Fr./Kan./USA 2000
- 0.25 **Godzina prawdy** – thriller, FILM USA 2020, wyk. Anne Heche
- 2.35 **Klangor** (4) – serial krym.
- 3.25 **Wiarołom** – dramat FILM obyczajowy, Polska 2021
- 4.40 **Skowyt** – film krótkometr.
- 5.15 **Sortownia** (4) – psycholog.

CANAL+ FILM

- 13.15 **W pamięci** – krótkometraż.
- 13.30 **Kaskader** – komedia FILM sensacyjna, USA 2024
- 15.35 **Wolna krowa**
- 16.05 **Saga „Zmierzch":** FILM **Przed świtem. Część 1** – film fantasy, USA 2011
- 18.00 **Tożsamość Bourne'a** FILM – thriller, USA/Niemcy/Czechy 2002
- 19.55 **Łapu capu** – rozr., Pol. 2026
- 20.00 **Pies 51** – thriller, Francja FILM 2025, wyk. Gilles Lellouche
- 21.40 **Franz Kafka** – dramat FILM biograficzny, Czechy/Polska/Niemcy 2025
- 23.45 **Nieukończony film** FILM – dramat obyczajowy, Singapur/Niemcy/USA 2024
- 1.30 **Cicha noc, śmierci noc** FILM – horror, USA 2025

SCI FI

- 6.00 **Wojna królestw** (5)
- 7.00 **The Ark** (8-10) – serial s.f.
- 10.00 **Bibliotekarze** (1, 2)
- 11.50 **Czarodziejki 7** (9, 10)
- 13.40 **Grimm 4** (7, 8) – fantasy
- 15.30 **Bibliotekarze** (3, 4) – serial przygodowy, USA 2014
- 17.20 **Czarodziejki 7** (11, 12) – serial fantasy, USA 2005
- 19.10 **Grimm 4** (9, 10) – fantasy
- 21.00 **Wyścig z czasem** FILM – thriller s.f., USA 2011
- 23.10 **Uciec, ale dokąd?** – film FILM sensacyjny, USA 1993
- 1.10 **Powietrze** – dramat FILM s.f., USA 2015
- 3.05 **Czarodziejki 7** (11, 12) – serial fantasy, USA 2005
- 5.00 **Wojna królestw** (5)

PARAMOUNT NETWORK

- 9.25 **Pingwiny z Madagaskaru** (19) – serial animowany
- 9.55 **Kosmiczna załoga** FILM – komedia s.f., USA 1999
- 12.00 **Jak stracić chłopaka w 10 dni** FILM – komedia romantyczna, USA/Niemcy 2003
- 14.30 **Nieoczekiwana zmiana** FILM **miejsc** – kom., USA 1983
- 17.05 **Mission: Impossible** FILM **– Ghost Protocol** – sens., USA/Czechy/ZEA 2011
- 20.00 **Mission: Impossible** FILM **– Rogue Nation** – film sensacyjny, USA 2015
- 22.55 **Equilibrium** – film s.f., USA FILM 2002, wyk. Dominic Purcell
- 0.55 **Za cenę życia** – dramat FILM sensacyjny, USA 2006

FX

- 9.00 **Z archiwum X** (19) – s.f.
- 10.00 **CSI: Kryminalne zagadki Miami** (6, 7) – serial krym.
- 11.50 **CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku** (11, 12)
- 13.45 **Agenci NCIS** (6, 7) – sens.
- 15.35 **FBI** (19) – serial kryminalny
- 16.30 **CSI: Kryminalne zagadki Miami** (8, 9) – serial krym.
- 18.20 **Z archiwum X** (20) – s.f.
- 19.15 **FBI** (20) – serial kryminalny
- 20.10 **CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku** (13, 14)
- 22.00 **Grey's Anatomy: Chirurdzy** (12) – obycz.
- 22.55 **Speed. Niebezpieczna** FILM **prędkość** – film sensacyjny, USA 1994
- 1.15 **Z archiwum X** (20) – s.f.

KINO TV

- 8.35 **Zagadki kryminalne panny Fisher 2** (8, 9) – serial krym., Australia
- 11.00 **Panna Scarlet i komisarz** (1, 2) – serial kryminalny
- 13.10 **Poirot** (1) – krym., Wlk. Bryt.
- 15.15 **Zagadki kryminalne panny Fisher 2** (10, 11) – serial krym., Australia
- 17.50 **Panna Scarlet i komisarz** (3, 4) – serial kryminalny
- 20.00 **Zaginiona dziewczyna** FILM – thriller, USA 2014
- 23.00 **12 godzin** – film FILM sensacyjny, USA 2012
- 0.50 **Efekt motyla** – thriller, USA FILM 2004, wyk. Ashton Kutcher
- 3.30 **Baba Jaga** – horror, FILM Wielka Brytania 2016

CANAL+ SERIALE

- 9.45 **Łapu capu** – rozr., Pol. 2026
- 9.55 **Planeta Singli. Osiem historii** (7) – serial kom.
- 10.55 **Naruto** (19-21) – anime
- 12.25 **Łapu capu** – rozr., Pol. 2026
- 12.35 **Malediwy. Wodne królestwo Oceanu Indyjskiego** (1-3) – serial dok.
- 15.05 **Łapu capu** – rozr., Pol. 2026
- 15.10 **Godzina zero** (1-4) – krym.
- 18.15 **Łapu capu** – rozr., Pol. 2026
- 18.25 **The Office PL 2** (1-3)
- 20.00 **Klangor 2** (3, 4) – krym.
- 21.50 **Premierowa jazda** – mag.
- 22.00 **Paryż w ogniu. Paris Has Fallen** (3, 4) – serial sens.
- 23.40 **Koniec lata** (3, 4) – krym.
- 1.45 **Planeta Singli. Osiem historii** (7) – serial kom.

CANAL+ 360

- 14.00 **Najniebezpieczniejsze miejsca na świecie** (2)
- 15.00 **Chwila prawdy** (5) – dok.
- 16.00 **Hot Roads – Najniebezpieczniejsze drogi świata 3** (5) – serial dokum.
- 17.00 **Zholowani: ciężarówki w opałach 7** (14) – dok.
- 18.00 **Porzucone konstrukcje** (11) – serial dok., Wlk. Bryt.
- 19.00 **Zholowani: ciężarówki w opałach 7** (15) – dok.
- 20.00 **Champions Club** – mag.
- 21.05 **Okręty wojenne** (8) – dok.
- 22.00 **Pokonani** (8) – serial krym.
- 23.00 **Najniebezpieczniejsze miejsca na świecie** (1)
- 0.05 **Widzew. Razem tworzymy siłę** (2) – dok.

PREMIERA – pierwszy raz w telewizji O – tylko dla dorosłych

PIĄTEK 29 maja

WSCH. SŁ. 04.33 | ZACH. SŁ. 20.51 | Imieniny: Bogusławy, Maksymina, Teodozji

TeleTydzień

TLC

10.00 Wiza na miłość: dalsze losy 8 – reality show, USA
11.00 Rodzina 10+ 8 (6) – rozr.
12.00 Wiza na miłość: znowu do wzięcia 5 (11)
13.00 Bawić się jak amisze 7
15.00 Wiza na miłość: pierwsze spotkanie, pościelowe rozmowy 7
16.00 Historie wielkiej wagi (2): Octavia – serial dokum.
18.00 Pokonać otyłość (6)
19.00 Wiza na miłość: Romans na Karaibach
20.00 Kiedy dzieci mają dzieci 7: Pierwszy dzień z twoim dzieckiem – dok.



21.00 Premiera: **Wiza na miłość: Wielka Brytania 3** – reality show
22.00 Wiza na miłość: Single na polowaniu
23.00 Dr Pryszczylla 5
1.00 Kiedy dzieci mają dzieci 7
2.00 Wiza na miłość: Wielka Brytania 3 – reality show

POLSAT CAFÉ

6.00 Oszukane (48, 49) – serial paradokumentalny
8.00 Komisarz Mama (27) – serial kryminalny, Polska
9.00 Drugie życie sukni ślubnej (29) – rozr., Pol.
9.30 Hell's Kitchen – Piekielna Kuchnia (61, 62) – reality show, Pol.
12.30 Bogaty dom – biedny dom (120, 121)
14.30 Kolacja w ciemno (90, 91) – pr. rozr., Polska
16.30 Hell's Kitchen – Piekielna Kuchnia (20)
18.00 Nasz nowy dom (328, 329) – reality show



20.00 Randka w ciemno (9)
21.00 Kolacja w ciemno (94)
22.00 Gry małżeńskie (205, 192) – reality show
0.00 Love Island. Wyspa miłości (8, 9)
2.00 Gry małżeńskie (193, 194) – reality show
4.00 Zdrady (74, 75) – serial paradokumentalny, Pol.

TVN STYLE

5.15 Czas na zmianę (2)
5.45 Damy i wieśniaczki. Litwa 2 (25, 26) – pr. rozr.
7.35 Zgłoś remont 11 (9)
8.35 Pojedynek na podróże (2) – pr. rozr., Polska 2023
9.35 I nie opuszczę Cię aż do ślubu (2)
10.20 Poukładani (2, 3) – rozr.
11.25 Ugotowani (3, 4)
13.30 Kuchenne rewolucje (11, 10) – pr. rozr., Polska
15.35 Babski biznes (8-ost.)
16.40 Jestem z Polski 16 (36) – serial dokum., Pol. 2025
17.45 Kuchenne rewolucje (14, 1, 2) – pr. rozr., Polska



20.50 Bitwa o gości (11) – reality show, Pol. 2026
21.50 Jestem z Polski 16 (38, 39) – serial dokum.
23.45 Niezwykłe Stany Prokopa (5) – rozr., Pol.
0.50 EuroPOLKI studentki (4) – pr. rozr., Polska 2023
1.50 Pojedynek na podróże (7) – pr. rozr., Polska 2023

DISCOVERY CHANNEL

8.00 Gorączka złota: zapomniane kopalnie
9.00 Gorączka złota: rzeka skarbów
10.00 Klan z Alaski
11.00 Przetrwać nad Jukonem
12.00 Fani czterech kółek 15
13.00 Nagi instynkt przetrwania 11
15.00 Złomowisko PL 4 (4)
16.00 Gorączka złota 16 (3)
17.00 Nic do zgłoszenia 3 (7)
18.00 Kamperem przez świat (4)
19.00 Złomowisko PL 7 (12, 13)



21.00 Specjalistki (1)
22.00 Bimbrownicy 14
23.00 Nagi instynkt przetrwania 12
0.00 Fani czterech kółek: w trasie 2
1.00 Hot rod wg Kindiga
2.00 Militaria na warsztat (15) – serial dok.
3.00 Królowie asfaltu 9 (12)

TVP HISTORIA

10.40 Historia kuchni polskiej (12) – mag. kulin.
11.35 Świat w filiżance herbaty (3) – serial dok.
12.40 Juliusz Cezar, narodziny dyktatury (2)
13.35 „Alternatywy 4", czyli jak się robi kultowy serial – reportaż
13.55 Królowie (25) – hist., Pol.
14.30 Pogranicze w ogniu (13) – serial sens., Polska
15.35 Sensacje XX wieku
17.30 Czas honoru (64)
18.20 Encyklopedia II wojny światowej (1, 2)
19.25 Królowie (64) – hist., Pol.



20.00 Psy wojny – film sens., FILM Wielka Brytania/USA 1980
21.50 Świadkowie Putina – film dokumentalny
23.50 Sensacje XX wieku – program historyczny
1.40 Encyklopedia II wojny światowej: B – Barbarossa – serial dokumentalny

FOKUS TV

8.55 Wehikuł czasu
9.00 Starożytni kosmici (4)
10.00 Gwiazdy lombardu (57-60) – reality show, USA
12.00 Wielkie konstrukcje III Rzeszy (1) – dok.
13.00 Premiera: **Poszukiwacze historii** (8, 9)
14.00 Naziści: ściśle tajna nauka (5, 6) – serial dok.
16.00 Premiera: **Dorwać tuńczyka** (10, 11) – dok.
18.00 Rolnicy. Podlasie (28, 1)
20.00 Największe wynalazki starożytności (1) – dok.
21.00 Niezwykłe osiągnięcia starożytności (9) – dok.



22.00 Premiera: **Operacja Barbarossa. Wojna wyniszczająca** (1/2, 2-ost.) – film dok., Fr.
0.00 Droga bez powrotu. Przemoc gangów w Szwecji – film dokum.
1.00 Rolnicy. Podlasie (25-28) – serial dok., Pol.
5.00 Kołowrotek (2, 3) – mag.

METRO

8.35 Szpital (730, 731) – paradok.
10.35 Sędzia Anna Maria Wesołowska (299, 300)
12.35 Anatomia piękna 2 – rozr.
13.35 Przepis na życie 5 (4)
14.35 Zapukaj do moich drzwi (148) – telen., Turcja 2020
15.45 The Floor – teleturniej, Pol.
17.00 Fani czterech kółek 16
18.00 Prawo Agaty 5 (2) – obycz.
19.00 Kartoteka 9 (30) – fab.-dok.
20.00 Oszukać dzidzieja – sens., FILM Hiszpania/Argentyna/Fr. 2016
22.10 Constantine – horror, FILM USA/Niemcy 2005
0.35 Zbrodnie z pierwszych stron gazet 6 – serial dok.
1.35 Szpital (726) – paradok., Pol.
2.35 Szkoła (818, 813) – paradok.

ZOOM

8.00 Strażnik Teksasu 8 (5, 6)
9.50 MacGyver (20, 21) – sens.
11.55 Pułapki umysłu
13.00 Wojny magazynowe: Kanada – reality show, Kan.
15.30 Sensacje XX wieku – hist.
17.55 Wojciech Cejrowski – boso przez świat
20.00 Eksperyment: Odsiadka
21.05 Kobra – oddział specjalny 22 (6) – sens.
22.05 Dynamo: Więcej niż magia 2 – serial dokum.
23.05 Magia nagości. Niemcy
0.05 Magia nagości. Norwegia 4 – pr. rozrywk.
0.55 Magia nagości. Najlepsze momenty – rozr., Wlk. Bryt.
2.10 I love kabaret – pr. rozr., Pol.

FOOD NETWORK

10.55 10 zadań specjalnych Michela Morana 6 – pr. rozr.
12.05 Człowiek, ogień i wyżerka 6 – magazyn kulin.
13.10 Posiekani na słodko
14.10 Dziwaczne potrawy – dok.
15.05 Kulinarne podróże z Guyem Fierim – mag.
16.10 Kuchenne rewolucje – rozr.
17.15 Magda gotuje internet
17.50 Apetyt na miłość – pr. rozr.
18.50 Słodka potyczka – mag.
19.50 Kulinarny poker
20.50 Bójka na plaży – serial dok.
21.55 Pyszne miejscówki – mag.
22.55 Akcja: Restauracja!
23.55 Człowiek kontra jedzenie
1.25 Pyszne miejscówki – mag.
3.25 Apetyt na miłość – pr. rozr.

DISCOVERY SCIENCE

6.00 Jak to jest zrobione?
8.00 Autostrada spotkań z UFO
11.00 Gigantyczne konstrukcje według Hammonda – rozr.
13.00 Podziemne sekrety
15.00 Jak działa wszechświat?
17.00 Jak działa wszechświat? 6: Dziwne życie planet karłowatych – serial dokumentalny
18.00 Jak to jest zrobione?
21.00 Poszukiwacze dinozaurów
23.00 Tesla: Niebezpieczny umysł
1.00 Jak działa wszechświat?
3.00 Jak działa wszechświat? 6
4.00 Gigantyczne konstrukcje według Hammonda – rozr.

NATIONAL GEOGRAPHIC

12.00 Przetrwanie w kanadyjskiej dziczy
13.00 Wojna widziana z powietrza
15.00 Strzegąc granic – serial dok.
17.00 Klucz do przepowiedni
18.00 Wcielenia zła: Hideki Tojo
19.00 Piekło pod wodą: II wojna światowa: Japoński konwój
20.00 Katastrofa w przestworzach: Chaos w kabinie – dok.
21.00 CIA: Tajemnice i szpiedzy
22.00 Tajne służby w akcji – dok.
23.00 Czarnobyl: Świadkowie tragedii: Prawda – serial dok.
0.00 II wojna światowa: Historia przed trybunałem – serial dokumentalny
1.00 CIA: Tajemnice i szpiedzy

BBC EARTH

11.10 Wielkie archeologiczne odkrycia 2 – serial dokum.
12.15 Błękitna Planeta 2: kulisy
13.20 Pociągiem przez Imperium Osmańskie
14.20 W okowach mrozu – dok.
15.20 Życie na pustkowiu – dok.
16.20 Wielkie koty 24/7 2 – dok.
17.35 Wielkie archeologiczne odkrycia 2 – serial dokum.
18.40 Zielona planeta – serial dok.
19.45 Amerykańskie Południe
20.55 Życie na pustkowiu 12
21.55 W okowach mrozu – dok.
22.55 Zabójcza pogoda 6 – dok.
0.00 Tsunami w święta – dok.
1.00 Wielkie archeologiczne odkrycia 2 – serial dokum.
2.00 W okowach mrozu 11

WP

9.55 Pogoda
10.00 Drogi z piekła rodem – dok.
11.00 Porzucone budowle 8
12.00 Wariaci za kierownicą
13.00 Makłowicz w podróży
14.05 Pokochaj lub sprzedaj Vancouver 3 – serial dokum.
16.58 Pogoda
17.00 Komisarz Cassandre: Zbrodnie w Alpach 6 (4)
19.00 Policjanci z sąsiedztwa 3
21.00 Policjanci w akcji (2)
21.57 Pogoda
22.00 Mistrzowie Kabaretu 15
23.00 Mistrzowie Kabaretu 14
0.00 Mistrzowie Kabaretu 7
1.00 Mistrzowie Kabaretu 16
2.00 Mistrzowie Kabaretu

NOWA TV

9.30 Całkiem nowe lata miodowe (6) – serial kom.
10.00 Miodowe lata (14) – kom.
10.30 Więzienie – serial dokum.
12.00 Poirot 5 (7, 8) – serial kryminalny
14.00 Świat według Kiepskich (329, 330) – serial kom., Polska
15.00 Świat według Bundych 4 (63-68) – serial komediowy
18.00 Całkiem nowe lata miodowe (3) – serial kom.
18.30 Miodowe lata (63-65)
21.00 Zdrady (103) – paradok., Pol.
22.00 Ślad (14, 15, 105) – krym., Pol.
1.00 Łowca pedofilów – dok.
3.00 TV okazje
3.50 Wehikuł czasu
4.00 Sala operacyjna 4 – dok.

HGTV HOME & GARDEN

10.00 Letnia chata na lata – rozr.
10.55 Zarobić na remoncie 6
11.55 Uratuj swój ogród 8 – mag.
12.55 Nowa Maja w ogrodzie 4
13.55 House Hunters – Poszukiwacze domów 6
15.05 Mieszkanie na miarę
17.00 Polowanie na ogród 7 – program rozrywkowy
18.15 Weekendowa metamorfoza 5 – pr. rozr.
20.10 Będzie pięknie – pr. rozr.
21.15 Zgłoś remont 11 – pr. rozr.
22.10 House Hunters – Poszukiwacze domów 7
23.40 House Hunters – Poszukiwacze domów 8
0.15 Sprzątaczki (10-12) – obycz.

TRAVEL CHANNEL

6.00 Nowe życie na Bahamach – reality show
8.05 Walka o bagaż – serial dok.
10.10 Nieoczywiste miejsca – serial dokumentalny
12.15 Oblicza Azji – serial dokum.
14.20 Człowiek kontra jedzenie
14.55 Niezwykłe Stany Prokopa
17.00 Złotka z Alaski – serial dok.
19.00 Ed Stafford poza cywilizacją – serial dokum.
21.05 Nagi instynkt przetrwania – serial dokumentalny
23.10 Kobieta na krańcu świata – serial dokumentalny
0.55 Oblicza Azji – serial dokum.
3.00 Złotka z Alaski – serial dok.
5.05 Człowiek kontra jedzenie

NATIONAL GEOGRAPHIC WILD

9.00 Europa z powietrza
10.00 Critter Fixers – zwierzęcy cudotwórcy: Gęsia skórka
11.00 Parki narodowe w Austrii
12.00 Najgroźniejsze meduzy świata – film dokumentalny
13.00 David Attenborough: Świat oceanów – film dok.
15.00 Drapieżnik kontra ofiara
16.00 Parki narodowe Ameryki
17.00 Stworzone, by przetrwać
18.00 Wybrzeże Chorwacji – dok.
19.00 Zwierzaki w amoku
20.00 Niszczycielskie żywioły
21.00 Niezwykły dr Pol
2.00 Przedziwna planeta Ziemia: Dom – serial dokum.
3.00 Europa z powietrza

POLSAT VIASAT HISTORY

9.00 Życie w kraju Hitlera – dok.
10.05 Ramzes: władca Egiptu
11.05 Wojna światowa: 1914-1945
12.15 Militarny ranking: Okręty
13.25 Kryminologia starożytności: Czyngis-chan
14.20 Przywódcy III Rzeszy
16.40 Grobowce egipskich kapłanek – dok., Wlk. Bryt.
17.50 Wojenne fabryki 3
18.50 Militarny ranking: Okręty
20.00 W poszukiwaniu zaginionych wikingów
21.15 Naziści: korzenie zła
23.15 Ramzes: władca Egiptu
0.15 Wojenne fabryki 3
1.15 Militarny ranking: Okręty

CANAL+ KUCHNIA

15.45 Włoska kuchnia Gino...
16.40 Jamie Oliver: 5 składników po śródziemnomorsku – mag.
17.35 David Rocco w zaciszu domowej kuchni – dok.
18.30 Jakubiak rozgryza Maltę
18.55 Nie tylko kimchi 2 – mag.
19.25 M jak mięso 10 – mag. kulin.
20.15 Eva Longoria w poszukiwaniu meksykańskich smaków
21.10 Anthony Bourdain – miejsca nieznane 11
0.35 Bitwa na smaki: David vs Matteo 2

CANAL+ DOMO HD

12.50 Gardeners' World 16
14.00 Cudotwórcy 7 – mag.
15.00 Kupcie sobie zamek! 2
15.55 Porządek musi być – dok.
16.50 Gardeners' World 16
18.00 Ucieczka na wieś 25 – dok.
19.00 Wielkie projekty: Nowa Zelandia 9 – serial dokum.
20.00 Daleko od miasta 11 – dok.
21.00 Cudotwórcy 7 – mag.
22.00 Wielkie projekty: transformacje – serial dok.
23.05 Pomocy! Kupiliśmy wioskę – serial dokum.
0.45 Cudotwórcy 6 – mag.
1.35 Remont w 48h 9 – mag.

SUPER POLSAT

13.30 Świat według Kiepskich (9) – serial komediowy, Polska
14.00 Hell's Kitchen – Piekielna Kuchnia 5 – reality show, Pol.
15.35 Ninja Warrior Polska
17.30 Lekkoatletyka: Memoriał Ireny Szewińskiej – Bydgoszcz 2026 **(live)**
20.30 Świat według Kiepskich (79) – serial kom., Polska 2006
21.00 Ksiądz
FILM – horror s.f., USA 2011
22.50 Desperado – film
FILM sensacyjny, USA/Meksyk 1995
0.55 Backdoor. Wyjście awaryjne (4) – serial kom.

TVP KOBIETA

13.55 Wielkie misje kosmiczne Artemis 2 – film dok., Pol.
15.00 Blisko – rozmowy z Aleksandrą Piotrowską
15.30 Ojciec Mateusz 29 (373, 374) – serial kryminalny
17.25 Malediwy – sztuczny raj
18.35 62. KFPP w Opolu – Trzy ćwiartki Jacka Cygana – urodziny
19.35 Miłość i nadzieja (258)
20.35 Wichrowe wzgórze (239)
21.30 La Promesa – pałac tajemnic (241) – serial obycz.
22.30 Usłane różami
FILM – komedia, Francja 2020

PLANETE+

12.15 Dokąd dzisiaj? 4 – dok.
12.35 Hannu – zaklinacz rysi
13.40 Planeta Kalifornia (2) – dok.
14.50 Krajobrazy świata – dok.
15.50 Niezwykłe podróże koleją 4 – serial dokum.
16.55 Afryka z góry: Botswana
18.05 Na targach świata 2: Indie
18.50 Cytadela Sisteron. U wrót Prowansji – film dokum.
19.45 Jak wyprodukować szczęście – film dokum.
20.50 Niezwykłe podróże koleją
22.00 Wielki smog londyński
23.10 First Person Shooter. Idź, strzelaj, kombinuj – dok.

TVP DOKUMENT

13.05 Z ust royalsów
14.00 Król łąk: Podróż – cykl dok.
14.55 Najwspanialsze drzewo Australii (2) – dok., Australia
16.05 Cuda światowego transportu: Rewolucje
17.10 Wyspa Świętej Heleny
18.15 Tischner – film dokum., Pol.
19.25 Casting – film dokumentalny
20.05 Fontainebleau – prawdziwy dom francuskich monarchów
21.10 Ostatni szpieg – film dok.
22.10 Barbara Włodarczyk zaprasza – magazyn
22.20 Jak zarobić na Etiopii

▶ – godzina zakończenia programu O – tylko dla dorosłych

TVP SPORT

6.35 **Mundial 2026 – Legendy miejskie**
7.15 **Futsal:** FOGO Futsal Ekstraklasa – finał
9.05 **Kamerą TVP Sport**
9.40 **Piłka nożna** – mecz towarzyski: Polska – Reszta Świata
11.45 **Ring TVP Sport** – mag.
12.45 **Hokej:** NHL – mecz 3. rundy fazy play-off
13.45 **Piłka nożna:** Betclic 1. Liga – półfinałowy mecz barażowy
15.50 **Piłka nożna:** Betclic 1. Liga – półfinałowy mecz barażowy



17.55 **Futsal:** FOGO Futsal Ekstraklasa – mecz finałowy: Piast – Eurobus Przemyśl **(live)**
20.05 **Boks:** Polska Liga Boksu – mecz: Królewski Kraków – KKB Rushh Kielce **(live)**
23.00 **Sportowy wieczór**
23.30 **Boks:** Gala w Newark – podsumowanie

EUROSPORT 1

8.30 **Kolarstwo:** Giro d'Italia
10.00 **Racing on the Edge**
10.30 **Triathlon:** T100 World Tour – Pampeluna – podsumowanie
11.00 **Tenis:** Turniej French Open w Paryżu – mecz 3. rundy **(live)**
14.00 **Tenis:** Turniej French Open w Paryżu – mecz 3. rundy **(live)**
16.00 **Tenis:** Turniej French Open w Paryżu – mecz 3. rundy **(live)**
18.00 **Tenis:** Turniej French Open w Paryżu – mecz 3. rundy **(live)**



20.00 **Tenis:** Turniej French Open w Paryżu – mecz 3. rundy **(live)**
23.30 **Kolarstwo:** Giro d'Italia – 19. etap: Feltre – Alleghe
0.00 **Tenis:** Turniej French Open w Paryżu – mecz 3. rundy gry pojedynczej
1.30 **Kolarstwo:** Giro d'Italia – 19. etap: Feltre – Alleghe

POLSAT SPORT 1

6.00 **Siatkówka mężczyzn** – mecz towarzyski
9.00 **Kosa na Kosę**
10.00 **Siatkówka mężczyzn** – mecz towarzyski
12.30 **Siatkówka kobiet** – mecz towarzyski
15.00 **Siatkówka mężczyzn** – mecz towarzyski
18.00 **Lekkoatletyka:** Memoriał Ireny Szewińskiej – Bydgoszcz 2026 **(live)** Swój udział w zawodach potwierdzili m.in. Natalia Bukowiecka, Pia Skrzyszowska, Jakub Szymański.



20.05 **Koszykówka mężczyzn:** ORLEN Basket Liga – mecz półfinałowy fazy play-off **(live)**
22.30 **Siatkówka mężczyzn** – mecz towarzyski
1.00 **Tenis:** Turniej ATP w Hamburgu – mecz gry pojedynczej

TVP ABC

8.30 **Wissper**
9.00 **Tru i Tęczowe Królestwo**
9.30 **Domisie**
10.00 **Ugotuj nam bajkę**
10.20 **Przygody Bolka i Lolka**
10.45 **Reksio**
11.05 **Małe i duże przygody Miffy**
11.35 **Stacyjkowo**
11.55 **Strażak Sam 6**
12.25 **Domisie**
13.00 **Zaczarowany świat...**
13.20 **Pszczółka Maja**
13.50 **Lupin wśród bajek**
14.05 **Nawet nie wiesz, jak bardzo Cię kocham**



14.45 **Yakari**
15.15 **Al-chemik**
15.35 **Mała Marinette**
16.05 **Krecio**
16.35 **Tygrysek Percy i jego opowieści**
17.05 **Dino Ranczo**
17.30 **Piotruś Królik 2**
18.00 **Nowe przygody Piotrusia Pana**

MINIMINI+

11.45 **Mush-Mush i Grzybaszki**
12.10 **Strażak Sam 16**
12.25 **Blaze i megamaszyny 2**
12.50 **Moje urodziny**
13.00 **Blaze i megamaszyny 2**
13.30 **Koci domek Gabi**
13.56 **Moje urodziny**
14.03 **Kicia Kocia**
14.22 **Cloudy & Stormy**
14.45 **Gazu, pieski, gazu! 2**
15.10 **Baranek Shaun**
15.36 **Jeżyk Happy**
15.55 **Mały Charlie**
16.05 **Mega Ekspres**
16.30 **Ciekawski George 5**
17.00 **Strażak Sam 16**



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

TVN 24

7.30 **Jeden na jeden** – poranny wywiad TVN 24
8.00 **Serwis informacyjny, Prognoza pogody**
10.00 **Serwis informacyjny, Prognoza pogody**
11.00 **Serwis informacyjny, Prognoza pogody**
12.00 **Serwis informacyjny, Prognoza pogody**
14.00 **Serwis informacyjny, Prognoza pogody**
15.00 **15 na żywo**
16.00 **Fakty po południu**
18.00 **Tak jest** – pr. publicyst.
19.15 **Serwis informacyjny**
19.25 **Fakty po Faktach**



20.00 **Bez kitu** – pr. publicyst.
21.00 **Polska i świat**
22.00 **Szkło kontaktowe**
23.00 **Dzień po dniu**
23.42 **Kroniki sportowe**
0.00 **Fakty po Faktach**
0.45 **Bez kitu** – pr. publicyst.
1.50 **Tak jest** – pr. publicyst.
2.45 **Nowa Maja w ogrodzie**
3.15 **Szkło kontaktowe**

CANAL+ SPORT

11.15 **Piłka nożna:** PKO BP Ekstraklasa – mecz: Górnik Zabrze – Radomiak Radom
13.30 **Piłka nożna:** Liga hiszpańska – mecz: Valencia CF – FC Barcelona
15.45 **Premier League Stories** (42)
16.20 **Premier League: The Big Interview** (42)
16.55 **Speedway+**
17.30 **Żużel:** PGE Ekstraliga – mecz: KRONO-PLAST Włókniarz Częstochowa – Betard Sparta Wrocław **(live)**
20.00 **Żużel:** PGE Ekstraliga: Motor Lublin – GKM Grudziądz **(live)**
23.00 **Sporty walki:** ONE Friday Fights 156

EUROSPORT 2

10.30 **Racing on the Edge** – magazyn sportowy
11.00 **Biegi górskie:** GT World Series – Trydent – podsumowanie
11.30 **Kolarstwo:** Giro d'Italia – 18. etap
12.15 **Kolarstwo:** Giro d'Italia – 19. etap **(live)**
16.00 **Tenis:** Turniej French Open w Paryżu – 3. runda **(live)**
18.00 **Tenis:** Turniej French Open w Paryżu – 3. runda **(live)**
21.00 **Kolarstwo:** Giro d'Italia – 19. etap: Feltre – Alleghe
22.00 **Golf:** Charles Schwab Challenge – 2. runda **(live)**
1.00 **Kolarstwo:** Giro d'Italia – 19. etap: Feltre – Alleghe

POLSAT SPORT 2

6.00 **Hokej:** Mistrzostwa świata – Szwajcaria 2026
8.30 **Hokej:** Mistrzostwa świata – Szwajcaria 2026
11.00 **Siatkówka**
13.00 **Piłka nożna:** Copa Libertadores – mecz: CA Boca Juniors – CA Universidad Catolica
15.00 **Magazyn sportowy**
17.30 **Hokej:** MŚ – Szwajcaria 2026 – ćwierćfinał
20.00 **Hokej:** MŚ – Szwajcaria 2026 – ćwierćfinał
22.30 **Koszykówka mężczyzn:** ORLEN Basket Liga – mecz półfinałowy fazy play-off
1.00 **Sporty walki:** FEN 56 we Wrocławiu: T. Ostrowski – Ł. Stanek 05.10.2024

NICKELODEON

8.40 **Harmidom 4**
9.30 **Wylde Pak – zakręcona paka 2**
9.55 **Grzmotomocni: Tajniacy**
10.25 **Niebezpieczny Henryk 4**
10.55 **Niebezpieczny Henryk 5**
11.20 **That Girl Lay Lay**
11.50 **Harmidom 4**
12.45 **Harmidom 3**
13.05 **SpongeBob Kanciastoporty 11**
14.30 **Harmidom**
15.30 **Smerfy**
16.00 **SpongeBob Kanciastoporty 9**
16.25 **SpongeBob Kanciastoporty 14**
16.40 **Patryk Rozgwiazda Show 4**

TELETOON+

7.52 **W Papierowym Porcie 2**
8.20 **Kumple z dżungli na ratunek! 3**
8.47 **Gadający Tom i przyjaciele 3**
9.25 **Dodo**
9.55 **Charlotte i trzy muszkieterki**
10.26 **Angelo rządzi**
10.52 **Siostry 2**
11.22 **Polly Pocket 6**
12.16 **Charlotte i trzy muszkieterki**
12.45 **Kumple z dżungli na ratunek! 3**
13.39 **Polly Pocket 6**
14.22 **Dinuś i Lusia**
14.50 **Siostry 2**
15.19 **Polly Pocket 6**

TVP INFO

15.45 **Panorama**
16.00 **Dzień w godzinę**
17.00 **Teleexpress**
17.15 **Teleexpress Extra**
17.35 **Panorama**
17.42 **Wykrywacz kłamstw**
18.00 **Panorama**
18.30 **Forum**
19.10 **Serwis Info Wieczór**
19.30 **Program informacyjny 19.30**
20.18 **Kłamstwo nie przejdzie**
21.00 **Kwiatki polskie**
21.45 **Panorama**
22.10 **Oko na świat**
22.30 **Program informacyjny 19.30**
22.45 **112. Magazyn kryminalny**
23.00 **Panorama dnia**

CANAL+ SPORT 2

6.00 **Tenis:** Turniej WTA w Strasburgu
8.15 **Tenis:** Turniej WTA w Strasburgu – mecz finałowy gry pojedynczej
10.45 **Tenis:** Turniej WTA w Strasburgu
13.00 **Dart:** Elten Safety Shoes Darts Open w Kilonii **(live)**
17.10 **8 wspaniałych** (8, 2)
19.00 **Dart:** Elten Safety Shoes Darts Open w Kilonii **(live)**
23.15 **Tenis:** Turniej WTA w Strasburgu – mecz finałowy gry pojedynczej
1.40 **Piłka nożna:** PKO BP Ekstraklasa

ELEVEN SPORTS 1

12.00 **Piłka nożna:** Liga włoska: Bologna – Inter
14.00 **Piłka nożna:** Liga niemiecka – mecz: Bayern – 1. FC Köln
16.00 **Piłka nożna:** Liga włoska – mecz: Torino FC – Juventus
18.00 **Piłka nożna:** Liga hiszpańska – mecz: Getafe CF – CA Osasuna
20.00 **Bundesliga Original Series: Droga na mundial** (4)
20.40 **Piłka nożna:** Liga francuska: Nice – AS Saint-Etienne **(live)**
22.55 **Full Impact** (38)
23.30 **Made in Italy** (6, 5)
0.00 **Piłka nożna:** Puchar Niemiec: Bayern – Stuttgart

POLSAT SPORT 3

8.30 **Piłka nożna z archiwum**
10.30 **Piłka nożna z archiwum**
13.00 **Piłka ręczna mężczyzn:** ORLEN Superliga
15.00 **Piłka nożna z archiwum**
17.00 **Piłka nożna z archiwum**
19.00 **Piłka nożna z archiwum** Najciekawsze fragmenty meczów piłkarskich, które zapadły w pamięć kibicom.
21.30 **KOTV Classics**
22.45 **Szef Superligi**
23.00 **Handball Arena**
0.00 **Hokej:** MŚ – Szwajcaria 2026
2.00 **Sporty walki:** Babilon MMA 52 w Nowym Targu – waga lekka: Krzysztof Mendlewski – Marcin Skrzek 17.05.2025

NICK JR.

8.20 **Pan Krokodyl**
8.45 **Barbapapa i jego rodzinka**
9.40 **Tim Rex wśród gwiazd**
10.10 **Przygody Misia Paddingtona**
11.00 **Małe Królestwo Bena i Holly**
11.30 **Dora**
11.55 **Rubble i jego ekipa**
12.45 **Psi Patrol 9**
13.10 **Psi Patrol 10**
13.40 **Barbapapa i jego rodzinka**
14.30 **Barbapapa – szczęśliwa rodzinka**
14.45 **Zwierzęce zagadki**
15.15 **Rogata ekipa 4**
16.00 **Małe Królestwo Bena i Holly**

DISNEY JUNIOR

8.00 **Spidey i superkumple 2**
8.30 **Klub Myszki Miki Plus**
9.00 **Klub przyjaciół Myszki Miki**
10.00 **Blue 2**
11.00 **Superkoty 2**
11.30 **Psia Brygada**
12.00 **Jej Wysokość Zosia 4**
12.30 **Blue 2**
13.30 **Klub Myszki Miki Plus**
14.00 **Superkoty 3**
14.30 **Superkoty 2**
15.00 **Iron Man i super ekipa**
15.30 **Spidey i superkumple 2**
16.00 **Blue 2**
17.00 **Superkoty 3**
17.30 **Superkoty 2**
18.00 **Spidey i superkumple 2**

POLSAT NEWS

8.00 **Nowy dzień**
10.00 **W rytmie dnia**
12.50 **Wydarzenia 12:50**
13.30 **W rytmie dnia**
15.30 **Sport**
15.50 **Wydarzenia 15:50**
16.10 **Więcej „Wydarzeń"**
16.30 **Punkt widzenia Jankowskiego**
18.00 **Najważniejsze pytania**
19.15 **Gość „Wydarzeń"**
19.50 **Debata Gozdyry**
21.50 **Wydarzenia wieczorne**
22.30 **Dzień na świecie**
23.30 **Obraz dnia**
0.00 **Najważniejsze pytania**
1.25 **Punkt widzenia Jankowskiego**

CANAL+ SPORT 5

12.20 **Speedway+**
13.00 **Premier League Stories** (42)
13.30 **Ekstrapaka**
14.30 **Gala PKO BP Ekstraklasy**
15.00 **Gala PKO BP Ekstraklasy**
16.00 **Gala PKO BP Ekstraklasy**
17.30 **Żużel:** PGE Ekstraliga – mecz: KRONO-PLAST Włókniarz Częstochowa – Betard Sparta Wrocław **(live)**
20.00 **Dart:** Elten Safety Shoes Darts Open w Kilonii **(live)**
23.00 **Sporty walki:** ONE Friday Fights 156
2.15 **Ligomistrzowe historie** (1)

ELEVEN SPORTS 2

12.00 **Piłka nożna:** Liga niemiecka: Paderborn – Wolfsburg
14.00 **Piłka nożna:** Liga włoska: Hellas Werona – AS Roma
16.00 **Piłka nożna:** Puchar Niemiec: Bayern – Stuttgart
18.00 **Bundesliga Special** (21)
19.00 **Piłka nożna:** Liga włoska: SSC Napoli – Udinese Calcio
21.00 **Piłka nożna:** Liga hiszpańska – mecz: Real Madryt CF – Athletic Club
23.00 **Made in Italy** (1, 2, 4)
0.00 **Piłka nożna:** Liga portugalska – mecz: FC Porto – CD Santa Clara

POLSAT PLAY

6.00 **Niezwykłe pociągi**
7.00 **Truckersi przez Australię**
8.00 **Dorwać tuńczyka**
9.00 **Wojny magazynowe**
10.00 **Wojny kontenerowe**
11.00 **Hardkorowy lombard**
14.00 **Polacy za granicą**
16.00 **Złomiarze** – serial dokumentalny
18.05 **Poszukiwacze historii** – serial dokumentalny
20.05 **Chłopaki do wzięcia** – serial dokumentalny
22.00 **Zawód glina**
23.05 **Łowca pedofilów**
4.05 **Starożytni kosmici**

TVN TURBO

12.15 **Naprawy nie do naprawy**
13.00 **Zawodowi handlarze**
14.30 **Wojny samochodowe**
16.30 **Jeździć, obserwować**
18.00 **Raport Turbo**
18.15 **Jeździć, obserwować**
19.00 **Prawko na świecie. Jazda bez zasad**
19.45 **Moto kombat**
20.30 **Mobilni mechanicy**
21.15 **Duda kontra Szafrański**
22.00 **Raport Turbo**
22.15 **Z drugiej ręki**
23.00 **Zawodowi handlarze**
23.45 **Moto Fachury**
0.30 **Wojny samochodowe**

TVS

10.05 **Dzisiaj w regionie**
10.20 **Przy muzyce po Śląsku**
10.50 **Wochenblatt TV**
11.10 **Dzisiaj w regionie**
11.20 **Muzyczne dzień dobry**
12.55 **Klachy i Lachy**
14.30 **Spotkanie z balladą**
15.40 **Muzyczne podróże**
16.45 **Muzyczne podróże Karoliny Treli**
17.50 **Weekend z TVS**
18.00 **Koncert życzeń**
19.05 **Weekend z TVS**
19.15 **Koncert w TVS**
21.15 **Koncert w TVS**
23.05 **Szlagierowa lista**

TV TRWAM

17.30 **Łączy nas historia**
18.05 **Informacje dnia**
18.15 **Westerplatte młodych**
19.00 **Warto zauważyć... w mijającym tygodniu**
19.30 **Historie Starego Testamentu**
19.45 **Modlitwa z telefonicznym udziałem dzieci**
20.00 **Informacje dnia**
20.20 **Różaniec**
20.50 **Myśląc Ojczyzna**
21.00 **Apel Jasnogórski**
21.20 **Informacje dnia**
21.40 **Polski punkt widzenia**
22.00 **Kto ratuje jedno życie**

DVB T DVB T2 – stacje dostępne w naziemnej telewizji cyfrowej



Hołd swojemu mistrzowi złoży m.in. Natalia Przybysz.

Marek Grechuta pochodził z Zamościa, gdzie urodził się w 1945 r.

Zespół Anawa w czasach największej popularności.

MAREK GRECHUTA • ŚWIAT W OBŁOKACH

Niebanalnie i pięknie

W tym roku mijają dwie ważne rocznice związane z Markiem Grechutą. Uczci je specjalny koncert będący hołdem dla artysty.

ŚWIAT W OBŁOKACH – MUZYCZNI SPADKOBIERCY MARKA GRECHUTY
SO 30.05 godz. 20.00 TVP 2

W 1966 roku w Krakowie studenci architektury: 21-letni Marek Grechuta i o trzy lata starszy Jan Kanty Pawluśkiewicz założyli Kabaret Architektów Anawa (z francuskiego en avant – naprzód). Szybko okazało się, że bardziej od żartów interesuje ich muzyka, już rok później na Festiwalu Piosenki Studenckiej zdobyli nagrodę za piosenkę „Tango Anawa", a w 1970 r. wydali debiutancki album „Marek Grechuta & Anawa". Zespół zyskał uznanie, a Grechuta wyrósł na prawdziwą gwiazdę. Było to o tyle dziwne, że w muzyce królował wtedy big beat, a oni proponowali liryczną poezję śpiewaną. – Postanowiliśmy nie tworzyć byle czego, gdyż na to szkoda czasu. Chcieliśmy pisać piosenki niebanalne, piękne i wzniosłe – wspominał Grechuta. On sam ubierał się w staroświeckim stylu – nosił trencz w stylu Humphreya Bogarta i jeszcze stał nieruchomo przy mikrofonie, przez co koledzy żartowali, że powinien pójść na zajęcia z choreografii. Nie skorzystał z rad, a ten nieruchomy styl uczynił swoim znakiem rozpoznawczym. – Poezja jest sferą wyobrażeń. Skoro publiczność stara się siedzieć w skupieniu, żeby wysłuchać piosenki, podobnie powinien zachowywać się wykonawca – mówił. Po wydaniu drugiego albumu, „Korowodu", odszedł z zespołu i rozpoczął karierę solową.

Wbrew wizerunkowi

Choć był odbierany jako poważny i skupiony, prywatnie uwielbiał żartować, parodiować inne osoby i wcielać się w różne postaci. Miał też spory dystans do siebie i swojej popularności. Lubił grać w karty i namiętnie malował, doczekał się nawet kilku wystaw swoich obrazów. Choć rozkochał w sobie większość Polek, był wierny jednej kobiecie, swojej żonie Danucie, którą poznał w 1968 r. Nie wszyscy wiedzieli, że już wtedy miał pierwsze epizody choroby afektywnej dwubiegunowej. Z biegiem lat choroba postępowała i coraz trudniej było ukryć jej skutki. Zapominał teksty, wydawał się nieobecny i opryskliwy. Podejrzewano nawet, że wychodzi na scenę pod wpływem alkoholu. Zaczął obawiać się tego, że choroba przeszkodzi mu w tym, co kochał najbardziej, w koncertowaniu. Jego stan pogorszył się po tym, jak w 1999 r. niespodziewanie zaginął jego syn, Łukasz. Zrozpaczony Grechuta wystąpił nawet w programie „Ktokolwiek widział, ktokolwiek wie" i prosił o jakiekolwiek informacje na temat syna. Ten odnalazł się dwa lata później – okazało się, że celowo odciął się od rodziny i odbył pielgrzymki do Hiszpanii i Włoch. Ta sprawa mocno odbiła się na zdrowiu Marka Grechuty. Artysta zmarł 9 października 2006 roku (bezpośrednią przyczyną była niewydolność krążenia). Miał tylko 61 lat.

Ku pamięci

Grechuta pozostawił po sobie nieśmiertelne piosenki – przewodniczki po świecie, w którym warto być uważnym, czułym i nie godzić się na bylejakość. Świecie, który warto ocalić od zapomnienia. O tym przypomną gwiazdy koncertu – hołdu dla artysty. W amfiteatrze w Ostródzie wystąpią wielbiciele jego talentu, m.in. Natalia Przybysz, Mietek Szcześniak, Maciej Zakościelny i Katarzyna Zielińska. Usłyszymy m.in. „Nie dokazuj", „Niepewność" i „Świecie nasz". Poprowadzą go aktorzy Antoni Pawlicki i Agnieszka Więdłocha. **EGP**

FOT. AKPA (2), East News


Artystka jest inspiracją dla wielu młodych wokalistów.

DZIEŃ Z ŻYCIA ARTYSTY

Żyje tu i teraz

DZIEŃ Z ŻYCIA ARTYSTY
SO 30.05 godz. 19.20
TVP KULTURA

Debiutowała 55 lat temu podczas Festiwalu Piosenki Radzieckiej w Zielonej Górze. Od tamtej pory wyśpiewała wiele hitów, choć jej największym przebojem wciąż pozostaje niesamowity utwór „Czas nas uczy pogody". Grażyna Łobaszewska często koncertuje w Polsce, śpiewając swoje dobrze wszystkim znane utwory w nowych aranżacjach. – Bardzo się zmieniłam, mój głos wydoroślał, w ogóle wszystko się zmieniło. Teraz jestem bliżej siebie niż 50 lat temu. Niech mnie ludzie poznają taką, jaką jestem. Nie chcę być tylko wspomnieniem, żyję tu i teraz – mówi. Artystka będzie gościem najnowszego odcinka programu Jana Wołka. **EGP**

KOMISARZ ALEX

Walka z czasem

KOMISARZ ALEX
SO 30.05 godz. 20.30 TVP 1

Podczas szkolenia jednostek specjalnych policji dochodzi do dramatycznych wydarzeń. Zorganizowana grupa przestępców przejmuje budynek banku, a na dodatek bierze zakładników. Mają tylko jedno żądanie – chcą dopaść inspektora Gancarza (Olaf Lubaszenko). Rozpoczyna się niebezpieczna walka z czasem, w której każda sekunda ma znaczenie. Przez zaplecza i ukryte korytarze banku owczarek Alex prowadzi swoich przyjaciół – Artura (Karol Dziuba) i Gutka (Piotr Bondyra). Muszą oni uratować zakładników, zanim bandyci pociągną za spust, oraz odkryć, kto stoi za całą operacją obliczoną na skompromitowanie policji. **BD**



Finał sezonu

Czy Arturowi i Gutkowi uda się rozbroić bandytów, którzy chcą dopaść ich szefa?


Kultowe kino

Frank (Kevin Costner) chroni Rachel (Whitney Houston) przed prześladowcą. Uczucia żadne z nich nie planowało...

BODYGUARD

Ten romans podbił świat

BODYGUARD
SO 30.05 godz. 19.45 TVN

Scenariusz tego filmu z 1992 roku powstał już w latach siedemdziesiątych i miał zostać zrealizowany z udziałem Steve'a McQueena i Diany Ross, ale trafił do szuflady. Po latach jednym z głównych motorów napędowych produkcji stał się Kevin Costner. On przekonał studio, że rolę Rachel Marron powinna zagrać Whitney Houston. On także nalegał, by słynna scena pocałunku została pokazana niemal w ciemności. Uważał, że dzięki temu będzie bardziej romantyczna. Film o miłości ochroniarza i piosenkarki zebrał mieszane recenzje krytyków, ale widzowie go pokochali. Zarobił ponad 400 mln dolarów, a soundtrack z piosenką „I Will Always Love You" sprzedał się w ok. 40 mln egzemplarzy. **MAM**

NEO-NÓWKA. ŻYWOT MARIANA

Podróż przez życie

NEO-NÓWKA. ŻYWOT MARIANA SO 30.05
godz. 19.55 POLSAT

Trzej mistrzowie polskiej sceny kabaretowej – Roman Żurek, Michał Gawliński i Radosław Bielecki tworzący kabaret Neo-Nówka – tym razem wystąpią z programem „Żywot Mariana". To wyjątkowy spektakl, w którym z humorem i dystansem opowiadają o losach przeciętnego Polaka, zabierając nas w barwną podróż przez życie Mariana oraz jego bliskich i znajomych – od narodzin aż po sam kres. A jaki jest żywot Mariana? Zabawny, dość relaksujący, ale też skłaniający do refleksji nad codziennością i naszą polską mentalnością. Spektakl uzupełniają autorskie piosenki Neo-Nówki, a za oprawę muzyczną widowiska odpowiada zespół „Żarówki". **MP**


Kabaret Neo-Nówka przedstawi perypetie Mariana – będą skecze i piosenki.

Fot.: East News (2), TVP, Polsat

TVP 1

4.55 **Wykrywacz kłamstw** – program publicystyczny, Polska 2025-2026
5.15 **Pytanie dnia** – program publicystyczny, Polska 2026
5.35 **Reporterzy** – magazyn reporterów
5.50 **Oko na świat** – magazyn, Polska 2024-2026
6.20 **Balans bieli** – program religijny, Polska 2023-2026
7.00 **Transmisja mszy świętej z Sanktuarium Matki Bożej na Jasnej Górze**
7.40 **Rok w ogrodzie**
8.05 **Rok w ogrodzie extra**
8.20 **Pełnosprawni** (654) – magazyn dla niepełnosprawnych
8.55 **Ranczo 4** (43): Agent – serial obyczajowy, Polska 2009
9.55 **Komisarz Alex 4** (52): Niebezpieczne zadanie – serial kryminalny, Polska 2013
10.55 **Ojciec Mateusz 12** (158): Demony – serial kryminalny, Polska 2014
11.50 Gwiazdy w południe:
FILM **W samo południe** – western, USA 1952, reż. Fred Zinnemann
14.05 **Przed ekranem** – magazyn
14.15 **Domowe patenty 2** (6) – magazyn poradnikowy, Polska 2026
14.25 **Okrasa łamie przepisy** – magazyn kulinarny, Polska 2024
15.00 **Ojciec Mateusz 35** (450): Opętanie – serial kryminalny, Polska 2026
16.05 **Dziedzictwo** (934) – serial obyczajowy, Turcja 2020
17.00 **Teleexpress, Pogoda**
17.35 **Piłka nożna:** Liga Mistrzów UEFA – studio **(live)**
17.55 **Piłka nożna:** Liga Mistrzów UEFA – 1. połowa meczu finałowego: Paris Saint-Germain – Arsenal FC **(live)** (patrz obok)
18.50 **Program informacyjny 19.30**
19.00 **Piłka nożna:** Liga Mistrzów UEFA – 2. połowa meczu finałowego: Paris Saint-Germain – Arsenal FC **(live)**



17.55 SPORT
Piłka nożna
Czas na decydujące starcie tej edycji Champions League. Ekipa ze stolicy Francji będzie chciała obronić trofeum. Dla Kanonierów to drugi w historii finał prestiżowych rozgrywek. Poprzednio zagrali w nim 20 lat temu, ale wówczas nie sprostali FC Barcelonie. **55 min**



20.30 KRYMINALNY
Komisarz Alex 25 (320)
Podczas szkolenia specjalnych jednostek policji grupa przestępców przejmuje kontrolę nad budynkiem banku. Ich celem jest inspektor Gancarz. Artur (Karol Dziuba, zdj.) z zespołem muszą ochronić zakładników i zneutralizować zagrożenie, zanim bandyci spełnią swoje groźby. **65 min**

20 20.00 **Piłka nożna:** Liga Mistrzów UEFA – studio **(live)**
20.30 **Komisarz Alex 25** (320): Egzamin – serial kryminalny, Polska 2026 (patrz obok)
21.35 Hit na sobotę: FILM **Przełęcz ocalonych** – dramat wojenny, USA/Australia 2016, reż. Mel Gibson, wyk. Andrew Garfield, Sam Worthington, Luke Bracey, Richard Pyros (patrz obok)
0.00 **Psy 2. Ostatnia krew** FILM – film sensacyjny, Polska 1994, reż. Władysław Pasikowski, wyk. Bogusław Linda, Artur Żmijewski
1.45 **Po prostu przyjaźń** FILM – komedia, Polska 2016, reż. Filip Zylber
4.00 **Wiadomość od Saszy** – film dokumentalny, Holandia 2024, reż. Anna Rudikova ▶ 4.55



21.35 DRAMAT
Przełęcz ocalonych
Rok 1942. Sanitariusz Desmond Doss (Andrew Garfield, zdj.) podczas bitwy o Okinawę odmawia zabijania ludzi i noszenia broni. Znosi szykany. Odznacza się heroizmem. **145 min**

TVP 2

5.10 **Barwy szczęścia** (3387, 3388) – serial obyczajowy, Polska 2026
6.25 **M jak miłość** (1936) – serial obyczajowy, Polska 2026
7.30 **Pytanie na śniadanie – pobudka** – magazyn, Polska 2026
7.55 **Pytanie na śniadanie**
11.30 **Górna półka smaku** (5) – magazyn kulinarny, Polska 2026 (patrz obok)
12.10 **W poszukiwaniu dobrego filmu** – magazyn filmowy, Polska 2024-2026
12.45 **Kolekcja:** Ryszard Winiarski – cykl felietonów, Polska 2025
13.05 **Panna młoda** (109) – serial obyczajowy, Turcja 2024
14.00 **Familiada** – teleturniej
14.35 **Koło fortuny** – teleturniej, Polska 2024
15.15 **Szansa na sukces. Opole 2026** (4): Renata Przemyk – widowisko, Polska 2025
16.15 **Na dobre i na złe** (995): Co masz zrobić jutro, zrób dzisiaj – serial obyczajowy, Polska 2026
Do Leśnej Góry trafia chłopak po próbie samobójczej. Gdy jego stan się pogarsza, Julka i Jakubek rozpoczynają walkę o życie. Blanka po pracy spotyka się z zaprzyjaźnioną pacjentką, Zuzą. **65 min**
17.20 **Panna młoda** (110) – serial obyczajowy, Turcja 2024
Fadime bezskutecznie próbuje uciszyć syna. Cihan i Hancer przeżywają rozstanie, lecz żadne argumenty przyjaciół nie są w stanie zmienić ich decyzji. Cemil chce zabrać siostrę ze Stambułu. **55 min**
18.15 **Va banque** – teleturniej, Polska
18.50 **Słowo na niedzielę**
19.00 **Informacje kulturalne**
19.25 **Rodzinka.pl** (313): Don Giovanni – serial komediowy, Polska 2026
Kuba nie ustaje w staraniach, by uratować związek z Sonią. Ludwik odbywa szczerą rozmowę z Natalią. Pojawia się podejrzenie, że Magda zaczęła rodzić. **35 min**
20.00 **Świat w obłokach – muzyczni spadkobiercy Marka Grechuty** (1, 2) – koncert, Polska 2026 (patrz obok)
22.15 **Gabi Drzewiecka zaprasza** (12) – talk-show
W programie szczere rozmowy z gwiazdami oraz wykonania utworów w aranżacjach Bartka Królika. **55 min**
23.10 **Program rozrywkowy**
23.25 Kino relaks: FILM **Wszystkie drogi prowadzą do Rzymu** – komedia romantyczna, Włochy/USA 2015, reż. Ella Lemhagen, wyk. Sarah Jessica Parker, Rosie Day (patrz obok)
1.00 **Milionerzy** – czarna FILM komedia, Francja 2024, reż. Maxime Govare
2.45 **Akacjowa 38** – telenowela, Hiszpania 2015 ▶ 4.15



11.30 KULINARNY
Górna półka smaku (5)
Orson Hejnowicz (zdj.) marzy o własnej restauracji w górskim schronisku. Przemierza Karkonosze, szukając inspiracji. Marek Krajewski rusza tropem legendarnego „Złotego pociągu", który pod koniec wojny wyjechał z Wrocławia ze skarbami i zniknął. **40 min**



20.00 KONCERT
Świat w obłokach – muzyczni spadkobiercy...
Wydarzenie poświęcone twórczości artysty, którego piosenki i wiersze uczą wrażliwości. Utwory Marka Grechuty wykonają m.in. Krzysztof Kiljański, Katarzyna Zielińska, Natalia Przybysz, Maciej Zakościelny, Andrzej Kozłowski, Sonia Bohosiewicz, Mela Koteluk (zdj.) i Mietek Szcześniak. **135 min**



23.25 KOMEDIA
Wszystkie drogi prowadzą do Rzymu
Maggie (Sarah Jessica Parker, zdj.) pragnie odbudować więź z córką. Zabiera ją do Toskanii, którą zna z dzieciństwa. Spotyka tam dawną miłość (Raoul Bova). **95 min**

POLSAT

4.40 **Disco Gramy** – program muzyczny, Polska 2026
5.25 **Telezakupy TV Okazje**
6.00 **Nowy dzień z Polsat News** – program informacyjny
8.00 **halo tu polsat** – magazyn, Polska 2026
11.40 **Ewa gotuje** (574) – magazyn kulinarny, Polska 2026
Tym razem prowadząca przygotuje bajgiel po zawojsku, czyli pieczywo z pastą zrobioną z bryndzy i wędzonego pstrąga, usmaży różyczki kalafiora w cieście naleśnikowym oraz przypomni przepis na przysmak z PRL-u – szyszki z ryżu dmuchanego. **45 min**
12.25 **Super Mario Bros: Film** FILM – film animowany, Japonia/USA 2023, reż. Pierre Leduc (patrz obok)
14.20 **Bilet do raju** – komedia FILM romantyczna, USA/Japonia/Wielka Brytania 2022, reż. Ol Parker
Rozwiedzeni David (George Clooney) i Georgia (Julia Roberts) lecą na Bali, żeby powstrzymać córkę (Kaitlyn Dever) przed zamążpójściem. W ich przekonaniu małżeństwo zrujnuje jej życie. Malownicze plenery stają się jednak areną wydarzeń, które każą im na nowo przemyśleć własną relację. **145 min**
16.45 **Nie ma mocnych** FILM – komedia, Polska 1974, reż. Sylwester Chęciński
Pawlak (Wacław Kowalski) nie ma komu przekazać gospodarstwa. Ostatnią nadzieję pokłada w swojej wnuczce Ani (Anna Dymna). Wraz z Kargulem (Władysław Hańcza) postanawia wyswatać dziewczynę z młodym technikiem mechanizacji rolnictwa. **125 min**
18.50 **Wydarzenia**
19.15 **Prezydenci i premierzy** – program publicystyczny, Polska
19.25 **Smak na każdą kieszeń** (6) – magazyn kulinarny, Polska 2026
19.35 **Sport, Pogoda**



12.25 ANIMOWANY
Super Mario Bros: Film
Hydraulik trafia do tajemniczego świata. Musi ocalić Grzybowe Królestwo i brata Luigiego, a także uchronić księżniczkę Peach przed małżeństwem z tyranem. Czeka go wiele przygód, np. pojedynek z Donkey Kongiem i pościg na tęczowych torach. **115 min**



19.55 ROZRYWKA
Neo-nówka. Żywot Mariana
Radosław Bielecki, Michał Gawliński i Roman Żurek (zdj.) w krzywym zwierciadle ukażą losy zwykłego Polaka. Zaprezentują codzienne sytuacje, np. starcia z sąsiadami czy urzędnikami. Nie zabraknie też skeczu „Wigilia". O oprawę muzyczną satyrycznej opowieści zadba zespół Żarówki. **180 min**

19.55 **Neo-nówka. Żywot Mariana** – program rozrywkowy, Polska 2023 (patrz obok)
22.55 **Szybko i wściekle** FILM – film sensacyjny, USA/Japonia 2009, reż. Justin Lin, wyk. Vin Diesel, Paul Walker, Michelle Rodriguez (patrz obok)
Czwarta odsłona widowiskowego cyklu to interquel pomiędzy wydarzeniami pokazanymi w „Za szybcy, za wściekli" z 2003 roku, a częścią trzecią cyklu – „Szybcy i wściekli – Tokio Drift" z 2006 roku. **135 min**
1.10 **Alfa** – film przygodowy, FILM USA/Kanada/Chiny 2018, reż. Albert Hughes, wyk. Kodi Smit-McPhee, Jens Hultén
3.25 **Świat według Kiepskich** (574, 575) – serial komediowy, Polska 2019-2020



22.55 SENSACYJNY
Szybko i wściekle
Mistrz kierownicy Dominic Toretto (Vin Diesel, zdj.) chce wyjaśnić sprawę śmierci ukochanej, Letty. Łączy siły z agentem FBI Brianem O'Connerem (Paul Walker) przeciw wspólnemu wrogowi. **135 min**

▶ – godzina zakończenia programu
PREMIERA – pierwszy raz w telewizji

TVN

DVB T2

5.40 Uwaga! – magazyn reporterów

5.55 Ukryta prawda (1653) – serial paradokumentalny, Polska 2024

6.50 Pogromcy chaosu (4) – program rozrywk., Pol. 2025

7.45 Dzień Dobry TVN – magazyn

11.30 Na Wspólnej (4217-4220) – serial obyczajowy, Polska 2026
Po zdemaskowaniu kłamstw Kaliny Tadeusz znika. Zakościelny planuje zemstę na Łukaszu. Czeka pod jego domem z nożem. Tymczasem Jarek nawiązuje romans na spotkaniu biznesowym. **140 min**

13.50 Ciężarówką przez Malezję (5) – serial dokumentalny, Polska 2025
Dawid Andres odwiedza Tioman, gdzie z nowo poznanym znajomym przemierza wyspę motocyklem. Następnie samotnie pokonuje czterokilometrowy odcinek przez las deszczowy, żeby dotrzeć do promu. **70 min**

15.00 Znów mam 17 lat FILM – komedia, USA 2009, reż. Burr Steers, wyk. Zac Efron, Leslie Mann, Thomas Lennon, Matthew Perry (patrz obok)
Kolejny film wykorzystujący motyw powrotu do młodości. W roli głównej wystąpił idol nastolatek Zac Efron. Za swoją kreację młody aktor zdobył dwie statuetki Teen Choice. **135 min**

17.15 Tysiąc słów FILM – komedia, USA 2012, reż. Brian Robbins
Cyniczny oszust i kłamca Jack (Eddie Murphy) odkrywa, że jego życie zależy od drzewa, które wyrosło na posesji. Z każdym wypowiadanym przez niego słowem spada liść. Gdy opadną wszystkie, mężczyzna umrze. **105 min**

19.00 Fakty

19.30 Sport

19.35 Raport Roland Garros (7) – program sportowy, Polska 2026

19.40 Pogoda



15.00 KOMEDIA

Znów mam 17 lat
Mike O'Donnell (Matthew Perry) to sfrustrowany mężczyzna w średnim wieku. Pewnego dnia ze zdumieniem odkrywa, że znów jest siedemnastolatkiem (Zac Efron, zdj.). Postanawia wrócić do szkoły i na nowo pokierować swoim życiem. Nie będzie to jednak łatwe. **135 min**



19.45 DRAM. SENS.

Bodyguard
Były agent CIA Frank Farmer (Kevin Costner, zdj.) ma ochraniać piosenkarkę Rachel Marron (Whitney Houston, zdj.), która dostaje anonimowe listy z pogróżkami. Relacje pozornie oschłego służbisty i kapryśnej gwiazdy początkowo są trudne. Tymczasem wróg jest bliżej, niż ktokolwiek mógł podejrzewać. **160 min**

19.45 Bodyguard – dramat sensacyjny, USA 1992, reż. Mick Jackson, wyk. Kevin Costner, Whitney Houston, Gary Kemp, Bill Cobbs (patrz obok)

22.25 Zeszłej nocy – melodramat, USA/Francja 2010, reż. Massy Tadjedin, wyk. Keira Knightley, Sam Worthington, Guillaume Canet, Eva Mendes (patrz obok)

0.15 Pan i pani Smith FILM – komedia sensacyjna, USA 2005, reż. Doug Liman

2.40 Szpital św. Anny (101) – serial obyczajowy, Polska 2026

3.40 Uwaga! – mag. reporterów

3.55 CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 12 (14) – serial kryminalny, USA 2012

4.50 Nauka jazdy 5 (21) – pr. rozrywk., Polska 2022

5.15 Kto was tak urządził? – magazyn



22.25 MELODRAMAT

Zeszłej nocy
Joanna (Keira Knightley, zdj.) jest świadkiem dwuznacznej sceny z udziałem męża i koleżanki, którzy jadą w podróż służbową. Nabiera podejrzeń, że mają romans. Niebawem sama zostaje poddana próbie. **110 min**

TV PULS

DVB T2

6.00 Kobra – oddział specjalny (12): Bunt – serial sensacyjny, Niemcy 2015
Semir i Alex wchodzą w posiadanie istotnego dowodu – dyktafonu. Zapisane dane mogą pomóc w skazaniu Sandera. Duet policjantów doprowadza do tymczasowego aresztowania mężczyzny po konfrontacji podejrzanego z materiałem dowodowym. **60 min**

7.00 Zaklinaczka duchów 3 (55, 56) – serial fantasy, USA 2008
Melinda idzie na mecz koszykówki w szkole Neda. Chłopak opowiada o dziwnych zdarzeniach, do których doszło w budynku. Medium odkrywa ducha w sali gimnastycznej. Musi poznać plotki i historie szkolnych romansów. **120 min**

9.00 Taki jest świat 11 – program informacyjny, Polska 2026
Prowadząca Anna Bogusiewicz podsumowuje kluczowe wydarzenia minionego tygodnia z kraju i ze świata. Wyjaśnia, jak wpływają na codzienne życie Polaków, pozwalając dzięki temu lepiej zrozumieć bieżącą sytuację. **60 min**

10.00 Lombard. Życie pod zastaw 13 (719) – serial obyczajowy, Polska 2023
Michał Boczar prosi o wycenę gospodarstwa odziedziczonego po dziadku oraz zabytkowego auta. Na cmentarzu spotyka sąsiadkę, która zmywa z płyty nagrobnej krewnego napis „morderca". **60 min**

11.00 Lombard. Życie pod zastaw 10 (480-483) – serial obyczajowy, Polska 2022
Jan Oleś wynajmował dom lokatorom, z którymi dobrze się dogadywał. Para jednak znika, nie płacąc ostatniego czynszu. Jan traci nadzieję, że wrócą, i wchodzi do domu. Czeka go zaskoczenie. **240 min**

15.00 Lombard. Życie pod zastaw 18 (960-964) – serial obyczajowy, Polska 2026 (patrz obok)



15.00 OBYCZAJOWY

Lombard. Życie pod zastaw 18 (960-964)
Izabela nie może pogodzić się z tym, że jej syn jest w spektrum autyzmu i stanowi zagrożenie dla otoczenia. Chłopiec uczęszcza do publicznej szkoły, a hałas wywołuje u niego ataki agresji. Roman (Marcin Borchardt, zdj.) walczy o Maksyma. **300 min**



20.00 THRILLER

Non-Stop
Agent Bill Mark (Liam Neeson, zdj.) ma zadbać o bezpieczeństwo pasażerów samolotu. Chwilę po starcie odbiera wiadomość z żądaniem 150 milionów dolarów okupu. Szantażysta grozi, że w przypadku niedostarczenia pieniędzy co 20 minut będzie ginąć jedna osoba znajdująca się na pokładzie... **130 min**

20.00 Mocne sobotnie kino:

FILM Non-Stop – thriller, Wielka Brytania/Francja/USA 2014, reż. Jaume Collet-Serra, wyk. Liam Neeson, Julianne Moore, Scoot McNairy, Michelle Dockery, Nate Parker (patrz obok)
Ze względu na wysoki wzrost odtwórcy głównej roli, Liama Neesona, na planie trzeba było stworzyć nieco większe niż standardowe wnętrze samolotu. **130 min**

22.10 Przerwany lot FILM – film sensacyjny, Wielka Brytania/USA 2023, reż. Jean-François Richet, wyk. Gerard Butler, Mike Colter, Tony Goldwyn, Yoson An (patrz obok)

0.35 Kobiety mafii FILM – film sensacyjny, Polska 2018, reż. Patryk Vega

3.15 Zobacz to!



22.10 SENSACYJNY

Przerwany lot
Pilot Brodie Torrance (Gerard Butler, zdj.) ląduje uszkodzonym samolotem na filipińskiej wyspie. Większość załogi i pasażerów zostaje porwana przez rebeliantów. Brodie postanawia ich uwolnić. **145 min**

TVN 7

DVB T2

5.10 Szkoła (687) – serial paradok., Pol. 2019

6.10 Wiza na miłość: pierwsze spotkanie 2 (14) – program rozrywkowy, USA 2018

7.05 Nowe Zwariowane Melodie (15) – serial animowany, USA 2018

7.20 Sonic. Szybki jak błyskawica FILM – film familijny, USA/Japonia/Kanada 2020, reż. Jeff Fowler
Obdarzony nadprzyrodzonymi zdolnościami niebieski jeż zyskuje nowego przyjaciela, Toma (James Marsden). Łączy z nim siły, aby powstrzymać doktora Robotnika (Jim Carrey), chcącego przejąć władzę nad światem. **125 min**

9.25 Ukryta prawda (1376, 1377) – serial paradokumentalny, Polska 2022

11.25 Mówię Wam 4 (15) – program kulturalny, Polska 2026

12.35 Ukryta prawda (1378-1380) – serial paradokumentalny, Polska 2022
Ewelina przez przypadek odkrywa zdradę męża. Chce poznać tożsamość jego kochanki. Wówczas partner oznajmia, że muszą się rozwieść. Sprawy się komplikują. **180 min**

15.35 Detektywi (316, 317) – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2026
Mężczyzna zgłasza zaginięcie przyjaciółki Ewy. Podejrzewa, że po kłótni partner mógł ją zabić. Maciej z policją badają trop prowadzący do miejsca, gdzie po raz ostatni logował się telefon kobiety. **125 min**

17.40 Godzilla kontra Kong FILM – film s.f., Australia/Indie/Kanada 2021, reż. Adam Wingard, wyk. Alexander Skarsgard, Brad Buckley, Millie Bobby Brown, Tim Appleton (patrz obok)
Dynamiczne widowisko pełne wizualnych fajerwerków. Po raz pierwszy do ekranowego pojedynku olbrzymów doszło w japońskim filmie z 1962 roku. **140 min**



17.40 FILM SF

Godzilla kontra Kong
Naukowiec Nathan Lind (Alexander Skarsgard, zdj.) staje na czele wyprawy do ojczyzny tytanów. Członkowie ekspedycji przewożą również goryla Konga, który ma doprowadzić ludzi do celu. Godzilla atakuje konwój. Dochodzi do dramatycznego starcia. **140 min**



20.00 SENSACYJNY

Piekielna głębia
Doktor Susan McCallister (Saffron Burrows, zdj.) prowadzi badania nad inteligencją rekinów. By zdobyć fundusze na dalsze doświadczenia, zaprasza do laboratorium sponsora Russella Franklina (Samuel L. Jackson, zdj.). Podczas pokazowego eksperymentu jeden z drapieżników atakuje zgromadzonych. **140 min**

20.00 Piekielna głębia FILM – film sensacyjny, USA 1999, reż. Renny Harlin, wyk. Thomas Jane, Saffron Burrows, LL Cool J, Michael Rapaport (patrz obok)

22.20 Fokus FILM – komedia kryminalna, USA/Argentyna 2015, reż. Glenn Ficarra
Oszust Nicky (Will Smith) bierze pod swoją opiekę Jess (Margot Robbie), aby przekazać jej najważniejsze zasady przestępczego fachu. **135 min**

0.35 Dar FILM – thriller, USA/Australia/Chiny 2015, reż. Joel Edgerton, wyk. Jason Bateman, Rebecca Hall, Joel Edgerton (patrz obok)

2.50 Żyjąc z potworem 7 (19) – serial dokumentalny

3.45 Fachowcy (14) – serial paradok., Pol. 2017

4.25 Dorota was urządzi! (1)



0.35 THRILLER

Dar
Simon (Jason Bateman) spotyka dawnego kolegę, Gorda (Joel Edgerton). Niebawem zaczyna on przysyłać jemu i jego żonie (Rebecca Hall, zdj.) podarunki. Prezenty z czasem budzą niepokój. **135 min**

DVB T DVB T2 – stacje dostępne w naziemnej telewizji cyfrowej

TVP 3

9.25 **Telekurier** – mag., Polska
9.50 **Korona Gór Polski 2** (4)
10.25 **Gwiazdorska kuchnia Ani** (38) – magazyn kulin.
11.00 **Daję słowo – Maciej Orłoś 2** (11) – talk-show
11.55 **Żółw błotny. Osobliwy relikt polskiej przyrody** – film dokum.
12.50 **Pierwsza Druga w Trójce** – mag. piłkarski
13.00 **Całkiem niezła historia**
13.25 **Wiosna na ROD'os**
14.00 **O milimetr** – magazyn
14.30 **Program lokalny**
15.00 **Koronka do Miłosierdzia Bożego** – pr. religijny
15.20 **Program lokalny**
19.30 **Wiosna na ROD'os** – dok., Polska 2022-2026

TVP POLONIA

7.30 **Pytanie na śniadanie – pobudka** – magazyn
7.55 **Pytanie na śniadanie**
11.20 **Podróże z historią** (9)
11.55 **Stawiam na Tolka Banana** (4, 5) – obycz.
13.10 **Jak to się mówi, czyli Kasia u Bralczyka** (64)
13.45 **Na dobre i na złe** (990)
14.40 **Na sygnale** (641, 642)
15.40 **Okrasa łamie przepisy**
16.10 **Dziuple i ich mieszkańcy** – film dok.
17.00 **Teleexpress**
17.25 **M jak miłość** (1926)
18.20 **Lato z Radiem i Telewizją Polską**
19.15 **Muzeum Polskiej Piosenki** (126) – rozr., Pol.
19.30 **Panorama**

TV 4

6.00 **Łowcy skarbów. Kto da więcej?** (181) – reality show, Polska 2023
7.00 **Galileo** (1133, 1134) – program popularnonaukowy, Polska 2025
9.05 **#Jesteśmy dla dzieci** – magazyn
9.30 **Galileo** (1135, 1198, 1199) – program popularnonaukowy, Polska
12.35 **Planeta małp** – film s.f., FILM USA 2001, wyk. Mark Wahlberg, Tim Roth
14.55 **Policjantki i Policjanci** (1421-1425) – serial obyczajowy, Polska 2026

PULS 2

6.00 **Ale numer! 18** (12) – rozr.
6.35 **Smerfy** – serial anim.
7.35 **Jeżyk i Przyjaciele** – serial animowany
7.55 **Kacze opowieści** – serial animowany
8.20 **My Little Pony. Film** FILM – film animowany, USA/Kanada/Bułgaria 2017
10.15 **Asterix podbija** FILM **Amerykę** – film anim., Niem./Francja 1994
12.00 **Boso przez świat**
13.45 **Gwiazdy Mazurskiej Nocy Kabaretowej** (12, 13) – pr. rozr., Polska
15.45 **Jorinde i Joringel** – baśń FILM filmowa, Niemcy 2011
17.15 **Sześć łabędzi** – film FILM familijny, Niemcy 2012

TVP ROZRYWKA

8.20 **Górna półka smaku** (13)
8.50 **Kiedyś to było...** – mag.
9.30 **Koło fortuny** – telet., Pol.
10.05 **Tańcząca ze światem – Malta** (4) – magazyn
10.40 **Szansa na sukces. Opole 2026 2** (2)
11.45 **To jest grane** (93) – muz.
12.20 **Prywatne życie zwierząt 14** (2) – przyrod.
12.45 **Program rozrywkowy**
13.00 **Daję słowo – Maciej Orłoś 2** (33) – talk-show
13.55 **Postaw na milion**
15.45 **Va banque** – teleturniej
17.00 **Koło fortuny** – telet., Pol.
17.35 **Domowe patenty 2** (6)
17.45 **Szansa na sukces. Opole 2026 2** (3)
18.50 **Do śmiechu!** (80) – rozr.

TTV HD

7.45 **Damy i wieśniaczki. PL 9** (1) – serial fab.-dok.
8.45 **Gogglebox. Przed telewizorem 24** (14)
9.45 **Express, Pogoda** – inf.
10.05 **Nic do zgłoszenia 6** (2)
11.05 **Nic do zgłoszenia 4** (7)
12.05 **Zakup w ciemno extra** (10) – reality show, Polska
12.35 **Zakup w ciemno 7** (10-12) – reality show, Pol.
15.45 **Express, Pogoda** – inf.
16.05 **Idź na całość 2** (1) – rozr.
17.05 **Zakup w ciemno extra** (8) – reality show, Polska
17.45 **Express, Pogoda** – inf.
18.05 **Zakup w ciemno 7** (9)
19.05 **Zakup w ciemno extra** (9) – reality show, Polska
19.45 **Express, Pogoda** – inf.

PROGRAM INFORMACYJNY



20.00 Dziennik regionów
Marzena Kawa (zdj.) i inni reporterzy stacji zbierają najważniejsze informacje z ośrodków regionalnych. Dotyczą one wydarzeń społecznych czy politycznych. **13 min**

20.13 **Gość Regionów** – publ.
20.30 **62. KFPP w Opolu – Zróbmy więc prywatkę...**
21.00 **Program lokalny**
22.00 **Dziennik regionów**
22.30 **Kryminalna siódemka**
23.00 **O milimetr** – magazyn
23.30 **Regiony na TAK** – mag.
23.55 **Panorama**
0.25 **Serwis Info Wieczór**

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

SZPIEGOWSKI



20.00 Zatoka szpiegów (3)
Franz dowiaduje się, że jego brat Otto zginął na morzu. Wina za tragedię obarcza aliantów. Zdobywa informację, że raport dotyczący śmierci krewnego znajduje się w domu Kesslera. **55 min**

20.55 **The Best of Kabaret Moralnego Niepokoju**
22.10 **Daję słowo – Maciej Orłoś 2** (16) – talk-show
23.00 **Tajemnica Enigmy** (7)
23.45 **Laskowik & Malicki – niedziela wieczór**
0.40 **M jak miłość** (1926)
1.30 **Panorama**
2.00 **Dom nad rozlewiskiem** (7, 8) – serial obycz., Pol.
3.35 **Tylko jeden skecz** (3)

KRYMINALNY



20.00 Sprawiedliwi – Wydział Kryminalny (1036-1039) – Polska 2026
Gdy Kaleta budzi się ze śpiączki, Nina odkrywa prawdę o wydarzeniach w leśniczówce. Wiedząc, że Owczar chce go uciszyć, upozorowuje krytyczny stan świadka, by go ukryć. **240 min**

0.00 **Gwiazdy Kabaretu** (38, 51) – pr. rozrywk., Pol.
2.05 **STOP Drogówka** – magazyn policyjny
3.05 **Interwencja** – mag.
3.25 **Lubię disco!** (284) – program muzyczny
4.25 **Top 10 – lista przebojów** – pr. muz.
5.30 **Telezakupy TV Okazje**

ANIMOWANY



19.00 Asterix i wikingowie FILM – Francja/Dania 2006
Waleczne plemiona północy wierzą, że strach dodaje skrzydeł. Chcąc nauczyć się latać, muszą porwać chórza. Ich wybór pada na lękliwego bratanka wodza Galów, Trendiksa. **100 min**

20.40 **Bracia przyrodni** FILM – komedia, USA 2008
22.40 **Underworld** – horror, FILM USA/Niemcy/Węgry 2003
1.00 **Wstydliwe choroby 7** (3) – serial dok., Wlk. Bryt.
2.00 **Wstydliwe choroby 4** (1) – serial dok., Wlk. Bryt.
3.00 **Lombard. Życie pod zastaw 4** (157, 158) – serial obycz., Pol. 2019

ROZRYWKA



19.50 Życie to kabaret: **Kabaret Hrabi. Co jest śmieszne** (1, 2) – Pol.
Joanna Kołaczkowska (zdj.) i jej koledzy zastanowią się m.in., czy to, co bawi ludzi w życiu prywatnym, jest śmieszne również na scenie. Spróbują także dotrzeć do źródeł dobrego humoru. **130 min**

22.00 **Postaw na milion**
0.00 **Koło fortuny** – telet., Pol.
1.15 **Kabaret. Super Show Dwójki 3** (35) – rozr., Pol.
2.20 **Kabaret Potem przedstawia – Sny i zmory im. sierżanta Zdyba** – pr. rozrywk., Pol.
3.10 **Kabaretomaniacy** (24, 27) – pr. rozr., Polska

ROZRYWKA



20.00 Idź na całość 2 (30)
Uczestnicy mają do wygrania niemal trzy miliony złotych. W każdym odcinku podejmują ryzyko i próbują unikać zonka. Program prowadzą Zygmunt Chajzer i Robert Motyka (obaj na zdj.). **60 min**

21.00 **Gogglebox. Przed telewizorem 21** (5)
22.00 **Damy i wieśniaczki. PL 11** (1) – fab.-dok., Pol.
23.00 **Gogglebox. Przed telewizorem 21** (10)
0.00 **Gogglebox. Przed telewizorem 24** (14)
1.00 **Diabelnie boskie** (5, 6)
1.55 **Zapukaj do moich drzwi** (116, 117) – telen.
3.55 **Detektywi** (125)

TVP 3 PROGRAMY LOKALNE

BIAŁYSTOK **17.20** Klub seniora **17.30** Astronarium **17.55** DorastaMy **18.15** Ze zdrowiem na Ty **18.30** Obiektyw **18.50** Sport, Pogoda **19.00** Świadkowie czasu **21.00** Kwartet **21.30** Obiektyw

BYDGOSZCZ **17.00** Bliżej nieba **17.30** Spotkania z ekologią **17.45** Pokochaj Grudziądz **18.00** Filmowe kujawsko-pomorskie **18.30** Zbliżenia **18.57** Kulturalnie mówiąc **21.00** Raport naukowy **21.30** Zbliżenia **21.45** Sport, Pogoda

GDAŃSK **17.00** Drogi wolności **18.00** Adwokaci w sztuce **18.30** Panorama **19.00** Do brzegu **21.31** Panorama **21.43** Pogoda

KATOWICE **17.15** Na KONcu świata **17.30** Relacje **17.45** Zdarzyło się **18.00** Raczka gotuje **18.30** Aktualności **18.55** Pogoda, Sport **19.12** Wykrywacz kłamstw **21.00** 28. Bielska Zadymka Jazzowa 2026 **21.30** Aktualności

KRAKÓW **17.05** Makłowicz w podróży **17.31** Magazyn medyczny **17.45** Krzemionki 30. Przystanek reportaż **18.00** Kulturalnie mówiąc **18.30** Kronika **18.55** Kronika kulturalna **19.06** Bohaterowie małych ojczyzn **21.00** Moda na język polski **21.30** Kronika

LUBLIN **17.12** Kwadrans samorządowy **17.30** Tydzień w polityce **18.10** Zawód leśnik **18.30** Panorama lubelska **19.00** Lubelskie Obserwatorium Rynku Pracy **19.10** 65. rocznica operacji zaćmy metodą Krwawicza – współczesna chirurgia oka w praktyce **21.00** Laur Konserwatorski 2026 **21.30** Panorama lubelska

ŁÓDŹ **16.52** Ekspert ZUS odpowiada **17.00** Wesołe lata Telewizji Kraków **17.30** Jazz Kwadrans **17.45** Babskim okiem **18.00** ABC pacjenta **18.19** Teatr Wielki zza kulis **18.30** Łódzkie wiadomości dnia **18.50** Sport, Pogoda **19.00** Kulturalnie po Łodzi i regionie **21.30** Łódzkie wiadomości dnia **21.50** Za szybą

POZNAŃ **17.53** Ewa i jej goście **18.30** Teleskop **18.50** Medycyna i ty **19.05** Kurier akademicki **21.31** Teleskop **21.50** Wiadomości sportowe

RZESZÓW **17.01** Stacja Rzeszów Główny **17.16** Koncert **17.46** Z życia regionu **18.00** Odkrywamy Podkarpackie **18.30** Aktualności **19.00** Z życia regionu **19.13** Liczy się pasja **21.00** Opowieści z duszą **21.30** Aktualności

SZCZECIN **17.20** Powrót do przeszłości **17.30** Bohaterki **18.00** Bez barier **18.30** Kronika **18.52** Polacy, którzy zmienili świat medycyny **19.06** Nie taki internet straszny **19.18** Rzecz Polska **21.00** Smaki świata po polsku 2 **21.30** Kronika **21.50** Wokół nas

WARSZAWA **16.51** Reagujemy **17.15** Daję słowo – Maciej Orłoś 2 **18.00** Informacje z Mazowsza **18.15** Filmowe spotkania **18.30** TKW **18.42** Kurier Mazowiecki **19.00** Weterani sportu **19.15** Retro Wawa **21.00** Bohaterki **21.30** Kurier Warszawy i Mazowsza

WROCŁAW **17.00** Przyszłość jest teraz **17.15** Drogi wiary **17.49** Kulturalnie mówiąc **18.14** W swoim czasie **18.30** Fakty **18.54** Pogoda **19.05** Magazyn ku kulturze **21.03** Drogi wiary **21.31** Fakty

TVP HD

6.00 **Na dobre i na złe** (950)
6.55 **Ranczo 3** (35) – obycz., Pol.
7.55 **Rodzinka.pl** (143, 144)
8.55 **Ojciec Mateusz 14** (186)
9.50 **Ojciec Mateusz 15** (187)
10.45 **Czy wiesz, że?** (274) – dok.
11.20 **Na sygnale** (581, 582)
12.25 **Ojciec Mateusz 3** (38)
13.20 **Komisarz Alex** (2) – krym.
14.15 **Ranczo 9** (107, 108)
16.10 **Postaw na milion** – telet.
17.10 **Okrasa łamie przepisy**
17.45 **Makłowicz w podróży**
18.20 **Ojciec Mateusz 22** (280)
19.20 **Ranczo 10** (127-129)
22.20 **Kaznodzieja** FILM **z karabinem** – dramat biograficzny, USA 2011
0.35 **PitBull** (26-28) – sens., Pol.
3.40 **Szef roku** – komedia, FILM Hiszpania 2021

TVP KULTURA

11.05 **Droga** (6-ost.) – obycz., Pol.
12.15 **2. Konkurs Chopinowski na instrumentach historycznych – koncert inauguracyjny** – koncert
14.25 **Wydarzenie aktualne**
15.00 **Zucchero Fornaciari**
16.55 **Tamte lata, tamte dni**
17.35 **Wąchać kwiatki od spodu** FILM – czarna komedia, Francja 1964
19.20 **Dzień z życia artysty**
20.00 **Sicario 2: Soldado** FILM – thriller, USA 2018
22.10 **Deep Purple: Perfect Strangers Play Show** – koncert, Wielka Brytania
0.25 **Wieczór kinomana**
0.30 **Wściekły pyk** – dramat FILM biograficzny, USA 1980
2.40 **Dobry tytuł** – mag. kult.

BBC FIRST

9.10 **Co ludzie powiedzą? 2** (1, 2) – serial kom., Wlk. Bryt.
10.30 **Morderstwa w Midsomer 23** (3)
12.20 **Ojciec Brown 4** (3-5)
15.30 **My Life is Murder 3** (7, 8)
17.30 **Ulica nadziei 5** (2) – krym.
18.35 **Śmierć z dala od palm 4** (3) – serial krym., Wlk. Bryt.
19.50 **Śmierć pod palmami 11** (5) – serial krym., Wlk. Bryt.
21.00 **Pomost** (1) – serial krym.
22.10 **Milczący świadek 21** (5, 6) – krym., Wlk. Bryt. 2018
0.25 **Ojciec Brown 13** (7)
1.25 **Na niebieskich światłach 2** (3) – krym.
2.35 **Z pamiętnika położnej 8** (5, 6) – serial obyczajowy

ROMANCE TV

14.20 **Rejs ku szczęściu** FILM **– Podróż poślubna na Cyklady** – film obyczajowy, Niemcy 2019
16.15 **Lato w Portugalii** FILM – melodramat, Niemcy/Portugalia 2013, reż. Michael Keusch
18.05 **Szalony dzień** – komedia FILM romantyczna, Niemcy 2022
20.00 **Kanary – o jedno życie mniej** (5) – krym., Hiszpania
21.00 **Krawcowa z Madrytu** (17) – serial obycz., Hiszp.
22.00 **Dziewczyna na rowerze** FILM – komedia romantyczna, USA/Niemcy/Francja 2013
0.05 **Kanary – o jedno życie mniej** (5) – krym., Hiszpania

ANTENA HD

8.25 **Wojciech Cejrowski – boso przez świat** (84-92, 66) – cykl reportaży
14.00 **Australijscy Poszukiwacze Złota: Skarby** (3)
15.00 **Australijscy poszukiwacze złota** (1)
16.00 **Australijscy poszukiwacze złota 8** (2, 3) – serial dok., Australia
18.00 **Polska. Największe dylematy** – program publicyst.
19.00 **77 TV 5** (27) – pr. rozr., Pol.
20.00 **Morderstwa we Francji** FILM **– Lille** – film krym., Fr. 2018
22.05 **Zaginiona żona** – dramat FILM biograficzny, USA 2017
23.55 **Uprowadzeni** FILM – thriller, Francja 2021
1.40 **77 TV 4** (13, 14) – rozr., Pol.
4.00 **Kabaretowy szał** – rozr.

COMEDY CENTRAL

6.00 **The Office PL** (5, 6) – kom.
7.10 **Teoria wielkiego podrywu 10** (21-24) – kom.
9.00 **Teoria wielkiego podrywu 11** (1-10) – kom.
13.25 **Przyjaciele 9** (9-19) – kom.
19.00 **Duchy** (11-14) – fantasy
21.00 **Agent XXL: Rodzinny** FILM **interes** – komedia, USA 2011, reż. John Whitesell
23.10 **Comedy Club 8** (5, 6) – program rozrywk., Polska
0.30 **Miasteczko South Park 21** (1-3) – serial animowany dla dorosłych
2.00 **Pracoholicy 4** (13) – kom.
2.30 **Pracoholicy 5** (1-3) – kom.
4.00 **Śmieszniej nie będzie 3** (11-14) – program rozrywk.

TV 6

6.00 **Jeźdźcy smoków: Obrońcy Berk** – anim.
7.30 **Świąteczna podróż** FILM – komedia romantyczna, Kanada 2020
9.10 **Cobra Kai** (5-8) – przyg.
11.40 **Magnum: Detektyw z Hawajów 5** (88-90) – serial sensacyjny, USA
14.30 **Poirot** (7, 8) – serial krym.
16.50 **Columbo** (7, 8) – krym.
20.00 **CSI: Kryminalne zagadki Miami** (3, 4) – serial krym.
22.00 **Kości** (77, 78) – serial krym.
23.55 **Freddy kontra Jason** FILM – horror, USA/Włochy 2003
2.00 **Krejzi patrol** (58) – krym.
2.30 **Kochane pieniądze** (39-41) – serial paradok., Pol.
5.35 **SuperLudzie Extra** – mag.
5.45 **Telezakupy TV Okazje**

TVN FABUŁA

10.05 **Kompas szkieletora** FILM – film familijny, USA 2022
11.55 **Prosto w serce** – komedia FILM romantyczna, USA 2007
14.20 **Fantastyczne zwierzęta: Zbrodnie Grindelwalda** FILM – film fantasy, Wielka Brytania/USA 2018
17.00 **Fantastyczne zwierzęta: Tajemnice Dumbledore'a** FILM – film fantasy, Wielka Brytania/USA 2022
20.00 **Meg** – film s.f., USA/Chiny FILM 2018, reż. Jon Turteltaub
22.25 **Dzień próby** – dramat FILM sens., USA/Australia 2001
0.55 **Mroczny rycerz** – film FILM sens., USA/Wlk. Bryt. 2008
4.05 **Ukryta prawda** (1311)

STOPKLATKA

6.00 **Komisarz Rex 14** (9-12) – serial kryminalny, Austria/Niemcy/Wł. 2013
10.00 **Hudson i Rex 7** (1, 2) – serial kryminalny, Kanada 2024
12.00 **Top Dog. Niemcy** (2) – reality show, Niemcy 2021
13.55 **Potop Redivivus** – film FILM historyczny, Polska 2014, reż. Jerzy Hoffman, wyk. Daniel Olbrychski, Małgorzata Braunek, Tadeusz Łomnicki
17.45 **Max** – film przygodowy, FILM USA 2015, reż. Boaz Yakin, wyk. Josh Wiggins, Lauren Graham, Thomas Haden Church

POLSAT 2

5.50 **Wydarzenia**
6.30 **Nasz nowy dom** (267) – reality show, Pol. 2022
7.30 **Ewa gotuje** (571, 572) – magazyn kulinarny
8.30 **Z klimatem i z pasją** – program publicystyczny
9.00 **Dlaczego ja?** (1363-1367) – serial paradokumentalny, Polska
14.00 **Sekrety rodziny** (132) – serial paradokumentalny
15.05 **Więzienie kobiet** (74-77) – serial dok., Pol.
17.00 **Nasz nowy dom** (359) – reality show, Pol. 2025
18.20 **Dick i Jane: Niezły ubaw** FILM – komedia, USA 2005, wyk. Jim Carrey, Téa Leoni

TVP SERIALE

5.50 **Na sygnale** (903, 904)
6.45 **U Pana Boga w ogródku** (2) – kom.
7.35 **Na sygnale** (905-909)
10.25 **Na dobre i na złe** (994)
11.25 **Komisarz Alex 25** (319)
12.20 **Rodzinka.pl** (312, 313)
13.25 **Ojciec Mateusz 27** (352, 353) – serial krym.
15.20 **U Pana Boga w Królowym Moście** (11) – serial obycz., Polska
16.15 **Ranczo 6** (72) – obycz.
17.15 **Czterdziestolatek** (11) – serial obycz., Pol. 1975
18.05 **Na sygnale** (910-912) – serial fabularno-dokum.
19.40 **U Pana Boga w Królowym Moście** (12) – serial obycz., Polska

KINO POLSKA

6.00 **Dom w cenie mieszkania** (5, 6) – mag.
6.50 **Polska Kronika Filmowa** – serial dokum.
7.15 **Podróże kapitana Klipera** (5, 6) – anim.
7.45 **Reksio** (13, 14) – anim.
8.05 **Moja mama**
8.20 **7 słów o przemijaniu**
8.40 **Siedem życzeń** (7)
9.55 **Rachunek szczęścia**
11.45 **Wielka majówka** FILM – film obyczajowy, 1981
13.45 **Noce i dnie** (1/2) FILM – film obyczajowy, 1975
15.45 **Rozmowy nocą** FILM – komedia romant., 2008
17.45 **Kingsajz** – komedia, FILM 1987, wyk. Jerzy Stuhr, Jacek Chmielnik

AXN

6.15 **Dzień Świstaka** FILM – komedia, USA 1993, wyk. Bill Murray, Andie MacDowell
7.55 **Rekrut 8** (5) – serial kryminalny, USA 2026
8.55 **FBI: Most Wanted 4** (9) – serial kryminalny, USA
9.55 **Detektyw Monk 2** (9-13) – serial kryminalny
14.55 **CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 10** (16-20) – serial kryminalny, USA/Kanada 2010
Willows i Vartann obserwują laboratorium, w którym produkowane są tabletki ecstasy. Planują zasadzkę. Wspólna praca zbliża ich do siebie. **305 min**

CANAL+ PREMIUM

6.00 **Łapu capu** – pr. rozr., Pol.
6.05 **Pan Tadeusz** – film FILM kostiumowy, Pol./Fr. 1999
8.35 **Kayara niepokonana** FILM – film animowany, Peru/Hiszpania 2025
9.55 **Łapu capu** – pr. rozr., Pol.
10.10 **Stracony weekend. Historia miłosna** – dok.
11.45 **Azyl** – dramat FILM biograficzny, Czechy/Wielka Brytania/USA 2017
13.50 **Bałtyk** – film dok., Pol.
15.00 **Ultimatum Bourne'a** FILM – sens., USA/Niemcy 2007
16.55 **Zmierzch** – film fantasy, FILM USA 2008, wyk. Kristen Stewart, Robert Pattinson
18.55 **Kaskader** – komedia FILM sensacyjna, USA 2024

SENSACYJNY



20.00 Głośne hity: **Uprowadzona 3** FILM – Francja/Hiszpania/USA 2014
Emerytowany agent wywiadu Bryan Mills (Liam Neeson, zdj.) zostaje oskarżony o zabójstwo swojej byłej żony. Ucieka policji, by na własną rękę szukać prawdziwego mordercy. **130 min**

22.10 **Lektor** – dramat obycz., FILM Niemcy/USA 2008
0.50 **Bo we mnie jest seks** FILM – film biograficzny, Polska 2021
3.05 **Zamknąć za sobą drzwi** FILM – film sensacyjny, Polska 1987
5.00 **Biblijne tajemnice** (4) – serial dokum., Kan. 2014

KOMEDIA



20.00 **Volta** – Polska 2017, reż. FILM Juliusz Machulski
Wiki (Olga Bołądź, zdj.) znajduje w ścianie starej kamienicy zaginioną koronę Kazimierza Wielkiego. Partner jej znajomej, Agi (Aleksandra Domańska, zdj.), zamierza przejąć skarb. **125 min**

22.05 **Spadaj, tato** FILM – komedia, USA 2012
0.35 **Siedmiu wspaniałych** FILM – western, USA/Australia 2016
3.20 **Wydarzenia**
4.00 **Ewa gotuje** (507, 508) – magazyn kulinarny
5.10 **Drwale i inne opowieści Bieszczadu** (175) – serial dokum., Pol.

KRYMINALNY



20.35 **Ojciec Mateusz 27** (354, 355) – Polska 2022
Podczas rozprawy dotyczącej kradzieży roweru mają miejsce dziwne zdarzenia. Sędzia Midowicz i funkcjonariusz Dziubak zakochują się w sobie. Niebawem dochodzi do tragedii. **115 min**

22.30 **Ranczo 6** (73, 74) – serial obyczajowy, Polska 2012
0.20 **Gra z Cieniem** (7, 8) – serial kryminalny, Polska
2.10 **PitBull** (13) – serial sens.
3.05 **Oficerowie** (1) – serial sensacyjny, Polska 2006, wyk. Cezary Pazura, Katarzyna Cynke
4.05 **Rodzinka.pl** (136-138) – serial kom., Polska 2015

KOMEDIA



20.00 **Co mi zrobisz, jak mnie złapiesz** FILM – 1978
Dyrektor Krzakoski (Krzysztof Kowalewski, zdj.) chce poślubić córkę prominenta. Najpierw musi dostać rozwód. Zleca Romanowi (Bronisław Pawlik, zdj.) zrobienie żonie kompromitujących zdjęć. **130 min**

22.10 **Sztos** – komedia FILM sensacyjna, 1997, wyk. Jan Nowicki, Cezary Pazura
0.00 **Sługi boże** – film FILM kryminalny, 2016
2.25 **Po miłość** – dramat FILM obyczajowy, 2021
4.30 **Obłoki śmierci. Bolimów 1915** – dokument fabularyzowany, 2020

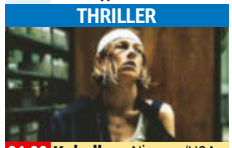
THRILLER



20.00 **Bez litości 2** – USA FILM 2018, reż. Antoine Fuqua
Były agent CIA Robert McCall (Denzel Washington, zdj.) dowiaduje się o morderstwie przyjaciółki i zawodowej partnerki. Robi wszystko, by dopaść sprawców i wymierzyć im karę. **165 min**

22.45 **Venom** – film s.f., Chiny/FILM USA 2018, wyk. Tom Hardy
0.40 **Underworld – Bunt** FILM **Lycanów** – horror, USA/Nowa Zelandia 2009
2.30 **Resident Evil: Ostatni** FILM **rozdział** – horror, Wielka Brytania/Fr./USA 2016
4.40 **FBI: International 4** (6) – serial kryminalny, USA
5.25 **Blok promocyjny AXN**

THRILLER



21.00 **Kukułka** – Niemcy/USA FILM 2024, reż. Tilman Singer
Gretchen (Hunter Schafer, zdj.) przenosi się z rodziną do kurortu w Alpach. Dzieją się tu dziwne rzeczy. Dziewczyna odkrywa mroczną tajemnicę tego miejsca. **100 min**

22.40 **Wojna o przetrwanie** FILM – horror, Australia 2025, wyk. Ryan Kwanten
0.50 **Puchatek: Krew i miód 2** FILM – horror, Wielka Brytania 2024
2.20 **Utrata równowagi** FILM – dramat psychologiczny, Polska 2024

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

13 ULICA

6.00 **Kapitan Marleau 7** (5) – serial kryminalny, Fr. 2022
8.00 **Motyw 4** (2-11) – serial kryminalny, Kanada 2016
17.00 **Kobra – oddział specjalny** (1) – serial sens.
19.00 **Chicago P.D. 13** (18) – serial kryminalny, USA
20.00 **Niepokojące zaginięcia:** FILM **Zgoda rodzicielska 5** – film kryminalny, Fr. 2023
22.00 **Tajemnice kwiaciarni:** FILM **Morderstwo na weselu** – film kryminalny, Kan. 2016
0.00 **Komornik** – film FILM sensacyjny, USA/Wielka Brytania 2018
2.00 **Podróżnik** (2) – serial kryminalny, Francja 2019
4.00 **Kapitan Marleau 8** (5) – serial kryminalny, Fr. 2024

POLSAT FILM

8.05 **Była sobie Ziemia** (18-20)
9.40 **Klopsiki kontratakują** FILM – film animowany, USA 2013
11.40 **Garfield 2** – film familijny, FILM USA/Wielka Brytania 2006
13.15 **Mój chłopak się żeni** FILM – kom. romant., USA 1997
15.35 **Osobliwy dom pani** FILM **Peregrine** – film fantasy, Wlk. Bryt./Belgia/USA 2016
18.00 **Wojna o planetę małp** FILM – film s.f., USA/Kanada/Nowa Zelandia 2017
21.00 **Niezniszczalni 4** – film FILM sensacyjny, USA 2023
23.05 **Egzorcysta papieża** FILM – horror, USA/Wielka Brytania/Hiszpania 2023
1.15 **Ślad** (8, 9, 100, 101) – krym.
5.15 **Na ratunek 112** (824) – serial paradok., Pol. 2023

HBO

11.55 **Bohemian Rhapsody** FILM – dramat biograficzny, Wielka Brytania/USA 2018
14.05 **Po prostu uwierz** FILM – dramat obycz., USA 2024
15.50 **Scott Pilgrim kontra** FILM **świat** – komedia fantasy, USA/Wlk. Bryt./Kanada 2010
17.40 **Marsjanin** – film s.f., USA/ FILM Wielka Brytania/Jordania 2015, wyk. Matt Damon
20.00 **Ostatni wiking** FILM – komediodramat, Dania/Szwecja 2025
21.55 **Materialiści** – komedia FILM romantyczna, USA/Finlandia 2025, wyk. Dakota Johnson
23.50 **Blue Moon** – dramat FILM biograf., USA/Irlandia 2025
1.30 **Boska Sarah Bernhardt** FILM – film biograf., Fr./Bel. 2024

WARNER TV

9.30 **Taxi 4** – komedia FILM sensacyjna, Francja 2007
11.15 **Miłość jak narkotyk** FILM – kom. romant., USA 1997
13.20 **Superman 2** – przyg., Wlk. FILM Bryt./USA/Kanada 1980
15.50 **Seks w wielkim** FILM **mieście 2** – komedia romantyczna, USA 2010
18.35 **Psy i koty 3: Łapa w łapę** FILM – komedia sens., USA 2020
20.25 **Głupi i głupszy 2: Kiedy** FILM **Harry poznał Lloyda** – komedia, USA 2003
22.00 **Wrogie niebo 4** (6, 7) – s.f.
23.45 **Ostatni sprawiedliwy** FILM – dramat sens., USA 1996
1.45 **Parszywa dwunastka** FILM – film wojenny, Wielka Brytania/USA 1967
4.45 **4 Blocks 3** (2) – krym.

ALE KINO+

9.10 **W 80 dni dookoła** FILM **świata** – film przygodowy, USA/Niemcy/Irlandia 2004
11.35 **Nasze córki** – dramat FILM obyczajowy, Austria/Belgia/Holandia 2025
13.45 **Sprawa nierozwiązana** (1-5) – serial krym., Kanada
16.05 **Grantchester 10** (5, 6)
18.10 **Układ** – dramat kryminalny, FILM USA/Wielka Brytania 2013
20.10 **Krwawa forsa** – dramat FILM kryminalny, USA 2017
22.00 **Prawnik z Lincolna** FILM – thriller, USA 2011
0.25 **Superposition** FILM – thriller, Dania 2023
2.30 **Klangor** (5) – serial krym.
3.15 **Biały Potok** – komedia, FILM Polska 2021
4.35 **Misie polarne**

CANAL+ FILM

11.45 **Liza Minnelli. Niesamowita historia absolutnie prawdziwa**
13.25 **Holiday** – komedia FILM romantyczna, USA 2006
15.35 **Przybieżeli**
16.05 **Peacock** – thriller, USA FILM 2010, wyk. Cillian Murphy
17.35 **Mój jedyny wróg**
17.55 **Jason Bourne** – thriller, FILM USA 2016, wyk. Matt Damon
19.55 **Łapu capu** – rozr., Pol. 2026
20.00 **Niebezpieczne zwierzę-** FILM **ta** – thriller, Australia/USA/Kanada 2025
21.35 **Ukryty motyw** – thriller, FILM Dania/Szwecja/Francja 2024
23.10 **Alarum** – film FILM sensacyjny, USA 2025
0.45 **Wrooklyn Zoo** – dramat FILM obyczajowy, Polska 2024

SCI FI

6.00 **Medium 7** (8-11) – serial kryminalny, USA
10.00 **Grimm 4** (1-5) – serial fantasy, USA 2014-2015
14.40 **Miasto cienia** – film FILM przygodowy, USA 2008
16.40 **Wyścig z czasem** – thriller FILM s.f., USA 2011, wyk. Justin Timberlake, Olivia Wilde
18.50 **Płonąca pułapka** FILM – dramat sensacyjny, USA 2004, wyk. Joaquin Phoenix
21.00 **Bałkańska vendetta** FILM – film sensacyjny, USA 2017, wyk. Jean-Claude Van Damme, Autumn Reeser
23.00 **Pompeje** – film katastrof., FILM Kanada/Niemcy/USA 2014
1.10 **The Ark** (1-5) – serial s.f.

PARAMOUNT NETWORK

9.30 **Goonies** – film FILM przygodowy, USA 1985
12.00 **Ostatni władca wiatru** FILM – film przyg., USA 2010
14.05 **Noe: Wybrany** FILM **przez Boga** – dramat przygodowy, USA 2014
17.05 **Mission: Impossible** FILM **– Rogue Nation** – film sensacyjny, USA 2015
20.00 **Mission: Impossible** FILM **– Fallout** – film sensacyjny, USA/Chiny/Francja 2018
23.10 **Straszny film** – horror FILM komediowy, USA 2000
0.40 **Gniazdo os** – dramat FILM obyczajowy, USA 2000
2.40 **Equilibrium** – film s.f., USA FILM 2002, wyk. Dominic Purcell

FX

5.00 **Tropiciel** (15) – serial krym.
6.00 **Matlock 1** (8) – serial krym.
6.55 **FBI** (16, 17) – serial krym.
8.45 **CSI: Kryminalne zagadki Miami** (24, 1, 2) – krym.
11.30 **CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku** (5, 6) – serial krym., USA/Kanada
13.20 **Agenci NCIS** (3-5) – sens.
16.05 **Z archiwum X** (16-18) – s.f.
19.00 **Niesamowity** FILM **Spider-Man 2** – film przygodowy, USA 2014
22.00 **Armageddon** – film s.f., FILM USA 1998, wyk. Bruce Willis, Billy Bob Thornton
1.05 **Resident Evil** – horror s.f., FILM Niemcy/USA/Francja 2002
3.15 **Paradise** (4) – serial krym.

KINO TV

8.00 **Czterej pancerni i pies** (5, 6) – wojenny, Pol. 1966
10.20 **Komandosi z Navarony** FILM – wojenny, Wlk. Bryt. 1978
13.00 **Francuski pocałunek** FILM – komedia romantyczna, USA/Wielka Brytania 1995
15.10 **Dobry rok** – komediodra- FILM mat, USA/Wlk. Bryt. 2006
17.40 **Cztery wesela i pogrzeb** FILM – komedia romantyczna, Wielka Brytania 1994
20.00 **Hellboy** – horror s.f., USA FILM 2004, wyk. Ron Perlman
22.40 **Seksmisja** – komedia FILM s.f., Polska 1983
1.00 **Igrzyska śmierci** FILM – dramat s.f., USA 2012
4.25 **Bonanza** – serial obycz.

CANAL+ SERIALE

9.45 **Łapu capu** – rozr., Pol. 2026
9.55 **Hollywood Buzz** – mag.
10.30 **The Office PL 2** (1-3)
12.15 **Cat's Eyes** (3, 4) – przyg.
14.20 **Łapu capu** – rozr., Pol. 2026
14.30 **Naruto** (25, 26, 1) – anime
16.00 **Łapu capu Extra** – pr. rozr.
16.35 **Agnieszka Radwańska. Anatomia zwycięstwa** (1, 2) – serial dok., Pol. 2022
18.15 **13 posterunek 2** (32-34)
20.00 **Konflikt** (3, 4) – serial sens.
21.50 **Premierowa jazda** – mag.
22.00 **Pokonani** (3, 4) – krym.
23.40 **Algorytm miłości** (1-5)
2.35 **Hollywood Buzz** – mag.
3.05 **Łapu capu** – rozr., Pol. 2026
3.15 **Mały Grand Hotel** (5)
3.35 **Łapu capu** – pr. rozr., Pol.

CANAL+ 360

12.05 **Haaland podbija Anglię**
13.00 **W trasie z Normanem Reedusem 3** (1) – dok.
13.55 **Co poszło nie tak 5** (1)
15.00 **Koleją przez świat** (3)
16.00 **Najniebezpieczniejsze miejsca na świecie** (1)
16.55 **Wykrywacz historii 5** (2)
17.55 **Z archiwów historii** (4)
19.00 **Sung Kang – szybki i dociekliwy** (6) – dok.
20.00 **Wolne duchy. Starcie z żywiołami** (6) – dok.
20.45 **Born Racers. Młodzi i szybcy** (4) – serial dokum.
21.55 **Porzucone konstrukcje** (16) – serial dok., Wlk. Bryt.
22.55 **Wykrywacz historii 5** (3)
0.00 **Co poszło nie tak 4** (5)

PREMIERA – pierwszy raz w telewizji – tylko dla dorosłych

SOBOTA 30 maja

WSCH. SŁ. 04.32 | ZACH. SŁ. 20.52 | Imieniny: Joanny, Ferdynanda, Jana

TeleTydzień

TLC

9.00 Bitwa na włosy: USA (4)
10.00 Mój chłopak jest maminsynkiem 2 – rozr.
11.00 Kiedy dzieci mają dzieci 5
12.00 Mali ludzie, wielka rodzina 11
13.00 Rodzina 10+ 8 (5) – rozr.
14.00 Klinika urody gwiazd (9-11) – serial dokum., Pol.
15.30 Młodość na zamówienie 2 (1) – pr. rozr., Polska
16.00 Kiedy dzieci mają dzieci 7
17.00 Wiza na miłość: Wielka Brytania 3 – reality show
18.00 Wiza na miłość 12 (1)



20.00 Sherri Papini: Opowieść z pierwszej ręki: Część 1: wyjście
21.00 Upadli idole: Nick i Aaron Carter: Ach, Aaron! – serial dokum.
22.00 Niepokonani (5) – dok.
23.00 Lekarze od twarzy
0.00 Dr Pyszczylla 4: W świątecznym nastroju

POLSAT CAFÉ

6.00 Przyjaciółki (51, 52) – serial obycz., Pol. 2015
8.00 Bogaty dom – biedny dom (122, 144) – reality show, Polska
10.00 Polacy za granicą – miłość (7, 8): Lombardia; Bergen – dok.
12.00 Shopping Queens. Królowe Zakupów (37, 38) – pr. rozr., Polska
14.00 Ani słowa pannie młodej (5, 6) – dok., Pol.
16.00 Kolacja w ciemno (92, 1) – pr. rozrywk., Pol.
18.00 Nasz nowy dom (330, 331) – reality show



20.00 Love Island. Wyspa miłości (276-278) – reality show, Polska 2023
23.00 Gry małżeńskie (195)
0.00 Love Island (10, 11)
2.30 Miłość z internetu (3) – serial dokum., Pol. 2022
3.00 Gry małżeńskie (196)
4.00 Zdrady (76, 77) – serial paradokumentalny, Pol.

TVN STYLE

5.30 Związki z modą (2) – program rozrywk., 2020
6.20 Co za tydzień – mag.
6.50 Ugotowani (3)
7.45 Dzień Dobry TVN – mag.
11.30 Dzieci świata (1) – eduk.
12.00 Jestem z Polski 15 (6-8) – serial dokum., Pol. 2025
15.05 Babski biznes (8-ost.) – pr. rozrywk., Pol. 2026
16.05 Ostre cięcie 11 (5) – rozr.
17.05 Zgłoś remont 11 (10-ost.) – pr. rozr., Polska
18.05 Bitwa o gości (11) – reality show, Pol. 2026
19.05 Kuchenne rewolucje (3, 4) – pr. rozr., Pol. 2024



21.05 Taylor Swift kontra Scooter Braun (1/2) – film dokum., Wlk. Bryt.
22.15 Ślub od pierwszego wejrzenia (1, 2) – reality show, Polska 2024
0.20 Ślub last minute (2, 3)
2.20 Apetyt na miłość (1)
3.20 Wiem, co jem i wiem, co kupuję (12-ost., 3)

DISCOVERY CHANNEL

7.00 Brudne skarby 2 (8)
8.00 Bimbrownicy 14
9.00 Gorączka złota 16
10.00 Łowcy opali 8
11.00 Celnicy na straży Szwecji 4 (2)
12.00 Wyścigi po antyki
13.00 Złomowisko PL 12 (10, 11)
15.00 Nic do ukrycia (4)
16.00 Lotnisko (8)
17.00 Nagi instynkt przetrwania 11
18.00 Vantara – azyl dla zwierząt: Chcieć to móc
19.00 Największe napady świata



20.00 Bimbrownicy 14: Kradzione dynie
21.00 Fani czterech kółek – samochody marzeń
22.00 Łowcy opali 8
23.00 Akta ekspedycji 2
0.00 Teorie spiskowe pod lupą
1.00 Tajemnice Alaski
2.00 Łowcy staroci 11

TVP HISTORIA

DVB T2

10.00 Odnaleźć zaginione (18) – serial dokumentalny
10.30 Flesz historii (763)
10.55 Historia polskiego sportu (4): A więc wojna...
11.55 Wszystkie kolory świata
13.00 Najwspanialsze góry Afryki (3) – cykl dokum.
14.00 Ex Libris – magazyn
14.30 Wiedźmin – film
FILM fantasy, Polska 2001
16.50 Fenomen Fogga – dok.
17.45 Rodzina Połanieckich (7-ost.) – obycz., Pol. 1978
19.20 Zabójcza nauka (3)
20.20 Zbrodnie sprzed lat (1)



21.15 Bitwa o Anzio – dramat
FILM wojenny, USA/Włochy 1968, reż. Edward Dmytryk
23.25 Psy wojny – film sens.,
FILM Wielka Brytania/USA 1980
1.10 Historia w postaciach zapisana: Nostradamus. Wizjoner czy oszust? – cykl dokumentalny

FOKUS TV

DVB T2

9.00 Premiera: **Niezwykłe pociągi** (5, 6) – dok., Kan.
11.00 Premiera: **Najpotężniejsze 2** (3, 4) – serial dok.
13.00 Rolnicy. Podlasie (41-43) – serial dok., Pol.
16.00 Najpiękniejsze domy na wsi (5) – serial dok.
17.00 Premiera: **Wielkie wycieczkowce** (4)
18.00 Najniebezpieczniejsze drogi do szkoły (5): Peru
19.00 Premiera: **Jak to wyjaśnić 2** (13) – dok.
19.25 Top 10 Największe tajemnice świata (11) – serial dok., USA/Czechy



20.00 Tajemnice piramid (2)
21.00 UFO. Zaginione dowody (9, 10) – dok.
23.00 Poza kontrolą. Pożar w tunelu Mont Blanc
0.00 Premiera: **Przestępcze podziemie** (9) – dok.
1.00 Rolnicy. Podlasie (29-32) – serial dok., Pol.
5.00 Kołowrotek (4, 5) – mag.

METRO

6.10 Gorączka złota 9 – dok.
8.00 Klan z Alaski – serial dokum.
10.00 The Floor – teleturniej, Pol.
11.10 Złomowisko PL 5 – dok.
13.10 Gwiazdy lumpeksów
14.10 No to lecę! – pr. rozr., Polska
15.10 Niezwykłe Stany Prokopa 6 – pr. rozr., Polska
16.10 Kryminalni (6, 5, 9) – krym.
19.25 Magda gotuje internet
20.00 OSS 117: Rio nie
FILM **odpowiada** – kom., Fr. 2009
22.10 300: Początek imperium
FILM – dramat hist., USA 2014
0.10 Kuba Wojewódzki
1.20 Szpital (728) – paradok., Pol.
2.20 Szkoła (819, 820) – paradok.
4.15 Anka testuje internety
4.50 Nowa Maja w ogrodzie 3

ZOOM

9.00 Jakubiak rozgryza Chorwację – magazyn kulin.
9.30 Wojciech Cejrowski – boso przez świat
12.50 Sensacje XX wieku – hist.
15.10 Stawka większa niż życie (1, 2) – serial wojenny, Polska
17.45 Ostatni skok Gangu
FILM **Olsena** – komedia sensacyjna, Dania 1974
19.50 I love kabaret EXTRA
20.00 Kabaretowe przeboje 3
21.05 Kryptonim Banshee
FILM – thriller, USA 2022
23.00 Adam szuka Ewy. Niemcy 3 – pr. rozr., Niemcy
0.00 Magia nagości. Niemcy
1.05 Magia nagości. Dania
1.55 Kabaretowe przeboje 2

FOOD NETWORK

9.50 MasterChef – pr. rozrywk.
11.25 Dziecięce mistrzostwa wypieków: słodkie duety
12.25 Kuchnia jak u mamy – mag.
13.35 Śródziemnomorski przepis na zdrowie – mag.
14.40 Molly gotuje na farmie
15.45 Kobieta na Dzikim Zachodzie – magazyn kulin.
16.50 Szef Jet: przepis na Azję
17.50 Wiosenny turniej wypieków – reality show
18.50 Dziwaczne potrawy – dok.
19.45 Człowiek kontra jedzenie
21.15 Kuchenne rewolucje – rozr.
23.25 Gdzie zjeść we Włoszech
1.40 Mordercza kuchnia
2.40 Mordercza kuchnia: na ostrzu noża

DISCOVERY SCIENCE

8.00 Zoom na architekturę
10.00 Jak to jest zrobione?
12.00 Zwykłe rzeczy – niezwykłe wynalazki
13.00 Zwykłe rzeczy – niezwykłe wynalazki 16
13.30 Zwykłe rzeczy – niezwykłe wynalazki
14.00 Tajemnice lądowania na Księżycu
16.00 Autostrada spotkań z UFO
18.00 Jak to jest zrobione?
20.00 Największe paranormalne zagadki
22.00 Klątwa Trójkąta Bermudzkiego
0.00 Na tropie legendarnych potworów
2.00 Tajemnice Alaski

NATIONAL GEOGRAPHIC

6.00 Najniebezpieczniejsze drogi Europy
8.00 Co poszło nie tak
10.00 Katastrofa w przestworzach
16.00 Car SOS: Austin Mini – dok.
17.00 Największe katastrofy budowlane: Katastrofa w Kanadzie – serial dokum.
18.00 Złapać przemytnika
20.00 Miasta w liczbach
21.00 Złapać przemytnika
23.00 Hitler: Zaginione taśmy III Rzeszy: Lunatyk – dok.
0.00 Alarm na lotnisku: Peru
2.00 Wyprawa na dno
4.00 Wielkie konstrukcje III Rzeszy...
5.00 Car SOS: Citroën HY van

BBC EARTH

9.55 Wielkie koty 24/7 2 – dok.
11.10 Rodzina pingwinów – dok.
12.20 W okowach mrozu – dok.
13.25 Układ Słoneczny – dok.
14.40 Brytyjskie fabryki 10 – dok.
15.50 Starożytne mocarstwa
16.55 Amerykańskie Południe – serial dokumentalny
17.55 Siedem światów, jedna planeta – serial dokum.
21.00 Układ Słoneczny – dok.
22.15 W okowach mrozu – dok.
23.15 Wielkie koty 24/7 2 – dok.
0.30 Zabójcza pogoda 6 – dok.
1.30 Chirurdzy: kwestia życia i śmierci 2 – serial dokum.
2.30 W okowach mrozu: Kanada 2 – serial dokum.
4.50 Szlakiem wulkanów – dok.

WP

DVB T

10.59 Pogoda
11.05 Domy z piekła rodem
12.00 Pokochaj lub sprzedaj 6
13.00 Pokochaj lub sprzedaj Vancouver 3 – serial dokum.
14.00 Pokochaj lub sprzedaj Quebec 4 – reality show, Kan.
15.00 Policjanci z sąsiedztwa 5
16.54 Pogoda
17.00 Policjanci z sąsiedztwa 5
17.55 Strażacy z sąsiedztwa 2
18.55 Policjanci w akcji (2)
20.00 Policjanci z sąsiedztwa 5
21.51 Pogoda
21.55 Mistrzowie Kabaretu 8
23.00 Przebojowe kabarety
0.00 Mistrzowie Kabaretu 2
1.00 1, 2, 3... Kabaret! – rozr., Pol.

NOWA TV

DVB T

6.20 TV okazje
6.55 Wehikuł czasu
7.30 Interwencja – taka jest Polska (572) – mag.
8.20 Frieren. U kresu drogi (17, 18) – serial anime, Japonia
9.30 Dragon Ball Z Kai 2 (57-63)
13.00 One Punch Man (3, 4)
14.00 Co ludzie powiedzą? 5 (34-36) – kom., Wlk. Bryt. 1995
16.00 Miodowe lata (50-53)
19.45 Poirot (5-8) – krym., Wlk. Bryt.
0.00 Ślad (69) – serial kryminalny
1.00 Łowca pedofilów – dok.
3.00 TV okazje
3.50 Wehikuł czasu
4.00 Sala operacyjna
5.00 Pod lupą – magazyn

HGTV HOME & GARDEN

8.55 Uratuj swój ogród 5 – mag.
10.00 Z miłości do ogrodu 4
11.05 Odlotowy ogród 2 – mag.
11.35 Weekendowa metamorfoza 5 – pr. rozr.
12.40 Będzie pięknie – pr. rozr.
13.40 Weekendowa metamorfoza 3 – pr. rozr.
14.40 Para w remont
16.35 House Hunters – Poszukiwacze domów 10 – pr. rozrywk.
18.50 Zgłoś remont 11 – pr. rozr.
19.50 Weekendowa metamorfoza 4 – pr. rozr.
20.45 Mieszkanie na miarę
23.35 Letnia chata na lata – rozr.
0.30 Sprzątaczki 2 (1-3) – obycz.

TRAVEL CHANNEL

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

NATIONAL GEOGRAPHIC WILD

11.00 Czarna pantera – film dok.
12.00 Critter Fixers – zwierzęcy cudotwórcy
13.00 Zadziwiająca Australia
14.00 Zimowe królestwo
15.00 Hiena i lampart: nietypowy sojusz – dok.
16.00 Królestwo drapieżników
17.00 Tytani afrykańskich rzek
18.00 Niesamowite rafy koralowe – film dokum., USA
19.00 Śmierć przychodzi po zmroku
20.00 Europa z powietrza
21.00 Drapieżnik kontra ofiara
22.00 Zabójcze węże: Meksyk
23.00 Europa z powietrza
0.00 Niezwykły dr Pol

POLSAT VIASAT HISTORY

6.55 Piramidy w Gizie: sięgnąć do gwiazd – film dokum., Fr.
8.00 Tajne bazy nazistów 3
10.00 Świta Hitlera
13.30 Tajne bronie II wojny światowej: Tajne działania
14.35 Militarny ranking
19.05 Naziści: korzenie zła
21.00 Życie prywatne przywódców Rzeszy
22.00 Najgroźniejsi ludzie Hitlera
0.00 Kleopatra: tajemnicza władczyni
1.10 W poszukiwaniu zaginionych wikingów
2.10 Zaginione miasta Biblii (2)
3.05 Ramzes: władca Egiptu

CANAL+ KUCHNIA

14.45 Dzień dobry, obiad 2
15.40 Zgrillowani 3 – mag. kulin.
16.05 M jak mięso 10 – mag. kulin.
16.55 Jamie Oliver: gotuj sezonowo – magazyn kulin.
17.55 Jakubiak rozgryza Maderę – magazyn kulinarny
18.50 Włoska kuchnia Gino: Dla rodziny – serial dokum.
19.20 Włoska kuchnia Gino: sekrety południa – dok.
19.45 Planeta słodyczy – dok.
20.45 Ziemia, ogień i smak – dok.
21.40 Mistrzowie przekąsek w akcji – Nowa Zelandia
22.35 M jak mięso 10 – mag. kulin.

CANAL+ DOMO HD

15.05 Wielkie projekty: nasza ulica 3 – serial dokumentalny
16.00 Patent na zieleń – mag.
16.30 Tomasz Pągowski. Remont u Ciebie 8 – mag.
17.05 Meblokreacje – mag.
17.35 Dom w miesiąc 2 – dok.
18.00 Daleko od miasta 11 – dok.
19.00 Podzielić M2 3 – mag.
20.00 Projekty marzeń – Nowa Zelandia – serial dokum.
21.00 Wielkie projekty: Szwecja 5 – serial dokum.
22.00 Generalna odbudowa 2
22.55 Wiejskie domy do liftingu 3 – serial dokum.

SUPER POLSAT

DVB T2

10.00 Vivo – film animowany,
FILM USA 2021
11.55 Świat według Kiepskich (582-585, 588, 493) – kom.
15.00 Złomiarze – serial dokum.
17.00 Świat według Kiepskich (494-497) – serial kom., Polska
19.00 Kolacja w ciemno – pr. rozr.
21.00 Desperado – film
FILM sensacyjny, USA/Meksyk 1995
23.05 Łzy słońca – dramat
FILM wojenny, USA 2003
1.35 Backdoor. Wyjście awaryjne (5) – serial kom.
2.05 Świat według Kiepskich (35, 50, 431, 432) – kom., Pol.

TVP KOBIETA

DVB T2

13.00 To działa. Polskie innowacje bez granic – serial dok.
14.00 Rodzinka.pl (124, 125)
15.00 Tańcząca ze światem – Tunezja – magazyn
15.30 Ojciec Mateusz 29 (375, 376) – serial kryminalny
17.25 Profesor Michałowski. Droga do Faras – film dok.
18.30 Natalia Kukulska na dobry wieczór – widowisko
19.30 Miłość i nadzieja (259)
20.30 Wichrowe wzgórze (240)
21.30 Na przekór losowi (3)
22.40 Ugotowany – film
FILM obyczajowy, USA 2015

PLANETE+

14.40 Burza. Ożywcza siła przyrody – film dokum.
15.50 Wielkie apetyty – film dok.
17.00 Najdziksze ostępy Europy – serial dokumentalny
18.00 Ogień. Azjatycka tradycja
18.40 Polska z góry. Zamki, dworki, pałace 4
19.10 Polska z góry. Zamki, dworki, pałace 5
19.45 Nowoczesna Turcja Atatürka – film dokum.
20.50 Nelly i Nadine. Zakazana miłość – film dokumentalny
22.40 Kasparow. Gra o wielką stawkę – film dokumentalny

TVP DOKUMENT

14.05 Dzik – nietypowy sąsiad
15.05 Islandia, królestwo maskonurów – film dokum.
16.05 Śladami wielkiego mamuta – film dok., Fr. 2022
17.10 Magiczny Adriatyk
18.10 Bruce Willis, bohater kina akcji – film dokumentalny, Fr.
19.10 Zagadka egipskich hieroglifów i bracia Champollion – film dok., Fr.
20.20 Północ z południem, mężczyzna z kobietą
21.30 Intymność na planie – dok.
22.30 Uwaga, chuligani! – dok.
22.45 Sprawdzamy – magazyn

▶ – godzina zakończenia programu O – tylko dla dorosłych

TVP SPORT

6.15 **Mundial 2026 – Legendy miejskie**
6.45 **Mundial 2026 – Legendy miejskie**
7.20 **Polska Liga Żeglarska**
7.45 **Koszykówka mężczyzn:** NBA – mecz 3. rundy fazy play-off
9.55 **Droga do mundialu 2026** – magazyn piłkarski
10.30 **Droga do mundialu 2026** – magazyn piłkarski
11.10 **Piłka nożna kobiet:** ORLEN Ekstraliga – mecz: Czarni – UKS Łódź **(live)**
14.00 **Piłka nożna:** Betclic 2. Liga **(live)**



17.00 **Piłka nożna:** LM UEFA – finał: Paris Saint-Germain – Arsenal FC **(live)**
21.35 **Sportowy wieczór**
22.00 **Boks:** Gala w Londynie – waga superlekka: A. Azim – S. Claggett **(live)**
0.05 **Futsal:** FOGO Futsal Ekstraklasa: Piast Gliwice – Eurobus Przemyśl

EUROSPORT 1

10.00 **Kolarstwo:** Giro d'Italia – 19. etap: Feltre – Alleghe
10.30 **Tenis:** Turniej French Open w Paryżu – mecz 3. rundy gry pojedynczej
11.00 **Tenis:** Turniej French Open w Paryżu – mecz 3. rundy **(live)**
14.00 **Tenis:** Turniej French Open w Paryżu – mecz 3. rundy **(live)**
16.00 **Tenis:** Turniej French Open w Paryżu – mecz 3. rundy **(live)**
18.00 **Tenis:** Turniej French Open w Paryżu – mecz 3. rundy **(live)**



20.00 **Tenis:** Turniej French Open w Paryżu – mecz 3. rundy **(live)**
23.30 **Kolarstwo:** Giro d'Italia – 20. etap: Gemona del Friuli – Piancavallo
0.00 **Tenis:** Turniej French Open w Paryżu – 3. runda
1.30 **Kolarstwo:** Giro d'Italia – 20. etap

POLSAT SPORT 1

6.00 **Siatkówka mężczyzn** – mecz towarzyski
8.00 **Lekkoatletyka:** Memoriał Ireny Szewińskiej – Bydgoszcz 2026
10.00 **Magazyn Polskiego Sportu** – mag. sportowy
11.00 **Siatkówka mężczyzn:** PlusLiga – mecz fazy play-off
12.00 **Tenis stołowy:** LOTTO Superliga – mecz półfinałowy **(live)**
15.15 **Hokej:** Mistrzostwa świata – Szwajcaria 2026 – mecz półfinałowy **(live)**



19.55 **Hokej:** Mistrzostwa świata – Szwajcaria 2026 – mecz półfinałowy **(live)**
23.00 **Lekkoatletyka:** Memoriał Ireny Szewińskiej – Bydgoszcz 2026
1.50 **Piłka nożna:** LM CONCACAF: Deportivo Toluca FC – Tigres UANL

TVP ABC

9.30 **Domisie**
10.00 **Cześć, czy mogę Cię zjeść?**
10.20 **Przygody Bolka i Lolka**
10.45 **Reksio**
11.05 **Małe i duże przygody Miffy**
11.35 **Stacyjkowo**
11.55 **Strażak Sam 6**
12.25 **Domisie**
13.05 **Hulahoo**
13.20 **Pszczółka Maja**
13.50 **Lupin wśród bajek**
14.05 **Nawet nie wiesz, jak bardzo Cię kocham**
14.45 **Yakari**



15.15 **Zwierzaki Czytaki**
15.35 **Mała Marinette**
16.05 **Krecio**
16.35 **Tygrysek Percy i jego opowieści**
17.05 **Dino Ranczo**
17.30 **Piotruś Królik 2**
18.00 **Nowe przygody Piotrusia Pana**
18.25 **Leo da Vinci**

MINIMINI+

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



17.55 **Dora and Friends: Into the City!**
21.31 **Edzio i Lusia**
22.14 **Barbie: Dreamhouse Adventures 2**
22.46 **Tulipop**
23.52 **Trojaczki**
0.41 **Przyjaciel pies**
1.04 **Księżniczka Hania i Grymasek**

TVN 24

8.50 **Polska na weekend**
9.00 **Serwis informacyjny, Prognoza pogody**
9.50 **Kadr na Kino** – mag.
10.05 **Polska na weekend**
10.35 **Polska na weekend**
11.00 **Serwis informacyjny, Prognoza pogody**
13.00 **Serwis informacyjny, Prognoza pogody**
15.30 **Ranking Mazura**
16.00 **Fakty po południu**
18.00 **Dwie strony**
19.00 **Kadr na Kino** – magazyn filmowy
19.15 **Serwis informacyjny**
19.25 **Fakty po Faktach**



20.00 **Superwizjer** – mag.
21.00 **Ranking Mazura**
21.30 **Serwis informacyjny, Prognoza pogody**
22.00 **Szkło kontaktowe**
23.00 **Dzień po dniu**
23.40 **Kroniki sportowe**
0.00 **Fakty po Faktach**
0.40 **Superwizjer** – mag.
1.45 **Ranking Mazura**

CANAL+ SPORT

6.00 **Piłka nożna:** PKO BP Ekstraklasa
8.30 **Premier League: The Big Interview** (42)
9.00 **Champions Club**
10.00 **Premier League Stories**
10.45 **Jej Wysokość Premier League**
13.00 **Dart:** Baltic Sea Darts Open w Kilonii **(live)**
17.10 **Premier League: The Big Interview** (42)
17.45 **Premier League Review** – magazyn piłkarski
19.00 **Dart:** Baltic Sea Darts Open w Kilonii **(live)**
23.30 **Boks:** Gala w El Paso – waga lekka: S. Han – H. Holm **(live)**
3.15 **Ligomistrzowe historie** (2)

EUROSPORT 2

8.30 **Wspinaczka:** Zawody World Series w Madrycie – bouldering kobiet – finały
10.30 **Kolarstwo:** Giro d'Italia – 20. etap: Gemona del Friuli – Piancavallo **(live)**
16.30 **Tenis:** Turniej French Open w Paryżu – 3. runda **(live)**
18.00 **Tenis:** Turniej French Open w Paryżu – 3. runda **(live)**
21.00 **Golf:** Charles Schwab Challenge – 3. runda **(live)**
0.30 **Biegi górskie:** GT World Series – Trydent – podsumowanie
1.00 **Kolarstwo:** Giro d'Italia – 20. etap
1.30 **Tenis:** Turniej French Open w Paryżu – mecz 3. rundy

POLSAT SPORT 2

6.00 **Hokej:** Mistrzostwa świata – Szwajcaria 2026 – mecz ćwierćfinałowy
8.30 **Hokej:** Mistrzostwa świata – Szwajcaria 2026 – mecz ćwierćfinałowy
11.00 **Siatkówka**
13.00 **Sporty walki:** UFC Fight Night – walka: Song Yadong – Deiveson Figueiredo **(live)**
16.00 **Siatkówka**
17.00 **Tenis stołowy:** LOTTO Superliga – mecz półfinałowy **(live)**
20.30 **Hokej:** MS – Szwajcaria 2026
23.00 **Tenis**
1.00 **Sporty walki:** FEN 54 w Pile: Gracjan Wyrosłak – Maksim Grabovich 17.05.2024

NICKELODEON

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

TELETOON+

8.25 **Angelo rządzi**
8.50 **Siostry 2**
10.16 **Barbie: Dreamhouse Adventures 2**
11.39 **Biuro detektywistyczne Lassego i Mai 2**
12.26 **Osmar**
13.00 **Gadający Tom i przyjaciele 3**
13.54 **Kumple z dżungli na ratunek! 3**
14.48 **Siostry 2**
15.30 **Gus. Mały – wielki rycerz 2**
16.30 **Dinuś i Lusia**
16.58 **Kumple z dżungli – na ratunek!**
17.25 **Charlotte i trzy muszkieterki**
17.54 **Siostry 2**

TVP INFO

14.30 **Serwis Info Dzień**
15.30 **Trochę kultury**
16.00 **Dzień w godzinę**
17.00 **Teleexpress**
17.15 **Teleexpress Extra**
17.35 **Panorama**
17.42 **Sprawdzamy**
18.00 **Panorama**
18.20 **Teleplotki**
18.30 **Kiedyś to było...**
18.50 **Program informacyjny 19.30**
19.00 **Serwis Info Wieczór**
20.18 **Co ludzie powiedzą?**
21.00 **Serwis Info Wieczór**
21.15 **Kod bezpieczeństwa**
21.45 **Panorama**
22.10 **Oko na Wschód**
22.30 **Stan wyborczy**

CANAL+ SPORT 2

9.45 **Tenis:** Turniej WTA w Abu Zabi – finał gry pojedynczej: S. Bejlek – J. Aleksandrowa
12.00 **Tenis:** Turniej WTA w Dosze – finał gry pojedynczej: K. Muchová – V. Mboko
14.20 **Tenis:** Turniej WTA w Dubaju – finał: E. Switolina – J. Pegula
16.30 **Tenis:** Turniej WTA w Meridzie – finał: C. Bucsa – M. Fręch
19.30 **Tenis:** Turniej WTA w Indian Wells – finał gry pojedynczej: A. Sabalenka – J. Rybakina
22.45 **Tenis:** Turniej WTA w Miami: Magda Linette – Iga Świątek
1.35 **Piłka nożna:** PKO BP Ekstraklasa – mecz: Lech Poznań – Cracovia

ELEVEN SPORTS 1

12.00 **Piłka nożna:** Liga włoska: Hellas Werona – AS Roma
14.00 **Piłka nożna:** Liga niemiecka: SC Paderborn 07 – Wolfsburg
16.00 **Piłka nożna:** Liga włoska: Bologna FC – Inter Mediolan
18.00 **Piłka nożna:** Liga hiszpańska – mecz: Real Madryt CF – Athletic Club
20.00 **F2: Chasing the Dream**
20.25 **Ousmane Dembélé – Pierwsze kroki** – film dok.
20.40 **Formuła 1:** Grand Prix Miami
22.45 **Bundesliga Original Series: Droga na mundial** (4)
23.20 **Bundesliga Clubs**
23.40 **Bundesliga Clubs**

POLSAT SPORT 3

8.30 **Piłka nożna z archiwum**
11.00 **Piłka nożna z archiwum**
13.00 **Piłka ręczna mężczyzn:** ORLEN Superliga
14.00 **Piłka nożna:** Szkocja – Curacao **(live)**
17.00 **Piłka nożna z archiwum**
19.00 **Piłka nożna z archiwum**
21.00 **Koszykówka mężczyzn:** ORLEN Basket Liga W sezonie zasadniczym najlepsza okazała się Legia Warszawa.
23.00 **Hokej:** Mistrzostwa świata – Szwajcaria 2026
2.00 **Sporty walki:** Babilon MMA 53 w Międzyzdrojach: S. Kołecki – M. Łazarz

NICK JR.

8.20 **Pan Krokodyl**
8.45 **Barbapapa i jego rodzinka**
9.40 **Tim Rex wśród gwiazd**
10.10 **Przygody Misia Paddingtona**
11.00 **Małe Królestwo Bena i Holly**
11.30 **Dora**
11.55 **Rubble i jego ekipa**
12.45 **Psi Patrol 10**
13.40 **Barbapapa i jego rodzinka**
14.30 **Barbapapa – szczęśliwa rodzinka**
14.45 **Zwierzęce zagadki**
15.15 **Rogata ekipa 4**
16.00 **Małe Królestwo Bena i Holly**
16.25 **Psi Patrol 5**

DISNEY JUNIOR

8.00 **Spidey i superkumple 2**
8.30 **Klub Myszki Miki Plus**
9.00 **Klub przyjaciół Myszki Miki**
10.00 **Blue**
11.00 **Superkoty**
12.00 **Spidey i superkumple 2**
12.30 **Iron Man i super ekipa**
13.00 **RoboGobo**
13.30 **Klub Myszki Miki Plus**
14.00 **Ariel: Mała Syrenka 2**
14.30 **Superkoty 3**
15.00 **Iron Man i super ekipa**
15.30 **Spidey i superkumple 2**
16.00 **Blue 3**
18.00 **Jej Wysokość Zosia 2**
18.30 **Jej Wysokość Zosia**
19.00 **Klub Myszki Miki Plus**

POLSAT NEWS

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

CANAL+ SPORT 5

12.30 **Żużel:** Metalkas 2. Ekstraliga: Stal Rzeszów – Polonia Bydgoszcz **(live)**
15.00 **Żużel:** Metalkas 2. Ekstraliga – mecz: INNPRO ROW Rybnik – Cellfast Wilki Krosno **(live)**
17.45 **Premier League Stories** (42)
18.20 **Premier League: The Big Interview** (42)
19.00 **Dart:** Elten Safety Shoes Darts Open w Kilonii **(live)**
23.15 **Sporty walki:** ONE Friday Fights 156
1.25 **Premier League Stories** (42)

ELEVEN SPORTS 2

14.00 **Piłka nożna:** Liga włoska – mecz: Milan – Cagliari Calcio
16.00 **Piłka nożna:** Liga niemiecka – mecz: Bayern – 1. FC Köln
18.00 **Bundesliga Original Series: Droga na mundial** (3, 4)
19.00 **Piłka nożna:** Liga włoska – mecz: Torino FC – Juventus
21.00 **Piłka nożna:** Liga hiszpańska: Getafe – Osasuna
23.00 **Made in Italy** (3, 5)
23.40 **Bundesliga Clubs**
0.00 **Piłka nożna:** Liga francuska – Multiplex
2.00 **Legendy LaLiga**

POLSAT PLAY

6.00 **Gwiazdy lombardu**
9.35 **Poszukiwacze historii**
10.00 **Kolaboranci Hitlera**
13.25 **Fabryki wojny**
15.30 **Tajna historia XX wieku**
15.55 **Niezwykłe pociągi**
17.00 **Polacy za granicą**
18.05 **Rolnicy – Tak się żyje u nas na wsi**
21.05 **Wakacje z Bałtykiem** – serial dokumentalny
22.00 **Polacy za granicą** – serial dokumentalny
0.10 **Łowca pedofilów**
1.50 **Jedziemy na ryby!**
2.50 **Dorwać tuńczyka**

TVN TURBO

8.45 **Samochód marzeń – kup i zrób**
9.45 **Naprawy nie do naprawy**
10.30 **Moto kombat**
11.15 **Ciężarówką przez Chile**
12.15 **Moto Fachury**
13.00 **Jeździć, obserwować**
14.30 **Zawodowi handlarze**
16.00 **Wojny samochodowe**
18.00 **Z drugiej ręki**
19.30 **Naprawy nie do naprawy**
20.15 **Sporty walki:** Gala MMA King's Arena 3 **(live)**
23.55 **Ciężarówką przez Chile**
0.55 **Zawodowi handlarze**
1.40 **Wypad z kraju 2**

TVS

10.45 **Weekend z TVS**
11.00 **Klachy i Lachy**
11.20 **Spotkanie z balladą**
12.35 **Przy muzyce po Śląsku**
13.15 **Klachy i Lachy**
13.40 **Weekend z TVS**
13.50 **Szlagierowa lista**
15.50 **Weekend z TVS**
16.00 **Koncert życzeń**
17.45 **Weekend z TVS**
18.00 **Przy muzyce po Śląsku**
18.25 **Śląska karuzela**
19.45 **Weekend z TVS**
20.00 **Hansi Hinterseer zaprasza**
22.05 **Koncert w TVS**
23.50 **Szlagierowa lista**

TV TRWAM

17.30 **Przełamując bariery**
18.05 **Informacje dnia**
18.15 **Rozmowy niedokończone**
19.30 **Manna z Nieba**
19.45 **Modlitwa z telefonicznym udziałem dzieci**
20.00 **Informacje dnia**
20.20 **Różaniec**
20.50 **Myśląc Ojczyzna**
21.00 **Apel Jasnogórski**
21.20 **Informacje dnia**
21.40 **Polski punkt widzenia**
22.00 **Warto być ojcem**
22.15 **Głos serca**
23.00 **Odpowiedzialni za Kościół**

DVB T DVB T2 – stacje dostępne w naziemnej telewizji cyfrowej



Marilyn Monroe uważana często za kobietę-dziecko przyszła na świat w Dzień Dziecka.



Marilyn i jej ostatni mąż, dramatopisarz Arthur Miller.



Z Clarkiem Gablem zagrała w swoim ostatnim filmie „Skłóceni z życiem".

W słynnej komedii „Pół żartem, pół serio" Billy'ego Wildera.

MARILYN MONROE

Doskonała niedoskonała

Gdyby żyła, właśnie obchodziłaby setne urodziny. W historii kina pozostała jednak jako młoda i seksowna legenda XX wieku.

PÓŁ ŻARTEM, PÓŁ SERIO
ND 31.05 godz. 20.00
TVP KULTURA

Jej dzieciństwo (urodziła się 1 czerwca 1926 r.) nie zapowiadało tego, co się później wydarzyło. Kiedy jej chorą psychicznie matkę zabrano do zakładu dla psychicznie chorych, mała Norma Jeane błąkała się po domach dziecka i rodzinach zastępczych. Ojca nie znała, nazwisko Mortenson dostała po jednym z kochanków matki. Miała zaledwie 16 lat, kiedy – by uniknąć powrotu do sierocińca – wyszła za mąż za swojego sąsiada, o pięć lat starszego Jamesa Doughertyego. Jako że trwała wojna, rozpoczęła pracę w fabryce samolotów. Tam wypatrzył ją fotograf, który zrobił jej zdjęcia do reportażu propagandowego. Zadna z fotografii ostatecznie się w nim nie ukazała, ale cała sytuacja zainspirowała Normę Jeane do porzucenia pracy i rozpoczęcia kariery fotomodelki. W jednym z magazynów zobaczył ją szef obsady w wytwórni 20th Century Fox i tak 20-letnia dziewczyna podpisała pierwszy kontrakt filmowy. Pod wpływem swoich nowych szefów zmieniła też nazwisko – imię dostała po aktorce Marilyn Miller, Monroe było panieńskim nazwiskiem jej matki. Reszta jest historią.

Cena sławy

Bardzo chciała grać i naprawdę przykładała się do tego, by jak najlepiej wypaść na ekranie. Jako jedna z pierwszych aktorek ćwiczyła i uprawiała jogging, ufarbowała rudawe włosy na platynowy blond (w hołdzie dla swojej ulubionej aktorki Jean Harlow), postawiła na seksowne ubrania. Zgodziła się też na drobne operacje plastyczne (nos i podbródek) i korektę dentystyczną. Brała lekcje aktorstwa i powoli wspinała się na szczyt. Kiedy na niego weszła, zaczął się jej koszmar. Wbrew wizerunkowi seksownego kociaka, była nieśmiała i niepewna swoich umiejętności, co objawiało się m.in. jąkaniem. Bała się też, że zachoruje jak matka. Strach oswajała alkoholem i tabletkami uspokajającymi. Mimo sławy była sfrustrowana – chciała grać role dramatyczne, tymczasem obsadzano ją głównie w uroczych komediach. Miała jeszcze dwóch mężów: baseballistę Joego DiMaggia i pisarza Arthura Millera i wiele romansów, w tym te najsłynniejsze z braćmi Kennedy. Grała u najlepszych reżyserów i wszystkich doprowadzała do szału kilkugodzinnymi spóźnieniami i niemożnością zapamiętania tekstów (scenę z „Pół żartem, pół serio", w której mówiła: „To ja, Sugar", powtarzano 60 razy!). Kilka razy poroniła, co tylko pogarszało jej stan psychiczny. W końcu, w nocy z 4 na 5 sierpnia 1962 roku, przedawkowała tabletki. Prawdopodobnie nieświadomie. Miała tylko 36 lat.

Legenda żyje

Żadna aktorka ani przed nią, ani po niej nie odcisnęła takiego śladu w popkulturze jak ona. Inspirowała i inspiruje, jej role wciąż zachwycają, a legenda żyje. Upamiętnili ją m.in. Andy Warhol na swoich grafikach czy Elton John w piosence „Candle In The Wind". Ma fanów wśród współczesnych gwiazd, choćby Madonnę czy Christinę Aguilerę. Zapamiętamy ją z pierwszej okładki „Playboya" (1953), ze sceny z rozwianą sukienką ze „Słomianego wdowca", śpiewającą w cielistej sukience „Happy Birthday" prezydentowi Johnowi F. Kennedyemu, czy wizytującą żołnierzy w Korei. Choć praca z nią, szczególnie w późniejszym okresie, była koszmarem, na ekranie błyszczała i zachwyca do dzisiaj. Mimo że nie ma jej z nami od 64 lat. **EGP**

FOT. East News

SZOP MÓWI STOP

Kto wie więcej?

SZOP MÓWI STOP – BEZPIECZNA POLANA
ND 31.05 godz. 13.10 TVP 1

Szop pracz Miki zarządza leśną polaną i jednocześnie jest strażnikiem pilnującym przestrzegania ważnych zasad dotyczących porządku, recyklingu i bezpiecznej zabawy wśród zwierząt. Pewnego dnia zaprasza do siebie dziewczynkę Julię, z którą organizuje specjalny teleturniejowy show dla swoich podopiecznych na temat bezpiecznego życia. Biorą w nim udział wyznaczeni: łoś Emil, orzeł Bolesław oraz wiewiórka Basia. Mierzą się ze sobą m.in. w takich kategoriach jak: poruszanie się po mieście w ruchu drogowym, bezpieczeństwo w sieci, zdrowe odżywianie, znajomość numerów alarmowych czy odpowiednie reagowanie w groźnych sytuacjach. **EGP**



Szop dba o bezpieczeństwo swoich podopiecznych.

Uczestnicy quizu mają przed sobą trudne zadanie.



Tom Harris (Gerard Butler) przedziera się przez pustynię, walcząc o życie.

KANDAHAR

Ucieczka przez piekło

KANDAHAR ND 31.05 godz. 20.00 TV PULS

Po sukcesach filmów „Świat w ogniu" i „Greenland" Ric Roman Waugh i Gerard Butler po raz kolejny połączyli siły. Reżyser i aktor są uznawani za jeden z najbardziej zgranych duetów współczesnego kina akcji. Tym razem zabierają nas do ogarniętych konfliktem Iranu i Afganistanu, by opowiedzieć historię agenta CIA Toma Harrisa (Butler), walczącego o przetrwanie po nieudanej operacji wywiadowczej. Razem z tłumaczem Mo (Navid Negahban) próbuje dotrzeć do punktu ewakuacyjnego w Kandaharze, uciekając przed agentami wrogich służb. Twórcy starali się pokazać realistyczną i brudną stronę współczesnych operacji wywiadowczych, bez gadżetów typowych dla serii o Jamesie Bondzie. **MAM**

GDZIE JEST NEMO

Boom na błazenki

GDZIE JEST NEMO
ND 31.05 godz. 12.00 POLSAT

Reżyser Andrew Stanton przyznał, że pomysł na tę historię narodził się z jego własnych doświadczeń ojcowskich. Po sukcesie „Toy Story" tak dużo pracował, że zaczął się obawiać, iż traci kontakt z synem – i właśnie z tego lęku powstała opowieść o nadopiekuńczym Marlinie, który wyrusza w długą drogę, by odnaleźć Nemo.

„Gdzie jest Nemo" (2003) był drugim po „Shreku" (2001) filmem animowanym w historii, nagrodzonym Oscarem. Po premierze gwałtownie wzrosło zainteresowanie błazenkami jako domowymi pupilami, co zaniepokoiło biologów, obawiających się o naturalne populacje tych ryb. A po trzynastu latach Stanton wrócił do podwodnego świata filmem „Gdzie jest Dory" (2016). **MAM**



Marlin rusza na pomoc synkowi. Towarzyszy mu Dory, cierpiąca na brak pamięci krótkotrwałej.

Fot.: TVP (2), TV Puls, Polsat

TVP 1

5.00 **Sprawdzamy** – magazyn, Polska 2024-2026
5.25 **Sprawa dla reportera** – pr. Elżbiety Jaworowicz
6.20 **Słownik polsko@polski** (691)
6.55 **Słowo na niedzielę**
7.00 **Transmisja mszy świętej z Sanktuarium Bożego Miłosierdzia w Krakowie-Łagiewnikach**
8.00 **Tydzień** – magazyn rolniczy, Polska
8.55 **Alternatywy 4** (8): Wesele – serial komediowy, Polska 1983
9.55 **Ojciec Mateusz 12** (159): Złoty interes – serial kryminalny, Polska 2014
10.55 **Komisarz Alex 25** (320): Egzamin – serial kryminalny, Polska 2026
11.55 **Między ziemią a niebem** – magazyn
12.00 **Anioł Pański**
12.15 **Między ziemią a niebem** – magazyn
12.45 **Portret kapłana:** O. Tadeusz OSPPE – cykl reportaży, Polska 2026
13.10 **Szop mówi stop – bezpieczna polana** FILM – musical, Polska 2026
Szop Miki zarządza leśną polaną, pilnując porządku. Widząc, że między zwierzętami często dochodzi do nieporozumień, postanawia zorganizować teleturniej. **75 min**
14.25 **Dom** (18): Trzecie kłamstwo – serial obyczajowy, Polska 1997
Henio Lermaszewski otwiera automatyczną myjnię samochodową. Talar na Targach Poznańskich organizuje ekspozycję FSO. Towarzyszy mu plastyczka Nika. **100 min**
16.05 **Jaka to melodia?** – teleturniej muzyczny
17.00 **Teleexpress**
17.20 **Piłka nożna** – mecz towarzyski: Polska – Ukraina **(live)** (patrz obok)
19.30 **Program informacyjny 19.30**
19.55 **Pytanie dnia** – program publicystyczny, Polska 2026



17.20 SPORT
Piłka nożna
Biało-Czerwoni, którzy nie zakwalifikowali się do mistrzostw świata, powoli rozpoczynają przygotowania do jesiennej Ligi Narodów. Na stadionie we Wrocławiu zmierzą się z reprezentacją Ukrainy. Poprzednio spotkali się z nią towarzysko w 2024 roku. Wygrali 3:1. **130 min**



20.25 SENSACYJNY
Empire State: Ryzykowna gra
Chris (Liam Hemsworth, zdj.) zatrudnia się w firmie konwojującej gotówkę. Pewnego dnia wyjawia przyjacielowi z dzieciństwa, że jego pracodawcy nie dbają o bezpieczeństwo. Na wieść o tym znajomy ochroniarza, Eddie (Michael Angarano), układa plan napadu. **105 min**

20 20.05 **Sport, Pogoda**
20.25 **Empire State: Ryzykowna gra** FILM – film sensacyjny, USA 2013, reż. Dito Montiel, wyk. Liam Hemsworth, Michael Angarano, Dwayne Johnson, Paul Ben-Victor (patrz obok)
22.10 Zakochana Jedynka: **Miłość, ślub i inne nieszczęścia** FILM – komedia romantyczna, USA 2020, reż. Dennis Dugan, wyk. Maggie Grace, Diane Keaton, Jeremy Irons, Kimberly Howe (patrz obok)
23.55 **Przełęcz ocalonych** FILM – dramat wojenny, USA/Australia 2016, reż. Mel Gibson
2.15 **Psy 2. Ostatnia krew** FILM – film sensacyjny, Polska 1994, reż. Władysław Pasikowski
4.00 **Jaka to melodia?** – teleturniej muz. ▶ 5.15



22.10 KOMEDIA
Miłość, ślub i inne nieszczęścia
Trwają przygotowania do ślubu bostońskiego polityka. Za kulisami rozgrywa się szereg miłosnych historii. Ritchie (Andrew Bachelor, zdj.), przewodnik wycieczek, zakochuje się w klientce. **105 min**

TVP 2

4.35 **Barwy szczęścia** (3389-3391) – serial obyczajowy, Polska 2026
6.25 **M jak miłość:** 25 lat „M jak miłość". Nasz srebrny jubileusz – serial obyczajowy, Polska 2025
7.30 **Pytanie na śniadanie – pobudka** – magazyn, Polska 2026
7.55 **Pytanie na śniadanie**
11.15 **Domowe patenty 2** (6) – magazyn poradnikowy, Polska 2026
11.25 **Jak to się mówi, czyli Kasia u Bralczyka** (67) – magazyn kulturalny, Polska 2026
11.55 **Cafe Fogg** (1, 2) – widowisko, Polska 2026
W historię barwnego życia Mieczysława Fogga wplecione zostaną jego największe szlagiery: „Tango milonga" czy „Jesienne róże". Wystąpią m.in. Andrzej Piaseczny i Alicja Szemplińska. **125 min**
14.00 **Familiada** – teleturniej
14.35 **Koło fortuny** – teleturniej, Polska 2024
15.10 **Szansa na sukces. Opole 2026** (5): Big Cyc – widowisko, Polska 2025 (patrz obok)
16.15 **Tak to leciało!** – teleturniej muzyczny, Polska 2025
Pierwszy uczestnik to Leszek z Bartąga na Warmii. Pracuje jako nauczyciel w Olsztynie. Drugą bohaterką jest Zosia, która w studiu pojawia się z chórem gospel. Prowadzi Kacper Kuszewski. **60 min**
17.15 **Harald i Sonja: Miłość wbrew regułom** (2): Sumienie – serial obyczajowy, Norwegia 2025
Harald studiuje w Oksfordzie. Olaf zmaga się z samotnością po śmierci Marty. W dniu urodzin następcy tronu król zaprasza na dwór księżniczki, licząc na znalezienie kandydatki na żonę dla syna. **65 min**
18.20 **Pan Mama** (57): Złota rączka – serial komediowy, Polska 2026 (patrz obok)
18.55 **Kocham Cię, Polsko!** (3) – program rozrywk., Pol. 2026



15.10 WIDOWISKO
Szansa na sukces. Opole 2026 (5)
Na kanapie jurorskiej zasiądą członkowie grupy Big Cyc z Krzysztofem Skibą (zdj.) na czele. Do największych przebojów zespołu należą „Makumba", „Świat według Kiepskich" czy „Rudy się żeni". Zmierzą się z nimi uczestnicy. Prowadzi Artur Orzech. **65 min**



18.20 KOMEDIOWY
Pan Mama (57)
Sylwester (Paweł Domagała, zdj.) chce zaimponować Patrycji i udowodnić, że świetnie radzi sobie z majsterkowaniem. Jego popisy wymagają wizyty na SOR-ze. Miras i Bruno organizują w salonie uroczystą premierę biznesowej książki wujka. Wydarzenie, które ma być sukcesem, kończy się awanturą. **35 min**

20.20 **Postaw na milion** – teleturniej, Polska
21.20 **Kwiatki polskie duże** – program publicystyczny, Polska 2025-2026
22.25 Gwiazdy w akcji: **Labirynt** FILM – thriller, USA 2013, reż. Denis Villeneuve, wyk. Hugh Jackman, Jake Gyllenhaal (patrz obok)
Wciągająca opowieść o desperacji, winie i granicach wytrzymałości. Nominacja do Oscara za zdjęcia. **150 min**
0.55 **Krucjata 2. Znak bliźniąt** (11) – serial kryminalny, Polska 2024
1.45 **Wszystkie drogi prowadzą do Rzymu** FILM – komedia romantyczna, Włochy/USA 2015, reż. Ella Lemhagen
3.20 **Akacjowa 38** – telenowela, Hiszpania 2015 ▶ 4.05



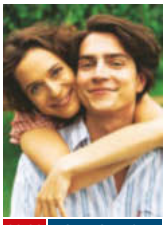
22.25 THRILLER
Labirynt
6-letnia Anna zostaje uprowadzona. Detektyw Loki z braku dowodów zwalnia podejrzanego z aresztu. Ojciec porwanej, Keller (Hugh Jackman, zdj.), chce samodzielnie rozwiązać sprawę. **150 min**

POLSAT

4.40 **Disco Gramy** – program muzyczny, Polska 2026
5.25 **Telezakupy TV Okazje**
6.00 **Nowy dzień z Polsat News** – program informacyjny
8.00 **halo tu polsat** – magazyn, Polska 2026
Poranny program pełen tematów bliskich potrzebom widzów. Nie zabraknie porad ekspertów, nowinek z kraju i ze świata oraz przepisów kulinarnych. **240 min**
12.00 **Gdzie jest Nemo** – film animowany, USA 2003, reż. Andrew Stanton (patrz obok)
Nagrodzona Oscarem brawurowa animacja z pełnymi humoru błyskotliwymi dialogami. W polskiej wersji językowej wystąpili m.in. Krzysztof Globisz, Joanna Trzepiecińska i Olaf Lubaszenko. **140 min**
14.20 **Mój przyjaciel szpieg** FILM – komedia sensacyjna, USA 2020, reż. Peter Segal
9-letnia Sophie (Chloe Coleman) przyłapuje obserwujących jej rodzinę agentów CIA. Odpowiedzialny za tajną operację JJ (Dave Bautista) staje przed dylematem. Powinien pozbyć się świadka, jednak dziewczynka proponuje mu układ – zapomni o tym, co widziała, jeśli pozna tajniki fachu szpiega. **135 min**
16.35 **Jak poślubić milionera?** FILM – komedia romantyczna, Polska 2019, reż. Filip Zylber
Zapracowana Alicja (Małgorzata Socha) samotnie wychowuje 10-letniego syna. W hotelu, w którym sprząta, poznaje autorkę poradnika „Jak poślubić milionera" (Małgorzata Foremniak). Charyzmatyczna trenerka personalna wprowadza ją do świata elit. Skromna kobieta zaczyna chodzić na bankiety, gdzie przykuwa uwagę bogatych celebrytów. **135 min**
18.50 **Wydarzenia**
19.15 **Sport, Pogoda**
19.35 **Państwo w państwie** – program publicystyczny, Polska 2026



12.00 ANIMOWANY
Gdzie jest Nemo
Błazenek Nemo zostaje porwany i umieszczony w akwarium. Jego tata, Marlin, wyrusza na poszukiwania. Towarzyszy mu żywiołowa Dory. Czeka ich wiele niebezpieczeństw. Tymczasem rybka zaprzyjaźnia się z towarzyszami niedoli. Postanawia uciec. **140 min**



20.00 KOM. OBYCZ.
Koniec świata, czyli kogel-mogel 4
Marcin (Nikodem Rozbicki, zdj.) prosi Agnieszkę (Aleksandra Hamkało, zdj.) o rękę w obecności bliskich, m.in. babci (Katarzyna Łaniewska). Na drodze do szczęścia pary staje jednak dawna kochanka chłopaka. Sytuację dodatkowo komplikuje nagłe zniknięcie Agnieszki. **125 min**

20.00 **Koniec świata, czyli kogel-mogel 4** FILM – komedia obyczajowa, Polska 2022, reż. Anna Wieczur, wyk. Katarzyna Łaniewska, Paweł Nowisz, Grażyna Błęcka-Kolska, Zdzisław Wardejn (patrz obok)
22.05 **R.I.P.D. – Agenci z zaświatów** FILM – komedia sensacyjna, USA 2013, reż. Robert Schwentke, wyk. Jeff Bridges, Ryan Reynolds, Kevin Bacon, Mary-Louise Parker (patrz obok)
Oparte na komiksie Petera M. Lenkova perypetie policjantów kontynuujących swoją służbę po śmierci. **125 min**
0.10 **Maszyna** – komedia sensacyjna, USA 2023, reż. Peter Atencio
2.35 **Świat według Kiepskich** (576-578) – serial komediowy, Polska



22.05 KOM. SENS.
R.I.P.D. – Agenci z zaświatów
Nick (Ryan Reynolds) i Roy (Jeff Bridges, zdj.) pełnią służbę w oddziale złożonym ze zmarłych policjantów. Wpadają razem na trop spisku, który zagraża życiu na Ziemi. **125 min**

▶ – godzina zakończenia programu
PREMIERA – pierwszy raz w telewizji

TVN

DVB T2

5.40 Uwaga! – magazyn reporterów

5.55 Ukryta prawda (1654) – serial paradokumentalny, Polska 2024

6.50 Bez kompleksów (4) – pr. rozrywk., Polska 2025

7.45 Dzień Dobry TVN – magazyn

11.30 Co za tydzień – magazyn kulturalny, Polska 2026

12.10 Bitwa o gości (12) – reality show, Polska 2026
Żaklina i Paweł w Barcicach prezentują pensjonat Czarni Górale. Monika oraz Łukasz na Pogórzu Izerskim oferują agroturystykę. Rywalizację kończy Młyn Witowice pod Wrocławiem. **70 min**

13.20 Wredne dziewczyny FILM – komedia, USA/Kanada 2004, reż. Mark Waters, wyk. Lindsay Lohan, Rachel McAdams, Jonathan Bennett, Tina Fey (patrz obok)
Scenarzystka Tina Fey, która także wystąpiła w filmie, napisała scenariusz, korzystając z poradnika Rosalind Wiseman pt. „Świat dorastających dziewcząt". **125 min**

15.25 Aquaman i zaginione królestwo FILM – film s.f., USA/Australia/Islandia 2023, reż. James Wan
Czarna Manta (Yahya Abdul-Mateen II) znów zagraża Atlantydzie. Żeby ocalić królestwo, Aquaman (Jason Momoa) jednoczy siły z przyrodnim bratem, który obecnie przebywa w więzieniu. **155 min**

18.00 Kuchenne rewolucje (12) – program rozrywk., Pol. 2026
W Cieszynie działa Winiarnia u Czecha. Lokal przez lata cieszył się popularnością, lecz odkąd właścicielką została Kasia, liczba gości zaczęła spadać. Dziś restauracja zmaga się z problemami. **60 min**

19.00 Fakty

19.30 Sport

19.35 Raport Roland Garros (8) – program sportowy, Polska 2026

19.40 Pogoda



13.20 KOMEDIA

Wredne dziewczyny

Nastoletnia Cady (Lindsay Lohan, zdj.) przeprowadza się z rodzicami z Afryki do USA. W nowej szkole rozpoczyna rywalizację z przodującą do tej pory wśród uczniów Reginą (Rachel McAdams). Zakochuje się w Aaronie, byłym chłopaku przeciwniczki. **125 min**



19.45 PRZYGODOWY

Poszukiwacze zaginionej Arki

Lata 30. XX wieku. Archeolog Henry Jones (Harrison Ford, zdj.) otrzymuje zadanie od służb specjalnych. Ma odnaleźć Arkę Przymierza. Wyrusza do Egiptu, by nie dopuścić do przejęcia drogocennego zabytku przez nazistów. W podróży spotyka dawną sympatię, Marion (Karen Allen). **145 min**

19.45 Poszukiwacze zaginionej Arki FILM – film przygodowy, USA 1981, reż. Steven Spielberg, wyk. Harrison Ford, Karen Allen, Paul Freeman, Ronald Lacey (patrz obok)

22.10 Lejdis FILM – komedia, Polska 2008, reż. Tomasz Konecki, wyk. Edyta Olszówka, Anna Dereszowska, Izabela Kuna, Magdalena Różczka, Piotr Adamczyk (patrz obok)

1.00 Sanktuarium FILM – dramat przygodowy, USA/Australia 2011, reż. Alister Grierson

3.20 Superwizjer – magazyn reporterów, 2026

3.55 Uwaga! – magazyn reporterów

4.15 Szpital św. Anny (102) – serial obyczajowy, Polska 2026

5.15 Jak to jest zrobione? (13) – serial dokumentalny, Kanada 2013-2014



22.10 KOMEDIA

Lejdis

Nauczycielka Łucja (Edyta Olszówka, zdj.) jest w relacji z Markiem (Robert Więckiewicz). Jej oddane przyjaciółki, m.in. Gośka (Izabela Kuna), sądzą, że mężczyzna ją zdradza. Chcą go zdemaskować. **170 min**

TV PULS

DVB T2

5.50 Taki jest świat 11 – program informacyjny, Polska 2026

6.15 Kobra – oddział specjalny (15, 16): Kosmos; Dzwonki na wietrze – serial sensacyjny, Niemcy 2015

8.15 Don Matteo: Boski detektyw 14 (7, 8) – serial kryminalny, Włochy 2024

10.20 Zaklinaczka duchów 3 (57, 58) – serial fantasy, USA 2008
Wokół Lisy zachodzą dziwne zjawiska. Melinda uważa, że to zmarły ojciec odwiedza swoje dzieci. Odkrywa zaskakujące fakty z życia Lisy. Chce połączyć jej rodzinę. **125 min**

12.25 Johnny English: Nokaut FILM – komedia sensacyjna, Wielka Brytania/USA/Francja 2018, reż. David Kerr
Wskutek ataku hakera dochodzi do wycieku danych tajnych brytyjskich agentów. Johnny English (Rowan Atkinson) zostaje przywrócony do służby, by go złapać. **110 min**

14.15 Kariera frajera FILM – komedia, USA 1998, reż. Frank Coraci
31-letni Bobby (Adam Sandler) mieszka z matką i jest obiektem żartów. Gdy powala na ziemię jednego z prześladowców, zostaje przyjęty do drużyny futbolowej. **100 min**

15.55 Dziewczyna z Jersey FILM – komediodramat, USA 2004, reż. Kevin Smith, wyk. Ben Affleck, Liv Tyler, Jennifer Lopez (patrz obok)
Specjalna premiera produkcji odbyła się w liceum w Paulsboro, w którym nakręcono wiele ujęć. **140 min**

18.15 Wakacje Jasia Fasoli FILM – komedia, Wielka Brytania/Francja/Niemcy 2007, reż. Steve Bendelack, wyk. Rowan Atkinson, Steve Pemberton, Lily Atkinson, Preston Nyman (patrz obok)
Tworząc postać Jasia Fasoli, Rowan Atkinson czerpał inspirację z legendarnych komików: Bustera Keatona oraz Charliego Chaplina. **105 min**

20.00 Niedziela z gwiazdami:

Kandahar FILM – thriller, USA/Arabia Saudyjska 2023, reż. Ric Roman Waugh, wyk. Gerard Butler, Navid Negahban, Tom Rhys Harries, Farhad Bagheri (patrz obok)
Kolejny wspólny projekt Rica Romana Waugha i Gerarda Butlera, którzy wcześniej współpracowali przy „Greenland" i „Świecie w ogniu". **140 min**

22.20 Jeden gniewny człowiek FILM – thriller, USA/Wielka Brytania 2021, reż. Guy Ritchie

0.55 Syberia FILM – film kryminalny, Kanada/USA 2018, reż. Matthew Ross
Handlarz diamentów ma problem z nawiązaniem kontaktu z kontrahentem... Podążając jego tropem, trafia do dziwnej osady na Syberii. **120 min**

2.55 Zobacz to!



15.55 KOMEDIA

Dziewczyna z Jersey

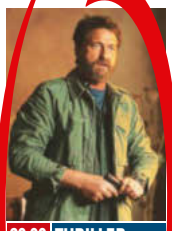
Ollie (Ben Affleck, zdj.) zostaje samotnym ojcem. Wychowanie córki (Raquel Castro, zdj.) komplikuje mu karierę do tego stopnia, że porzuca pracę i przeprowadza się do ojca do New Jersey. Gdy poznaje Mayę (Liv Tyler), jego życie nabiera sensu. **140 min**



18.15 KOMEDIA

Wakacje Jasia Fasoli

Na loterii parafialnej Jaś Fasola (Rowan Atkinson, zdj.) wygrywa tygodniowe wakacje w Cannes. Pełen entuzjazmu wyrusza w podróż życia, ale przez nieznajomość języka francuskiego i wrodzoną niezdarność szybko wpada w tarapaty. Problemy zaczynają się zaraz po przekroczeniu granicy. **105 min**



20.00 THRILLER

Kandahar

Agent CIA (Gerard Butler, zdj.) realizuje tajną misję na Bliskim Wschodzie. Uwięziony w sercu wrogiego terytorium mężczyzna musi przedostać się do punktu ewakuacyjnego w Kandaharze. **140 min**

TVN 7

DVB T2

5.10 Szkoła (688) – serial paradokumentalny, Polska 2019

6.10 Wiza na miłość: pierwsze spotkanie 2 (15) – program rozrywkowy, USA 2018

7.05 Nowe Zwariowane Melodie (16-18) – serial animowany, USA 2018

7.50 Kosmiczny mecz 2: Nowa era FILM – film familijny, USA 2021, reż. Malcolm D. Lee
Słynny koszykarz LeBron James stara się ocalić syna więzionego przez sztuczną inteligencję. Algorytm oznajmia mu, że musi wygrać mecz, aby odzyskać chłopca. Sportowiec zaczyna więc kompletować drużynę. **145 min**

10.15 Ukryta prawda (1381-1385) – serial paradokumentalny, Polska 2022
Krystian mieszka z rodzicami, którzy doskonale zarabiają. Chłopak szuka miłości, ale ma wrażenie, że dziewczynom, z którymi się spotyka, zależy tylko na pieniądzach. Za radą kolegi wynajmuje sobie kawalerkę i znajduje pracę w barze. Liczy, że pozna kogoś wartościowego. **305 min**

15.20 Detektywi (318, 319) – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2026
Sprzed fundacji dla kobiet znika 7-miesięczny Kacper. Matka podejrzewa męża, byłego policjanta. W chwili uprowadzenia monitoring nie działał, co sugeruje współudział pracowników lub mieszkanek ośrodka. **125 min**

17.25 Sonic. Szybki jak błyskawica 2 FILM – film przygodowy, USA/Japonia 2022, reż. Jeff Fowler, wyk. James Marsden, Jim Carrey, Tika Sumpter, Natasha Rothwell (patrz obok)
Kontynuacja wielkiego przeboju kina familijnego z 2020 roku. Twórcy wykorzystali w filmie oryginalne dźwięki i efekty z kultowych gier wideo. Produkcja stała się komercyjnym hitem. **155 min**

20.00 Na skraju jutra FILM – film s.f., USA/Australia/Kanada 2014, reż. Doug Liman, wyk. Tom Cruise, Emily Blunt, Brendan Gleeson, Bill Paxton (patrz obok)

22.35 Heroski FILM – film sensacyjny, USA/Wielka Brytania 2023, reż. Jordan Gertner

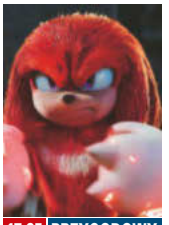
0.20 41 dni nadziei FILM – dramat przygodowy, USA/Islandia/Hongkong 2018, reż. Baltasar Kormákur, wyk. Shailene Woodley, Sam Claflin, Jeffrey Thomas, Grace Palmer (patrz obok)

2.25 Żyjąc z potworem 7 (20) – serial dokumentalny

3.25 Fachowcy (15) – serial paradokumentalny, Pol. 2017

4.05 Usterka 12 (2) – serial fabularno-dokumentalny, Pol.

4.35 Dorota was urządzi! (2) – pr. rozrywk., Polska 2016



17.25 PRZYGODOWY

Sonic. Szybki jak błyskawica 2

Na Ziemię powraca złowrogi dr Robotnik (Jim Carrey), któremu towarzyszy kosmita Knuckles. Obaj zamierzają odnaleźć niezwykły szmaragd, który ma moc budowania i niszczenia cywilizacji. Sonic musi ich powstrzymać. Wraz z przyjacielem rusza w niezwykłą podróż. **155 min**



20.00 FILM SF

Na skraju jutra

Kosmici niszczą kolejne ziemskie miasta. Żołnierz Cage (Tom Cruise, zdj.) zostaje wysłany na straceńczą misję. Ginie, ale nazajutrz budzi się cały i zdrowy. Odkrywa, że trafił do pętli czasu. Od tej pory jest skazany na ciągłe przeżywanie tej samej walki. Z każdym kolejnym starciem zyskuje nowe umiejętności. **155 min**



0.20 PRZYGODOWY

41 dni nadziei

Tami (Shailene Woodley, zdj.) i Richard (Sam Claflin) płyną przez Pacyfik. Cudem udaje im się przeżyć sztorm, ale mężczyzna nie może dalej żeglować. Jego partnerka musi sama dotrzeć do brzegu. **125 min**

TVP 3

12.20 **Ktokolwiek widział, ktokolwiek wie** – publ.
12.55 **Piosenka dla Ciebie**
14.00 **Rączka gotuje** – mag.
14.30 **Program lokalny**
15.00 **Koronka do Miłosierdzia Bożego** – pr. religijny
15.20 **Program lokalny**
19.30 **Kryminalna siódemka**
20.00 **Dziennik regionów**
20.13 **Regiony na TAK** – mag.
20.30 **62. KFPP w Opolu – Trzy ćwiartki Jacka Cygana – urodziny**
21.00 **Program lokalny**
22.00 **Dziennik regionów**
22.30 **Ktokolwiek widział, ktokolwiek wie** – publ.
23.00 **Kościół z bliska** – mag.
23.30 **Wilczy apetyt** (5) – mag.

TVP POLONIA

9.50 **Słowo na niedzielę**
10.00 **Transmisja mszy świętej**
12.35 **Prywatka u Wojtka, czyli benefis Wojciecha Gąssowskiego** (1, 2)
14.40 **Janosik** (3, 4) – przyg.
16.20 **Największe przeboje**
17.00 **Teleexpress**
17.25 **M jak miłość** (1927) – serial obycz., Pol. 2026
18.15 **Kabaretomaniacy**
19.10 **62. KFPP w Opolu – Trzy ćwiartki Jacka Cygana – urodziny**
19.30 **Program informacyjny 19.30**
19.55 **Pytanie dnia** – pr. publ.
20.05 **Sport, Pogoda**

TV 4

6.00 **Łowcy skarbów. Kto da więcej?** (183) – reality show, Polska 2023
6.55 **Wielkie tajemnice historii** (5, 6) – serial dok.
8.40 **Galileo** (1200, 1201) – program popularnonaukowy, Polska 2026
10.45 **Godzilla** – film s.f., USA/Japonia 1998, wyk. Matthew Broderick, Maria Pitillo
13.40 **Geneza planety małp** FILM – film s.f., USA/Wielka Brytania/Kanada 2011
15.50 **1000 lat po Ziemi** FILM – film s.f., USA 2013, wyk. Jaden Smith, Will Smith
17.55 **Uroczysko** (255-258) – serial kryminalny, Polska

PULS 2

6.00 **Gwiazdy Mazurskiej Nocy Kabaretowej** (14) – pr. rozrywk., Pol. 2023
7.00 **Taki jest świat 11** – program informacyjny
7.25 **Aukcja w ciemno 3** (13-15) – serial dok., USA
9.00 **Boso przez świat** – cykl reportaży, Polska 2009
10.50 **Oskar** – komedia, Francja FILM 1967, wyk. Louis de Funes
12.40 **Zawieszeni na drzewie** FILM – kom., Francja/Wł. 1971
14.35 **Złota gęś** – baśń FILM filmowa, Niemcy 2013
16.30 **Najpiękniejsze baśnie: Czarodziej Żytko** – baśń FILM filmowa, Czechy 2018
18.45 **Trzy piórka** – baśń FILM filmowa, Niemcy 2014

TVP ROZRYWKA

8.20 **Górna półka smaku** (14)
8.50 **Kiedyś to było...** – mag.
9.30 **Koło fortuny** – telet., Pol.
10.05 **Tańcząca ze światem – Malta** (5) – magazyn
10.40 **Szansa na sukces. Opole 2026 2** (3)
11.45 **Postaw na milion**
13.40 **Prywatne życie zwierząt 14** (3) – przyrod.
14.10 **Super Gary. Gotuj z Bosacką!** (8) – mag.
14.40 **Program rozrywkowy**
14.50 **Tak to leciało!**
15.45 **Va banque** – teleturniej
17.00 **Koło fortuny** – telet., Pol.
17.40 **Szansa na sukces. Opole 2026 2** (4)
18.45 **Do śmiechu!** (61) – rozr.
19.50 **Moje przeboje** (7) – rozr.

TTV HD

10.05 **Idź na całość 2** (29)
11.05 **Zakup w ciemno 7** (9)
12.05 **Zakup w ciemno 4** (10)
13.10 **Zakup w ciemno extra** (11) – reality show, Polska
13.40 **Damy i wieśniaczki. PL 8** (14) – fab.-dok., Pol.
14.40 **Gogglebox. Przed telewizorem 24** (14)
15.45 **Express, Pogoda** – inf.
16.05 **Idź na całość 2** (2) – rozr.
17.05 **Życie na kredycie 7** (1)
17.45 **Express, Pogoda** – inf.
18.05 **Życie na kredycie 7** (2)
18.40 **Damy i wieśniaczki. PL 11** (1) – fab.-dok., Pol.
19.45 **Express, Pogoda** – inf.
20.00 **Zakup w ciemno 7** (10)
21.00 **Gogglebox. Przed telewizorem 24** (14)

PROGRAM INFORMACYJNY



23.55 **Panorama**
Piotr Jędrzejek (zdj.) zaprasza na podsumowanie najważniejszych wydarzeń dnia z kraju i ze świata. Nie zabraknie analiz czy komentarzy ekspertów. **30 min**

0.25 **Serwis Info Wieczór** – program informacyjny
1.05 **Całkiem niezła historia**
1.15 **Ze zdrowiem na Ty**
1.35 **Piosenka dla Ciebie**
2.40 **Rozmowy (nie) wygodne** – pr. publicyst.
3.20 **Program informacyjny 19.30**
3.50 **W aptece i kuchni**
4.25 **Dziennik regionów**

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

KRYMINALNY



20.20 **Komisarz Alex 22** (279)
Kama zgłasza policjantom, że mąż zamierza ją zabić. Niebawem stróże prawa znajdują w domu pary ślady krwi i nóż w bagażniku auta Żaka. Kozera uważa, że ktoś może wrabiać mężczyznę. **55 min**

21.15 **Gabi Drzewiecka zaprasza** (12) – talk-show
22.10 **Kobieta sukcesu** – kom. FILM romant., Polska 2018
23.55 **Największe przeboje**
0.40 **M jak miłość** (1927)
1.30 **Program informacyjny 19.30**
1.55 **Pytanie dnia** – pr. publ.
2.00 **Sport, Pogoda**
2.10 **Zatoka szpiegów** (3)
3.00 **Kabaret Neo-Nówka**

KRYMINALNY



20.00 **Sprawiedliwi. Trójmiasto** (153-156)
Badając ciała braci Mrozowskich, policja znajduje zapowiedź ostatniej zbrodni. Wiktor wraz z Mają ustalają, że Szubienicznik, rozczarowany wymiarem sprawiedliwości, sam karze winnych. **240 min**

0.00 **STOP Drogówka** – magazyn policyjny
1.00 **Wielkie tajemnice historii** (7, 8) – serial dok.
2.55 **Interwencja** – mag.
3.25 **Lubię disco!** (285) – program muzyczny
4.25 **Top 10 – lista przebojów** – program muzyczny, Polska
5.30 **Telezakupy TV Okazje**

FANTASY



20.00 **Conan Barbarzyńca** FILM – USA/Meksyk 1982
Niezwyciężony wojownik Conan (Arnold Schwarzenegger, zdj.) chce pomścić swoich rodziców. Rusza na poszukiwania winnego ich śmierci czarownika-węża Thulsy Dooma. **150 min**

22.30 **Dzielnica strachu 10** (444-447) – serial krym.
2.20 **Niesamowite!** (23) – serial dokumentalny, Pol.
3.00 **Lombard. Życie pod zastaw 9** (457) – obycz.
4.00 **Lombard. Życie pod zastaw 4** (155) – obycz.
5.00 **Lombard. Życie pod zastaw 18** (1006) – serial obyczajowy, Polska 2026

ROZRYWKA



20.30 **Kocham Cię, Polsko!** (1)
W drużynie Filipa Gurłacza do rywalizacji staną Katarzyna Bujakiewicz, Anna Dereszowska i Daria Widawska. W zespole Michała Koterskiego zobaczymy Michała Milowicza, Tadeusza Drozdę i Roberta Rozmusa. **90 min**

22.00 **Postaw na milion**
0.00 **Koło fortuny** – telet., Pol.
1.20 **Kabaret. Super Show Dwójki 3** (36) – rozr., Pol.
2.20 Życie to kabaret: **Kabaret Hrabi. Co jest śmieszne** (1, 2) – pr. rozr.
4.20 Życie to kabaret: **Taka to robota, czyli kabaretowy przegląd zawodów** (2) – rozr., Pol.

DOKUMENT



22.00 **Żony Podlasia 3** (1) – Pol.
Aldona chce się zdrowo odżywiać. Kupuje szklarnię, lecz okazuje się, że jej rozłożenie wymaga pomocy. Karolina wprowadza się do nowego domu, który teraz może urządzić po swojemu. **60 min**

23.00 **Nic do zgłoszenia 4** (7) – serial dokumentalny, Pol.
0.00 **Damy i wieśniaczki. PL 8** (15) – fab.-dok., Pol.
1.00 **Back to school. Prawdziwy egzamin 2** (9) – program edukacyjny
2.00 **SOS. Ekipy w akcji** (42, 43) – serial paradok.
4.00 **Sędzia Anna Maria Wesołowska** (503) – serial fabularno-dokum.

TVP 3 PROGRAMY LOKALNE

BIAŁYSTOK **16.30** Panorama litewska **16.40** Przegląd ukraiński **16.55** Tydzień białoruski **17.20** U źródeł wiary **17.50** Kulturalnie mówiąc **18.15** Białostocki Teatr Lalek **18.30** Obiektyw **18.50** Sport, Pogoda **19.00** Żyjący Kościół **21.00** Wojownicy czasu **21.30** Obiektyw

BYDGOSZCZ **16.30** Agroregion **17.00** Złote lata – senior show **17.45** Jeszcze dzień z życia **18.00** Po oklaskach **18.30** Zbliżenia **18.50** Słowo daję! **19.00** Stada ogierów **21.00** Raport naukowy **21.31** Zbliżenia **21.45** Sport, Pogoda

GDAŃSK **17.00** Do brzegu **17.30** Świat nie jest taki zły **18.00** Droga **18.30** Panorama **18.55** Cały ten sport **21.30** Panorama

KATOWICE **16.45** Opera blisko Ciebie **17.05** Wykrywacz kłamstw **17.30** Credo **18.00** Dej pozór **18.30** Aktualności **18.55** Pogoda, Sport **19.10** Ziołowa apteka **19.20** Gramy dla was **21.00** Credo **21.30** Aktualności

KRAKÓW **16.30** Z górnej półki Telewizji Kraków **17.10** Młodzież kontra, czyli pod ostrzałem **18.00** Kronika tygodnia **18.30** Kronika **18.52** Bliżej polityki **19.07** Bezpieczny powiat, bezpieczna gmina **21.00** Kulturalnie mówiąc **21.30** Kronika

LUBLIN **16.40** Reportaż w TVP Lublin **16.55** Weekend z TVP 3 Lublin **17.15** Było, nie minęło – kronika zwiadowców historii **17.40** Weekend z TVP 3 Lublin **18.00** Strefa otwarta **18.30** Panorama lubelska **19.05** Scena jest Twoja **21.00** Kulturalnie mówiąc **21.30** Panorama lubelska **21.45** Magazyn sportowy

ŁÓDŹ **16.45** ABC pacjenta **17.00** Aktywni seniorzy **17.10** Czytanie puszczy **17.45** Filmowa wiosna w TVP 3 Łódź **18.15** Kawałek fajnego świata **18.30** Łódzkie wiadomości dnia **18.50** Sport, Pogoda **19.05** Ostatni mistrzowie **21.00** Program lokalny **21.30** Łódzkie wiadomości dnia **21.51** Skarby Łodzi

POZNAŃ **16.43** Barberska dekada **17.30** TalentAsy **18.30** Teleskop **18.50** Opowieści stąd **19.03** Reportaż **21.02** Seans dla każdego **21.31** Teleskop **21.50** Wiadomości sportowe

RZESZÓW **16.45** Rusz się, człowieku **17.00** Moda na język polski **17.30** Dokument w TVP Rzeszów **18.15** Podkarpacka scena przebojów **18.30** Aktualności **19.00** Sportowe wydarzenia **21.00** Kulturalnie mówiąc **21.30** Aktualności

SZCZECIN **17.00** Bez barier **17.26** Muzeum Polskiej Piosenki, czyli historia jednego przeboju **17.35** Arka **18.00** Magazyn sportowy **18.30** Kronika **18.51** Przegląd tygodnia **19.05** ZdroWY Plan **21.00** Na bitewnym szlaku **21.30** Kronika **21.50** Wokół nas

WARSZAWA **17.06** Dobrego dnia **17.15** Niedziela z... **18.00** Eksperyment empatia **18.30** TKW **18.42** Kurier Mazowiecki **19.02** Spacerowym okiem **19.15** Skarby Kół Gospodyń Wiejskich **21.00** Nasze miejsce **21.30** Kurier Warszawy i Mazowsza

WROCŁAW **16.42** Magazyn ku kulturze **16.58** Z Unią na Ty **17.11** Projekt pałac **17.32** Koncert **18.30** Fakty **19.03** Magazyn Dolnośląski **21.00** Program lokalny **21.31** Fakty

TVP HD

6.55 **Ranczo 3** (36) – obycz., Pol.
7.55 **Rodzinka.pl** (145, 146)
8.55 **Ojciec Mateusz 15** (188, 189) – krym., Pol. 2016
10.45 **Czy wiesz, że?** (275) – dok.
11.20 **Na sygnale** (583, 584)
12.25 **Ojciec Mateusz 3** (39)
13.20 **Komisarz Alex** (3) – krym.
14.15 **Ranczo 9** (109, 110)
16.10 **Postaw na milion** – telet.
17.10 **Okrasa łamie przepisy**
17.45 **Makłowicz w podróży**
18.20 **Ojciec Mateusz 22** (281)
19.20 **Ranczo 3** (27-29) – obycz.
22.20 **Chopin. Pragnienie miłości** FILM – melodramat, Polska 2002
0.35 **Daleko od szosy** (5)
2.00 **System** – dramat krym., FILM USA/Wlk. Bryt./Czechy 2015
4.25 **Zakochaj się w Polsce**

TVP KULTURA

11.15 **Przyjęcie na dziesięć osób plus trzy** FILM – film obyczajowy, Polska 1973
12.20 **Maria Montessori, wizjonerka** – film dokumentalny
13.55 **W poszukiwaniu dobrego filmu** – mag. film.
14.35 **Zgadnij, kto przyjdzie na obiad** FILM – dramat obyczajowy, USA 1967
16.30 **Dobry tytuł** – mag. kult.
17.15 **Niedziela z...** – pr. kult.
18.05 **Złote płyty zespołu 2 plus 1** (1) – koncert, Polska
19.20 **Kobiela na plaży**
20.00 **Pół żartem, pół serio** FILM – komedia, USA 1959
22.15 **Kulturalni** – magazyn kult.
23.10 **Mark Rothko: obraz patrzy na ciebie** – dok., Fr.
0.10 **Przed Madrytem**

ANTENA HD

6.10 **Najlepsze Koncerty Szlagier TV!** – pr. muz.
7.05 **Papież: Najpotężniejszy człowiek w historii** (6)
8.00 **Tajemnica Grobu Jezusa**
9.05 **Gdzie tu coś zjeść?**
10.05 **Historia świata w dwie godziny** – film dok., USA
12.00 **Polska. Największe dylematy** – program publicyst.
13.00 **Polska. Największe tajemnice** (1) – rozr., Pol.
14.00 **Łowcy skarbów 2** (4-7)
17.55 **77 TV 5** (27, 22) – rozr., Pol.
20.00 **Alex Hugo – górski detektyw** (17, 18) – krym.
0.10 **Historia świata w dwie godziny** – film dok., USA
2.15 **Zaginiona żona** – dramat FILM biograficzny, USA 2017
3.55 **77 TV 4** (9) – pr. rozr., Polska

TV 6

6.00 **Więzienie** (174) – dok., Pol.
6.30 **Columbo** (7, 8) – serial kryminalny, USA
9.30 **Poirot** (7, 8) – serial kryminalny, Wielka Brytania
11.50 **Plan bez skazy** FILM – thriller, Wielka Brytania/Luksemburg 2007, reż. Michael Radford
14.00 **Policjantki i Policjanci** (213-216) – obycz., Pol. 2016
18.00 **Strażnik Teksasu** (25, 26) – serial sensacyjny, USA
20.00 **CSI: Kryminalne zagadki Miami** (5, 6) – serial krym.
21.55 **Kości** (79, 80) – serial krym.
23.50 **Cicha noc** – horror FILM komediowy, Wlk. Bryt. 2021
1.40 **Kochane pieniądze** (42-45) – serial paradokum.
5.45 **Telezakupy TV Okazje**

BBC FIRST

9.55 **Lewis 8** (1, 2) – serial krym.
11.50 **Co ludzie powiedzą? 5** (8-10) – serial komediowy
13.45 **Śmierć pod palmami 11** (5) – serial krym., Wlk. Bryt.
14.55 **Ojciec Brown 13** (7)
15.55 **Tajemnice Brokenwood 11** (2) – krym.
17.50 **Ulica nadziei 5** (3) – krym.
18.45 **Ludwig** (5) – serial krym.
19.55 **Śmierć pod palmami 11** (6) – serial krym., Wlk. Bryt.
21.00 **Tajemnice Brokenwood 11** (3) – krym.
22.55 **Pomost** (1) – serial krym.
0.10 **Na niebieskich światłach 2** (3) – krym.
1.15 **Śmierć pod palmami 11** (6) – serial krym., Wlk. Bryt.

ROMANCE TV

14.05 **Kanary – o jedno życie mniej** (3, 4) – serial krym.
16.15 **Malibu – Kemping dla początkujących** FILM – film obyczajowy, Niemcy 2022
18.05 **Lilly Schönauer: Okrężna droga do szczęścia** FILM – film obyczajowy, Niemcy/Austria 2007
20.00 **Rosamunde Pilcher: Cztery balony i jedna śmierć** FILM – film obyczajowy, Niemcy/Austria 2021
21.55 **Kwiaty tęsknoty** FILM – dramat obyczajowy, Niemcy 2007
23.50 **Katie Fforde: Powrót nad morze** FILM – melodramat, Niemcy 2015

COMEDY CENTRAL

6.00 **The Office PL** (7, 8) – kom.
7.10 **Teoria wielkiego podrywu 11** (12-24) – kom.
13.00 **Tata ma plan 2** (18-20)
14.30 **Duchy** (11, 12) – fantasy
15.25 **Ilu miałaś facetów?** FILM – kom. romant., USA 2011
17.45 **Agent XXL: Rodzinny interes** FILM – kom., USA 2011
20.00 **Rodzina od zaraz** FILM – komedia, USA 2018
22.30 **Colin od rachunków 2** (1, 2) – serial kom., Australia
23.30 **Comedy Club 8** (7, 8)
0.30 **Miasteczko South Park 21** (5-7)
2.00 **Pracoholicy 5** (4-7) – kom.
4.00 **Śmieszniej nie będzie 3** (17-20) – program rozrywk.

TVN FABUŁA

7.20 **Prawo Agaty** (4-7) – obycz.
11.25 **Koniec wakacji** – film FILM psychologiczny, Polska 1974
13.20 **Atramentowe serce** FILM – film fantasy, Niemcy/USA 2008, reż. Iain Softley
15.35 **Duma: Podróż do domu** FILM – film przyg., USA 2005
17.45 **Vinci** – komedia FILM kryminalna, Polska 2004
20.00 **Meg 2: Głębia** – film s.f., FILM Chiny/USA 2023
22.30 **Król życia** – komediodramat, Polska 2015
0.35 **Mroczny rycerz powstaje** – film sens., FILM USA/Wielka Brytania 2012
3.55 **Kino Buzz Top 5** – mag.
4.05 **Ukryta prawda** (1312)

STOPKLATKA

DVB T2

6.00 **Komisarz Rex** (1-3) – serial kryminalny, Austria/Niemcy/Włochy
9.50 **Hudson i Rex 7** (3) – serial kryminalny, Kanada 2024
10.50 **Hudson i Rex 8** (2, 3) – serial kryminalny, Kanada 2024
12.50 **Top Dog. Niemcy** (3) – reality show, Niemcy 2021
14.45 **K-9** – komedia kryminalna, FILM USA 1989, wyk. James Belushi, Mel Harris
16.50 **Pan Wołodyjowski** FILM – film historyczny, Polska 1968, wyk. Tadeusz Łomnicki, Magdalena Zawadzka

POLSAT 2

5.50 **Wydarzenia**
6.30 **Sekrety rodziny** (133) – serial paradokumentalny
7.30 **Z klimatem i z pasją** – program publicystyczny
8.00 **Sekrety rodziny** (134) – serial paradokumentalny
9.00 **Trudne sprawy** (957-961) – serial paradokumentalny, Polska
14.00 **Sekrety rodziny** (135) – serial paradokumentalny
15.05 **Więzienie kobiet** (78-81) – serial dok., Pol.
17.00 **Nasz nowy dom** (360) – reality show, Polska 2025
18.10 **Nowy początek** – film FILM s.f., USA 2016, wyk. Amy Adams, Jeremy Renner

TVP SERIALE

5.55 **Na sygnale** (911) – serial fabularno-dokum., Polska
6.35 **Czterdziestolatek** (10, 11) – obycz., Pol. 1975
8.45 **U Pana Boga w ogródku** (1, 2) – serial komediowy, Polska 2008
10.35 **Ranczo 6** (74) – obycz.
11.30 **O psie, który jeździł koleją** FILM – film familijny, Polska 2023
13.20 **Ojciec Mateusz 27** (354, 355) – serial krym.
15.20 **Komisarz Alex 25** (320) – serial kryminalny, Polska
16.20 **Ranczo 6** (75) – serial obyczajowy, Polska 2012
17.20 **U Pana Boga w ogródku** (3) – serial komediowy, Polska 2008

KINO POLSKA

6.00 **Dom w cenie mieszkania** (7, 8) – mag.
6.55 **Polska Kronika Filmowa** – serial dokum.
7.15 **Podróże kapitana Klipera** (7, 8) – anim.
7.45 **Reksio** (18, 21) – anim.
8.05 **Książę** – film krótkometr.
8.15 **W pustyni i w puszczy** FILM – film przygodowy, 2001
10.50 **Znachor** – dramat FILM obyczajowy, 1981
13.45 **Noce i dnie** (2-ost.) FILM – film obyczajowy, 1975
15.45 **Powstanie warszawskie** – dokument fabularyzowany, 2014
17.40 **Mała wielka miłość** FILM – komedia romant., 2008

AXN

6.00 **Gęsia skórka** – komedia, FILM USA/Australia 2015, wyk. Jack Black, Dylan Minnette
7.40 **Agenci NCIS: Hawaje 2** (4) – serial kryminalny, USA 2023
8.30 **Zabójcza broń 3** (2, 3) – serial sensacyjny, USA
10.25 **Detektyw Monk 2** (14-16) – serial kryminalny, USA 2004
13.20 **Detektyw Monk 3** (1, 2) – serial kryminalny, USA
15.15 **CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 10** (21-23) – serial kryminalny, USA/Kanada 2010
18.05 **FBI: Most Wanted** (1, 2) – serial kryminalny, USA 2020

CANAL+ PREMIUM

8.15 **Mikołaj i ekipa** – film FILM anim., Hiszp./Kanada 2024
9.45 **Lilly i kangurek** – film FILM familijny, Australia 2025
11.30 **Czy AI zabija internet?** – film dokum., Niem. 2025
12.25 **Saga „Zmierzch": Księżyc w nowiu** FILM – film fantasy, Australia/USA 2009, wyk. Kristen Stewart
14.35 **Premierowa jazda**
14.50 **Tożsamość Bourne'a** FILM – thriller, USA/Niemcy/Czechy 2002
16.45 **Morderstwo w ambasadzie** FILM – film krym., Wlk. Bryt. 2025
18.10 **Mamma Mia! Here We Go Again** FILM – kom. muz., USA/Wlk. Bryt./Chiny 2018

SENSACYJNY



20.00 **Kod Merkury** – USA FILM 1998, reż. Harold Becker

Autystyczny dziewięciolatek Simon rozszyfrowuje tajny wojskowy kod i staje się celem morderców. Ochrony chłopca podejmuje się zgorzkniały agent FBI Art Jeffries (Bruce Willis, zdj.). **145 min**

22.25 **Psychopata** – film FILM sensacyjny, USA 1995, wyk. Sigourney Weaver, Holly Hunter
0.50 **7 uczuć** O – komedio-FILM dramat, Polska 2018, wyk. Michał Koterski, Marcin Dorociński
3.40 **Joanna** – dramat FILM psycholog., Polska 2010, wyk. Urszula Grabowska

WESTERN



20.40 **Siedmiu wspaniałych** FILM – USA/Australia 2016

Bandyci terroryzują Rose Creek. Wdowa Emma Cullen prosi oficera Chisolma (Denzel Washington, zdj.) o pomoc. Ten werbuje Josha (Chris Pratt, zdj.) i innych najemników, by stawić czoło szajce. **155 min**

23.15 **Terrorysta** – film krym., FILM Wielka Brytania 2012
1.35 **Komisarz Mama** (37)
2.40 **Wydarzenia**
3.20 **#Jesteśmy dla dzieci**
3.50 **Oblicza Ameryki** – mag.
4.20 **Santo Subito – Cantobiografia Jana Pawła II. Koncert Wielkanocny Piotra Rubika** (3) – koncert, Pol.

FAB.-DOKUM.



18.05 **Na sygnale** (912-914)

Zespół Banacha ratuje mężczyznę, który dostał zawału i doprowadził do wypadku. Wkrótce potem medycy walczą o życie chłopaka, który celowo zatruł się „nieznaną substancją". **95 min**

19.40 **Ojciec Mateusz 35** (450)
20.35 **Ojciec Mateusz 28** (356, 357) – serial krym.
22.25 **Ranczo 6** (76, 77) – obycz.
0.15 **Rodzinka.pl** (313, 301)
1.25 **Korona królów** (399, 400) – telen. hist.
2.25 **Erynie** (1) O – serial kryminalny, Polska 2021, wyk. Marcin Dorociński
3.25 **Ratownicy** (10) – obycz.
4.20 **Matylda** (12) – kostium.

KOMEDIA



20.00 **Rozmowy kontrolowane** – 1991, FILM reż. Sylwester Chęciński

Ochódzki (Stanisław Tym, zdj.) otrzymuje od pułkownika SB zadanie przeniknięcia do struktur Solidarności w Suwałkach. Zbieg okoliczności sprawia, że staje się bohaterem podziemia. **125 min**

22.05 **Jestem mordercą** FILM – thriller, 2016, wyk. Mirosław Haniszewski, Arkadiusz Jakubik
0.55 **Ekstradycja 2** (1, 2) – serial sensacyjny, 1996
3.35 **Polisz kicz projekt...**
FILM **kontratakuje** – komedia, 2006, wyk. Mariusz Pujszo
5.40 **Moja** – film krótkometr.

SCIENCE FICTION



20.00 **Venom** – Chiny/USA FILM 2018, reż. Ruben Fleischer

Dziennikarz śledczy Eddie Brock (Tom Hardy, zdj.) tropi nieetyczne działania firmy Life Foundation. Przypadkiem wchodzi w symbiozę z obcą formą życia. Traci nad sobą kontrolę i staje się żądnym krwi monstrum. **140 min**

22.20 **Underworld – Bunt** FILM **Lycanów** – horror, USA/Nowa Zelandia 2009, wyk. Kate Beckinsale
23.55 **Bez litości 2** FILM – thriller, USA 2018
2.30 **Dzień Świstaka** FILM – komedia, USA 1993
4.40 **Nocny lot** (3) – sens.
5.30 **Blok promocyjny AXN**

HORROR



20.00 **Kraina mroku** – USA PREMIERA 2025, reż. Bryan Fuller FILM

Ośmioletnia Aurora jest przekonana, że potwór spod łóżka pożarł jej rodzinę. Przerażona szuka ratunku u tajemniczego sąsiada (Mads Mikkelsen, zdj.). **105 min**

21.45 **Rocznica** – thriller, USA FILM 2025, wyk. Diane Lane
23.35 **Amerykański gangster** FILM – film sens., USA 2007
2.10 **Ludzie** – dramat FILM wojenny, Polska 2023
4.10 **Benek** – komediodra-FILM mat, Polska 2007
5.50 **Making of** – mag. film.

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

13 ULICA

6.00 **Knok** (1) – serial krym., Fr.
6.50 **Kapitan Marleau 9** (1) – serial kryminalny, Fr. 2025
8.50 **Agenci NCIS: Los Angeles 14** (1-10) – serial sensacyjny, USA 2022-2023
18.00 **Równoległe śledztwo** (4) – serial kryminalny, Fr. 2023
20.00 **Morderstwa w Lille (Ciche zbrodnie)** – film kryminalny, Francja 2017
22.00 **Morderstwo w Charentes** FILM – film kryminalny, Francja 2022
0.00 **Morderstwo w Kraju Basków** FILM – thriller, Francja 2019, wyk. Cristiana Réali
2.00 **Kobra – oddział specjalny** (1) – sens., Niem.
4.00 **Kapitan Marleau 9** (2) – serial kryminalny, Fr. 2025

POLSAT FILM

7.55 **Sąsiedzi** (2, 18) – anim.
8.20 **Była sobie Ziemia** (21, 22)
9.15 **Ron Usterka** – film anim., FILM Kan./USA/Wlk. Bryt. 2021
11.40 **Osobliwy dom pani** FILM **Peregrine** – film fantasy, Wlk. Bryt./Belgia/USA 2016
14.20 **Super Tata** – komedia, USA FILM 1999, wyk. Adam Sandler
16.05 **Venom** – film s.f., Chiny/ FILM USA 2018, wyk. Tom Hardy
18.30 **Pojutrze** – dramat FILM katastroficzny, USA 2004
21.00 **Bad Boys 2** – komedia FILM sensacyjna, USA 2003
0.00 **Raj dla par** – komedia FILM romantyczna, USA 2009
2.25 **Ślad** (11) – serial kryminalny
3.25 **Gliniarze** (337, 338) – serial paradokumentalny, Pol.
5.25 **Na ratunek 112** (825)

HBO

9.10 **Królewski świąteczny balet** FILM – komedia romantyczna, USA 2024
10.35 **W ogniu pasji** – dramat FILM obyczajowy, USA 2025
12.25 **Green Book** – dramat FILM obyczajowy, USA 2018
14.30 **Policja zastępcza** – kome-FILM dia sensacyjna, USA 2010
16.15 **Twórca** – thriller FILM s.f., USA 2023
18.25 **Anakonda** – komedia FILM przygodowa, USA 2025
20.00 **Panna młoda!** FILM – horror, USA 2026
22.20 **I.S.S.** – thriller s.f., USA FILM 2023, wyk. Ariana DeBose
0.05 **Zabójcza rywalizacja** FILM – thriller, USA 2025
1.30 **Piekielne wakacje** – dok.
3.00 **Euforia 3** (8) – serial obycz.

WARNER TV

10.10 **Randka z billboardu** FILM – film familijny, USA 1998
12.05 **Głupi i głupszy 2: Kiedy Harry poznał Lloyda** FILM – komedia, USA 2003
13.45 **Godziny szczytu 2** FILM – komedia sens., USA 2001
15.30 **Akademia policyjna 3: Powrót do szkoły** FILM – komedia, USA 1986
17.10 **Superman 2** – przyg., Wlk. FILM Bryt./USA/Kanada 1980
19.35 **Superman 3** – film przyg., FILM Wlk. Bryt./USA 1983
22.00 **Yellowstone** (7, 8) – obycz.
23.50 **13. dzielnica** – film FILM sensacyjny, Francja 2004
1.25 **Wzgórze Rozdartych** FILM **Serc** – dramat sensacyjny, USA 1986
3.55 **Wrogie niebo 4** (6, 7) – s.f.

ALE KINO+

9.20 **Pies przed sądem** – kom. FILM obycz., Szwajcaria/Fr. 2024
11.10 **Przyrzeczenie** – dramat FILM hist., USA/Hiszpania 2016
13.45 **Sprawa nierozwiązana** (6-10) – serial krym., Kanada
16.00 **Storm** – dramat FILM psycholog., Norwegia 2022
17.50 **Czwarta władza** FILM – dramat polityczny, USA/Wielka Brytania 2017
20.10 **Grantchester 10** (7, 8)
22.15 **Gangster** – dramat FILM kryminalny, USA 2012
0.35 **Rozgrywka życia** FILM – komediodramat, USA 2023
2.40 **Klangor** (6) – serial krym.
3.35 **Polana pośród brzeziny** FILM – dramat obyczajowy, Fr./Pol./Niem. 2003
5.05 **Kot** – film krótkometr., Pol.

CANAL+ FILM

13.30 **Saga „Zmierzch": Przed świtem. Część 2** FILM – film fantasy, USA 2012, wyk. Kristen Stewart
15.20 **Czarna woda** – film krótkometraż., Pol. 2023
15.40 **Azyl** – dramat biograf., FILM Czechy/Wlk. Bryt./USA 2017
17.40 **Kaskader** – komedia FILM sensacyjna, USA 2024
19.45 **Łapu capu** – rozr., Pol. 2026
20.00 **Riff Raff. Zabójcza rodzina** FILM – komedia kryminalna, USA/Wielka Brytania 2024
21.40 **Guns Up. Nie zadzieraj z rodziną** FILM – komedia, USA 2025, wyk. Kevin James
23.10 **Droga do Vermiglio** – dra-FILM mat hist., Wł./Fr./Bel. 2024
1.05 **Pani od polskiego** FILM – dram. obycz., Polska 2025

SCI FI

6.00 **Medium 7** (12, 13) – krym.
7.55 **Bibliotekarze** (1, 2) – serial przygodowy, USA 2014
9.45 **Grimm 4** (6-9) – fantasy
13.30 **Ministerstwo Czasu 3** (12, 13) – serial przyg., Hiszp.
16.30 **A.X.L** – film przygodowy, FILM USA 2018, wyk. Alex Neustaedter, Becky G.
18.30 **Chappie** – film s.f., FILM USA/Meksyk 2015, wyk. Sharlto Copley, Dev Patel
21.00 **Nowy początek** – film FILM s.f., USA 2016, wyk. Amy Adams, Jeremy Renner
23.25 **Atak na dzielnicę** FILM – komedia s.f., USA/Wielka Brytania/Francja 2011
1.20 **The Ark** (6-9) – serial s.f.

PARAMOUNT NETWORK

11.10 **Kroniki Spiderwick** FILM – film fantasy, USA 2008
13.10 **Gnijąca panna młoda** FILM – film anim. dla dorosłych, Wlk. Bryt./USA 2005
15.00 **Zostańmy przyjaciółmi** FILM – komedia romantyczna, Niemcy/USA/Kanada 2005
16.55 **Mission: Impossible** FILM **– Fallout** – film sensacyjny, USA/Chiny/Francja 2018
20.00 **Włoska robota** – sens., FILM USA/Francja/Wlk. Bryt. 2003
22.30 **Straszny film 2** – horror FILM komediowy, USA 2001
23.55 **Straszny film 3** – horror FILM komediowy, USA 2003
1.35 **Za cenę życia** – dramat FILM sensacyjny, USA 2006

FX

5.00 **Grey's Anatomy: Chirurdzy** (12) – obycz.
5.55 **9-1-1** (12) – serial obycz.
6.55 **FBI** (18-20) – serial krym.
9.40 **CSI: Kryminalne zagadki Miami** (3, 4) – serial krym.
11.30 **CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku** (7-9)
14.15 **Agenci NCIS** (6, 7) – sens.
16.05 **Z archiwum X** (19, 20) – s.f.
18.00 **Armageddon** – film s.f., FILM USA 1998, wyk. Bruce Willis
21.10 **Strażnik** – film FILM sensacyjny, USA 2006
23.25 **Uprowadzona** – film FILM sensacyjny, Francja 2008
1.15 **Uprowadzona 2** – sens.
3.00 **Zabójcze umysły 13** (18)
4.00 **Tropiciel** (15) – serial krym.

KINO TV

9.15 **Czterej pancerni i pies** (7, 8) – wojenny, Pol. 1966
11.30 **Max** – film przygodowy, FILM USA 2015
13.40 **E.T.** – film s.f., USA 1982, FILM wyk. Drew Barrymore
15.55 **Junior** – komedia, FILM USA 1994
18.15 **Ści(a)gany** – komedia FILM sens., Niemcy/USA 1998
20.00 **Igrzyska śmierci: Kosogłos. Część 2** – dram. FILM s.f., USA/Niemcy 2015
22.55 **Jeden gniewny człowiek** – thriller, USA/ FILM Wielka Brytania 2021
1.20 **Gangi Nowego Jorku** FILM – dramat sensacyjny, USA/Niemcy/Włochy 2002

CANAL+ SERIALE

9.50 **Naruto** (25, 26, 1) – anime
11.10 **Wszystkie kolory świata 5** (1) – serial dokum.
12.10 **Mały Grand Hotel** (2)
12.30 **Dzikie oblicze Japonii** (1, 2) – serial dok., Jap. 2025
14.30 **Naruto** (2-4) – serial anime
16.05 **Planeta Singli. Osiem historii** (6) – serial kom.
17.00 **To jest żużel** (13, 14) – dok.
18.15 **The Office PL 3** (7-9)
20.00 **Pieniądze i krew** (3, 4) – serial kryminalny, Fr./Bel.
22.00 **Rodziny takie jak nasza** (5, 6) – serial obyczajowy
23.50 **Algorytm miłości** (6-10)
2.50 **Hollywood Buzz** – mag.
3.25 **Kryptonim Polska** (1-3)
5.45 **Mały Grand Hotel** (7)

CANAL+ 360

14.20 **Wolne duchy. Starcie z żywiołami** (4) – dok.
15.00 **Hot Roads – Najniebezpieczniejsze drogi świata 3** (6) – serial dokum.
16.05 **Zabójcze drogi** (3) – dok.
17.00 **Droga do Arktyki: Kanadyjskie szlaki lodowe** – film dok., Niem.
18.00 **Klopp: transfer stulecia** (1) – film dokum., Wlk. Bryt.
19.00 **Co poszło nie tak 2** (3)
20.00 **Porzucone konstrukcje** (1) – serial dokum., Wlk. Bryt.
21.00 **W trasie z Normanem Reedusem 3** (2) – dok.
22.00 **Prawo ojca** – dramat FILM sensacyjny, Polska 1999
0.00 **Furioza** (2) – serial sens.

PREMIERA – pierwszy raz w telewizji O – tylko dla dorosłych

TLC

11.00 Ja czy jadłospis?
12.00 Wiza na miłość: znowu do wzięcia 5 (11)
13.00 Premiera: **Wiza na miłość: znowu do wzięcia. Między sporami** (11)
14.00 Włoskie zdrady (9, 10)
15.00 Wiza na miłość: David i Annie 2 (3, 4)
16.00 Rodzina Chantel 3 – reality show, USA 2021
18.00 Wiza na miłość: ostatnia szansa – reality show, USA 2023
20.00 Wiza na miłość: Wielka Brytania 3 – reality show



21.00 Premiera: **Wiza na miłość 12** (2)
23.00 Transplantacja: drugie życie
0.00 Dr Pryszczylla 4
1.00 Wiza na miłość: Wielka Brytania 3 – reality show
2.00 Wiza na miłość 12 (2)
4.00 Salon sukien ślubnych Goka: Wielka Brytania

POLSAT CAFÉ

6.00 Przyjaciółki (53, 54) – serial obycz., Pol. 2015
8.00 Bogaty dom – biedny dom (123) – reality show
9.00 Rolniczki (3, 4) – dok.
11.00 Najpiękniejsze domy na wsi (2) – serial dok.
12.00 Darek Stolarz – remont w 3 dni (3) – pr. rozr., Pol.
13.00 Bogaty dom – biedny dom (124) – reality show
14.00 Nasz nowy dom (330)
15.05 Demakijaż (225, 203)
16.00 Kolacja w ciemno (2)
17.00 Randka w ciemno (9)
18.00 Nasz nowy dom (332, 333) – reality show



20.00 Bogate dzieciaki bez kasy (29) – reality show
21.00 Gry małżeńskie (205)
22.00 Kolacja w ciemno (95)
23.00 Gry małżeńskie (197)
0.00 Love Island. Wyspa miłości (12, 13)
2.00 Gry małżeńskie (198, 199) – reality show
4.00 Zdrady (78, 79)

TVN STYLE

5.15 Czas na zmianę (3)
5.45 Rajska posiadłość Pameli Anderson (1)
6.50 Zgłoś remont 11 (10-ost.) – pr. rozr., Polska
7.45 Dzień Dobry TVN – mag.
11.30 Ostre cięcie 11 (6) – rozr.
12.30 Babski biznes (6) – rozr.
13.30 Jestem z Polski 16 (38, 39) – serial dokum.
15.35 Jestem z Polski 15 (9)
16.35 Do zobaczenia (3)
17.10 Bitwa o gości (12-ost.) – reality show, Pol. 2026
18.10 Ugotowani (4)
19.10 Kuchenne rewolucje (5, 6) – pr. rozr., Pol. 2024



21.05 Ostre cięcie 11 (6) – rozr.
22.05 Taylor Swift kontra Scooter Braun (2-ost.) – film dokum., Wlk. Bryt.
23.15 EuroPOLKI studentki (5) – pr. rozr., Polska 2023
0.15 Cały jej świat (4) – eduk.
1.15 Nieoczywiste miejsca (1, 2) – serial dokum., Pol.
2.10 Apetyt na miłość (2)

DISCOVERY CHANNEL

9.00 Złomowisko PL 12 (10, 11)
11.00 Kamperem przez świat (1)
12.00 Lotnisko (8)
13.00 Ed Stafford: inicjacja: Mongolia Wewnętrzna
14.00 Gorączka złota 16
15.00 Premiera: **Vantara – azyl dla zwierząt**
16.00 Specjalistki (1)
17.00 Nic do ukrycia (4)
18.00 Celnicy na straży Szwecji 4 (2)
19.00 Brudne skarby 2 (8)
20.00 Akta ekspedycji 2: Zniknięcie



21.00 Gorączka złota 16
22.00 Teorie spiskowe pod lupą
23.00 Celnicy na straży Turcji (13)
0.15 Nagł instynkt przetrwania 12
1.15 Jesus, brytyjski król kokainy
2.30 Porty: Hiszpania (4)

TVP HISTORIA

10.45 Wszystkie kolory świata
11.50 Świat w filiżance herbaty (3) – serial dok.
12.50 Kanadyjskie parki narodowe (2)
13.50 Flesz historii (763)
14.15 Bitwa o Anzio – dramat
FILM wojenny, USA/Wł. 1968
16.15 Juliusz Cezar, narodziny dyktatury (2)
17.15 Ex Libris – magazyn
17.40 Blisko, coraz bliżej (1) – serial obycz., Pol. 1982
19.10 Zapomniane agentki II wojny światowej (4)
20.10 Kroniki Hitlera (13)



21.10 Kaznodzieja
FILM z karabinem – dramat biograficzny, USA 2011, reż. Marc Forster
23.30 2026 rokiem Andrzeja
FILM Wajdy: **Popiół i diament** – dram. społ., Polska 1958
1.15 Ćwiczenia z niepamięci – film dokumentalny, Pol. 2004

FOKUS TV

9.00 Podróże Gienka i Jastrzębia 2 (5, 6) – serial dokum., Pol. 2025
10.00 Podglądacze przyrody 2 (3, 4)
11.00 Z klimatem i z pasją
11.30 Wojny magazynowe (11-15) – reality show, USA
14.00 Premiera: **Gwiazdy lombardu 25** (8)
15.00 Tajemnice wielkich bitew (1, 2) – serial dok.
17.00 Rolnicy. Podlasie (19-22) – serial dok., Pol.
21.00 Podglądacze przyrody 2 (4): Czaple
21.30 Górale (12) – serial dok.



22.00 Sekretny świat amiszów – film dokum.
23.00 Największe śledztwa CBŚP (8): Narkobiznes – serial dokumentalny
0.00 Pogromcy mafii (8) – serial dokum., Pol. 2024
1.00 Rolnicy. Podlasie (33-36) – serial dok., Pol.
5.00 Kołowrotek (6, 7) – mag.

METRO

6.15 Gorączka złota 9 – dok.
8.05 Klan z Alaski – serial dokum.
10.05 The Floor – teleturniej, Pol.
11.40 Scooby-Doo – komedia
FILM przygodowa, USA/Australia 2002, wyk. Freddie Prinze Jr.
13.25 Diagnoza (9, 10) – obycz.
15.30 Kryminalni (10-12) – krym.
18.50 Milionerzy – teleturniej, Pol.
20.00 Szogun (4) – serial przyg.
22.00 Ścigany – dramat
FILM sensacyjny, USA 1993
0.30 Zbrodnie z pierwszych stron gazet 6 – serial dok.
1.35 Szpital (730) – paradok., Pol.
2.35 Szkoła (821, 822) – serial paradokumentalny, Polska
4.35 Nowa Maja w ogrodzie 3 – magazyn ogrodniczy

ZOOM

8.00 Jakubiak rozgryza Chorwację – magazyn kulin.
9.35 Wojciech Cejrowski – boso przez świat
11.35 Sensacje XX wieku – hist.
13.55 Stawka większa niż życie (3, 4) – serial wojenny, Polska
17.00 Gang Olsena na torach
FILM – komedia sens., Dania 1975
19.15 Kabaretowe przeboje
20.15 I love kabaret EXTRA
21.00 Kabaretowe przeboje 3
22.00 Hity polskiego kabaretu 7
23.00 Eksperyment: Odsiadka
0.20 Adam szuka Ewy. Niemcy 3 – pr. rozr., Niemcy
1.25 Magia nagości. Finlandia 3
2.00 Kabaretowe przeboje 2
5.20 I love kabaret EXTRA

FOOD NETWORK

9.55 Dieta czy cud? – mag.
11.25 Wiem, co jem i wiem, co kupuję – mag. poradnikowy
12.10 Wiem, co jem 4 – mag.
12.40 Dziecięce mistrzostwa wypieków – telet. kulin.
13.40 Kuchenne rewolucje – rozr.
15.45 Kuchnia jak u mamy – mag.
16.55 Symon gotuje w ogrodzie 2 – mag. kulin.
18.05 MasterChef – pr. rozrywk.
19.35 Dziwaczne potrawy – dok.
20.30 Pojedynek na grille
21.35 Wiosenny turniej wypieków – reality show
22.40 Apetyt na miłość – pr. rozr.
23.40 Perfekcyjni gospodarze 9
1.40 Słodki świat Renata – mag.
3.45 Miłość od kuchni – pr. rozr.

DISCOVERY SCIENCE

6.00 Tajemnice lądowania na Księżycu
8.00 Zoom na architekturę
10.00 Jak to jest zrobione?
12.00 Zwykłe rzeczy – niezwykłe wynalazki
14.00 Inżynieria ekstremalna
15.00 Pogromca mitów w akcji
16.00 Misja SpaceX – powrót z kosmosu – film dokum.
18.00 Jak to jest zrobione?
20.00 Wyprawa w nieznane 10
21.00 Wyprawa w nieznane 9
22.00 Pojedynki wizjonerów
0.00 Tajemnice lądowania na Księżycu
2.00 Autostrada spotkań z UFO
4.00 Zwykłe rzeczy – niezwykłe wynalazki

NATIONAL GEOGRAPHIC

10.00 W pułapce żywiołów
11.00 Porzucone konstrukcje
12.00 Tucci we Włoszech
14.00 Kosmiczne horyzonty
15.00 Zaginione skarby Biblii: Tajemnice wiary
16.00 Egipt: Miejsce pełne tajemnic: Metropolia faraona
17.00 Zakazana historia
19.00 Wojna widziana z powietrza: Operacja berlińska – serial dokum.
20.00 Makro inżynieria
21.05 Największe katastrofy budowlane 3
22.05 CIA: Tajemnice i szpiedzy
23.00 Kosmiczne horyzonty
0.00 Katastrofa w przestworzach

BBC EARTH

7.50 W okowach mrozu – dok.
9.50 Dynastie – serial dokum.
11.00 Wielkie koty 24/7 2 – dok.
12.15 W okowach mrozu – dok.
13.15 Amerykańskie Południe
14.15 Nowozelandzka wyprawa Jimmy'ego Doherty'ego
15.20 Fenomeny współczesnego życia 3 – serial dokum.
16.25 Układ Słoneczny – dok.
17.40 W okowach mrozu – dok.
18.40 Dynastie – serial dokum.
19.50 Rodzina pingwinów – dok.
21.00 Wielkie koty 24/7 2 – dok.
22.15 W okowach mrozu – dok.
23.15 Przyszłość natury – dok.
0.25 Układ Słoneczny – dok.
1.40 Zdrowa zmiana – serial dok.
2.50 W okowach mrozu – dok.

WP

10.57 Pogoda
11.00 Agenci wpływu: tajna broń Kremla – film dokum.
13.15 Pokochaj lub sprzedaj Quebec 4 – reality show, Kan.
14.10 Pokochaj lub sprzedaj Vancouver 3 – serial dokum.
15.10 Strażacy z sąsiedztwa 2
16.10 Policjanci w akcji (2)
17.05 Pogoda
17.10 Policjanci z sąsiedztwa
18.10 Policjanci z sąsiedztwa 7
22.00 Pogoda
22.05 Kabaret na żądanie – rozr.
23.00 Mistrzowie Kabaretu 3
0.00 Mistrzowie Kabaretu 12
0.55 Mistrzowie Kabaretu 8
1.55 Mistrzowie Kabaretu 5

NOWA TV

8.20 Frieren. U kresu drogi (19, 20) – serial anime, Japonia
9.30 Dragon Ball Z Kai 2 (64-69)
12.30 Dragon Ball Super (1)
13.00 One Punch Man (5, 6)
14.00 Kabaret na żywo – Klinika Skeczów Męczących
16.00 Nowa Rewia Kabaretowa
18.00 Kabaret na żywo. Przystanek Radość – rozr.
20.00 Nowa Rewia Kabaretowa – pr. rozrywk., Pol. 2016
21.00 Zdrady (60-63) – paradok.
1.00 Łowca pedofilów – dok.
3.00 TV okazje
3.50 Wehikuł czasu
4.00 Sala operacyjna
5.00 Pod lupą – magazyn

HGTV HOME & GARDEN

11.05 Polowanie na ogród 7
12.05 Polowanie na ogród 2
12.40 Ogród Marthy Stewart
13.40 Design w australijskim stylu – program rozrywkowy
14.40 Zgłoś remont 11 – pr. rozr.
15.35 Będzie pięknie – pr. rozr.
16.35 Weekendowa metamorfoza 3 – pr. rozr.
17.35 Weekendowa metamorfoza 4 – pr. rozr.
19.25 House Hunters – Poszukiwacze domów 10 – pr. rozrywk.
21.10 House Hunters – Poszukiwacze domów
21.45 Dorota inspiruje 3
22.40 Dorota inspiruje

TRAVEL CHANNEL

6.00 Z wędką na koniec świata – serial dokumentalny
8.05 Smakuj świat z Pascalem
10.15 Afryka Express
11.50 Sukces nie zna granic – serial dokumentalny
12.55 Patent na podróż – pr. rozr.
14.00 Człowiek kontra jedzenie
16.00 Kobieta na krańcu świata – serial dokumentalny
18.15 Ciężarówką przez Stany – program rozrywkowy
21.15 Święte miejsca – serial dok.
23.20 Pomocy! W moim domu straszy (9, 10) – serial grozy
1.20 W co wierzą Osbournowie – reality show
5.25 Za Donalem... do Europy

NATIONAL GEOGRAPHIC WILD

12.00 Sekrety zoo: Tampa
14.00 Zjednoczone Stany Zwierzęce: Wielka uczta
14.30 Dzikie oblicza Ameryki
15.00 Raje na Ziemi
16.00 Dzikie miejsca Europy
17.00 Królestwo białego wilka (2) – film dokumentalny, USA
18.00 Oko w oko z dziką naturą
19.00 Przedziwna planeta Ziemia: Przetrwanie – dok.
20.00 Europa z powietrza: Turcja
21.00 Wrogi świat: Prerie i sawanny – serial dokum.
22.00 Dzikie oblicza Ameryki
22.30 Wyzwania natury
23.00 Dzika Afryka Południowa
0.00 Zabójcze safari

POLSAT VIASAT HISTORY

8.35 Życie prywatne przywódców Rzeszy
9.35 Adolf Hitler: Zrozumieć dyktatora
10.45 Najgroźniejsi ludzie Hitlera
12.40 Wojny faraonów
17.35 Grobowce egipskich kapłanek – dok., Wlk. Bryt.
18.45 Naziści: korzenie zła
21.00 Wiolonczelistka z Auschwitz – film dokum.
22.55 Informator z Oświęcimia
0.10 Kryminologia starożytności: Czyngis-chan
1.10 Wojny faraonów
2.10 W poszukiwaniu zaginionych wikingów

CANAL+ KUCHNIA

12.50 Hiszpańskim szlakiem z Gonzalo
13.50 Planeta słodyczy – dok.
14.50 Ziemia, ogień i smak – dok.
15.40 Jamie Oliver nad Morzem Śródziemnym – serial dok.
16.40 Sekrety gigantów fast foodu – serial dokumentalny
17.35 Dzień dobry, obiad 2
18.25 Jakubiak rozgryza...
19.45 Zgrillowani 2 – mag. kulin.
20.35 M jak mięso 10 – mag. kulin.
21.25 Nie tylko kimchi – mag.
21.50 Podróż przez smaki Chin
23.50 Anthony Bourdain – miejsca nieznane 7

CANAL+ DOMO HD

12.25 Ucieczka na wieś 24 – dok.
14.20 Wielkie projekty: Szwecja 5 – serial dokum.
15.15 Luksusowa ucieczka 6
16.10 W mieście czy na wsi?
17.05 Wiejskie domy do liftingu 3 – serial dokum.
17.55 Tomasz Pągowski. Remont u Ciebie 7 – mag.
18.25 Daleko od miasta 13 – dok.
19.00 Ucieczka na wieś 22 – dok.
21.00 Pomocy! Kupiliśmy wioskę – serial dokum.
22.50 Cudotwórcy 7 – mag.
0.35 Kupiliśmy sobie zamek 9
1.35 Remont w 48h 10 – mag.

SUPER POLSAT

13.05 Jak łyse konie – komedia
FILM sensacyjna, Chiny 2023
15.45 Dick i Jane: Niezły ubaw
FILM – komedia, USA 2005
17.35 Polacy w świecie: Berlin – serial dokumentalny
18.05 Świat według Kiepskich (83, 59) – serial kom., Polska
19.00 Randka w ciemno – pr. rozr.
21.00 Ostrożnie z dziewczynami
FILM – komedia romant., USA 2002
22.50 Aniołki Charliego:
FILM Zawrotna szybkość – film sensacyjny, USA 2003
1.00 Backdoor. Wyjście awaryjne (6) – serial kom.

TVP KOBIETA

12.00 Okrasa łamie przepisy
12.30 Kwiaty na warsztat 2
13.00 62. KFPP w Opolu – Trzy ćwiartki Jacka Cygana – urodziny
14.00 Rodzinka.pl (126, 127)
15.00 Podróże Małej i Dużej 6
15.30 Ojciec Mateusz 29 (377, 378) – serial kryminalny
17.25 Latające rzeki Amazonii
18.30 Daję słowo – Maciej Orłoś
19.30 Miłość i nadzieja (260)
20.30 Wichrowe wzgórze (241)
21.30 Na przekór losowi (4)
22.35 Skarbiec – dramat
FILM kryminalny, USA 2016

PLANETE+

12.30 Portugalia na dziko – dok.
13.35 Supermoce roślin – dok.
14.40 Ocalić raj: Iguazu – dok.
15.50 Byblos. Wielki port Fenicjan – film dokum.
17.00 Najdziksze ostępy Europy
18.00 Ogień. Azjatycka tradycja
18.40 Polska z góry. Zamki, dworki, pałace 5
19.45 Świat zawarty w obrazie
20.50 Berlin 1936. Olimpiada pod znakiem swastyki
22.00 Jak wygrać z Ku Klux Klanem – serial dokum.
22.55 Ślady Zagłady: Auschwitz
0.00 Morderca i jego pisarz

TVP DOKUMENT

13.55 Zagadkowe ważki – dok.
14.55 Skrzydła i sieci. Niezwykły taniec w powietrzu (3) – film dok.
15.55 Tajemnicza mumia z Tollund – film dokum., Fr.
17.00 Magiczny Adriatyk
18.00 Sadeck – gwiazda choreografii, choreograf gwiazd – film dokumentalny
19.05 Przewodnicy wysokogórscy z Chamonix – 200 lat historii – film dokumentalny
20.10 Lynch z krainy Oz – dok.
22.10 Tajniki piwa – dok., Australia

▶ – godzina zakończenia programu O – tylko dla dorosłych

TVP SPORT

6.30 **Hokej:** NHL – mecz 3. rundy fazy play-off
7.05 **NBA Action** – mag.
7.30 **Piłka nożna:** LM UEFA – finał: Paris Saint-Germain – Arsenal FC
9.45 **Futbol totalny**
11.00 **Wioślarstwo:** Zawody PŚ w Sewilli – finały **(live)**
13.15 **Lekkoatletyka:** Mityng Gwiazd na Rynku Kościuszki – Białystok 2026 **(live)**
16.00 **Mundial 2026 – Legendy miejskie**
16.30 **Piłka nożna** – studio **(live)**



17.20 **Piłka nożna** – mecz towarzyski: Polska – Ukraina **(live)**
20.15 **Piłka nożna:** Betclic 1. Liga – barażowy mecz finałowy **(live)**
23.30 **Lekkoatletyka:** World Athletics Continental Tour – Drezno 2026
1.30 **NBA Action** – mag.

EUROSPORT 1

9.30 **Kolarstwo kobiet:** Giro d'Italia – 1. etap
10.30 **Tenis:** Turniej French Open w Paryżu – mecz 3. rundy gry pojedynczej
11.00 **Tenis:** Turniej French Open w Paryżu – mecz 4. rundy **(live)**
14.00 **Tenis:** Turniej French Open w Paryżu – mecz 4. rundy **(live)**
16.00 **Tenis:** Turniej French Open w Paryżu – mecz 4. rundy **(live)**
18.00 **Tenis:** Turniej French Open w Paryżu – mecz 4. rundy **(live)**



20.00 **Tenis:** Turniej French Open w Paryżu – mecz 4. rundy **(live)**
23.30 **Kolarstwo:** Giro d'Italia – 21. etap: Rzym – Rzym
0.00 **Tenis:** Turniej French Open w Paryżu – mecz 4. rundy gry pojedynczej
1.30 **Kolarstwo:** Giro d'Italia – 21. etap: Rzym – Rzym

POLSAT SPORT 1

6.00 **Hokej:** Mistrzostwa świata – Szwajcaria 2026 – mecz półfinałowy
8.30 **Hokej:** MŚ– Szwajcaria 2026 – mecz półfinałowy
11.00 **Cafe Futbol**
12.30 **Piłka ręczna mężczyzn:** ORLEN Superliga – 2. mecz finałowy: Industria Kielce – ORLEN Wisła Płock **(live)**
15.25 **Hokej:** Mistrzostwa świata – Szwajcaria 2026 – mecz o 3. miejsce **(live)**
W dwóch ostatnich edycjach czempionatu na najniższym stopniu podium stawała Szwecja.



20.15 **Hokej:** Mistrzostwa świata – Szwajcaria 2026 – mecz finałowy **(live)**
23.00 **Piłka ręczna mężczyzn:** ORLEN Superliga – 2. finał: Industria – Wisła Płock
1.00 **Hokej:** MŚ – Szwajcaria 2026 – mecz o 3. miejsce
3.30 **Hokej:** MŚ – Szwajcaria 2026 – finał

TVP ABC

10.20 **Przygody Bolka i Lolka**
11.05 **Małe i duże przygody Miffy**
11.35 **Stacyjkowo**
11.55 **Strażak Sam 6**
12.25 **Domisie**
13.00 **Zwierzaki Czytaki**
13.20 **Pszczółka Maja**
13.50 **Lupin wśród bajek**
14.05 **Nawet nie wiesz, jak bardzo Cię kocham**
14.45 **Yakari**
15.10 **Ugotuj nam bajkę**
15.35 **Mała Marinette**
16.05 **Krecio**



16.35 **Tygrysek Percy i jego opowieści**
17.05 **Dino Ranczo**
17.30 **Piotruś Królik 2**
18.00 **Nowe przygody Piotrusia Pana**
18.25 **Leo da Vinci**
19.00 **44 Koty**
19.25 **Ernest i Celestyna**
19.55 **Kocie kalamburki**

MINIMINI+

8.56 **Marta mówi**
9.22 **Cloudy & Stormy**
9.43 **Mush-Mush i Grzybaszki**
10.10 **Baczne oczka**
10.30 **Jeżyk Happy**
10.51 **Basia 2**
11.20 **Marta mówi**
11.50 **Mały Charlie**
12.20 **Smerfy**
12.55 **Baranek Shaun**
13.21 **Kicia Kocia 2**
13.37 **Robotkowo**
14.00 **Bing**
14.20 **Strażak Sam 16**
14.45 **Looloo Kids**
15.01 **Gazu, pieski, gazu!**



15.28 **Kicia Kocia**
15.45 **Jeżyk Happy**
16.02 **Marta mówi**
16.30 **Mega Ekspres**
16.56 **Ciekawski George 5**
17.55 **Dora and Friends: Into the City!**
21.31 **Edzio i Lusia**
22.14 **Barbie: Dreamhouse Adventures 2**

TVN 24

7.30 **Serwis informacyjny, Prognoza pogody**
9.30 **Serwis informacyjny, Prognoza pogody**
10.45 **Kawa na ławę** – mag.
11.55 **Loża prasowa** – pr. publ.
12.50 **Ewa Ewart poleca: Dokument w TVN 24**
14.00 **Serwis informacyjny, Prognoza pogody**
15.45 **Kadr na Kino** – mag.
16.00 **Fakty po południu**
18.00 **Serwis informacyjny, Prognoza pogody**
18.35 **Ranking Mazura**
19.10 **Serwis informacyjny**
19.25 **Fakty po Faktach**



20.00 **W kuluarach**
21.30 **Serwis informacyjny, Prognoza pogody**
22.00 **Szkło kontaktowe**
23.00 **Dzień po dniu**
23.43 **Kroniki sportowe**
0.00 **Fakty po Faktach**
0.50 **Kawa na ławę** – mag.
2.00 **Nowa Maja w ogrodzie**
2.30 **Szkło kontaktowe**

CANAL+ SPORT

9.30 **Champions Club**
11.10 **Premier League Stories**
11.45 **Premier League: The Big Interview** (42)
12.20 **Ligomistrzowe historie** (3)
13.20 **Premier League Review**
14.30 **Boks:** Gala w El Paso – waga lekka: S. Han – H. Holm
16.45 **Żużel:** PGE Ekstraliga – mecz: KS Toruń – Stal Gorzów **(live)**
19.15 **Żużel:** PGE Ekstraliga – mecz: Falubaz – Unia Leszno **(live)**
21.30 **Magazyn PGE Ekstraliga**
23.05 **Boks:** Gala w El Paso – waga lekka: S. Han – H. Holm
0.15 **Sporty walki:** ONE Friday Fights 156
1.25 **Premier League: The Big Interview** (42)

EUROSPORT 2

8.30 **Wspinaczka:** Zawody World Series w Madrycie
10.30 **Kolarstwo:** Giro d'Italia – 20. etap
11.00 **Tenis:** Turniej French Open w Paryżu – mecz 4. rundy gry pojedynczej **(live)**
13.00 **Tenis:** Turniej French Open w Paryżu – 4. runda **(live)**
16.00 **Kolarstwo:** Giro d'Italia – 21. etap: Rzym – Rzym **(live)**
19.30 **Tenis:** Turniej French Open w Paryżu – 4. runda **(live)**
21.00 **Golf:** Charles Schwab Challenge – finał **(live)**
0.00 **Kolarstwo:** Giro d'Italia – 21. etap: Rzym – Rzym
1.30 **Tenis:** Turniej French Open w Paryżu – mecz 4. rundy

POLSAT SPORT 2

10.30 **Atleci**
11.00 **Piłka nożna z archiwum**
12.00 **Tenis stołowy:** LOTTO Superliga – finał **(live)**
14.50 **Piłka nożna:** Szwajcaria – Jordania **(live)**
17.25 **Koszykówka mężczyzn:** ORLEN Basket Liga – półfinał fazy play-off **(live)**
20.00 **Lekkoatletyka:** Diamentowa Liga w Rabacie **(live)**
22.30 **Sporty walki:** UFC Fight Night – walka: S. Yadong – D. Figueiredo 30.05.2026
1.00 **Sporty walki:** FEN 52 w Ostrowie Wielkopolskim: Marcin Łazarz – Bartosz Szewczyk 17.02.2024

NICKELODEON

8.35 **SpongeBob Kanciastoporty 11**
9.55 **Marsupilimaki**
10.55 **Harmidom 4**
12.20 **Grzmotomocni: Tajniacy 2**
12.45 **Grzmotomocni: Tajniacy**
13.15 **Niebezpieczny Henryk 2**
14.15 **That Girl Lay Lay**
15.10 **Harmidom 8**
15.40 **Harmidom 9**
16.00 **Patryk Rozgwiazda Show 3**
16.30 **Patryk Rozgwiazda Show**
16.45 **Marsupilimaki**
17.25 **SpongeBob Kanciastoporty 15**
17.45 **SpongeBob Kanciastoporty 13**
18.15 **Grzmotomocni: Tajniacy**

TELETOON+

8.34 **Dzieciak rządzi: znowu w grze 2**
9.55 **Barbie: Dreamhouse Adventures 2**
11.18 **Siostry 2**
12.44 **Kumple z dżungli na ratunek! 3**
14.05 **Siostry 2**
14.44 **Biuro detektywistyczne Lassego i Mai 2**
15.35 **Harmidom**
17.30 **Kumple z dżungli na ratunek! 3**
18.02 **Charlotte i trzy muszkieterki**
18.18 **Kumple z dżungli na ratunek! 3**
18.50 **Polly Pocket 6**

TVP INFO

15.10 **Młodzież kontra, czyli pod ostrzałem**
16.00 **Dzień w godzinę**
17.00 **Teleexpress**
17.15 **Teleexpress Extra**
17.35 **Panorama**
17.42 **Sprawdzamy**
18.00 **Panorama**
18.20 **Teleplotki**
18.30 **Portfel Kowalskiego**
19.00 **Serwis Info Wieczór**
19.30 **Program informacyjny 19.30**
20.15 **Raport specjalny**
21.00 **Serwis Info Wieczór**
21.15 **Rozmowy (nie)wygodne**
21.45 **Panorama**
22.10 **Oko na świat**
22.30 **Woronicza 17**

CANAL+ SPORT 2

9.05 **Tenis:** Turniej WTA w Charlestonie: J. Pegula – J. Starodubcewa
11.20 **Tenis:** Turniej WTA w Linzu – finał gry pojedynczej: M. Andriejewa – A. Potapowa
14.00 **Tenis:** Turniej WTA w Stuttgarcie: J. Rybakina – K. Muchová
16.30 **Tenis:** Turniej WTA w Madrycie – finał: Mirra Andriejewa – Marta Kostiuk
18.45 **Tenis:** Turniej WTA w Rzymie – finał: C. Gauff – E. Switolina
21.15 **Tenis:** Turniej WTA w Strasburgu – finał
0.00 **Tenis:** Turniej WTA w Brisbane – finał gry pojedynczej: Aryna Sabalenka – Marta Kostiuk

ELEVEN SPORTS 1

10.00 **Piłka nożna:** Liga hiszpańska: Real Madryt – Athletic
12.00 **Piłka nożna:** Liga włoska – mecz: Milan – Cagliari Calcio
14.00 **Formuła 1**
16.00 **Piłka nożna:** Liga włoska: Hellas Werona – AS Roma
18.00 **Piłka nożna:** Liga hiszpańska: Getafe – Osasuna
20.00 **GP Confidential**
20.40 **Formuła 1:** Grand Prix Miami
22.45 **Bundesliga Special** (21)
23.50 **Historyczne momenty Ligue 1**
0.00 **Piłka nożna:** Puchar Niemiec: Bayern – Stuttgart
2.00 **Piłka nożna:** Liga włoska: ACF Fiorentina – Atalanta BC

POLSAT SPORT 3

6.00 **Koszykówka mężczyzn:** ORLEN Basket Liga
8.30 **Piłka nożna z archiwum**
11.00 **Piłka nożna z archiwum**
13.00 **Piłka ręczna mężczyzn:** ORLEN Superliga
14.40 **Futbol amerykański:** American Football League Europe: Panthers Wrocław – Vienna Vikings **(live)**
18.00 **Piłka nożna z archiwum**
20.35 **Piłka nożna** – mecz towarzyski: Niemcy – Finlandia **(live)**
23.00 **Hokej:** Mistrzostwa świata – Szwajcaria 2026
2.00 **Sporty walki:** Gala Babilon MMA 54 w Grudziądzu

NICK JR.

8.20 **Pan Krokodyl**
8.45 **Barbapapa i jego rodzinka**
9.40 **Tim Rex wśród gwiazd**
10.10 **Przygody Misia Paddingtona**
11.00 **Małe Królestwo Bena i Holly**
11.30 **Dora**
11.55 **Rubble i jego ekipa**
12.45 **Psi Patrol 11**
13.40 **Barbapapa i jego rodzinka**
14.30 **Barbapapa – szczęśliwa rodzinka**
14.45 **Zwierzęce zagadki**
15.15 **Rogata ekipa 4**
16.00 **Małe Królestwo Bena i Holly**
16.25 **Psi Patrol 5**

DISNEY JUNIOR

8.00 **Spidey i superkumple**
8.30 **Klub Myszki Miki Plus**
9.00 **Klub przyjaciół Myszki Miki**
10.00 **Blue**
11.00 **Superkoty 2**
12.00 **Spidey i superkumple 3**
12.30 **Iron Man i super ekipa**
13.00 **RoboGobo**
13.30 **Klub Myszki Miki Plus**
14.00 **Ariel: Mała Syrenka 2**
14.30 **Superkoty 2**
15.00 **Iron Man i super ekipa**
15.30 **Spidey i superkumple**
16.00 **Blue 3**
18.00 **Jej Wysokość Zosia 2**
18.30 **Jej Wysokość Zosia**
19.00 **Klub Myszki Miki Plus**

POLSAT NEWS

11.00 **Polityczny WF z gościem**
12.00 **W rytmie dnia**
12.50 **Wydarzenia 12:50**
13.30 **W rytmie dnia**
15.30 **Sport**
15.50 **Wydarzenia 15:50**
16.30 **W rytmie dnia**
17.30 **Z drugiej strony**
18.35 **Debata polityczna**
19.15 **Gość „Wydarzeń"**
19.30 **Państwo w państwie**
21.00 Polsat News ujawnia: **Król patostreamów**
21.50 **Wydarzenia wieczorne**
22.30 **Dzień na świecie**
23.30 **Obraz dnia**
0.00 **Czysta Polska**
0.50 **Wydarzenia wieczorne**

CANAL+ SPORT 5

8.20 **Premier League Stories** (42)
8.55 **Premier League: The Big Interview** (42)
9.30 **Champions Club**
11.10 **Ligomistrzowe historie** (1)
11.50 **Ekstrapaka**
13.00 **Dart:** Elten Safety Shoes Darts Open w Kilonii **(live)**
17.15 **Champions Club**
19.00 **Dart:** Elten Safety Shoes Darts Open w Kilonii **(live)**
23.15 **Magazyn PGE Ekstraliga**
1.00 **Piłka nożna:** PKO BP Ekstraklasa
3.20 **The Big Pete** (2)

ELEVEN SPORTS 2

12.00 **Piłka nożna:** Liga niemiecka: Bayern – FC Köln
14.00 **Piłka nożna:** Liga włoska: Bologna FC – Inter Mediolan
16.00 **Piłka nożna:** Puchar Niemiec: Bayern – Stuttgart
18.00 **Made in Italy** (1, 2, 4, 6)
19.00 **Piłka nożna:** Liga włoska – mecz: Milan – Cagliari Calcio
21.00 **Piłka nożna:** Liga hiszpańska: Real Madryt – Athletic
23.00 **Bundesliga Clubs**
23.20 **Bundesliga Clubs**
23.40 **Bundesliga Clubs**
0.00 **Piłka nożna:** Liga francuska: OGC Nice – AS Saint-Etienne

POLSAT PLAY

9.00 **Kołowrotek**
9.30 **Taaaka ryba**
10.00 **Jedziemy na ryby!**
12.05 **Chłopaki do wzięcia**
13.00 **Zawód glina**
14.00 **Budowlańcy**
15.00 **Złomiarze**
16.00 **Polacy za granicą**
18.05 **Górale**
21.05 **Chłopaki do wzięcia**
22.00 **Drwale i inne opowieści Bieszczadu**
22.30 **Łowca pedofilów**
23.05 **Więzienie**
0.05 **Tajna historia XX wieku**
4.05 **Starożytni kosmici**

TVN TURBO

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

TVS

10.25 **Klachy i Lachy**
10.55 **Weekend z TVS**
11.05 **Muzyczne podróże Karoliny Treli**
12.00 **Weekend z TVS**
12.10 **Hansi Hinterseer zaprasza**
14.20 **Weekend z TVS**
14.30 **Śląska karuzela**
16.00 **Koncert życzeń**
17.50 **Szlagierowa lista**
19.45 **Koncert w TVS**
21.45 Kino TVS: **Rosamunde**
FILM **Pilcher: Argentyńskie tango** – obycz., Niemcy 2016
23.35 **Śląska karuzela**
1.20 **Program kulinarny**

TV TRWAM

17.30 **Sól ziemi**
18.05 **Informacje dnia**
18.15 **Rozmowy niedokończone**
19.30 **Baśniowy teatr lalek**
20.00 **Informacje dnia**
20.20 **Różaniec**
20.50 **Myśląc Ojczyzna**
21.00 **Apel Jasnogórski**
21.20 **Informacje dnia**
21.45 **Stan bezpieczeństwa państwa**
22.00 **Mocni Jego mocą**
22.30 **Muzyczne chwile**
22.45 **Jak wygrać małżeństwo**
23.00 **Jak my to widzimy – z daleka widać lepiej**

DVB T DVB T2 – stacje dostępne w naziemnej telewizji cyfrowej



Nowość w TV

– Uważam, że to, co wydarzyło się podczas pielgrzymki w 1991 roku, miało wymiar prorocki – mówi paulin, o. Michał Legan, kierownik Redakcji Audycji Katolickich TVP.

DEKALOG WEDŁUG JANA PAWŁA II • O. MICHAŁ LEGAN OSPPE

Powrót do źródła

1 czerwca mija 35 lat od rozpoczęcia IV pielgrzymki Jana Pawła II do Polski. Jej motywem przewodnim był Dekalog. Tamte wydarzenia będziemy wspominać w nowym cyklu, autorstwa o. Michała Legana.

DEKALOG WEDŁUG JANA PAWŁA II PO 01.06 godz. 8.05 TVP INFO

W 1991 roku Jan Paweł II po raz pierwszy przyjechał do wolnej Polski. Co chciał nam wtedy powiedzieć?

Myślę, że najbardziej zależało mu na tym, by nie zaślepiło nas doświadczenie odzyskania wolności i żebyśmy nie wyobrażali sobie, że nowa Polska może być zbudowana tylko i wyłącznie na polityce i ekonomii. Pragnął przypomnieć, skąd przyszliśmy, jakie jest nasze źródło. Przestrzegał, że wolność i dostatek, tak przecież ważne dla człowieka i dla całych społeczeństw, jednocześnie są przestrzeniami, w których łatwo może dojść do nadużyć, wręcz do krzywdzenia samego siebie, a więc także i całego społeczeństwa. Papież doskonale wiedział, o czym mówi, widział społeczeństwa pokonane przez wartości, które teoretycznie miały je budować.

W jakim duchu przebiegały spotkania z Polakami?

Większość z wytęsknieniem oczekiwała na spotkanie z Janem Pawłem II. Ludzie się tym ekscytowali i głęboko przeżywali. Niestety, były też silne głosy polityczne, mówiące o tym, że przyjmowanie papieża w Polsce jest kosztowne i niepotrzebne. Ich celem było nie tylko psucie ogólnej atmosfery, ale także relacji pomiędzy Rzeczpospolitą a Stolicą Apostolską, jak również – z powodu nastrojów antyklerykalnych - ewidentne korzyści polityczne niektórych środowisk.

Podczas wizyty w Kielcach poruszony papież mówił: „To jest moja matka, ta Ojczyzna!".

Często przywołujemy te niezwykłe słowa, pełne emocji i żaru. Wynikały one z pragnienia obrony życia, czyli uszanowania piątego przykazania: „Nie zabijaj". Jednocześnie wynikały także z osobistego bólu Ojca Świętego, który przecież śledził polskie media i słyszał ludzi, którzy mówili populistycznie, że jako głowa Kościoła nie ma prawa ingerować w nasze prawodawstwo. Odmawiali mu prawa do wyrażania stanowiska w sprawach polskich, co było niebywałym kuriozum. A przecież on zamierzał jedynie bronić przykazań Bożych i sumień Polaków.

Częścią tej pielgrzymki były także Światowe Dni Młodzieży na Jasnej Górze.

Po raz pierwszy zgromadzenie młodych ludzi w ramach Światowych Dni Młodzieży odbyło się w sanktuarium maryjnym, a jego hasło przewodnie brzmiało: „Otrzymaliście Ducha przybrania za synów". W ten sposób papież chciał powiedzieć do młodych: „Nie jesteście niewolnikami, jesteście synami i możecie wołać do Boga: Abba". Wskazywał też drogę do wolności, która wiedzie przez ołtarz i konfesjonał.

Wtedy usłyszeliśmy też po raz pierwszy pieśń „Abba, Ojcze!", którą napisał o. Jan Góra.

Tak – specjalnie napisana na to wydarzenie. Co ciekawe, na tę mszę świętą z papieżem planowana była uroczysta oprawa filharmoniczna. Ojciec Jan Góra uważał jednak, że warto przygotować oprawę muzyczną, która sprawi, że podczas wspólnego śpiewania młodzi ludzie doświadczą jedności i braterstwa. To przeżycie można odnieść do całej pielgrzymki z 1991 roku. Chociaż jako społeczeństwo odkryliśmy, że jesteśmy indywidualistami i że każdy musi się o siebie zatroszczyć, to jednocześnie zobaczyliśmy, że Kościół daje też doświadczenie wspólnoty i jedności.

Papieską pielgrzymkę będzie Ojciec wspominać w towarzystwie watykanisty Michała Kłosowskiego.

Co ciekawe, Michał urodził się w 1991 roku, jest więc równolatkiem tej pielgrzymki. Bardzo się cieszę, że tacy ludzie jak Michał chcą poznawać tę pielgrzymkę i opowiadać o niej kolejnym pokoleniom.

Rozmawiała MARZENA JURACZKO



Cykl „Okno na Watykan" Michała Kłosowskiego możemy oglądać w programie „Między ziemią a niebem".

FOT. Reporter, TVP (2)



Igo Sym (Lesław Żurek, na zdj. z l.) nie spodziewa się nadchodzącego ataku.

LUDZIE I BOGOWIE

Śmierć zdrajcy!

LUDZIE I BOGOWIE PO 1.06 godz. 22.55 TVP 2

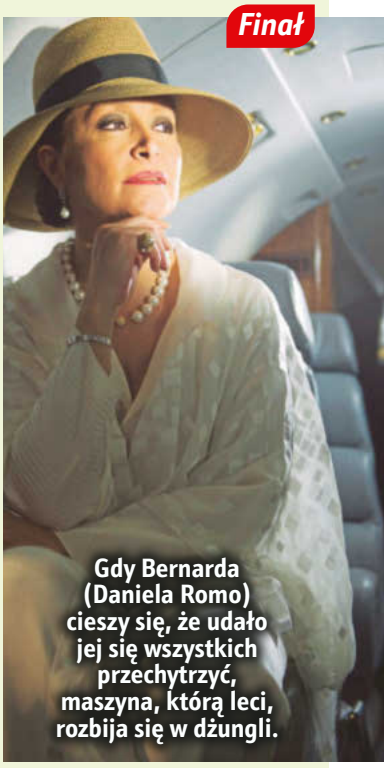
Warszawa, rok 1941. Słynący z odwagi porucznik Leszek Zaręba ps. Onyks (Jacek Knap) i porywczy kapral Tadeusz Korzeniewski ps. Dager (Dawid Dziarkowski) po klęsce kampanii wrześniowej prowadzą w stolicy na pozór normalne życie cywilów. Obaj jednak zostają zaangażowani w działalność Związku Walki Zbrojnej. Pierwszą ich wspólną misją jest likwidacja zdeprawowanego artysty i zdrajcy, Igo Syma, na którego sąd kapturowy wydał wyrok za współpracę z okupantem. Ale czy sumienny i opanowany Onyks oraz porywczy i lekkomyślny Dager będą w stanie stworzyć skuteczny duet w obliczu trwającej wojny oraz prywatnych tragedii? **PM**

TRIUMF MIŁOŚCI

Nie oszukasz losu...

TRIUMF MIŁOŚCI PO 1.06 godz. 10.00 TV PULS

Nadchodzi dzień ślubu Marii i Maksa. Po wzruszającej ceremonii do kościoła wpada nagle Jimena. Kobieta próbuje zabić pannę młodą, ale zostaje powstrzymana przez policję. Zbrodniarka w popłochu szuka schronienia u Guillerma. Wspólnie uciekają samochodem, lecz funkcjonariusze depczą im po piętach. Kochankowie decydują się popełnić samobójstwo i spadają razem z autem z urwiska. A na pokładzie samolotu Bernarda, której udało się wyjść cało z zastawionych na nią pułapek, wznosi toast za swoją przebiegłość. Za wcześnie, ponieważ maszyna ulega awarii i rozbija się w dżungli. Tymczasem szczęśliwi Maria i Maks spędzają romantyczny wieczór i snują plany na przyszłość. **BD**



Finał

Gdy Bernarda (Daniela Romo) cieszy się, że udało jej się wszystkich przechytrzyć, maszyna, którą leci, rozbija się w dżungli.



Teatr Telewizji

W Kanato wszystko jest możliwe...

KANATO

Witajcie w naszej bajce

KANATO, CZYLI WYPRAWA DO KRAINY WIERSZY PO 1.06 godz. 20.30 TVP 1

Z okazji Dnia Dziecka Jedynka pokaże premierowy spektakl inspirowany wierszami Jana Brzechwy. Akcja rozgrywa się w tajemniczej krainie zwanej Kanato (zaczerpniętej z utworu poety pod tym samym tytułem), którą zamieszkują stworzone przez niego postacie, m.in.: Pan Soczewka, Sum, Piraci, Rycerz Szaławiła, Kaczka Dziwaczka i Król Jegomość. Ten magiczny świat kreuje na oczach widzów wędrowna trupa, na której czele stoi Szefowa (Anna Seniuk), pełniąca zarazem rolę przewodniczki po tym bajkowym świecie. Kanato jest opowieścią o potędze wyobraźni – o tym, że każdy może być twórcą, jeśli tylko odważy się marzyć. **EGP**

MIDWAY

Starcie na Pacyfiku

MIDWAY PO 1.06 godz. 21.55 TVP 1

Japońska flota atakuje 7 grudnia 1941 roku amerykańską bazę w Pearl Harbor, rozpoczynając brutalną wojnę na Pacyfiku. Oficer wywiadu Edwin Layton (Patrick Wilson) i jego kryptografowie odkrywają, że wróg planuje kolejne uderzenie. Tym razem celem ma być strategicznie ważna baza Midway. Wkrótce pilot Dick Best (Ed Skrein), admirał Nimitz (Woody Harrelson), pułkownik Doolittle (Aaron Eckhart) i porucznik McClusky (Luke Evans) stają do decydującej bitwy. Dla Rolanda Emmericha był to projekt marzeń. Zdjęcia realizowano głównie na Hawajach i w Montrealu. Twórcy zadbali o historyczną dokładność, angażując w produkcję uznanych historyków i państwowe instytucje. **MAM**



Na faktach

„Midway" uchodzi za jeden z najdroższych filmów niezależnych w historii kina. Na zdj. Aaron Eckhart.

Fot.: TVP (3), TV Puls

TVP 1

5.35 **Złoty chłopak** (301) – serial obyczajowy, Turcja 2022
6.20 **Akacjowa 38** (869) – telenowela, Hiszpania 2015
7.00 **Transmisja mszy świętej z Sanktuarium Matki Bożej na Jasnej Górze**
7.30 **Studio Raban** – magazyn dla młodzieży, Polska
8.00 **Serwis Info** – program informacyjny, Polska
8.10 **Pogoda Info**
8.20 **Czterdziestolatek** (1): Toast, czyli bliżej niż dalej – serial obyczajowy, Polska 1974
9.10 **Ranczo 4** (44): Polityka i czary – serial obyczajowy, Polska 2009
10.10 **Komisarz Alex 5** (53): Lista śmierci – serial kryminalny, Polska 2014
11.05 **Ojciec Mateusz 12** (160): Jama – serial kryminalny, Polska 2014
12.00 **Serwis Info** – program informacyjny, Polska
12.10 **Agrobiznes** – magazyn rolniczy
12.30 **Agropogoda**
12.40 **Rok w ogrodzie extra**
12.55 Natura w Jedynce: **Prawdziwy Kubuś Puchatek** – film dokumentalny, Niemcy 2024, reż. Phil Coles (patrz obok)
14.00 **Złoty chłopak** (302) – serial obyczajowy, Turcja 2022
15.00 **Serwis Info** – program informacyjny, Polska
15.10 **Pogoda Info**
15.25 **Gra słów. Krzyżówka** – teleturniej, Polska 2019-2026
16.00 **Dziedzictwo** (935) – serial obyczajowy, Turcja 2020
17.00 **Teleexpress, Pogoda**
17.25 **Jaka to melodia?** – teleturniej muzyczny
18.05 **Reporterzy** – magazyn reporterów
18.25 **Akacjowa 38** (880) – telenowela, Hiszpania 2015
19.30 **Program informacyjny 19.30**
19.55 **Pytanie dnia** – program publicystyczny, Polska 2026



12.55 DOKUMENT
Prawdziwy Kubuś Puchatek
Świat północnoamerykańskiego niedźwiedzia czarnego. Zwierzę to stało się pierwowzorem postaci stworzonej przez pisarza Alana Alexandra Milne'a. Mimo sympatii, jaką budzą na pierwszy rzut oka, baribale są potężnymi drapieżnikami. **65 min**



20.30 TEATR TV
Kanato, czyli wyprawa do krainy wierszy
Podróż do świata utworów Jana Brzechwy, w którym żyją Samochwała (Barbara Garstka, zdj.), Żuraw i Czapla, Sum, Pan Soczewka czy Kaczka Dziwaczka. Przewodnikami po magicznej krainie są członkowie trupy wędrownej, kierowanej przez Szefową (Anna Seniuk). **50 min**

20 20.10 **Sport, Pogoda**
20.30 Teatr Telewizji: **Kanato, czyli wyprawa do krainy wierszy** – spektakl teatralny, Polska 2025 (patrz obok)
21.25 **Postscriptum** – wywiad, Polska 2026
21.55 **Midway** – film wojenny, FILM USA/Kanada 2019, reż. Roland Emmerich, wyk. Ed Skrein, Patrick Wilson, Woody Harrelson, Luke Evans (patrz obok)
0.25 Świat bez fikcji: **Dzieci duchy** – film dokum., Fr. 2023
1.50 **Biała sukienka** FILM – film obyczajowy, Polska 2003, reż. Michał Kwieciński
3.05 **W samo południe** FILM – western, USA 1952, reż. Fred Zinnemann
4.40 **Wykrywacz kłamstw** – pr. publicyst., Pol. 2025-2026
4.55 **Pytanie dnia** – pr. publ., Pol.



21.55 WOJENNY
Midway
Rok 1942. Amerykanie ustalają, że Japończycy po nalocie na Pearl Harbor planują atak na Midway. Pilot Dick Best (Ed Skrein, zdj.) i jego kompani stają do bitwy, która wpłynie na losy wojny. **150 min**

TVP 2

4.35 **Na dobre i na złe** – serial obyczajowy, Polska 2023
5.35 **M jak miłość** (1767) – serial obyczajowy, Polska 2023
6.25 **Rodzina (nie od) święta:** Jak budować w dziecku empatię i wrażliwość w świecie hejtu i obojętności – magazyn religijny, Polska 2026
6.55 **Barwy szczęścia** (3324) – serial obyczajowy, Polska 2026
7.30 **Pytanie na śniadanie – pobudka** – magazyn, Polska 2026
7.55 **Pytanie na śniadanie**
11.30 **Okrasa łamie przepisy** – magazyn kulin., Polska 2024
12.00 **Rodzinka.pl** (1): Ferie w domu – serial komediowy, Polska 2011, reż. Patryk Yoka, wyk. Małgorzata Kożuchowska, Tomasz Karolak, Maciej Musiał, Adam Zdrójkowski (patrz obok)
12.35 **Koło fortuny** – teleturniej, Polska 2024
13.15 **Panna młoda** (110) – serial obyczajowy, Turcja 2024
14.05 **Va banque** – teleturniej, Polska
14.35 **Na sygnale** (845) – serial fabularno-dokumentalny, Pol.
15.05 **La Promesa – pałac tajemnic** (402) – serial obyczajowy, Hiszpania 2022
16.00 **Koło fortuny** – teleturniej, Polska 2024
16.35 **Familiada** – teleturniej
17.20 **Panna młoda** (111) – serial obyczajowy, Turcja 2024 Cihan odkrywa, że to Beyza podsunęła Hancer pomysł z pistoletem. Ertugrul stara się pogodzić małżonków. Derya prosi go, żeby wstawił się za nią u Cemila. **55 min**
18.15 **Va banque** – teleturniej, Polska
18.50 **Jeden z dziesięciu** – teleturniej
19.25 **Barwy szczęścia** (3324) – serial obyczajowy, Polska 2026
19.55 **Domowe patenty 2** – magazyn poradnikowy, Polska 2026



12.00 KOMEDIOWY
Rodzinka.pl (1)
Nadchodzą wyczekiwane ferie. Natalia (Małgorzata Kożuchowska, zdj.) i Ludwik (Tomasz Karolak, zdj.) próbują coś ustalić w sprawie opieki nad Tomkiem, Kubą i Kacprem. Nie mogą się dogadać. Tomek wpada na pomysł, aby rodzice się rozwiedli. Wtedy nie musieliby się ze sobą sprzeczać. **35 min**



20.05 TELETURNIEJ
Omnibus – szybcy i mądrzy (1)
Rywalizacja, w której najważniejszy jest czas – poprawne odpowiedzi przynoszą uczestnikom dodatkowe cenne sekundy, błędne zaś je odbierają. W prowadzonej przez Krzysztofa Czeczota (zdj.) grze biorą udział trzy znane osoby, które w czterech rundach sprawdzają swoją wiedzę, pamięć i refleks. **30 min**

20.05 **Omnibus – szybcy i mądrzy** – telet.(patrz obok)
20.35 **Omnibus – szybcy i mądrzy – dogrywka**
20.55 **Postaw na milion** – telet.
21.50 **Na sygnale** (831, 832) – serial fabularno-dokum., Pol.
22.55 **Ludzie i bogowie** (1, 2): Duet; Pierwszy wyrok – serial historyczny, Polska 2020, reż. Bodo Kox, wyk. Jacek Knap, Dawid Dziarkowski, Marianna Zydek (patrz obok)
0.40 **Na tropach przeszłości** (1) – serial kryminalny, Francja 2023, wyk. Sara Mortensen, Gil Alma
1.40 **Nasz dom w górach** (1): Przebaczenie, część 1 – serial obyczajowy, Niemcy 2018, wyk. Catherine Bode
2.35 **Cztery pory roku w Hawanie** (8-ost.) – serial krym.
3.30 **Akacjowa 38** – telen., Hiszp.



22.55 HISTORYCZNY
Ludzie i bogowie (1, 2)
Rok 1941. Po klęsce kampanii wrześniowej por. Zaręba (Jacek Knap, zdj.) i kapral Korzeniewski udają się do Warszawy i angażują w działalność ZWZ. Wykonują wyrok na Igo Symie. **105 min**

POLSAT

4.40 **Disco Gramy** – program muzyczny, Polska 2026
5.25 **Telezakupy TV Okazje**
6.00 **Nowy dzień z Polsat News** – program informacyjny
8.30 **Malanowski i partnerzy** (280, 281): Zabójcza eks; Spalisz się w piekle – serial fab.-dokumentalny, Polska 2011
9.30 **Trudne sprawy** (1209, 1210) – serial paradokumentalny, Polska 2023
11.35 **Gliniarze** (811-813) – serial paradokumentalny, Polska 2023
14.40 **Dlaczego ja?** (1459): Chłopak mojej matki – serial paradokumentalny, Polska 2025
15.50 **Wydarzenia**
16.15 **Pogoda**
16.20 **Interwencja** – magazyn reporterów
16.30 **Na ratunek 112** (1056): Eutanazja – serial paradokumentalny, Polska 2025 Maciej zakochuje się w Kindze i prosi ją o rękę. Kobieta początkowo odrzuca propozycję. Mimo to para się zaręcza. Szczęście burzy wstrząsająca diagnoza. **30 min**
17.00 **Gliniarze Śląsk** (1) – serial kryminalny, Polska 2026, wyk. Zbigniew Stryj, Agnieszka Wagner Doświadczona ekipa policjantów na co dzień walczy z przestępczością kryminalną, gospodarczą i narkotykową. Z oddziałem współpracuje surowa prokuratorka. **60 min**
18.00 **Pierwsza miłość** (4228) – serial obyczajowy, Polska 2026 Zbliża się mecz, który może otworzyć Iskrze drogę do wyższej ligi. Maks, nadzieja drużyny, nie jest w formie, bo rzuciła go dziewczyna. **50min**
18.50 **Wydarzenia**
19.15 **Gość „Wydarzeń"** – program publicystyczny
19.30 **Sport, Pogoda**
19.55 **Milionerzy** – teleturniej, Polska 2026 (patrz obok)



19.55 TELETURNIEJ
Milionerzy (113)
Od nagrody głównej uczestników dzieli 12 pytań z różnych dziedzin. Mają oni do dyspozycji koła ratunkowe, np. pomoc Huberta Urbańskiego (zdj.). Widzowie przekonają się, kto podejmie ryzyko mimo wątpliwości. Gracze muszą liczyć się z tym, że jeden błąd eliminuje z rozgrywki. **40 min**



20.35 THRILLER
Czerwona jaskółka
Baletnica Dominika (Jennifer Lawrence, zdj.) ulega wypadkowi, który przekreśla jej karierę. By móc utrzymać chorą matkę, zostaje uwodzicielką pracującą dla rosyjskich służb specjalnych. Wkrótce otrzymuje pierwszą misję. Musi unieszkodliwić agenta CIA, Nate'a Nasha (Joel Edgerton). **170 min**

20.35 Megahit: **Czerwona jaskółka** FILM – thriller, USA 2018, reż. Francis Lawrence, wyk. Jennifer Lawrence, Joel Edgerton, Matthias Schoenaerts, Charlotte Rampling (patrz obok) Adaptacja bestsellerowej powieści byłego agenta CIA Jasona Matthewsa pod tym samym tytułem. **170 min**
23.25 **Detonator** – film FILM sensacyjny, USA/Rumunia 2006, reż. Po-Chih Leong, wyk. Wesley Snipes, Silvia Colloca, Tim Dutton, William Hope (patrz obok) Dynamiczne kino akcji firmowane nazwiskiem Wesleya Snipesa, który pojawia się w głównej roli. **135 min**
1.40 **Helikopter w ogniu** FILM – dramat wojenny, USA 2001, reż. Ridley Scott



23.25 SENSACYJNY
Detonator
Tajny agent Sonni Griffith (Wesley Snipes, zdj.) dostaje polecenie eskortowania do Ameryki Nadii (Silvia Colloca) – wdowy po księgowym rumuńskiej mafii. Kobietę chce dopaść handlarz bronią. **135 min**

▶ – godzina zakończenia programu

PREMIERA – pierwszy raz w telewizji

TVN

DVB T2

5.40 Uwaga! – magazyn reporterów
5.55 Ukryta prawda (1655) – serial paradokumentalny, Polska 2024
6.50 Kuchenne rewolucje (4) – program rozrywk., Pol. 2024
7.45 Dzień Dobry TVN – magazyn
11.20 Doradca smaku (40) – magazyn kulinarny, Polska 2026
11.25 Kuchenne rewolucje (12, 1) – program rozrywkowy, Pol. Anna i Jakub zarządzają lokalem Gusto Kuchnia i Wino w Bydgoszczy. Remont przekształcił się w finansową pułapkę. Magda Gessler spróbuje odmienić los pary. **135 min**
13.40 Ukryta prawda (1627, 1628, 1697) – serial paradokumentalny, Polska 23-letni Maks, syn milionera, prowadzi beztroskie życie pełne imprez, co nie podoba się jego ojcu. Któregoś razu chłopak organizuje casting na swoją dziewczynę, co przyciąga tłum wielbicielek. **190 min**
16.50 Szpital św. Anny (37) – serial obyczajowy, Polska 2025
Hajduk przyjmuje na oddziale licealistkę ze szkoły jej córki. Dziewczyna nie ma przyjaciół, a po śmierci matki zamieszkała u ciotki. Ekipa Wojtka pomaga mężczyźnie z objawami ostrego zatrucia. **65 min**
17.55 Detektywi (120) – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2024
Była prostytutka zwraca się do detektywów po pomoc w identyfikacji osoby, która ją nęka. Niebawem znika nastoletnia córka kobiety. Śledztwo komplikuje się, gdy pojawia się żądanie okupu. **65 min**
19.00 Fakty
19.35 Sport
19.40 Raport Roland Garros (9) – program sportowy, Polska 2026
19.45 Pogoda
19.55 Uwaga! – magazyn reporterów



20.15 OBYCZAJOWY
Na Wspólnej (4221)
Julka źle reaguje na narkotyki, które zażyła z Leonem. Ola (Marta Wierzbicka, zdj.) ma wyrzuty sumienia, kiedy dowiaduje się, że agresja Mariusza wynikała z guza płata czołowego. W redakcji pojawia się żona prezesa. Krzysztof nie mówi jej nic o romansie męża. **35 min**



20.50 REALITY SHOW
Bitwa o gości (1)
Justyna i Olaf zaprasza konkurencję do domków na wodzie pod Krakowem. Ania oraz Robert zdecydowali się na przekształcenie 120-letniego domu w Miechowicach Wielkich, który zyskał nowe życie. Kasia i Andrzej prowadzą agroturystykę ze stadniną koni. Uczestnicy nie szczędzą sobie surowych opinii. **70 min**

20.15 Na Wspólnej (4221) – serial obyczajowy, Polska 2026 (patrz obok)
20.50 Bitwa o gości (1) – reality show, Pol. 2025 (patrz obok)
22.00 Ci, którzy życzą mi śmierci – thriller, Kanada/USA 2021, reż. Taylor Sheridan, wyk. Angelina Jolie, Finn Little, Jon Bernthal, Aidan Gillen (patrz obok)
0.00 Urodzony mistrz – dramat sensacyjny, USA 2021, reż. Alex Ranarivelo
2.25 Co za tydzień – magazyn kulturalny, Polska 2026
3.00 Szpital św. Anny (103) – serial obyczajowy, Polska 2026
4.00 Uwaga! – mag. reporterów
4.20 CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 12 (15) – serial kryminalny, USA 2012
5.15 Nauka jazdy 5 (22) – pr. rozrywk., Polska 2022



22.00 THRILLER
Ci, którzy życzą mi śmierci
Strażaczka Hannah (Angelina Jolie, zdj.) pomaga małemu Connorowi (Finn Little), którego zaatakowali uzbrojeni napastnicy. Razem uciekają przez rozległe lasy, trawione przez pożar. **120 min**

TV PULS

DVB T2

6.00 Policjanci z Miami 2 (1, 2): Syn marnotrawny, część 1; Syn marnotrawny, część 2 – serial kryminalny, USA 1985, wyk. Don Johnson, Edward James Olmos
8.00 Kobra – oddział specjalny (16, 1): Dzwonki na wietrze; Stracone życie – serial sensacyjny, Niemcy 2015
10.00 Triumf miłości (171, 172) – serial obyczajowy, Meksyk 2010
12.00 Nie igraj z aniołem (86) – serial obyczajowy, Meksyk 2008
Juan Miguel wyznaje adwokatowi, kim jest Marichuy. Twierdzi też, że historię dziewczyny zna ojciec Anselmo, ale nie sądzi, żeby duchowny zeznawał przeciw niemu. **60 min**
13.00 Wspaniałe stulecie (20) – serial kostiumowy, Turcja 2012-2013
14.00 Kurierzy (6) – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2023 (patrz obok)
15.00 Lombard. Życie pod zastaw 10 (484, 485) – serial obyczajowy, Polska 2022
Elżbieta, właścicielka sklepu, chce wystartować w wyborach. Zastawia w lombardzie parę przedmiotów, by zebrać pieniądze na plakaty wyborcze. Sołtys nasyła na kontrkandydatkę bandytów. **120 min**
17.00 Kurierzy (7) – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2023
Adam wdaje się w romans z mężatką Anną. Zazdrosny partner kobiety, by wyśledzić, z kim się ona spotyka, nadaje przesyłkę. Roman orientuje się, że koledze grozi niebezpieczeństwo. **60 min**
18.00 Lombard. Życie pod zastaw 18 (964, 965) – serial obyczajowy, Polska 2026
Danka wpada w kłopoty po stłuczce w okolicy lombardu. Okazuje się, że sprawczynią kolizji jest jej dawna koleżanka. Justyna i Roman żegnają Maksyma, który wyjeżdża do Berlina. **120 min**



14.00 FAB.-DOKUM.
Kurierzy (6)
Katarzyna prosi, by kurierzy przestali dostarczać przesyłki jej sąsiadowi, Hubertowi. Twierdzi, że emerytowany żołnierz jest zakupoholikiem. Adam (Patryk Cebulski, zdj.) nie może odmówić wykonywania obowiązków, jednak postanawia uważnie przyjrzeć się sprawie. **60 min**



20.00 THRILLER
Jeden gniewny człowiek
California. Tajemniczy H (Jason Statham, zdj.) rozpoczyna pracę w firmie Fortico Security zajmującej się przewozem cennych ładunków. W ostatnim czasie doszło do kilku napadów na konwoje. H postanawia wytropić sprawców. Wskazówki prowadzą do gangsterów, winnych śmierci jego syna. **155 min**

20.00 Jeden gniewny człowiek FILM – thriller, USA/Wielka Brytania 2021, reż. Guy Ritchie, wyk. Jason Statham, Holt McCallany, Rocci Williams, Josh Hartnett (patrz obok)
Dynamiczne kino zemsty Guya Ritchiego, który po latach przerwy powrócił do współpracy z niezawodnym Jasonem Sthamem. Do partnerowania aktorowi była brana pod uwagę Sandra Bullock. **155 min**
22.35 Brygada ponad prawem FILM – dramat sensacyjny, Francja/Wielka Brytania 2015, reż. Benjamin Rocher
0.15 Droga bez odwrotu FILM – dramat sensacyjny, USA 2023, reż. Nadine Crocker, wyk. Garrett Hedlund, Willa Fitzgerald, Ryan Hurst, Mel Gibson (patrz obok)
2.30 Zobacz to!



0.15 DRAM. SENS.
Droga bez odwrotu
W wyniku splotu niefortunnych zdarzeń Maben (Willa Fitzgerald, zdj.) musi uciekać wraz z córką przed brutalnymi policjantami. Znajduje sojusznika, który sam ma poważne kłopoty. **135 min**

TVN 7

DVB T2

5.20 Ten moment (26) – serial paradokumentalny, Polska 2015-2016
5.55 Szkoła (689-691) – serial paradokumentalny, Polska 2019
8.45 Ukryta prawda (1308, 1386, 1387) – serial paradokumentalny, Polska
11.55 W-11 – Wydział Śledczy (1011-1013) – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2013
14.00 Detektywi (94): Narzeczony – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2024 (patrz obok)
15.00 Szpital (740) – serial paradokumentalny, Polska 2018
Na oddział ratunkowy trafia kobieta, która spadła ze schodów. Ma romans z sąsiadem. Nie chce, by jej mąż poznał prawdę. Anna przyjmuje nastolatka, który uległ wypadkowi na siłowni. **60 min**
16.00 Sędzia Anna Maria Wesołowska 6 (26, 27) – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2019
Na ławie oskarżonych zasiada Paweł, który został zwabiony w pułapkę przez łowcę pedofilów. Nie przyznaje się do winy, ale dowody przeciwko niemu są mocne. Sędzia musi rozstrzygnąć, czyja wersja zdarzeń jest prawdziwa. **120 min**
18.00 Sekrety życia (30) – serial paradokumentalny, Polska 2023
Daria mimo sprzeciwu mamy chce zostać modelką. Niestety, nie dostaje się do agencji. Na siłowni spotyka Patrycję, która robi karierę w jej wymarzonej branży. **60 min**
19.00 Ukryta prawda (1501) – serial paradokumentalny, Polska 2023
Dominika zastaje w domu 22-letniego Oskara, nowego partnera matki. Uważa, że chłopakowi chodzi wyłącznie o pieniądze. Niebawem dostrzega go na ulicy z inną. Wściekła Iza zrywa z młodym kochankiem. Ten podcina sobie żyły. **60 min**



14.00 FAB.-DOKUM.
Detektywi (94)
Klientka szuka narzeczonego, który zniknął, gdy pożyczyła mu 100 tys. zł. Brat kobiety uważa, że jest on oszustem. Trop wiedzie Kasię Kowalik (Daria Brudnias, zdj.) i innych śledczych do domu opieki, w którym mieszkała zmarła kilka dni wcześniej ciotka poszukiwanego. **60 min**



20.00 THRILLER
Efekt motyla
Evan (Ashton Kutcher, zdj.) ma problemy z pamięcią. W dzieciństwie psycholog zalecił mu notowanie wszystkich wydarzeń. Od tej pory nie rozstaje się on z zapiskami. Pewnego dnia odkrywa, że może wpływać na przebieg wypadków, które miały miejsce w przeszłości. Igranie z losem jest groźne. **145 min**

20.00 Efekt motyla FILM – thriller, USA 2004, reż. Eric Bress, wyk. Ashton Kutcher, Melora Walters, Amy Smart, Elden Henson (patrz obok)
22.25 To nie tak, jak myślisz, kotku FILM – komedia, Polska 2008, reż. Sławomir Kryński, wyk. Katarzyna Figura, Jan Frycz, Jacek Borusiński, Tomasz Kot (patrz obok)
0.40 Constantine FILM – horror, USA/Niemcy 2005, reż. Francis Lawrence
Policjantka Angela (Rachel Weisz) chce poznać okoliczności śmierci siostry. Prosi o pomoc egzorcystę (Keanu Reeves). **150 min**
3.10 Mówię Wam 4 (15) – program kulturalny, Polska 2026
4.10 Dorota was urządzi! (3) – pr. rozrywk., Pol. ▶ **4.50**



22.25 KOMEDIA
To nie tak, jak myślisz, kotku
Filip (Jan Frycz) chce spędzić weekend z pielęgniarką, z którą ma romans. Jego żona Maria (Katarzyna Figura, zdj.) spotyka się z kochankiem. Trafiają do tego samego hotelu. **140 min**

DVB T DVB T2 – stacje dostępne w naziemnej telewizji cyfrowej

TVP 3

8.25 **Kryminalna siódemka**
8.40 **Sprawdzamy** – magazyn
9.05 **Przed ekranem** – mag.
9.25 **Mikrokosmosy** – mag.
10.00 **Złoty chłopak** (162)
11.00 **Regiony na TAK** – mag.
11.30 **Wiosna na ROD'os**
12.00 **Ktokolwiek widział, ktokolwiek wie** – publ.
12.30 **Okrasa łamie przepisy**
13.00 **Agrobiznes** – mag.
13.30 **Rozmowy (nie) wygodne** – pr. publicyst.
14.10 **Całkiem niezła historia**
14.30 **Program informacyjny 14.30**
15.00 **Koronka do Miłosierdzia Bożego** – pr. religijny
15.20 **Serwis Info Dzień** – inf.
15.30 **Program lokalny**

TVP POLONIA

13.50 **Pięknie przyprawiONA** (1) – magazyn kulinarny
14.10 **Kulturalni** – magazyn
15.00 **Szop mówi stop**
FILM **– bezpieczna polana** – musical, Polska 2026
16.00 **Zaraz wracam 2** (90)
16.30 **Barwy szczęścia** (3317)
17.00 **Teleexpress**
17.20 **Gra słów. Krzyżówka**
17.50 **Teleexpress Extra** – inf.
18.15 **Słownik polsko@polski** (683) – talk-show, Polska
18.45 **Panorama**
19.20 **Myśliciele – sylwetki polskie** (7)
19.30 **Program informacyjny 19.30**
19.55 **Pytanie dnia** – pr. publ.
20.10 **Sport, Pogoda**

TV 4

6.00 **Strażnik Teksasu** (2, 3) – serial sensacyjny, USA
7.55 **Bogaty dom – biedny dom** (123) – reality show, Polska 2025
8.55 **Policjantki i Policjanci** (454, 455) – serial obycz.
10.55 **Na ratunek 112** (1117, 476) – paradok., Pol.
11.55 **Dlaczego ja?** (1541, 1542) – serial paradokumentalny, Pol. 2026
13.55 **Trudne sprawy** (1307-1309) – serial paradokumentalny, Polska
16.55 **Policjantki i Policjanci** (1435) – obycz., Pol. 2026
18.00 **Łowcy skarbów. Kto da więcej?** (538) – reality show, Polska 2025

PULS 2

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

TVP ROZRYWKA

6.10 **Zakochaj się w Polsce** (214) – magazyn
6.40 **Gra słów. Krzyżówka**
7.10 **Okrasa łamie przepisy**
8.20 **Familiada** – teleturniej
8.50 **Va banque** – teleturniej
9.25 **Koło fortuny** – telet., Pol.
10.05 **Makłowicz w podróży**
10.40 **Postaw na milion**
12.35 **Familiada** – teleturniej
13.15 **Tygrysy Europy** (11)
14.20 **Rodzinka.pl** (163, 164)
15.30 **Niepewne sytuacje 2** (7) – pr. rozr., Polska 2025
15.50 **Kocham Cię, Polsko!** (1)
17.25 **Va banque** – teleturniej
18.00 **Koło fortuny** – telet., Pol.
18.35 **Okrasa łamie przepisy**
19.40 **Makłowicz w podróży**
20.15 **Postaw na milion**

TTV HD

6.20 **DeFacto 14** (14)
6.50 **Diabelnie boskie 2** (21)
7.20 **Ukryta prawda** (1193)
8.20 **Kartoteka 10** (1, 2)
10.30 **Detektywi** (240, 330)
12.30 **Zakup w ciemno 3** (16)
13.30 **Zakup w ciemno 4** (15)
14.30 **Kartoteka 5** (10, 11)
16.45 **Express** – pr. inform.
16.55 **Pogoda, Sport**
17.05 **Idź na całość 2** (27)
18.05 **Zakup w ciemno extra** (18) – reality show, Polska
18.45 **Damy i wieśniaczki. PL 10** (6) – fab.-dok., Pol.
19.45 **Express, Pogoda** – inf.
20.05 **Zakup w ciemno 7** (13)
21.05 **Zakup w ciemno extra** (11) – reality show, Polska
21.45 **Express, Pogoda** – inf.

MAGAZYN PRZYRODNICZY



19.30 Dlaczego krowa...
Historie zwierząt domowych, hodowlanych i gospodarskich, a także tych dzikich. W kolejnych odcinkach poznamy ciekawostki dotyczące mieszkańców farm. **15 min**

19.45 **Kryminalna siódemka**
20.00 **Dziennik regionów**
20.13 **Gość Regionów** – publ.
20.30 **Kryminalna siódemka**
21.00 **Program lokalny**
22.00 **Dziennik regionów**
22.30 **Złoty chłopak** (163)
23.30 **Kryminalna siódemka**
23.55 **Panorama**
0.25 **Program informacyjny 19.30**

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

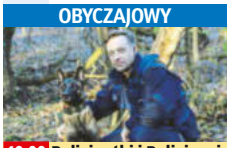
WOJENNY



20.25 Czas honoru. Powstanie (2) – Pol. 2014
Ostatnie dni lipca 1944 roku. Polskie podziemie czeka na decyzję sztabu AK o rozpoczęciu powstania. Janek, Bronek, Michał i Władek zostają przydzieleni do kompanii specjalnej. **55 min**

21.20 **Królowa Bona** (1) – serial historyczny, Polska 1980
22.20 **IRA na dobry wieczór** – widowisko, Pol. 2024
23.15 **Panorama**
23.45 **Kod bezpieczeństwa**
0.15 **Moda na język polski**
0.40 **Zaraz wracam 2** (90)
1.10 **Opowieści z Greenpointu** (8)

OBYCZAJOWY



19.00 Policjantki i Policjanci (1371) – Polska 2026
Miłosz i Mikołaj badają zaginięcie dziecka. W szkole spotykają jego matkę, a nauczycielka pokazuje śledczym nagranie, na którym zamaskowany mężczyzna wciąga chłopca do busa. **60 min**

20.00 **Uroczysko** (157, 158) – serial kryminalny, Polska
21.00 **Sprawiedliwi. Trójmiasto** (105)
22.00 **Sprawiedliwi – Wydział Kryminalny** (988) – serial krym., Polska
23.00 **Purpurowe rzeki**
FILM – thriller, Francja 2000
1.10 **Love Island. Wyspa miłości** (2) – reality show

OBYCZAJOWY



20.00 Lombard. Życie pod zastaw 18 (1002) – Polska 2026
Żona Kapicy próbuje zwerbować Kazimierza na swoją stronę. Seler próbuje zlecić gangsterowi Mefisto zabójstwo. **60 min**

21.00 **Dzielnica strachu 10** (447) – serial krym., Polska
22.00 **Dzielnica strachu 9** (385) – serial krym., Polska
23.00 **Wstydliwe choroby 7** (3) – serial dok., Wlk. Bryt.
0.00 **Wstydliwe choroby 4** (1) – serial dok., Wlk. Bryt.
1.00 **Dzielnica strachu 10** (445) – serial krym., Polska
2.00 **Lombard. Życie pod zastaw 9** (458)

ROZRYWKA



21.10 Kabaret Letnią Porą (40) – Polska
Cykl przypomina najbardziej udane skecze, monologi oraz piosenki popularnych polskich grup kabaretowych. Widowisko przedstawione zostanie w przyjemnej, letniej konwencji. **60 min**

22.10 **Rodzinka.pl** (39) – kom.
22.50 **Wielka sława to żart – Benefis Wiesława Ochmana** (1, 2)
1.00 **Koło fortuny** – telet., Pol.
2.25 **Kabaret. Super Show Dwójki** (3) – pr. rozr., Pol.
3.30 **Do śmiechu!** (78) – rozr.
4.25 **Raz na milion lat – piosenki zespołu Republika** – koncert, Pol.

ROZRYWKA



22.00 Gogglebox. Przed telewizorem 23 (7)
Tym razem widzowie zobaczą, kto zaszaleje w „Idź na całość", czym zajmie się „Sprawa dla reportera", a także jak układają się miłosne sprawy bohaterów programu „Rolnik szuka żony". **60 min**

23.00 **Gogglebox. Przed telewizorem 21** (8) – pr. rozrywk., Pol. 2024
0.00 **Damy i wieśniaczki. PL 11** (1) – fab.-dok., Pol.
1.00 **Ciężarówką przez Indie** (8) – serial dokum.
2.00 **Wyburzacze** (1, 2) – rozr.
3.20 **Sędzia Anna Maria Wesołowska 7** (20, 21) – serial fabularno-dokum.

TVP 3 PROGRAMY LOKALNE

BIAŁYSTOK 17.15 DorastaMy 17.30 Poczytalnia 17.40 Tamte lata, tamte dni 18.05 Ogród i nie tylko 18.15 Podlaskie historie 18.30 Obiektyw 18.50 Gość „Obiektywu" 19.00 Sport, Pogoda 19.10 Rezonans polityczny 21.00 Tym żyje wieś 21.20 Gość „Obiektywu" 21.30 Obiektyw

BYDGOSZCZ 17.00 Raport naukowy 17.30 Studio polityka 18.15 Liga na skróty 18.30 Zbliżenia 19.00 Rozmowa dnia 19.20 Razem dla regionu 21.00 Rozmowa dnia 21.20 Ekspert ZUS odpowiada 21.30 Zbliżenia 21.45 Sport, Pogoda

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

KATOWICE 16.46 Dej pozór 17.15 Nasza strona miasta 17.30 Dzień z bliska 17.49 Święta wojna 18.15 Protokół rozbieżności 18.30 Aktualności 18.55 Pogoda, Sport 19.10 Gramy dla was 21.15 Protokół rozbieżności 21.30 Aktualności

KRAKÓW 16.48 Kadry z przeszłości. Archiwum TVP Kraków 17.07 Pełnosprawni 17.30 Magazyn medyczny 17.45 Koncert z archiwum 18.30 Kronika 18.55 Tematy dnia 19.15 Nowohucka kronika filmowa 21.03 Wykrywacz kłamstw 21.30 Kronika 21.45 Tematy dnia

LUBLIN 16.50 Miłego popołudnia 17.55 Reportaż. Z lubelskiego 18.10 Studiuj w Lublinie 18.30 Panorama lubelska 19.00 Magazyn sportowy 21.02 Który jesteś 21.15 Gość „Panoramy" 21.30 Panorama lubelska

ŁÓDŹ 17.15 Prosto z lasu 17.30 Agroexpress 17.45 Polityczna dogrywka 18.15 Reportaż 18.30 Łódzkie wiadomości dnia 18.50 Sport, Pogoda 19.00 Pracownia reportażu 21.00 Słodko gorzka 21.15 Idź się zbadaj 21.30 Łódzkie wiadomości dnia

POZNAŃ 17.30 Teleskop 17.45 Wspólne popołudnie 18.30 Teleskop 19.02 Pociąg do Wielkopolski 19.19 Zaułki rzemiosła 21.01 Sportowy weekend 21.30 Teleskop

RZESZÓW 18.00 Odkrywamy Podkarpackie 18.30 Aktualności 19.01 Sport – wydarzenia i komentarze 21.00 Wykrywacz kłamstw 21.31 Aktualności

SZCZECIN 17.30 Przegląd tygodnia 17.45 Koszalin – rytm miasta i regionu 18.00 Rosół polski 18.30 Kronika 18.52 Wokół nas 19.00 Magazyn sportowy 21.00 Wokół nas 21.08 Barka 21.30 Kronika 21.50 Rozmowa dnia

WARSZAWA 17.21 Spacerowym okiem 17.35 Reagujemy 18.00 Zawsze na temat 18.30 TKW 18.41 Kurier Mazowiecki 18.59 Z boisk i stadionów Warszawy i Mazowsza 19.16 Filmowe spotkania 21.00 Kościół z bliska 21.30 Kurier Warszawy i Mazowsza 21.50 Wiadomości sportowe

WROCŁAW 17.14 Geniusze i marzyciele. Banach. Między duchem a materią 18.14 Szlachetne zdrowie 18.30 Fakty 18.58 Przyszłość jest teraz 19.12 Nie taki internet straszny 21.02 Dlaczego krowa... 21.15 Energia Przyszłości Dolny Śląsk 21.30 Fakty

TVP HD

10.45 **Gra słów. Krzyżówka**
11.20 **Na sygnale** (585, 586)
12.25 **Ojciec Mateusz 3** (40)
13.20 **Komisarz Alex** (4) – krym.
14.15 **Ranczo 9** (111, 112)
16.10 **Gwiazdorska kuchnia Ani 2** – magazyn kulinarny
16.40 **Tańcząca ze światem – Maroko** – magazyn
17.10 **Okrasa łamie przepisy**
17.45 **Makłowicz w podróży**
18.20 **Ojciec Mateusz 22** (282)
19.20 **Ranczo 3** (30) – obycz., Pol.
20.10 **Rodzinka.pl** (311, 312)
21.25 **Ojciec Mateusz 33** (421)
22.20 **Firma** – dramat
FILM sensacyjny, USA 1993
1.05 **Chopin. Pragnienie**
FILM **miłości** – melodramat, Polska 2002
3.15 **Daleko od szosy** (5)

BBC FIRST

9.35 **Ojciec Brown 11** (6)
10.35 **Śmierć z dala od palm 4** (3) – serial krym., Wlk. Bryt.
11.45 **Zagadki doktora Blake'a 5** (2) – serial krym.
12.55 **Shakespeare i Hathaway: prywatni detektywi 3** (1, 2) – krym.
14.55 **Ojciec Brown 5** (5) – krym.
16.00 **Lewis** (4) – krym., Wlk. Bryt.
17.00 **My Life is Murder 4** (2)
18.00 **Morderstwa w Midsomer 13** (5)
19.50 **Śmierć pod palmami 11** (7) – serial krym., Wlk. Bryt.
21.00 **Śmierć z dala od palm 4** (4) – serial krym., Wlk. Bryt.
22.15 **Luther** (1, 2) – serial krym.
0.30 **Ludwig** (5) – serial krym.

TVP KULTURA

12.45 **Pan Kleks – Wojna i miłość. Bajka dokumentalna** – film dok.
13.50 **Zabawa w chowanego**
FILM – komedia obycz., Pol. 1985
15.00 **Dama kameliowa**
FILM – melodramat, Polska 1994
16.55 **Zmiennicy** (7) – kom., Pol.
18.05 **Dźwięk Nowego Jorku** (1) – serial dokumentalny
18.55 **Pan wzywał, milordzie?** (1) – serial komediowy, Wielka Brytania 1988
20.00 **Licencja na zabijanie**
FILM – film sensacyjny, Wielka Brytania/Meksyk/USA 1989
22.20 **Jak zostać Marilyn** – film dokumentalny, Fr. 2021
23.30 **Pół żartem, pół serio**
FILM – komedia, USA 1959, reż. Billy Wilder

ROMANCE TV

14.15 **Rosamunde Pilcher:**
FILM **Miłość jest nieobliczalna** – film obyczajowy, Niemcy/Austria 2022
16.05 **Rejs ku szczęściu**
FILM **– Podróż poślubna do Ligurii** – film obyczajowy, Niemcy 2022
18.00 **Zwierzyniec doktor Mertens** (105) – obycz.
19.00 **Górski lekarz** (109) – obycz., Niemcy/Austria
20.00 **Maria Montessori**
FILM **– życie dla dzieci** (1, 2) – dramat biograf., Wł. 2007
0.05 **Górski lekarz** (109)
1.00 **Maria Montessori**
FILM **– życie dla dzieci** (1, 2) – dramat biograf., Wł. 2007

ANTENA HD

13.35 **Ciężarówką przez śniegi 3** (3, 4) – serial dok.
15.30 **77 TV 3** (1, 3) – pr. rozr., Pol.
17.30 **Detektywi z Bordeaux** (1) – serial kryminalny, Francja/Belgia 2006
18.50 **Astrid i Raphaëlle: Kryminalne Geniuszki** (8)
20.00 **Morderstwa we Francji**
FILM **– La Rochefoucauld** – thriller, Francja 2020
22.00 **Detektywi z Bordeaux 3** (1) – serial kryminalny, Francja/Belgia 2008-2009
23.10 **Astrid i Raphaëlle: Kryminalne Geniuszki** (8) – serial kryminalny, Francja/Belgia/Szwajcaria 2019
0.30 **Polska. Największe tajemnice 2** (1) – rozr., Pol.
1.35 **Celnicy 3** (5, 6) – serial dok.

COMEDY CENTRAL

8.55 **Przyjaciele 10** (9-14)
11.55 **Teoria wielkiego podrywu 11** (20-24) – kom.
14.00 **Teoria wielkiego podrywu 12** (1) – kom.
14.30 **Dwóch i pół 12** (15, 16)
15.30 **Dwóch i pół** (1, 2) – kom.
16.30 **Przyjaciele 10** (15-17)
18.30 **Przyjaciele** (1, 2) – kom.
19.30 **Duchy** (15, 16) – fantasy
20.30 **Tata ma plan 2** (21) – kom.
21.00 **Tata ma plan 3** (1, 2)
22.00 **The Office PL 2** (3, 4)
23.05 **Comedy Club 8** (9, 10)
0.05 **Miasteczko South Park 21** (10)
0.30 **Miasteczko South Park 22** (1)
1.00 **Pracoholicy 5** (10, 11)

TV 6

8.55 **Kobra – oddział specjalny** (197, 198)
10.55 **48h. Zaginieni** (264-266)
13.55 **Policjantki i Policjanci** (1171) – serial obycz., Polska
14.55 **Kobra – oddział specjalny** (199, 200)
17.00 **Magnum: Detektyw z Hawajów 5** (91) – sens.
18.00 **Strażnik Teksasu** (4, 5)
20.00 **CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku** (159, 160)
21.55 **Czarna lista** (1) – serial kryminalny, USA 2013
22.55 **Łowca pedofilów** (164-166) – serial dokum.
0.55 **Więzienie** (189, 190) – dok.
1.55 **Septagon** (51-53) – krym.
5.05 **Nona i jej córki** (5)
5.45 **Telezakupy TV Okazje**

TVN FABUŁA

8.45 **Detektywi** (474, 475)
9.50 **Prawo Agaty** (13) – obycz.
10.55 **Szpital św. Anny** (64)
11.55 **Druga szansa 4** (6, 7)
13.55 **Prawo Agaty** (12) – obycz.
14.55 **Detektywi** (476, 477)
16.00 **Filmowe duety** – mag.
16.35 **Po pierwsze kino** (10)
16.45 **Atramentowe serce**
FILM – film fantasy, Niemcy/USA 2008, reż. Iain Softley
19.00 **Szpital św. Anny** (44)
20.00 **Zmierzch** – film
FILM fantasy, USA 2008
22.40 **Egzekutor** – film
FILM sensacyjny, USA 1996
0.55 **Tabu** – film psychologicz-
FILM ny, Polska 1987
3.05 **Szkoła** (720) – paradok.

STOPKLATKA

6.00 **Kabaretowe hity** (4)
6.50 **Złoty interes 2** (9) – rozr.
7.50 **Wojciech Cejrowski – boso przez świat** 8.55 **Robert Makłowicz** (129, 202) – mag. kulin.
10.45 **Pyszne dania w 10 minut z Julią Oleś 2** (6) – mag. kulin.
10.55 **Górski lekarz** (11, 12) – obycz., Niemcy/Austria
13.00 **Katastrofy w przestworzach** (3, 4, 1) – serial dok., Kan.
16.00 **MacGyver 3** (1, 2) – sens.
18.00 **Wojny magazynowe: Kanada 2** (18, 19) – reality show, Kan. 2014
19.10 **Aukcja w ciemno** (1, 2) – serial dokumentalny

POLSAT 2

5.50 **Wydarzenia**
6.30 **Nasz nowy dom** (268) – reality show, Pol. 2022
7.30 **Na ratunek 112** (871, 872) – paradok., Pol.
8.30 **Sekrety rodziny** (300-302) – paradok., Pol.
11.30 **Trudne sprawy** (1212) – serial paradokumentalny
12.30 **Dlaczego ja?** (1474, 1475) – serial paradokumentalny, Polska
14.30 **Świat według Kiepskich** (394-398) – serial kom., Polska 2012
17.00 **48h. Zaginieni** (101, 102) – serial kryminalny, Polska
19.00 **Gliniarze** (1141) – serial paradokumentalny, Polska
20.00 **Ślad** (44) – serial krym.

TVP SERIALE

5.20 **Rodzinka.pl** (74, 75)
6.25 **Na sygnale** (457, 458)
7.35 **Ojciec Mateusz** (7)
8.30 **Komisarz Alex 24** (304)
9.25 **Rodzinka.pl** (76) – kom.
9.55 **Klan** (1425, 1426) – telen.
10.50 **Ranczo 6** (74, 75) – obycz.
12.40 **Komisarz Alex 25** (320)
13.35 **Kulisy serialu „Ojciec Mateusz"** – cykl fel.
13.45 **Ojciec Mateusz 28** (358, 359) – serial krym.
15.40 **Komisarz Alex 24** (305)
16.30 **Na sygnale** (459, 460) – serial fabularno-dokum.
17.40 **Ranczo 6** (76, 77) – obycz.
19.35 **Ojciec Mateusz 28** (360) – serial kryminalny, Polska
20.30 **Ojciec Mateusz** (8) – serial kryminalny, Polska

KINO POLSKA

6.00 **Zwierzęta Wajraka 3** (3) – serial dokumentalny
6.25 **Och! Kabaret 4** (5) – program rozrywk., 2024
7.15 **Zwierzęta Wajraka 3** (4) – serial dokumentalny
7.45 **Nad Niemnem** FILM (1, 2-ost.) – film obyczajowy, 1986, wyk. Adam Marjański, Janusz Zakrzeński
11.30 **Akademia Pana** FILM **Kleksa** (1, 2-ost.) – film przyg., Polska/ZSRR 1983
15.00 **Czarne Stopy** – film FILM przygodowy, 1986, wyk. Wojciech Malajkat, Cezary Pazura
17.15 **Pogranicze w ogniu** (4, 5) – serial sensacyjny

AXN

6.00 **CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 10** (16, 17) – serial kryminalny, USA/Kanada
7.30 **Agenci NCIS: Hawaje** (1, 2) – serial kryminalny
9.20 **Castle 8** (3, 4) – serial krym., USA 2015-2016
11.15 **Detektyw Monk 3** (3, 4) – serial kryminalny, USA
13.10 **Agenci NCIS: Hawaje** (3, 4) – serial kryminalny
15.10 **Agenci NCIS 15** (13, 14) – serial sensacyjny, USA
17.10 **CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas** (13, 14) – serial kryminalny, USA/Kanada
19.10 **Castle 8** (5, 6) – serial krym., USA 2015-2016

CANAL+ PREMIUM

10.05 **Gorzko** – film krótkometr.
10.35 **Riefenstahl** – dok., Niem.
12.30 **Ida** – dramat obyczajowy, FILM Pol./Dania/Fr. 2013
13.50 **Godzina zero** (1) – serial kryminalny, Wielka Brytania 2025, wyk. Oliver Jackson-Cohen
14.40 **Fukushima: atomowy koszmar** – film dokum.
16.10 **Premierowa jazda**
16.25 **Wujowy dwór** – kom., FILM Wlk. Bryt./USA 2025
18.00 **Łapu capu** – pr. rozr., Pol.
18.05 **Saga „Zmierzch":** FILM **Księżyc w nowiu** – film fantasy, Australia/USA 2009, wyk. Kristen Stewart
20.00 **Brygada 2** (5) – sens., Fr.
20.45 **Premierowa jazda**

THRILLER SF



20.00 FILM Pogromcy poniedziałków: **Strażnik czasu** – USA/Japonia 1994

W zamachu ginie żona policjanta Walkera (Jean-Claude Van Damme, zdj.). Po latach zostaje on agentem w Urzędzie Ochrony Czasu i usiłuje schwytać senatora, który manipuluje przeszłością. **125 min**

22.05 **90 minut do śmierci** FILM – thriller, USA 2021
23.55 **Snajper** – film sens., FILM USA/Peru 1993
2.05 **Ostatni gliniarz** – kom. FILM krym., Niemcy 2019
4.15 **Dzień, w którym umarł Hitler** – film dokum.
5.40 **Wskrzeszenie** – etiuda filmowa, Polska 2022

PARADOKUMENTALNY



21.00 **Gliniarze** (1073)

Kurier zostaje uprowadzony i zamordowany. Olgierd i Krystian podejrzewają, że zabójstwo może być powiązane z jego przeszłością. Był on skazany za nieumyślne spowodowanie śmierci. **65 min**

22.05 **Rolnicy – Tak się żyje u nas na wsi** (139, 140)
23.00 **Świat według Kiepskich** (314, 315)
0.00 **Ślad** (97) – krym., Pol.
1.00 **Zdrady II** (50) – paradok.
2.05 **Wydarzenia**
2.45 **Ewa gotuje** (509) – mag.
3.25 **Demakijaż** (90) – pr. rozr.
3.45 **Interwencja** – mag.
4.00 **Strzelnica Navala** (6)
5.00 **Interwencja** – mag.

OBYCZAJOWY



21.30 **Ranczo 6** (78) – Pol. 2012

Zdesperowana dyrektorka szkoły udaje się po pomoc do Kozioła i Czerepacha. Mężczyźni dostrzegają szansę na poprawę swojego wizerunku i rozpoczynają kampanię w mediach. **55 min**

22.25 **Ranczo 7** (79) – serial obyczajowy, Polska 2013
23.20 **Ojciec Mateusz 28** (361) – serial kryminalny, Polska
0.10 **Na sygnale** (910-914) – serial fabularno-dokum.
3.00 **Ratownicy** (9) – serial obyczajowy, Polska 2010
3.55 **Klan** (1424, 1425) – telenowela, Polska 2008
5.00 **Rodzinka.pl** (313) – serial komediowy, Polska 2026

OBYCZAJOWY



20.00 **Tam i z powrotem** FILM – 2001, reż. Wojciech Wójcik

Chirurg Andrzej (Janusz Gajos, zdj.) i jego kolega (Jan Frycz, zdj.) chcą kupić fałszywe paszporty. By zdobyć pieniądze, napadają na konwój. W szpitalu jedynego świadka przestępstwa ma operować Andrzej. **130 min**

22.10 **Wtorek** – komedia, 2001, FILM wyk. Paweł Kukiz, Bolec
0.10 **Jak pies z kotem** – FILM – komediodramat, 2018, wyk. Robert Więckiewicz
2.20 **Ściema po polsku** – FILM – komedia obyczajowa, 2021, wyk. Mariusz Pujszo
4.45 **Moje Stare** – etiuda film.
5.30 **Tama** – etiuda film., 2024

KRYMINALNY



21.05 **FBI: International 4** (7)

Booth przekonuje byłą żonę Eda Haskinsa, Kelsey, do pomocy FBI w wywabieniu go z Rosji. Do spotkania ze zdrajcą ma dojść w Tallinie. W trudnej akcji pomagają Mitchell i Fly Team. **60 min**

22.05 **FBI: Most Wanted 4** (10) – serial krym., USA 2022
23.00 **CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas** (13, 14) – krym., USA/Kan.
0.45 **Castle 8** (5, 6) – krym.
2.40 **FBI: International 4** (7) – serial kryminalny, USA
3.35 **FBI 2** (2) – serial krym.
4.30 **Walker: Strażnik Teksasu** (3) – serial krym.
5.15 **Blok promocyjny AXN**

WOJENNY



21.00 **Kontyngent** (4)

Forss ma szansę na udział w programie dyplomatycznym. Wiąże się to z opuszczeniem oddziału. Do Vareš przybywa grupa muzułmanów, by dokonać zemsty. **45 min**

21.45 **Pies 51** – thriller, Francja FILM 2025, wyk. Gilles Lellouche
23.30 **To się nie dzieje** FILM – thriller, Polska 2025
0.50 **Nieukończony film** FILM – dramat obyczajowy, Singapur/Niem./USA 2024
2.35 **Quebonafide: Północ/Południe** FILM – musical, Polska 2025

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

13 ULICA

6.20 **Zbrodnie idealne** (7, 8) – serial kryminalny, Fr. 2017
8.35 **Petra** (2) – serial krym., Wł.
10.30 **Agenci NCIS: Los Angeles 14** (9, 10) – sens.
12.20 **Motyw 4** (10, 11) – krym.
14.10 **Zbrodnie idealne** (9, 10) – serial kryminalny, Fr. 2017
16.25 **Petra** (3) – serial krym., Wł.
18.15 **Agenci NCIS: Los Angeles 14** (11, 12) – sens.
20.05 **Motyw 4** (12, 13) – serial kryminalny, Kanada 2016
22.00 **Niepokojące zaginięcia:** FILM **Strach na kampusie** – film kryminalny, Fr. 2024
0.00 **Równoległe śledztwo** (4) – serial kryminalny, Fr. 2023
2.00 **Petra** (3) – serial krym., Wł.
3.50 **Zbrodnie idealne** (9, 10) – serial kryminalny, Fr. 2017

POLSAT FILM

7.30 **Doktor Martin** (8) – obycz.
8.30 **Przyjaciółki** (271, 272)
10.25 **Świat według Kiepskich** (116, 117, 184, 49, 50)
13.05 **Ron Usterka** – film anim., FILM Kan./USA/Wlk. Bryt. 2021
15.15 **Wojna o planetę małp** FILM – film s.f., USA/Kanada/Nowa Zelandia 2017
18.20 **Gran Turismo** – dramat FILM przygodowy, USA/Jap. 2023
21.00 **Egzorcysta papieża** FILM – horror, USA/Wielka Brytania/Hiszpania 2023
23.05 **Terminator: Mroczne przeznaczenie** – film s.f., FILM Chiny/USA/Hiszpania 2019
1.50 **Gliniarze** (338) – paradok.
2.50 **Fala zbrodni** (54, 55) – serial sensacyjny, Polska
4.50 **Na ratunek 112** (825, 826)

HBO

9.00 **IO** – dramat obyczajowy, FILM Polska/Włochy 2022
10.30 **Ona** – melodramat, USA FILM 2013, wyk. Joaquin Phoenix
12.35 **Alita: Battle Angel** FILM – film s.f., USA 2019
14.35 **Życie** – dramat obycz., Wlk. FILM Bryt./Japonia/Szwecja 2022
16.15 **Pasażerowie** – dramat FILM s.f., USA/Australia 2016
18.10 **Priscilla** – dramat FILM biograficzny, Wł./USA 2023
20.00 **Euforia 3** (8) – serial obycz.
21.30 **Władca much** (3) – sens.
22.35 **Fachowiec** – film sensacyj- FILM ny, Wlk. Bryt./USA 2025
0.35 **Przeznaczenie** – thriller FILM s.f., Australia/USA 2014, wyk. Ethan Hawke
2.15 **30 dni mroku** – horror, FILM USA/Nowa Zelandia 2007

WARNER TV

6.15 **Prawo Agaty** (3, 4)
8.05 **JAG – Wojskowe Biuro Śledcze 9** (3) – serial sens.
9.05 **Bajer z Bel-Air 3** (4, 5)
10.05 **Prawo Agaty** (3) – obycz.
11.00 **Pełna chata 6** (5, 6) – kom.
12.00 **JAG – Wojskowe Biuro Śledcze 9** (4, 5) – sens.
13.55 **Bajer z Bel-Air 3** (4-7)
15.55 **Pełna chata 6** (5-8) – kom.
17.55 **Godziny szczytu 2** FILM – komedia sens., USA 2001
19.40 **Nacigacze** – komedia FILM kryminalna, USA 2003
22.00 **Kula** – thriller s.f., USA FILM 1998, wyk. Dustin Hoffman
0.40 **Mad Max: Na drodze** FILM **gniewu** – film s.f., Australia/USA 2015, wyk. Tom Hardy
2.55 **To jest mój kraj** – dramat FILM wojenny, USA 1943

ALE KINO+

9.25 **The Hero** – film krótkometr.
10.00 **Bestia** (3, 4) – krym., Kan.
12.05 **Vera 12** – serial kryminalny
14.00 **Klub wtorkowy** FILM – komediodramat, Szwecja 2022
16.05 **Nasze córki** – dramat FILM obyczajowy, Austria/Belgia/Holandia 2025
18.15 **Vera 13** (1) – serial krym.
20.10 **Largo Winch 3: Cena pieniądza** – film FILM przygodowy, Fr./Belgia 2024
22.10 **Co się stało z Gracie Darling** (5, 6-ost.) – krym.
0.15 **Dig** – thriller, USA 2022, FILM wyk. Emile Hirsch
2.05 **Klangor** (7) – serial krym.
2.55 **Biały Potok** – komedia, FILM Polska 2021
4.15 **Być kimś** – film krótkometr.

CANAL+ FILM

11.55 **Zmierzch** – film FILM fantasy, USA 2008
13.55 **Asekuracja** – film krótkometraż., Pol. 2023
14.25 **Mamma Mia!** – kom. muz., FILM USA/Wlk. Bryt./Niemcy 2008
16.15 **Listy do Julii** – komedia FILM romantyczna, USA 2010
18.00 **Krucjata Bourne'a** FILM – thriller, USA/Niemcy 2004
19.45 **Łapu capu** – rozr., Pol. 2026
20.00 **Bękarty wojny** – dramat FILM wojenny, USA/Niemcy 2009
22.25 **Jarhead. Żołnierz** FILM **piechoty morskiej** – dram. wojenny, USA/Niem./Wielka Brytania 2005
0.25 **Opętany** – horror, FILM Włochy/USA 2023
1.50 **PRO8L3M 'REALITY-CHECK** – koncert, Pol. 2020

SCI FI

6.00 **Wojna królestw** (6)
7.00 **The Ark** (10-12) – serial s.f.
10.00 **Bibliotekarze** (3, 4)
11.50 **Czarodziejki 7** (11, 12)
13.40 **Grimm 4** (9, 10) – fantasy
15.30 **Bibliotekarze** (5, 6)
17.20 **Czarodziejki 7** (13, 14) – serial fantasy, USA 2005
19.10 **Grimm 4** (11, 12) – fantasy
21.00 **Miasto cienia** – film FILM przygodowy, USA 2008
23.00 **Pana Magorium** FILM **cudowne emporium** – kom. fantasy, USA 2007
0.55 **Szkoła czarownic** FILM – horror, USA 1996
3.00 **Czarodziejki 7** (13, 14) – serial fantasy, USA 2005
5.00 **Wojna królestw** (6)

PARAMOUNT NETWORK

6.00 **Elementary 3** (11-14)
9.20 **Policyjna grupa pościgowa 21** (6) – dok.
10.20 **Gwiezdny pył** – film FILM fantasy, USA/Wielka Brytania/Islandia 2007
13.00 **Czarodziejki** (1, 2)
15.00 **Zapłata** – thriller s.f., FILM USA/Kanada 2003
17.35 **Mission: Impossible** FILM – film sensacyjny, USA 1996
20.00 **Planeta Singli. Osiem historii** (1, 2) – serial kom.
22.00 **Koliber** – dramat sens., FILM USA/Wielka Brytania 2013
0.00 **Jęk czarnego węża** FILM – dramat obycz., USA 2006
2.30 **Straszny film 3** – horror FILM komediowy, USA 2003

FX

7.10 **Kości** (9, 10) – serial krym.
9.00 **Z archiwum X** (20) – s.f.
10.00 **CSI: Kryminalne zagadki Miami** (8, 9) – serial krym.
11.50 **CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku** (13, 14)
13.45 **Agenci NCIS** (7, 8) – sens.
15.35 **FBI** (20) – serial kryminalny
16.30 **CSI: Kryminalne zagadki Miami** (10, 11) – krym., USA
18.20 **Z archiwum X** (21) – s.f.
19.15 **FBI** (21) – serial kryminalny
20.10 **CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku** (15, 16)
22.00 **Tropiciel** (16) – serial krym.
22.55 **Z archiwum X** (21) – s.f.
23.50 **9-1-1** (12) – serial obycz.
0.45 **FBI** (21) – serial kryminalny
1.40 **Agenci NCIS** (8) – sens.

KINO TV

8.35 **Zagadki kryminalne panny Fisher 2** (10, 11)
11.00 **Panna Scarlet i komisarz** (3, 4) – serial kryminalny
13.10 **Poirot** – serial kryminalny
15.15 **Zagadki kryminalne panny Fisher 2** (12, 13)
17.50 **Panna Scarlet i komisarz** (5, 6) – serial kryminalny
20.00 **Flintstonowie** FILM – komedia, USA 1994
22.00 **Zmowa pierwszych żon** FILM – komedia, USA 1996
0.05 **Ninja: Cień łzy** – film FILM sens., Tajlandia/USA 2013
2.00 **Cube** – horror, Kanada FILM 1997, wyk. Nicole de Boer, Nicky Guadagni
4.20 **Bonanza** (31) – obycz., USA

CANAL+ SERIALE

9.55 **Planeta Singli. Osiem historii** (6) – serial kom.
10.50 **Łapu capu** – rozr., Pol. 2026
11.00 **Naruto** (2-4) – serial anime
12.30 **The Office PL 3** (7-9)
14.10 **Premierowa jazda** – mag.
14.30 **Naruto** (25, 26, 1) – anime
16.00 **Malediwy. Wodne królestwo Oceanu Indyjskiego** (1-3) – serial dok.
18.40 **Captain Tsubasa** (50-52)
20.00 **Wartownicy** (3, 4) – serial wojenny, Francja 2023
21.35 **Hollywood Buzz** – mag.
22.00 **Gangi Londynu 3** (1, 2) – krym., Wlk. Bryt./USA 2024
23.50 **Emigracja XD** (1-5) – kom.
2.20 **Klangor** (1, 2) – krym., Pol.
4.10 **Chwile szczęścia** (1, 2)

CANAL+ 360

14.00 **Najniebezpieczniejsze miejsca na świecie** (3)
15.00 **Chwila prawdy** (6) – dok.
16.00 **Hot Roads – Najniebezpieczniejsze drogi świata 3** (6) – serial dokum.
17.00 **Zhołowani: ciężarówki w opałach 7** (15) – dok.
18.00 **Porzucone konstrukcje** (12) – serial dok., Wlk. Bryt.
18.55 **Najniebezpieczniejsze miejsca na świecie** (2)
19.50 **Zhołowani: ciężarówki w opałach 7** (16) – dok.
20.50 **Co poszło nie tak** (3)
21.55 **Sung Kang – szybki i dociekliwy** (6) – dok.
23.00 **Zasada przyjemności** (5) – serial kryminalny

PREMIERA – pierwszy raz w telewizji – tylko dla dorosłych

PONIEDZIAŁEK 1 czerwca

WSCH. SŁ. 04.30 ZACH. SŁ. 20.54 | Imieniny: Jakuba, Justyny, Konrada

TeleTydzień

TLC

9.00 **Wyzwanie – pierwsze dziecko**
10.00 **Wiza na miłość: dalsze losy 8** – reality show, USA
11.00 **Kiedy dzieci mają dzieci 7**
12.00 **Mali ludzie, wielka rodzina 11**
13.00 **Wiza na miłość: Znowu do wzięcia**
15.00 **Wiza na miłość: pierwsze spotkanie, pościelowe rozmowy 7**
16.00 **Historie wielkiej wagi** (3): Robin i Garrett – dok.
18.00 **Historie wielkiej wagi: Brazylia** – reality show



19.00 **Wiza na miłość: Romans na Karaibach**
20.00 **Wiza na miłość: Wielka Brytania 3** – reality show
21.00 **Wiza na miłość 12** (1)
23.00 **Trójkąt zbrodni**
0.00 **Dr Pryszczylla 4**
1.00 **Wiza na miłość: Wielka Brytania 3** – reality show
2.00 **Wiza na miłość 12** (1)

POLSAT CAFÉ

6.00 **Przyjaciółki** (1, 14) – serial obyczajowy, Pol.
8.00 **Co ludzie powiedzą** (1, 2) – serial komediowy
9.25 **Hell's Kitchen – Piekielna Kuchnia** (63, 64) – reality show, Pol.
12.30 **Bogaty dom – biedny dom** (125, 126) – reality show, Polska 2025
14.25 **Kolacja w ciemno** (3, 4) – pr. rozrywk., Pol. 2021
16.25 **Hell's Kitchen – Piekielna Kuchnia** (21) – reality show, Pol. 2015
18.00 **Nasz nowy dom** (334, 335) – reality show



20.05 **Więzienie kobiet** (116, 117, 136, 137) – dok., Pol.
22.00 **Walka o życie** (2) – dok.
23.00 **Gry małżeńskie** (200, 201) – reality show
1.00 **Kolacja w ciemno** (1, 2)
3.00 **Więzienie kobiet** (46, 47) – serial dokum.
4.00 **Zdrady** (80, 81) – serial paradokumentalny, Pol.

TVN STYLE

5.25 **Damy i wieśniaczki. Litwa 2** (27, 28-ost.) – program rozrywkowy, Litwa 2024
7.10 **Co za tydzień** – magazyn kulturalny
7.45 **Dzień Dobry TVN** – magazyn
11.20 **Ugotowani** (5, 6) – pr. kulin.-rozrywk., Pol. 2013
13.30 **Kuchenne rewolucje** (4, 3) – pr. rozr., Pol. 2018
15.35 **Jestem z Polski 15** (6, 7) – serial dokum., Pol. 2025
17.40 **Kuchenne rewolucje** (7-9) – program rozrywkowy, Polska 2024



20.50 **Babski biznes** (6) – rozr.
21.50 **Jestem z Polski 15** (14, 15) – serial dokum.
23.45 **Hotel Paradise 11** (5)
0.45 **Prince Charming** (1)
2.00 **Apetyt na miłość** (3)
3.00 **Wiem, co jem i wiem, co kupuję** (1, 2) – mag.
4.25 **Zrób coś z tym dzieckiem** (1) – mag.

DISCOVERY CHANNEL

9.00 **Gorączka złota: rzeka skarbów:** Żyła złota
10.00 **Klan z Alaski**
11.00 **Przetrwać nad Jukonem:** Zator na rzece
12.00 **Fani czterech kółek 16**
13.00 **Nagi instynkt przetrwania 11** (6)
15.00 **Złomowisko PL 4** (5)
16.00 **Gorączka złota 16** (4)
17.00 **Celnicy na straży Szwecji 4** (2)
18.00 **Kamperem przez świat** (5)
19.00 **Nagi instynkt przetrwania: nagroda za przeżycie 3**



21.00 **Nic do ukrycia** (5)
22.00 Premiera: **Celnicy na straży Szwecji 4** (3)
23.00 Premiera: **Celnicy na straży Turcji** (14)
0.15 **Gorączka złota 16**
1.15 **Hot rod wg Kindiga**
2.15 **Fani czterech kółek – skróty** (4)
2.30 **Porty: Hiszpania** (5)

TVP HISTORIA

9.35 **Ex Libris** – magazyn
10.05 **Papcio Chmiel** – dok.
11.05 **Arsenał. Magazyn militarno-historyczny**
11.35 **Najwspanialsze góry Afryki** (3) – cykl dokum.
12.45 **Zabójcza nauka** (3)
13.50 **Królowie** (26) – hist., Pol.
14.30 **Pogranicze w ogniu** (14) – serial sens., Polska
15.40 **Sensacje XX wieku**
17.30 **Czas honoru** (65) – serial wojenny, Polska 2012
18.25 **Pokazowe dzieci PRL – gdańskie pięcioraczki** – film dok.
19.40 **Królowie** (65) – hist., Pol.



20.20 **Ekstradycja 2** (6) – sens.
21.20 **Zagłada Drednotów, czyli wielkie samozatopienie** – dok.
22.25 **Kroniki Hitlera** (13): Samobójstwo. Rok 1945
23.35 **Sensacje XX wieku** – program historyczny
1.40 **Encyklopedia II wojny światowej** (1): Skazani

FOKUS TV

7.00 **Była sobie Ziemia** (26)
7.30 **Byli sobie podróżnicy** (2, 3, 5) – serial anim., Fr.
8.55 **Wehikuł czasu**
9.00 **Starożytni kosmici** (5)
10.00 **Gwiazdy lombardu** (61-64) – reality show, USA
12.00 **Wielkie konstrukcje III Rzeszy** (2) – serial dok.
13.00 Premiera: **Poszukiwacze historii** (10, 11)
14.00 **Naziści: ściśle tajna nauka** (7, 8) – serial dok.
16.00 Premiera: **Dorwać tuńczyka** (12, 13) – dok.
18.00 **Rolnicy. Podlasie** (2, 3)
20.00 **Galileo** (3)



21.00 **Tajemnice zamków** (4) – serial dokum., Kan. 2023
22.00 **Ostatnie dni nazistów** (5, 6) – serial fab.-dokum.
0.00 **Starożytni kosmici** (7) – serial dokum., USA 2009
1.00 **Rolnicy. Podlasie** (37-40) – serial dok., Pol.
5.00 **Kołowrotek** (8, 9) – magazyn wędkarski

METRO

8.35 **Szpital** (732, 733) – paradok.
10.35 **Sędzia Anna Maria Wesołowska** (301, 302)
12.35 **Szkoła** (693) – paradok., Pol.
13.35 **Anatomia piękna 2** – rozr.
14.35 **Zapukaj do moich drzwi** (149) – telen., Turcja 2020
15.45 **The Floor** – teleturniej, Pol.
17.00 **Fani czterech kółek 16**
18.00 **Prawo Agaty 5** (3) – obycz.
19.00 **Kartoteka 10** (17, 18)
21.05 **Kryminalni** (13, 1) – krym.
23.15 **CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 10** (14) – krym.
0.15 **Zbrodnie z pierwszych stron gazet 6** – serial dok.
1.15 **Szpital** (725) – paradok., Pol.
2.15 **Szkoła** (823, 824) – paradok.
4.10 **Nowa Maja w ogrodzie 3**

ZOOM

8.00 **Strażnik Teksasu 8** (6, 7)
9.50 **MacGyver** (21, 22) – sens.
11.55 **Pułapki umysłu**
13.00 **Wojny magazynowe: Kanada** – reality show, Kan.
15.30 **Sensacje XX wieku** – hist.
17.50 **Wojciech Cejrowski – boso przez świat**
20.00 **Kobra – oddział specjalny 22** (6, 7) – sens.
22.00 **Dynamo: Więcej niż magia 2** – serial dokum.
23.05 **Magia nagości 5** – pr. rozr.
0.05 **Magia nagości 4** – pr. rozr.
1.25 **Adam szuka Ewy VIP. Holandia** – pr. rozr., Holandia
2.30 **Kabaretowe przeboje 2**
3.35 **I love kabaret** – pr. rozr., Pol.
4.40 **Kabaretowe przeboje 2**

FOOD NETWORK

8.20 **Kuchenne rewolucje** – rozr.
9.20 **Makłowicz w Polsce**
11.35 **10 zadań specjalnych Michela Morana 2** – pr. rozr.
13.20 **Miłość od kuchni** – pr. rozr.
14.20 **Akcja: Restauracja!**
15.20 **Bójka na plaży** – serial dok.
16.20 **Kuchenne rewolucje** – rozr.
17.20 **Magda gotuje internet**
17.55 **Apetyt na miłość** – pr. rozr.
18.55 **Dziecięce mistrzostwa wypieków** – telet. kulin.
19.55 **Kulinarny poker**
20.55 **Wiosenny turniej wypieków** – reality show
22.00 **Pyszne miejscówki** – mag.
23.05 **Akcja: Restauracja! 19**
0.05 **Człowiek kontra jedzenie**
1.35 **Zamiana szefów kuchni**

DISCOVERY SCIENCE

6.00 **Jak to jest zrobione?**
8.00 **Autostrada spotkań z UFO:** Ucieczka ze Strefy 51
9.00 **Gwiezdne bitwy**
11.00 **Gigantyczne konstrukcje według Hammonda** – rozr.
13.00 **Podziemne sekrety**
15.00 **Jak działa wszechświat? 6**
18.00 **Jak to jest zrobione?**
21.00 **Jak działa wszechświat?:** Stworzeni przez czarne dziury; Tajny Świat Nebulas
23.00 **NASA – archiwum tajemnic 4:** Kosmici i Stalin w Strefie 51; Księżycowe potwory z Saturna – dok.
1.00 **Jak działa wszechświat? 6**
4.00 **Gigantyczne konstrukcje według Hammonda** – rozr.

NATIONAL GEOGRAPHIC

11.00 **Megamaszyny**
12.00 **Wielkie konstrukcje: Lodołamacz** – film dok., Fr.
13.00 **Wojna widziana z powietrza**
15.00 **Strzegąc granic**
16.00 **Egipt: Miejsce pełne tajemnic**
17.00 **Zaginione skarby Biblii**
18.00 **Żelazna kurtyna: Życie pod radziecką okupacją**
19.00 **Historia Związku Radzieckiego** (1) – film dok.
20.00 **Katastrofa w przestworzach: Tuż przed lądowaniem**
21.00 **Katastrofa w przestworzach: Raport specjalny**
22.00 **Katastrofa w przestworzach**

BBC EARTH

12.25 **Zielona planeta** – serial dok.
13.30 **Dynastie** – serial dokum.
14.40 **W okowach mrozu** – dok.
15.40 **Życie na pustkowiu 12**
16.40 **Amerykańskie Południe**
17.45 **Wielkie archeologiczne odkrycia 2** – serial dokum.
18.45 **Najpiękniejsze trasy spacerowe** – serial dokum.
19.45 **Układ Słoneczny** – dok.
20.55 **Życie na pustkowiu: powroty** – serial dokum.
21.55 **W okowach mrozu** – dok.
22.55 **Amerykańskie Południe**
0.00 **Szlakiem przypraw z Joanną Lumley** – dok.
1.00 **Wielkie archeologiczne odkrycia 2** – serial dokum.
2.05 **W okowach mrozu 11**

WP

10.55 **Porzucone budowle 8**
12.00 **Wariaci za kierownicą 2**
13.00 **Makłowicz w podróży**
14.00 **Pokochaj lub sprzedaj Vancouver 3**
16.50 **Pogoda**
17.00 **Komisarz Cassandre: Zbrodnie w Alpach 7** (1)
18.50 **Policjanci z sąsiedztwa 3**
19.50 **Agenci wpływu: tajna broń Kremla** – film dokum.
21.55 **Pogoda**
22.05 **Przebojowe kabarety**
23.05 **1, 2, 3... Kabaret! 4** – pr. rozr.
0.00 **Mistrzowie Kabaretu 10**
1.00 **Mistrzowie Kabaretu 9**
2.00 **Mistrzowie Kabaretu 13**
3.00 **Mistrzowie Kabaretu 6**

NOWA TV

9.30 **Całkiem nowe lata miodowe** (7) – serial kom.
10.00 **Miodowe lata** (15) – kom.
10.30 **Więzienie** – serial dokum.
12.00 **Poirot 5** (8) – krym., Wlk. Bryt.
13.00 **Poirot** – serial kryminalny
15.00 **Świat według Bundych 4** (66-71) – serial komediowy
18.00 **Całkiem nowe lata miodowe** (4) – serial kom.
18.30 **Miodowe lata** (66-68)
21.00 **Zdrady** (104) – paradok., Pol.
22.00 **Ślad** (15, 16, 106) – krym., Pol.
1.00 **Łowca pedofilów** – dok.
3.00 **TV okazje**
3.50 **Wehikuł czasu**
4.00 **Sala operacyjna**
5.00 **Pod lupą** – magazyn

HGTV HOME & GARDEN

11.00 **Zarobić na remoncie 6**
11.31 **Usterka 11** (1, 2) – fab.-dok.
13.00 **Zbudujemy fajny dom**
13.55 **Zbudujemy fajny dom 2**
14.55 **Mieszkanie na miarę**
15.55 **Mieszkanie na miarę 2**
16.55 **Polowanie na ogród 7**
17.30 **Polowanie na ogród 8**
18.05 **Weekendowa metamorfoza 5** – pr. rozr.
19.00 **Weekendowa metamorfoza 6** – pr. rozr.
20.00 **Zgłoś remont 11** – pr. rozr.
21.00 **Dorota was urządzi!** – rozr.
22.30 **House Hunters – Poszukiwacze domów 8**
0.40 **Kupujemy dom na plaży 25** – serial dokum.

TRAVEL CHANNEL

6.00 **Kup pan zamek** – serial dok.
8.05 **Jak to robią zwierzęta?**
10.10 **Dziwaczne potrawy: Smakowite miasta** – serial dok.
12.15 **Aloha, nowy dom!** – pr. rozr.
14.20 **Człowiek kontra jedzenie**
14.55 **Nieoczywiste miejsca**
17.00 **Dorwać komandosa** – dok.
18.00 **Megaładunki** – serial dok.
19.00 **Oblicza Azji** – serial dokum.
21.05 **Sprawa dla medium i detektywa** – serial dokum.
23.10 **Kobieta na krańcu świata** – serial dokumentalny
0.55 **Aloha, nowy dom!** – pr. rozr.
3.00 **Dorwać komandosa** – dok.
4.00 **Megaładunki** – serial dok.
5.05 **Człowiek kontra jedzenie**

NATIONAL GEOGRAPHIC WILD

8.00 **Nadciąga wielka woda**
9.00 **Europa z powietrza**
10.00 **Weterynarz do zadań specjalnych**
11.00 **Dzikie miejsca Europy**
12.00 **Śmierć przychodzi po zmroku:** Noc żywych trupów
13.00 **Przedziwna planeta Ziemia:** Oddech – serial dok.
14.00 **Czarna pantera** – film dok.
15.00 **Drapieżnik kontra ofiara**
16.00 **Parki narodowe Ameryki**
17.00 **Oko w oko z dziką naturą**
18.00 **Zadziwiająca Australia**
19.00 **Zwierzaki w amoku**
20.00 **Niszczycielskie żywioły**
21.00 **Niezwykły dr Pol**
2.00 **Nadciąga wielka woda**

POLSAT VIASAT HISTORY

12.25 **Militarny ranking:** Broń
13.30 **W poszukiwaniu zaginionych wikingów**
14.30 **Tajne bazy nazistów 3**
16.30 **Tajemnice Jezusa** – dok.
17.40 **Wojna światowa: 1914-1945:** Wielka zima: 1914
18.40 **Militarny ranking:** Broń
19.50 **Cesarstwo Rzymskie: mity i fakty**
21.00 **Naziści: korzenie zła**
22.10 **Najgroźniejsi ludzie Hitlera:** Hans Frank – dok.
23.10 **Kto napisał Nowy Testament?** – film dok., Fr.
0.20 **Wojna światowa: 1914-1945:** Wielka zima: 1914
1.15 **Militarny ranking:** Broń

CANAL+ KUCHNIA

15.45 **Włoska kuchnia Gino...**
16.40 **Jamie Oliver: 5 składników po śródziemnomorsku** – mag.
17.35 **David Rocco w zaciszu domowej kuchni** – dok.
18.00 **Luke Nguyen w Indiach**
18.30 **Jakubiak rozgryza Maltę**
18.55 **Nie tylko kimchi 2** – mag.
19.25 **M jak mięso 3:** Ukraina
20.15 **Jamie Oliver – łatwe przepisy na co dzień**
21.15 **Anthony Bourdain – miejsca nieznane 11**
0.45 **Bitwa na smaki: David vs Matteo 3**

CANAL+ DOMO HD

12.50 **Gardeners' World 16**
14.05 **Cudotwórcy 7** – mag.
15.00 **Kupcie sobie zamek! 2**
15.55 **Tomasz Pągowski. Remont u Ciebie 8** – mag.
16.50 **Gardeners' World 16**
18.00 **Ucieczka na wieś 25** – dok.
19.00 **Wielkie projekty: Nowa Zelandia 9** – serial dokum.
20.00 **Daleko od miasta 11** – dok.
21.00 **Cudotwórcy 7** – mag.
22.00 **Wielkie projekty: Szwecja 5** – serial dokum.
22.50 **Pokochaj lub sprzedaj: Wielka Brytania 10**
23.45 **Luksusowa ucieczka 6**

SUPER POLSAT

10.30 **SuperLudzie** – serial dokum.
11.30 **Świat według Kiepskich** (353-356) – serial kom., Polska
13.30 **Bitwa o palety**
14.30 **Hell's Kitchen – Piekielna Kuchnia 5** – reality show, Pol.
16.00 **Ninja Warrior Polska**
18.00 **Świat według Kiepskich** (459, 460, 498, 499) – kom.
20.00 **Złomiarze** – serial dokum.
21.00 **Kapitan Phillips** – dramat FILM biograficzny, USA 2013
23.40 **Rok pierwszy** – komedia FILM przygodowa, USA 2009
1.55 **Świat według Kiepskich** (105, 436-438) – serial kom.

TVP KOBIETA

13.00 **Na dobre i na złe** (561)
13.55 **Kiedyś to było...** – magazyn
14.25 **Okrasa łamie przepisy**
15.00 **Jak to się mówi, czyli Kasia u Bralczyka** – mag.
15.30 **Ojciec Mateusz 29** (379, 380) – serial kryminalny
17.30 **Rękopisy z Kumran** – dok.
18.30 **Hity wszech czasów**
19.30 **Miłość i nadzieja** (261)
20.30 **Wichrowe wzgórze** (242)
21.30 **La Promesa – pałac tajemnic** (242) – serial obycz.
22.30 **Anglik, który mnie kochał** FILM – komedia romantyczna, USA/Wielka Brytania 2014

PLANETE+

12.35 **Oman. Cuda Półwyspu Arabskiego** (1) – film dokum.
13.50 **Wiatr. Niewidzialna siła**
14.50 **Krajobrazy świata** – dok.
15.50 **Niezwykłe podróże koleją 4** – serial dokum.
16.55 **360° Świat bez granic**
18.05 **Na tarcach świata 2**
18.40 **Zdrajcy/Patrioci** – dok.
19.45 **Tutanchamon: wielkie odkrycie** – film dokum.
20.50 **Niezwykłe podróże koleją 14** – serial dokum.
22.00 **Normanowie na Sycylii** – film dokumentalny
23.10 **Krótka historia miłości**

TVP DOKUMENT

13.40 **Król łąk:** Narodziny
14.35 **Zagadkowe życie ptaków miejskich** (1) – film dokum.
15.40 **Cudowne dzieci – operacja nadzieja** – dok.
16.50 **W stronę sacrum:** Przyroda
17.50 **Sanatorium miłości**
18.50 **Bob Fosse: show czas zacząć!** – film dokumentalny
20.00 **Orlando – światowa stolica rozrywki** – film dok.
21.05 **Dzieci wroga** – film dokum.
22.10 **Zaginięcie Madeleine McCann** – dok., Wlk. Bryt.
23.25 **Barbara Włodarczyk zaprasza** – magazyn

▶ – godzina zakończenia programu O – tylko dla dorosłych

TVP SPORT

10.30 **Wioślarstwo:** Zawody PŚ w Sewilli – finały
12.05 **Koszykówka 3x3:** MŚ – Warszawa 2026 **(live)**
14.25 **Koszykówka mężczyzn:** NBA
15.20 **Kamerą TVP Sport**
15.40 **Magazyn 2. ligi piłkarskiej** – mag.
16.25 **Betclic 1. liga magazyn**
17.20 **Betclic 1. liga magazyn**
18.25 **Koszykówka 3x3 kobiet:** MŚ – Warszawa: Czechy – Holandia, Polska – Madagaskar **(live)**
19.30 **Gala ORLEN Ekstraligi (live)**



20.35 Koszykówka 3x3 kobiet: MŚ – Warszawa: Holandia – Azerbejdżan, Polska – Czechy **(live)**
21.10 **Koszykówka 3x3:** MŚ – Warszawa 2026 **(live)**
22.10 **Sportowy wieczór**
22.40 **Piłka nożna kobiet:** Madrid CFF – Barcelona
0.45 **Boks:** Polska Liga Boksu

EUROSPORT 1

9.30 **Kolarstwo kobiet:** Giro d'Italia – 2. etap
10.30 **Tenis:** Turniej French Open w Paryżu – mecz 4. rundy gry pojedynczej
11.00 **Tenis:** Turniej French Open w Paryżu – mecz 4. rundy **(live)**
13.00 **Tenis:** Turniej French Open w Paryżu – mecz 4. rundy **(live)**
16.00 **Tenis:** Turniej French Open w Paryżu – mecz 4. rundy **(live)**
18.00 **Tenis:** Turniej French Open w Paryżu – mecz 4. rundy **(live)**



20.00 Tenis: Turniej French Open w Paryżu – mecz 4. rundy **(live)**
23.30 **Tenis:** Turniej French Open w Paryżu – mecz 4. rundy gry pojedynczej
0.30 **Tenis:** Turniej French Open w Paryżu – 4. runda
1.30 **Kolarstwo kobiet:** Giro d'Italia – 3. etap

POLSAT SPORT 1

6.00 **Hokej:** Mistrzostwa świata – Szwajcaria 2026 – mecz finałowy
9.00 **Polsat Sport Talk**
10.00 **Piłka ręczna mężczyzn:** ORLEN Superliga – 2. mecz finałowy: Industria Kielce – ORLEN Wisła Płock
Dwa ostatnie finały mistrzostw Polski padły łupem Wisły Płock.
12.30 **Hokej:** Mistrzostwa świata – Szwajcaria 2026 – mecz o 3. miejsce
15.00 **Hokej:** Mistrzostwa świata – Szwajcaria 2026 – mecz finałowy



18.50 Piłka nożna: Norwegia – Szwecja **(live)**
21.00 **Lekkoatletyka:** Diamentowa Liga w Rabacie
23.00 **Piłka ręczna mężczyzn:** ORLEN Superliga – 2. finał: Industria – Wisła Płock
1.00 **Hokej:** MŚ – Szwajcaria 2026 – mecz o 3. miejsce

TVP ABC

8.30 **Wissper**
9.00 **Tru i Tęczowe Królestwo**
9.30 **Domisie**
10.00 **Cześć, czy mogę Cię zjeść?**
10.20 **Przygody Bolka i Lolka**
11.05 **Małe i duże przygody Miffy**
11.35 **Stacyjkowo**
11.55 **Strażak Sam**
12.25 **Domisie**
13.00 **Figu Migu na planecie Czochras**
13.20 **Pszczółka Maja**
13.50 **Lupin wśród bajek**
14.05 **Lassie i przyjaciele**



14.30 Świnka Peppa 7
14.45 **Yakari**
15.15 **Al-chemik**
15.35 **Mała Marinette**
16.05 **Krecio**
16.35 **Tygrysek Percy i jego opowieści**
17.05 **Dino Ranczo**
17.20 **Smok Diplodok** – anim.,
FILM Czechy/USA/Polska 2024

MINIMINI+

6.12 **Marta mówi**
7.05 **Edzio i Lusia**
7.32 **Kicia Kocia**
8.20 **Cloudy & Stormy**
8.40 **Bing**
9.05 **Baranek Shaun**
9.31 **Smerfy**
10.25 **Ciekawski George 6**
10.51 **Baczne oczka**
12.50 **Moje urodziny**
13.00 **Blaze i megamaszyny 2**
13.30 **Koci domek Gabi**
13.55 **Moje urodziny**
14.03 **Kicia Kocia**
14.22 **Cloudy & Stormy**
14.45 **Gazu, pieski, gazu! 2**
15.10 **Baranek Shaun**



15.36 Jeżyk Happy
15.55 **Mały Charlie**
16.05 **Mega Ekspres**
16.30 **Ciekawski George 7**
17.00 **Strażak Sam 16**
17.25 **Staś i fajna Babcia**
17.50 **Moje urodziny**
17.56 **Smerfy**
18.25 **Leśna rodzina: Pamiętnik Frei**

TVN 24

7.30 **Rozmowa Piaseckiego** – program publicystyczny
8.00 **Serwis informacyjny, Prognoza pogody**
10.00 **Serwis informacyjny, Prognoza pogody**
11.00 **Serwis informacyjny, Prognoza pogody**
12.00 **Serwis informacyjny, Prognoza pogody**
14.00 **Serwis informacyjny, Prognoza pogody**
15.00 **15 na żywo**
16.00 **Fakty po południu**
18.00 **Tak jest** – pr. publicyst.
19.15 **Serwis informacyjny**
19.30 **Fakty po Faktach**



20.00 Kropka nad i – pr. publ.
20.30 **Czarno na białym**
21.00 **Polska i świat**
22.00 **Szkło kontaktowe**
23.00 **Dzień po dniu**
0.25 **Kroniki sportowe**
0.45 **Fakty po Faktach**
1.20 **Kropka nad i** – pr. publ.
1.50 **Tak jest** – pr. publicyst.
2.50 **Nowa Maja w ogrodzie**

CANAL+ SPORT

6.00 **Piłka nożna:** PKO BP Ekstraklasa: Lech – Cracovia
8.30 **Premier League Stories** (1)
9.00 **Piłka nożna:** Liga hiszpańska
11.15 **Piłka nożna:** Liga hiszpańska
13.30 **8 wspaniałych** (1)
14.40 **Premier League Review**
15.45 **Piłka nożna:** Liga hiszpańska
17.55 **Champions Club**
19.30 **Premier League Review**
21.30 **Magazyn Ligi Mistrzów UEFA**
22.15 **Boks:** Gala w El Paso – waga lekka: S. Han – H. Holm
23.35 **Magazyn PGE Ekstraliga**
1.30 **Champions Club**
3.15 **Piłka nożna:** PKO BP Ekstraklasa: GKS Katowice – Raków Częstochowa

EUROSPORT 2

11.00 **Tenis:** Turniej French Open w Paryżu – mecze 4. rundy gry pojedynczej **(live)**
16.00 **Tenis:** Turniej French Open w Paryżu – 4. runda **(live)**
18.00 **Tenis:** Turniej French Open w Paryżu – 4. runda **(live)**
21.00 **Kolarstwo kobiet:** Giro d'Italia – 3. etap
22.00 **Wspinaczka:** Zawody World Series w Madrycie – speed kobiet i mężczyzn – finały
23.00 **Wspinaczka:** Zawody World Series w Madrycie – bouldering kobiet – finały
0.00 **Motocross:** MŚ w Teutschenthal – 2. wyścig w klasie MX2 i wyścig w klasie MXGP

POLSAT SPORT 2

11.00 **Koszykówka mężczyzn:** ORLEN Basket Liga – mecz półfinałowy fazy play-off
13.00 **Koszykówka mężczyzn:** ORLEN Basket Liga – mecz półfinałowy fazy play-off
15.00 **Piłka nożna** – mecz towarzyski: Szwajcaria – Jordania
17.30 **Lekkoatletyka:** Diamentowa Liga w Rabacie
20.10 **Koszykówka mężczyzn:** ORLEN Basket Liga – półfinał fazy play-off **(live)**
22.30 **Piłka nożna z archiwum**
1.00 **Sporty walki:** Revolta 5: Robs Group Fight Night w Tczewie: Oskar Herczyk – Michael Dubois 15.03.2024

NICKELODEON

8.10 **Marsupilamki**
8.40 **Harmidom 4**
9.30 **Wylde Pak – zakręcona paka 2**
9.55 **Grzmotomocni: Tajniacy**
10.25 **Niebezpieczny Henryk 5**
11.20 **That Girl Lay Lay 2**
11.50 **Harmidom 4**
12.45 **Harmidom 3**
13.05 **SpongeBob Kanciastoporty 11**
14.30 **Harmidom**
15.30 **Smerfy**
16.00 **SpongeBob Kanciastoporty 9**
16.25 **SpongeBob Kanciastoporty 14**
16.40 **Patryk Rozgwiazda Show 4**

TELETOON+

8.20 **Kumple z dżungli – na ratunek!**
8.47 **Gadający Tom i przyjaciele 3**
9.25 **Dodo**
9.55 **Charlotte i trzy muszkieterki**
10.26 **Angelo rządzi**
10.52 **Siostry 2**
11.22 **Polly Pocket 6**
12.16 **Charlotte i trzy muszkieterki**
12.45 **Kumple z dżungli na ratunek! 3**
13.13 **Kumple z dżungli – na ratunek!**
13.39 **Polly Pocket 6**
14.22 **Dinuś i Lusia**
14.50 **Siostry 2**

TVP INFO

15.45 **Panorama**
16.00 **Dzień w godzinę**
17.00 **Teleexpress**
17.15 **Teleexpress Extra**
17.35 **Panorama**
17.42 **Wykrywacz kłamstw**
18.00 **Panorama**
18.30 **Kontrapunkt**
19.00 **Kontrapunkt – Ring wolny**
19.30 **Program informacyjny 19.30**
20.18 **Bez retuszu**
21.00 **Kwiatki polskie**
21.45 **Panorama**
22.10 **Oko na świat**
22.30 **Program informacyjny 19.30**
22.45 **112. Magazyn kryminalny**
23.00 **Panorama dnia**

CANAL+ SPORT 2

7.50 **Tenis:** Turniej WTA w Abu Zabi: finał gry pojedynczej: S. Bejlek – J. Aleksandrowa
10.15 **Tenis:** Turniej WTA w Dosze – finał gry pojedynczej: K. Muchová – V. Mboko
12.40 **Tenis:** Turniej WTA w Dubaju – finał gry pojedynczej: Elina Switolina – Jessica Pegula
15.00 **Tenis:** Turniej WTA w Meridzie – finał: C. Bucsa – M. Fręch
18.00 **Tenis:** Turniej WTA w Indian Wells – finał gry pojedynczej: A. Sabalenka – J. Rybakina
21.20 **Tenis:** Turniej WTA w Miami: Magda Linette – Iga Świątek
0.15 **Tenis:** Turniej WTA w Miami – finał: A. Sabalenka – C. Gauff

ELEVEN SPORTS 1

7.30 **Magazyn sportowy**
8.00 **Piłka nożna:** Liga niemiecka
10.00 **Piłka nożna:** Liga hiszpańska
12.00 **Piłka nożna:** Liga włoska
14.00 **Piłka nożna:** Liga niemiecka
16.00 **Magazyn sportowy**
17.00 **Magazyn sportowy**
17.30 **Magazyn sportowy**
18.00 **Magazyn sportowy**
18.40 **Magazyn sportowy**
19.20 **Magazyn sportowy**
20.00 **Magazyn sportowy**
20.40 **Formuła 1**
22.40 **Magazyn sportowy**
23.20 **Magazyn sportowy**
0.00 **Piłka nożna:** Liga niemiecka
2.00 **Piłka nożna:** Liga włoska
4.00 **Magazyn sportowy**

POLSAT SPORT 3

6.00 **Koszykówka mężczyzn:** ORLEN Basket Liga
8.30 **Piłka nożna z archiwum**
11.00 **Piłka nożna z archiwum**
13.00 **Piłka ręczna mężczyzn:** ORLEN Superliga
15.00 **Piłka nożna** – mecz towarzyski: Czechy – Kosowo
17.00 **Piłka nożna:** Niemcy – Finlandia
19.30 **Magazyn Polskiego Sportu**
20.35 **Piłka nożna:** Austria – Tunezja **(live)**
23.00 **Hokej:** MŚ – Szwajcaria 2026
2.00 **Sporty walki:** Babilon MMA 55 w Radomiu: Marcin Łazarz – Szymon Kołecki 21.11.2025

NICK JR.

8.20 **Pan Krokodyl**
8.45 **Barbapapa i jego rodzinka**
9.40 **Tim Rex wśród gwiazd**
10.10 **Przygody Misia Paddingtona**
11.05 **Małe Królestwo Bena i Holly**
11.30 **Dora**
11.55 **Rubble i jego ekipa**
12.45 **Psi Patrol 12**
13.40 **Barbapapa i jego rodzinka**
14.35 **Zwierzęce zagadki**
15.05 **Rogata ekipa 4**
16.00 **Małe Królestwo Bena i Holly**
16.30 **Psi Patrol 5**
17.00 **Rubble i jego ekipa**
17.30 **Pan Krokodyl**

DISNEY JUNIOR

8.00 **Spidey i Iron Man: razem w akcji!** – anim., USA/Kanada
8.30 **Klub Myszki Miki Plus**
9.00 **Klub przyjaciół Myszki Miki**
10.00 **Blue**
11.00 **Superkoty 2**
11.30 **Psia Brygada**
12.00 **Jej Wysokość Zosia**
12.30 **Blue 3**
12.40 **Blue**
13.30 **Klub Myszki Miki Plus**
14.00 **Superkoty**
15.00 **Iron Man i super ekipa**
15.30 **Spidey i superkumple**
16.00 **Blue**
17.00 **Klub Myszki Miki Plus**
17.30 **Jej Wysokość Zosia**

POLSAT NEWS

8.00 **Nowy dzień**
10.00 **W rytmie dnia**
12.50 **Wydarzenia 12:50**
13.30 **W rytmie dnia**
15.30 **Sport**
15.50 **Wydarzenia 15:50**
16.10 **Więcej „Wydarzeń"**
16.30 **Punkt widzenia Jankowskiego**
18.00 **Najważniejsze pytania**
19.15 **Gość „Wydarzeń"**
19.50 **Debata Gozdyry**
21.50 **Wydarzenia wieczorne**
22.30 **Dzień na świecie**
23.30 **Obraz dnia**
0.00 **Najważniejsze pytania**
1.25 **Punkt widzenia Jankowskiego**

CANAL+ SPORT 5

11.45 **Żużel:** Metalkas 2. Ekstraliga – mecz: ROW Rybnik – Cellfast Wilki Krosno
14.30 **Żużel:** PGE Ekstraliga – mecz: KS Toruń – Gezet Stal Gorzów
17.15 **Magazyn PGE Ekstraliga**
19.00 **Żużel:** PGE Ekstraliga – mecz: Falubaz – FOGO Unia Leszno
22.00 **Magazyn Metalkas 2. Ekstraliga**
23.00 **Sporty walki:** ONE Friday Fights 156
1.20 **Magazyn Ligi Mistrzów UEFA**
2.00 **Piłka nożna:** PKO BP Ekstraklasa: Lech – Cracovia

ELEVEN SPORTS 2

8.00 **Magazyn sportowy**
8.30 **Magazyn sportowy**
9.00 **Magazyn sportowy**
9.30 **Magazyn sportowy**
10.00 **Formuła 1**
12.00 **Piłka nożna:** Liga niemiecka
14.00 **Piłka nożna:** Liga włoska
16.00 **Piłka nożna:** Liga niemiecka
18.00 **Magazyn sportowy**
18.30 **Magazyn sportowy**
19.00 **Piłka nożna:** Liga włoska
21.00 **Piłka nożna:** Liga hiszpańska
23.00 **Magazyn sportowy**
23.30 **Magazyn sportowy**
0.00 **Piłka nożna:** Liga francuska
2.00 **Magazyn sportowy**

POLSAT PLAY

6.00 **Dorwać tuńczyka**
9.00 **Wojny magazynowe**
10.00 **Wojny kontenerowe**
11.00 **Hardkorowy lombard** – serial dokumentalny
14.00 **Polacy za granicą** – serial dokumentalny
16.00 **Złomiarze** – serial dokumentalny
18.05 **Poszukiwacze historii** – serial dokumentalny
20.00 **Złomiarze** – serial dokumentalny
22.00 **Kołowrotek** – magazyn wędkarski
4.05 **Starożytni kosmici**

TVN TURBO

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

TVS

16.50 **Wydział kryminalny Kitzbühel**
17.50 **Doktor z alpejskiej wioski – nowy rozdział**
18.50 **Doktor Kleist – lekarz rodzinny**
19.50 Kino TVS: **Rosamunde**
FILM **Pilcher: Podwójna szansa** – melodramat, Niemcy 2016, reż. Stefan Bartmann
21.50 Kino TVS: **Rosamunde**
FILM **Pilcher: Anioł stróż** – melodramat, Niemcy/Wielka Brytania 2016
23.35 **Doktor z alpejskiej wioski – nowy rozdział**

TV TRWAM

16.30 **Porady medyczne bonifratrów**
17.00 **Świadkowie**
17.30 **Spotkanie Rodziny Radia Maryja**
20.00 **Informacje dnia**
20.20 **Różaniec**
20.50 **Myśląc Ojczyzna**
21.00 **Apel Jasnogórski**
21.20 **Informacje dnia**
21.40 **Polski punkt widzenia**
22.00 **Z wędką nad wodę w Polskę i świat**
22.30 **Władysław hr. Zamoyski. Pan z Wielkopolski. Władca Tatr** – film dok., Pol.

DVB T DVB T2 – stacje dostępne w naziemnej telewizji cyfrowej



– Postać Marii nauczyła nas wstawać, gdy upadniemy i rozumieć, że nasze pochodzenie nie definiuje naszego przeznaczenia – mówiła Thalía w ubiegłym roku z okazji 30-lecia „Marii z przedmieścia".



Thalía jest trzecią kobietą, którą poślubił multimilioner Tommy Mottola. Jego poprzednią żoną była piosenkarka Mariah Carey.



Czy dzięki zawziętości Don Fernanda „Maria z przedmieścia" – mieszkanka slumsów, która zbierała śmieci – zamieni się w prawdziwą damę?

MARIA Z PRZEDMIEŚCIA • THALÍA

Od 1. odcinka

Pieniądze to nie wszystko

Gwiazda telenoweli emitowanej właśnie w TV Puls, dzięki talentowi dorobiła się fortuny, a w dodatku wyszła za mąż za multimilionera. Ale jej życie nie zawsze było usłane różami...

MARIA Z PRZEDMIEŚCIA
WT 2.06 godz. 10.00
TV PULS

W mitologii Thalia była jedną z dziewięciu córek Zeusa i Mnemosyne. Każda z nich opiekowała się inną dziedziną sztuk pięknych i nauki, a ich zadaniem było inspirowanie śmiertelników. Jedna z najpopularniejszych meksykańskich aktorek i piosenkarek zawdzięcza swoje imię właśnie fascynacji jej matki kulturą grecką. To rodzice wprowadzili ją w świat artystyczny, zapisując na balet i lekcje gry na fortepianie. Niestety, w wieku 5 lat Thalía straciła ojca i na skutek szoku na rok przestała mówić. Ale już 3 lata później rozpoczęła karierę w zespole dziecięcym Din-Din, a jako nastolatka dołączyła do grupy Timbiriche, z którą nagrała 3 albumy. Od lat robi karierę solową, do tej pory sprzedała dziesiątki milionów płyt!

Równocześnie podbiła show-biznes jako aktorka. Dzięki roli w „Marii Mercedes" została okrzyknięta królową telenowel. Potem zagrała w „Marimar" i w „Marii z przedmieścia", które odniosły jeszcze większy sukces. Jako że w tych trzech produkcjach bohaterka Thalii miała na imię María, są one nazwane „Trylogią o Mariach". Majątek 54-letniej dziś artystki szacuje się na 60 mln dolarów, a wspólny z mężem, Tommym Mottolą, magnatem branży muzycznej, nawet na 600 mln! Jednak nikt nie podaje w wątpliwość, że Thalía sama zapracowała na wszystko. Bo oprócz tego, że jest wrażliwą artystką, ma też głowę do interesów!

Jest czego zazdrościć

W kwietniu 2023 roku Thalía została zaproszona na Harvard, by na Latin America Business Forum opowiedzieć o roli kobiet w świecie biznesu i swoich doświadczeniach, których ma bez liku. W 1993 roku stworzyła własną linię bielizny, a w 2002 roku wprowadziła do amerykańskich supermarketów swoją linię odzieży, akcesoriów i artykułów gospodarstwa domowego – „Thalía Sodi". Była pierwszą Meksykanką, która zrobiła to w USA! We współpracy z firmą optyczną przygotowała kolekcję okularów Thalía Eyewear, która była dystrybuowana w 80 krajach. Kilka lat temu furorę zrobiły czekoladki sygnowane jej nazwiskiem. A w swoich mediach społecznościowych co rusz chwali się nowymi sukcesami. Artystka przekonała się jednak, że wielki majątek może być przyczyną jeszcze większych kłopotów.

Rodzinny dramat

We wrześniu 2002 roku dwie z czterech sióstr Thalíi – aktorka Laura Zapata i pisarka Ernestina Sodi – zostały… uprowadzone. Porywacze żądali od piosenkarki okupu w wysokości 5 mln dolarów. Laura została uwolniona po 18 dniach, a Ernestina dopiero po ponad miesiącu – gdy Thalía w końcu przekazała przestępcom pewną sumę. Choć gangsterzy trafili za kratki, kobiety nie mogły zapomnieć o tych wydarzeniach. Laura miała żal do Thalii, że nie zrobiła nic, by ją uwolnić. Napisała nawet sztukę „Captives" („Jeńcy"), w której przedstawiła swoją wersję wydarzeń. Ernestina też spisała swoje wspomnienia w książce „Líbranos del mal" (tłum. red. „Wybaw nas od złego"), w której sugerowała, że Laura znała porywaczy, co mogło doprowadzić do tragedii. Panie, a zwłaszcza Thalía i Laura, przez długie lata kłóciły się i godziły. Do kolejnego sporu doszło w 2011 roku po śmierci ich matki – tym razem poszło o spadek. A gdy w listopadzie 2024 roku zmarła Ernestina, z którą Thalía miała dobre relacje, gwiazda pokłóciła się z jej córką Camilą. Spór miał dotyczyć m.in. tego, gdzie powinna zostać złożona urna. Czy rodzinne spory mają szanse na szczęśliwe zakończenie? Złośliwi mówią, że to możliwe tylko w telenoweli...

BOGUMIŁA DEKA

FOT. East News (2), TV Puls



NA WSPÓLNEJ

Stracił pamięć?

NA WSPÓLNEJ WT 2.06 godz. 20.15 TVN

Z samego rana Ola (Marta Wierzbicka) pojedzie do szpitala, gdzie operowany ma być Mariusz (Mariusz Zaniewski). Czerski w trybie pilnym będzie musiał przejść operację mózgu – usunięcie guza płata czołowego, który powodował brak kontroli nad emocjami. Na miejscu Ola wpadnie na teściową, Otylię (Elżbieta Kijowska-Rozen), która w obecności syna będzie wpytywać lekarzy o możliwe powikłania, czym doprowadzi Mariusza do złości. Czerski nie będzie chciał słuchać, że grozi mu padaczka i utrata pamięci. Jakiś czas później, gdy neurochirurdzy zakończą wielogodzinny zabieg, okaże się, że Mariusz... nie rozpoznaje swojej żony! **JP**

TOM HANKS: II WOJNA ŚWIATOWA

Wojenna epopeja

TOM HANKS: II WOJNA ŚWIATOWA WT 2.06 godz. 21.00 HISTORY

Tom Hanks, gwiazda m.in. filmów wojennych (np. „Szeregowiec Ryan") i pasjonat historii II wojny światowej, jest narratorem i producentem nakręconej z rozmachem serii dokumentalnej poświęconej temu konfliktowi. Łączy ona rzadko prezentowane materiały archiwalne z komentarzami historyków. W tym tygodniu zobaczymy dwa odcinki. Pierwszy pokazuje moment, gdy w 1941 roku Adolf Hitler rozpoczął operację „Barbarossa" – szeroko zakrojoną ofensywę przeciwko Związkowi Radzieckiemu. Drugi odcinek (godz. 22.00) skupia się na wydarzeniach, które doprowadziły do japońskiego ataku na Pearl Harbor – uderzenia, które diametralnie zmieniło przebieg II wojny światowej. **MP**



szybki start		pułap samolotu		rudy nalot na żelazie		tkanka drzew	niejedna w gminie		ssak morski podobny do foki		... Niklińska		model Fiata		wokalista U2
suszone winogrona	▶										otoczony fanami	▶			
▶			2	... Szaflarska, „Skarb"		„Prawdziwe ...", western	lantanowiec, l.at. 63	▶		4			zbiórka datków		afisz, ogłoszenie
ucieka przed kotem	▶										wojskowy rów	▶			
program informacyjny w TVP1	psie imię		ofiara Kaina		z niej tofu i tempeh		miara długości, 36 cali	zgięty pręt	▶			bramini w Indiach		dowódca drużyny wikingów	
▶	3					▶			7	droga wśród drzew	▶				
kocioł		sprzeciw wobec władzy	▶				kompan Portosa	▶			1	niegdyś torba podróżna	▶		
▶					w kopercie zegarka	▶				tkanina na pieluchy	▶				5
utwór Petrarki		pora plażowania	▶				„... kameliowa" z Gretą Garbo	▶	6			niski głos kobiecy	▶		

1	2	3	4	5	6	7

Wpisz rozwiązanie

CHWILA NA RELAKS

Fot.: TVN (2), History

TVP 1

5.30 Złoty chłopak (302) – serial obyczajowy, Turcja 2022
6.20 Akacjowa 38 (870) – telenowela, Hiszpania 2015
7.00 Transmisja mszy świętej z Sanktuarium Matki Bożej na Jasnej Górze
7.30 Kościół z bliska – magazyn religijny, Polska 2012-2026
8.00 Serwis Info – program informacyjny, Polska
8.10 Pogoda Info
8.20 Czterdziestolatek (2): Walka z nałogiem, czyli labirynt – serial obyczajowy, Polska 1974
9.10 Ranczo 4 (45): Wymiana międzypokoleniowa – serial obyczajowy, Polska 2009
10.10 Komisarz Alex 5 (54): Okrutna prawda – serial kryminalny, Polska 2014
11.05 Ojciec Mateusz 13 (161): Insulina – serial kryminalny, Polska 2015
12.00 Serwis Info – program informacyjny, Polska
12.10 Agrobiznes – magazyn rolniczy
12.30 Agropogoda
12.40 Magazyn rolniczy
12.55 Natura w Jedynce: **Iberia – bezkresna natura** – film dokumentalny, Hiszpania 2025, reż. Arturo Menor (patrz obok)
14.00 Złoty chłopak (303) – serial obyczajowy, Turcja 2022
15.00 Serwis Info – program informacyjny, Polska
15.10 Pogoda Info
15.25 Gra słów. Krzyżówka – teleturniej, Polska 2019-2026
16.00 Dziedzictwo (936) – serial obyczajowy, Turcja 2020
17.00 Teleexpress, Pogoda
17.25 Jaka to melodia? – teleturniej muzyczny
18.05 Reporterzy – magazyn reporterów
18.25 Akacjowa 38 (881) – telenowela, Hiszpania 2015
19.30 Program informacyjny 19.30
19.55 Pytanie dnia – program publicystyczny, Polska 2026



12.55 DOKUMENT

Iberia – bezkresna natura

Półwysep Iberyjski stanowi pomost między kontynentem europejskim a afrykańskim i jest domem dla wielu majestatycznych zwierząt. W jego górach żyją orły przednie. Twórcy opowiedzą historię jednego z nich, który wyrusza w niezwykłą podróż. **65 min**



20.30 DOKUMENT

Dziecko z pyłu

Historia Sanga, który przyszedł na świat w czasie wojny. Jako dziecko Wietnamki oraz amerykańskiego żołnierza od najmłodszych lat musiał mierzyć się z odrzuceniem i dyskryminacją. Po pięćdziesięciu latach poszukiwań udaje mu się odnaleźć w Stanach Zjednoczonych ojca. **70 min**

20

20.10 Sport, Pogoda
20.30 Dziecko z pyłu – film dokum., Polska/Wietnam/Czechy (patrz obok)
21.40 Świat to za mało
FILM – film sensacyjny, USA/Wielka Brytania 1999, reż. Michael Apted, wyk. Pierce Brosnan, Sophie Marceau, Robert Carlyle, Denise Richards (patrz obok)
23.55 Midway – film wojenny,
FILM USA/Kanada 2019, reż. Roland Emmerich
2.20 Miłość, ślub i inne
FILM **nieszczęścia** – komedia romantyczna, USA 2020, reż. Dennis Dugan
4.00 Wykrywacz kłamstw – pr. publicyst., Pol. 2025-2026
4.20 Pytanie dnia – program publicystyczny, Polska
4.45 Reporterzy – magazyn
4.55 Oko na świat – mag., Polska



21.40 SENSACYJNY

Świat to za mało

Agent James Bond (Pierce Brosnan, zdj.) musi rozwiązać zagadkę śmierci sir Roberta, właściciela szybów naftowych, oraz ochraniać jego córkę, Elektrę (Sophie Marceau, zdj.), jedyną spadkobierczynię. **135 min**

TVP 2

4.35 Na dobre i na złe – serial obyczajowy, Polska 2023
5.30 M jak miłość (1768) – serial obyczajowy, Polska 2023
6.25 Przystań nad Biblią – program religijny, Pol. 2025
6.55 Barwy szczęścia (3325) – serial obyczajowy, Pol. 2026
7.30 Pytanie na śniadanie – pobudka – magazyn, Polska 2026
7.55 Pytanie na śniadanie
11.35 Msza święta Kościoła polskokatolickiego w Strzyżowicach
12.30 Koło fortuny – teleturniej, Polska 2024
13.15 Panna młoda (111) – serial obyczajowy, Turcja 2024
14.05 Va banque – teleturniej, Polska
14.35 Na sygnale (846): Pożar – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2026
Wanda namawia Benia do pomocy przy samochodzie ku niezadowoleniu Basi. Wiktor szuka Wawrzyńca. Doktor Reiter odkrywa przypadek przemocy domowej, a w płonącym magazynie zespół Vicka wpada w pułapkę. **25 min**
15.00 La Promesa – pałac tajemnic (403) – serial obyczajowy, Hiszpania 2022 (patrz obok)
Po zabójstwie kamerdynera Cruz z niepokojem oczekuje wizyty policji w rezydencji. Lope i Salvador próbują dociec, skąd wziął się konflikt między Verą a Marią. **60 min**
16.00 Koło fortuny – teleturniej, Polska 2024
16.35 Familiada – teleturniej
17.20 Panna młoda (112) – serial obyczajowy, Turcja 2024 (patrz obok)
18.15 Va banque – teleturniej, Polska
18.50 Jeden z dziesięciu – teleturniej
19.25 Barwy szczęścia (3325) – serial obyczajowy, Polska 2026 (patrz obok)
19.55 Domowe patenty 2 – mag. poradnikowy, Polska 2026



15.00 OBYCZAJOWY

La Promesa – pałac tajemnic (403)

Hrabia obdarowuje Margaritę kolejnym prezentem i zaprasza ją do kinematografu, co wywołuje sprzeciw Martiny. Curro chce wesprzeć ukochaną. Manuel (Arturo Sancho, zdj.) nie zgadza się na powrót do Jimeny. Tymczasem Abel wyjawia mu tajemnicę. **60 min**



17.20 OBYCZAJOWY

Panna młoda (112)

Hancer (Talya Çelebi, zdj.) troszczy się o Cihana (Cenay Türksever, zdj.), choć napięcie między nimi wcale nie słabnie. W rezydencji panuje duże poruszenie, gdy Mukadder dowiaduje się o awansie Gülsüm na asystentkę Beyzy. Mine z gniewem przyjmuje decyzję Meliha, Fadime i Aysu o odejściu z pracy. **55 min**



19.25 OBYCZAJOWY

Barwy szczęścia (3325)

Maciej Wilk (Adam Szczyszczaj, zdj.) organizuje spotkanie dotyczące budowy drogi. Proponuje mieszkańcom Zacisznej odkupienie ich domów. Celina wraca do pracy z Łukaszem. **40 min**

20.05 Omnibus – szybcy i mądrzy – teleturniej, Polska 2026
20.35 Omnibus – szybcy i mądrzy – dogrywka – teleturniej, Polska 2026
20.55 Postaw na milion – teleturniej, Polska
21.50 Na sygnale (833, 834) – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2026
22.50 Ludzie i bogowie (3, 4): Operacja „Klosz"; Kuzyn diabła – serial historyczny, Polska 2020
0.40 Na tropach przeszłości (2) – serial kryminalny, Francja 2023
1.45 Nasz dom w górach (2): Przebaczenie, część 2 – serial obyczajowy, Niemcy 2018
2.40 30 lat wymówek – film dokumentalny, Polska 2022, reż. Armand Urbaniak

POLSAT

4.50 Disco Gramy – program muzyczny, Polska 2026
5.35 Telezakupy TV Okazje
6.00 Nowy dzień z Polsat News – program informacyjny
8.30 Malanowski i partnerzy (282, 283): Zapłata za stare grzechy; Żonaty ze zmarłą – serial fab.-dokumentalny, Polska 2011
9.30 Trudne sprawy (1211, 1212) – serial paradokumentalny, Polska 2023
11.35 Gliniarze (814-816) – serial paradokumentalny, Polska 2023
14.40 Dlaczego ja? (1460): Portret rodzinny Marii – serial paradokumentalny, Polska 2025
Maria chce przysposobić córkę swojego męża. Pewnego dnia odkrywa, że jego pierwsza żona żyje. Kiedy mężczyzna wraca do byłej partnerki, Maria tęskni za dzieckiem. **70 min**
15.50 Wydarzenia
16.15 Pogoda
16.20 Interwencja – magazyn reporterów
16.30 Na ratunek 112 (1057): Plotka – serial paradokumentalny, Polska 2025(patrz obok)
17.00 Gliniarze (1025): Gliniarz – serial paradokumentalny, Polska 2025
Pod miastem zostaje zastrzelony prywatny detektyw, były policjant wydziału kryminalnego. Śledczy odkrywają, że niedawno z więzienia uciekł groźny snajper. **60 min**
18.00 Pierwsza miłość (4229) – serial obyczajowy, Polska 2026
Julka ucieka z lekcji, by spotykać się z Pawłem. Razem idą na spacer z psem. W parku natykają się na poprzednich właścicieli Wafla, co kończy się brutalną konfrontacją. **50 min**
18.50 Wydarzenia
19.15 Gość „Wydarzeń" – program publicystyczny
19.30 Sport, Pogoda
19.55 Milionerzy – teleturniej, Polska 2026



16.30 PARADOKUM.

Na ratunek 112 (1057)

Magda zrywa zaręczyny z narzeczonym, Sebastianem. Niebawem dowiaduje się, że rozpowiada on kłamstwa na temat ich rozstania. Twierdzi, że powodem była jej zdrada. Kobieta postanawia się z nim skonfrontować. Znajduje go nieprzytomnego w garażu. **30 min**



20.35 FILM SF

Venom

Dziennikarz Eddie Brock (Tom Hardy, zdj.) chce zdemaskować nieetyczne działania Life Foundation. Z powodu swojej obsesji traci pracę i rozstaje się z narzeczoną (Michelle Williams, zdj.). Przypadkowo wchodzi w symbiozę z owocem eksperymentów właściciela firmy. Tak powstaje żądne krwi monstrum. **145 min**

20.35 Venom – film s.f., Chiny/USA
FILM 2018, reż. Ruben Fleischer, wyk. Tom Hardy, Michelle Williams, Riz Ahmed, Scott Haze (patrz obok)
Widowiskowe, pełne czarnego humoru losy komiksowego antybohatera. Tom Hardy miał duży wkład w budowanie swojej postaci. Zaproponował kilka dialogów i charakterystyczny głos Venoma. **145 min**
23.00 Pewnego razu w Meksyku: Desperado 2 – film
FILM sensacyjny, USA/Meksyk 2002, reż. Robert Rodriguez, wyk. Antonio Banderas, Salma Hayek, Johnny Depp, Mickey Rourke (patrz obok)
1.10 Czerwona jaskółka
FILM – thriller, USA 2018, reż. Francis Lawrence
4.05 Ewa gotuje (554) – magazyn kulinarny, Polska 2025



23.00 SENSACYJNY

Pewnego razu w Meksyku: Desperado 2

El Mariachi (Antonio Banderas, zdj.) traci żonę i córkę. Skorumpowany agent wywiadu chce, by zabił generała. Dla byłego muzyka to szansa, by pomścić rodzinę. **130 min**

▶ – godzina zakończenia programu

PREMIERA – pierwszy raz w telewizji

TVN

DVB T2

5.40 **Uwaga!** – magazyn reporterów
5.55 **Ukryta prawda** (1656) – serial paradokumentalny, Polska 2024
6.50 **Kuchenne rewolucje** (5) – program rozrywk., Pol. 2024
7.45 **Dzień Dobry TVN** – magazyn
11.20 **Doradca smaku** (2) – magazyn kulinarny, Polska 2026
11.25 **Kuchenne rewolucje** (2) – program rozrywkowy, Pol. Restaurację Ludwinka wybudowano przy drodze krajowej. Dawniej gości nie brakowało. Kiedy lata świetności minęły, zmieniła się właścicielka. Wzywa ona na pomoc Magdę Gessler. **135 min**
13.40 **Ukryta prawda** (1629, 1630, 1698) – serial paradokumentalny, Polska (patrz obok)
16.50 **Szpital św. Anny** (38) – serial obyczajowy, Polska 2025
Na SOR trafia chłopak, który został postrzelony podczas interwencji policji. Zosia opiekuje się kobietą, którą boli brzuch. Podejrzewa u niej endometriozę. Bartek i Kaśka wspominają przeszłość. **65 min**
17.55 **Detektywi** (130) – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2024
Oskar pokazuje Maciejowi Dęboszowi sportową kamerę, którą nabył przez internet. Na urządzeniu zarejestrowano nagranie gwałtu. Śledczy podejmują wysiłek, by ustalić tożsamość ofiary. **65 min**
19.00 **Fakty**
19.35 **Sport**
19.40 **Raport Roland Garros** (10) – program sportowy, Polska 2026
19.45 **Pogoda**
19.55 **Uwaga!** – magazyn reporterów



13.40 PARADOKUM.
Ukryta prawda (1629, 1630, 1698)
Przyjaciółki, Michalina i Kinga, znajdują męską saszetkę zawierającą 10 tys. złotych. Postanawiają zwrócić zgubę właścicielowi. Tak poznają bogatego Antka z wpływowej rodziny, który daje im duże znaleźne. Kobiety zaczynają rywalizować o jego względy. **190 min**



20.50 THRILLER
Plan ucieczki
Uwięziony podstępem mężczyzna musi wydostać się z więzienia. **150 min**



TV PULS

DVB T2

6.00 **Policjanci z Miami 2** (2, 3): Syn marnotrawny, część 2; Za wszelką cenę – serial kryminalny, USA 1985
8.00 **Kobra – oddział specjalny** (1, 2): Stracone życie; Zawodniczka – serial sensacyjny, Niemcy 2015, wyk. Erdogan Atalay, Gottfried Vollmer
10.00 **Maria z przedmieścia** (1, 2) – telenowela, Meksyk 1995, wyk. Thalía, Fernando Colunga, Irán Eory, Ricardo Blume (patrz obok)
12.00 **Nie igraj z aniołem** (87) – serial obyczajowy, Meksyk 2008
Beatriz pyta Elsę, co czuje do Nelsona. Psychiatra przekonuje Juana Miguela, że Blanka powinna zostać przeniesiona do kliniki specjalnej. **60 min**
13.00 **Wspaniałe stulecie** (21) – serial kostiumowy, Turcja 2012-2013
14.00 **Kurierzy** (7) – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2023
15.00 **Lombard. Życie pod zastaw 10** (486, 487) – serial obyczajowy, Polska 2022
17.00 **Kurierzy** (8) – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2023
Przy okazji dostarczania paczki Adam poznaje mężczyznę opiekującego się dziadkiem. Zostaje poproszony o zajęcie się seniorem przez kilka minut. Nieobecność wnuczka się przedłuża. **60 min**
18.00 **Lombard. Życie pod zastaw 18** (965, 966) – serial obyczajowy, Polska 2026
Trzej wspólnicy – Jeliński, Lisowski i Myśliwski – regularnie polują. Pewnego dnia dochodzi do tragedii: Jeliński ginie, a Lisowski jest podejrzany. Tymczasem Kazimierz czeka na wyrok. **120 min**



10.00 TELENOWELA
Maria z przedmieścia (1, 2)
Mieszkanka slumsów, Maria, marzy o miłości. Jej jedyna opiekunka dostaje ataku serca. Przed śmiercią błaga księdza, żeby pomógł dziewczynie. Duchowny prosi zamożnego filantropa (Fernando Colunga, zdj.), by przyjął sierotę do pracy w swojej rezydencji. **120 min**



20.00 KOM. SENS.
Plan emerytalny
Matt (Nicolas Cage, zdj.) spędza beztrosko czas na Kajmanach. Nikt nie wie, że to znakomicie wyszkolony zabójca. Gdy jego rodzina wpada w kłopoty, stawia czoło gangsterom. **130 min**

TVN 7

DVB T2

5.20 **Ten moment** (27) – serial paradokumentalny, Polska 2015-2016
5.55 **Szkoła** (692-694) – serial paradokumentalny, Polska 2019
8.45 **Ukryta prawda** (1309, 1388, 1389) – serial paradokumentalny, Polska
11.55 **W-11 – Wydział Śledczy** (1014-1016) – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2013
14.00 **Detektywi** (95): Syn – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2024
17-letni syn klientki nie wrócił na noc do domu i do tej pory nie ma z nim kontaktu. Śledczy odkrywają w pokoju poszukiwanego dużą sumę pieniędzy. Wychodzi na jaw, że sprzedaje on w internecie swoje nagie zdjęcia. **60 min**
15.00 **Szpital** (741) – serial paradokumentalny, Polska 2018 (patrz obok)
16.00 **Sędzia Anna Maria Wesołowska 6** (28, 29) – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2019
Przestępcy porywają żonę biznesmena Andrzeja. Podczas akcji uwolnienia kobiety ginie jeden ze śledczych. Prokurator uważa, że oprócz pieniędzy motywem uprowadzenia była zemsta. **120 min**
18.00 **Sekrety życia** (31) – serial paradokumentalny, Polska 2023 (patrz obok)
19.00 **Ukryta prawda** (1502) – serial paradokumentalny, Polska 2023
Marzenie nie podoba się, że jej mąż za dużo pracuje. Podczas wspólnego wyjazdu mężczyznę pochłaniają sprawy służbowe. Tymczasem jego żona poznaje Bogdana. Po powrocie z urlopu składa pozew rozwodowy. Wówczas partner prosi o drugą szansę. **60 min**



15.00 PARADOKUM.
Szpital (741)
Panna młoda rozbija sobie głowę, uciekając sprzed ołtarza. Trafia pod opiekę doktora Michała Morawskiego (Krzysztof Wnuk, zdj.). Pacjentka parę lat wcześniej zdradziła narzeczonego z jego bratem. Teraz nie jest pewna, którego z nich kocha. Prawda wychodzi na jaw. **60 min**



18.00 PARADOKUM.
Sekrety życia (31)
Danuta świętuje 50. urodziny z drugim mężem. Brakuje jej 22-letniej córki, która przed rokiem rozpoczęła studia w innym mieście. Okazuje się, że dziewczyna zaszła w ciążę. **60 min**

REKLAMA



20.15 **Na Wspólnej** (4222) – serial obyczajowy, Polska 2026
20.50 **Plan ucieczki** – thriller, USA 2013, reż. Mikael Hafström, wyk. Sylvester Stallone, Arnold Schwarzenegger, James Caviezel, Faran Tahir, Amy Ryan (patrz obok)
23.20 **Kuba Wojewódzki** (8) – talk-show, Polska 2025 (patrz obok)
0.30 **Superwizjer** – magazyn reporterów, 2026
1.10 **Kryminalni: Misja śląska** – film kryminalny, Polska 2006, reż. Maciej Pieprzyca
3.30 **Szpital św. Anny** (104) – serial obyczajowy, Polska 2026
4.30 **Uwaga!** – magazyn reporterów
4.45 **Nauka jazdy 5** (23) – pr. rozrywk., Polska 2022
5.15 **Recepta na stary dom 3** (1) – program rozrywk., USA 2018



23.20 TALK-SHOW
Kuba Wojewódzki (8)
Widzowie po raz kolejny mogą obejrzeć odcinek, w którym gośćmi Kuby Wojewódzkiego (zdj.) byli aktor Bartek Kotschedoff i raper Paweł Ryszard Mikołajuw (obaj na zdj.), czyli Popek. **70 min**

20.00 **Plan emerytalny** – komedia sensacyjna, Kanada 2023, reż. Tim Brown, wyk. Nicolas Cage, Ashley Greene, Thalia Campbell, Ron Perlman (patrz obok)
Nicholas Cage i Ron Perlman zaprzyjaźnili się podczas zdjęć do przygodowej produkcji pt. „Polowanie na czarownice" Dominica Seny z 2011 r. Teraz znów mieli okazję spotkać się na planie. **130 min**
22.10 **Niemożliwe** – dramat katastroficzny, Hiszpania/USA 2012, reż. Juan Antonio Bayona, wyk. Naomi Watts, Ewan McGregor, Tom Holland, Samuel Joslin (patrz obok)
0.30 **97 minut do śmierci** – thriller, USA/Wielka Brytania/Kanada 2023, reż. Timo Vuorensola
2.20 **Zobacz to!**



22.10 DRAMAT
Niemożliwe
2004 r. Henry (Ewan McGregor) i Maria (Naomi Watts, zdj.) spędzają Boże Narodzenie razem z synami w Tajlandii. Wkrótce od morza nadchodzi fala tsunami, która zmiata wszystko z powierzchni ziemi. **140 min**

20.00 **Wejście smoka** – film sensacyjny, USA/Hongkong 1973, reż. Robert Clouse, wyk. Bruce Lee, John Saxon, Jim Kelly, Shih Kien (patrz obok)
Już tym jednym obrazem Bruce Lee przeszedł do historii kina, dając początek epoce filmów opartych na wschodnich sztukach walki. **135 min**
22.15 **Na skraju jutra** – film s.f., USA/Australia/Kanada 2014, reż. Doug Liman, wyk. Tom Cruise, Emily Blunt
0.35 **Heroski** – film sensacyjny, USA/Wielka Brytania 2023, reż. Jordan Gertner, wyk. Sasha Luss, Wallis Day
2.25 **Żyjąc z potworem 8** (1) – serial dokumentalny, USA 2020
4.15 **Dorota was urządzi!** (4) – program rozrywkowy, Polska 2016



20.00 SENSACYJNY
Wejście smoka
Mistrz kung-fu (Bruce Lee, zdj.) uczestniczy w turnieju na odległej wyspie. W rzeczywistości ma zdobyć informacje na temat przestępczej działalności organizatora imprezy, Hana (Shih Kien). **135 min**

DVB T DVB T2 – stacje dostępne w naziemnej telewizji cyfrowej

TVP 3

9.05 **Dlaczego krowa...**
9.30 **Reportaż**
10.00 **Złoty chłopak** (163)
11.00 **Rok w ogrodzie** – mag.
11.30 **W aptece i kuchni**
12.00 **Kryminalna siódemka**
12.30 **Rączka gotuje** – mag.
13.00 **Agrobiznes** – mag.
13.30 **Bez retuszu** – pr. publ.
14.20 **Poznaj region** – cykl fel.
14.30 **Program informacyjny 14.30**
15.00 **Koronka do Miłosierdzia Bożego** – pr. religijny
15.20 **Serwis Info Dzień** – inf.
15.30 **Program lokalny**
19.30 **Całkiem niezła historia**
19.45 **Kryminalna siódemka**
20.00 **Dziennik regionów**
20.13 **Gość Regionów** – publ.

TVP POLONIA

12.10 **Komisarz Alex 22** (279)
13.05 **Ranczo 2** (21) – obycz.
14.00 **Kod bezpieczeństwa**
14.30 **Moda na język polski**
15.00 **Serwis Info** – pr. inform.
15.10 **To działa. Polskie innowacje bez granic** (1) – serial dok., Pol. 2025
16.00 **Zaraz wracam 2** (91)
16.30 **Barwy szczęścia** (3318)
17.00 **Teleexpress**
17.20 **Gra słów. Krzyżówka**
17.50 **Teleexpress Extra** – inf.
18.15 **Oko na Wschód** – publ.
18.45 **Panorama**
19.20 **Polacy światu**
19.30 **Program informacyjny 19.30**
19.55 **Pytanie dnia** – pr. publ.
20.10 **Sport, Pogoda**

TV 4

6.00 **Strażnik Teksasu** (4, 5) – serial sensacyjny, USA
7.55 **Bogaty dom – biedny dom** (124) – reality show
8.55 **Policjantki i Policjanci** (456, 457) – serial obycz.
10.55 **Na ratunek 112** (1118, 477) – paradok., Pol.
11.55 **Dlaczego ja?** (1543, 1544) – serial paradokumentalny, Pol.
13.55 **Trudne sprawy** (1310-1312) – paradok.
16.55 **Policjantki i Policjanci** (1371) – obycz., Pol. 2026
18.00 **Łowcy skarbów. Kto da więcej?** (539) – reality show, Polska 2025
19.00 **Policjantki i Policjanci** (1372) – obycz., Pol. 2026

PULS 2

8.50 **Masza i Niedźwiedź 5**
9.20 **Bing** – serial animowany
9.35 **Basia 2** – serial anim.
10.00 **Jeżyk i Przyjaciele**
10.25 **Spidey i superkumple**
11.25 **Marta mówi 2** – anim.
11.55 **Smerfy** – serial anim.
13.00 **Gumisie 6** – serial anim.
14.00 **Kacze opowieści**
15.00 **Miraculous: Biedronka i Czarny Kot** – anim.
16.00 **Fineasz i Ferb 2** – anim.
17.00 **Marta mówi** – anim.
17.35 **Superkoty** – serial anim.
18.00 **Blue** – serial animowany
18.15 **Bing** – serial animowany
18.45 **Masza i Niedźwiedź 5**
19.00 **Kacze opowieści**
20.00 **Lombard. Życie pod zastaw 18** (1003)

TVP ROZRYWKA

9.25 **Koło fortuny** – telet., Pol.
10.05 **Makłowicz w podróży**
10.45 **Postaw na milion**
12.35 **Familiada** – teleturniej
13.15 **Tygrysy Europy 2** (1) – serial komediowy, Polska 2003
14.10 **Rodzinka.pl** (165, 166) – serial komediowy
15.10 **Program rozrywkowy**
15.30 **Sanatorium miłości 8** (10) – reality show, Polska
16.30 **Do śmiechu!** (49) – rozr.
17.25 **Va banque** – teleturniej
18.00 **Koło fortuny** – telet., Pol.
18.35 **Okrasa łamie przepisy**
19.40 **Makłowicz w podróży**
20.10 **Postaw na milion**
21.10 **Kabaret Letnią Porą** (39) – pr. rozr., Pol. 2021

TTV HD

6.20 **DeFacto 14** (15)
6.50 **Diabelnie boskie 2** (22)
7.20 **Ukryta prawda** (1194)
8.20 **Kartoteka 10** (3, 4)
10.30 **Detektywi** (241, 242)
12.30 **Zakup w ciemno 3** (17)
13.30 **Zakup w ciemno 4** (16)
14.30 **Kartoteka 5** (12, 13)
16.45 **Express** – pr. inform.
16.55 **Pogoda, Sport**
17.05 **Idź na całość 2** (28)
18.05 **Zakup w ciemno extra** (19) – reality show, Polska
18.45 **Damy i wieśniaczki. PL 10** (7) – fab.-dok., Pol.
19.45 **Express, Pogoda** – inf.
20.05 **Zakup w ciemno 7** (14)
21.05 **Zakup w ciemno extra** (12) – reality show, Polska
21.45 **Express, Pogoda** – inf.

MAGAZYN REPORTERÓW



20.30 Telekurier – Polska
Ewa Siwicka (zdj.) pokazuje sensacyjne zdarzenia, interwencje, ludzkie dramaty i sukcesy. W każdym wydaniu relacja z kraju na żywo lub reportaż. **30 min**

21.00 **Program lokalny**
22.00 **Dziennik regionów**
22.30 **Złoty chłopak** (164)
23.30 **Kryminalna siódemka**
23.55 **Panorama**
0.25 **Program informacyjny 19.30**
0.45 **Panorama dnia** – pr. inf.
1.20 **Kryminalna siódemka**
1.40 **Dziedzictwo** (819)
2.30 **Bez retuszu** – pr. publ.

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

FANTASY



20.25 Wiedźmin (1) – Polska
W domu Geralta pojawia się wiedźmin. Zabiera chłopca. W twierdzy Kaer Morhen młodzi kandydaci są poddawani magicznym mutacjom, które przekształcą ich w wiedźminów. **60 min**

21.25 **Ojciec Mateusz 2** (20)
22.15 **Boży wariat** – film dok.
23.15 **Panorama**
23.45 **Kabaret Moralnego Niepokoju – „Galaktikos"** – pr. rozr.
0.40 **Zaraz wracam 2** (91)
1.10 **Polacy na ratunek Żydom** (8)
1.30 **Program informacyjny 19.30**
1.55 **Pytanie dnia** – pr. publ.

KRYMINALNY



20.00 Uroczysko (159, 160)
Policja dostaje zawiadomienie o znalezionym w lesie rozszarpanym chłopaku. Sekcja zwłok 18-letniego Czarka zaskakuje Laurę. Przesłuchiwani licealiści mówią o przeraźliwym skowycie. **65 min**

21.05 **Sprawiedliwi. Trójmiasto** (106) – krym.
22.05 **Sprawiedliwi – Wydział Kryminalny** (989) – serial krym., Polska
23.05 **Terytorium wroga**
FILM – dram. wojenny, Fr. 2011
1.25 **Love Island. Wyspa miłości** (3) – reality show
2.35 **Interwencja** – mag.
2.45 **SuperLudzie** (13-17)
5.30 **Telezakupy TV Okazje**

KRYMINALNY



21.00 Dzielnica strachu 9 (385, 386) – Polska 2025
Lubecki i Majcher interweniują podczas bójki braci o spadek. Niebawem dochodzi do szokującego odkrycia na polu. Tymczasem Hrabia i Tadek ukrywają się w podziemiach Gorczaka. **120 min**

23.00 **800** – dramat wojenny, FILM Chiny 2020, wyk. Zhizhong Huang, Zhang Junyi
2.00 **Dzielnica strachu 10** (446) – serial krym., Polska
3.00 **Lombard. Życie pod zastaw 4** (160, 161) – serial obycz., Pol. 2019
5.00 **Lombard. Życie pod zastaw 18** (1008) – serial obyczajowy, Polska 2026

KOMEDIOWY



22.10 Rodzinka.pl (40)
Do Boskich przychodzi policjant. Okazuje się, że z ich telefonu wielokrotnie ktoś łączył się z komisariatem i krzyczał coś niezrozumiale. Funkcjonariusz podejrzewa przemoc domową. **40 min**

22.50 **Tak to leciało!** – teleturniej muz., Polska
23.45 **Kabaretomaniacy** (39) – pr. rozrywk., Pol. 2019
0.45 **Koło fortuny** – telet., Pol.
2.10 **Kabaret. Super Show Dwójki** (4) – pr. rozr., Pol.
3.10 **Do śmiechu!** (79) – rozr., Polska 2024-2026
4.10 **Raz na milion lat – piosenki zespołu Republika** – koncert, Pol.

DOKUMENT



22.00 Nic do zgłoszenia 6 (3)
Funkcjonariusze z Zielonej Góry znaleźli 1,5 tony suszu tytoniowego. W Terespolu odkryto papierosy pod skrzynią biegów. Na lotnisku w Warszawie pasażerka próbowała uciec z terminala. **60 min**

23.00 **Gogglebox. Przed telewizorem 23** (12) – pr. rozrywk., Pol. 2025
0.00 **Fachowcy 2** (5) – serial paradokumentalny, Pol.
0.45 **Żony Podlasia 3** (1) – serial dokumentalny, Pol.
1.45 **Niebezpieczne dzielnice** (12) – dok., Pol.
2.25 **Nauka jazdy 5** (2) – rozr.
3.00 **Szpital** (919) – paradok.
4.00 **Szkoła** (801) – paradok.

TVP 3 PROGRAMY LOKALNE

BIAŁYSTOK 16.55 Rezonans polityczny 17.15 Ze zdrowiem na Ty 17.25 Spotkania w świecie ciszy 17.50 Nie taki internet straszny 18.10 Przegląd suwalski 18.30 Obiektyw 18.50 Gość „Obiektywu" 19.00 Sport, Pogoda 19.10 Reportaż ekumeniczny 21.00 Białostocki Teatr Lalek 21.20 Gość „Obiektywu" 21.30 Obiektyw

BYDGOSZCZ 17.30 Na zdrowie 18.15 Trening czyni mistrza 18.30 Zbliżenia 19.00 Rozmowa dnia 19.20 Kod bezpieczeństwa 21.00 Rozmowa dnia 21.20 Ekspert ZUS odpowiada 21.30 Zbliżenia 21.45 Sport, Pogoda

GDAŃSK 17.30 Tedë jo 17.50 Wiatrak 18.15 Czyżewskiego 42 18.30 Panorama 19.00 Droga 21.00 Zawodowcy 21.15 Czyżewskiego 42 21.30 Panorama

KATOWICE 17.15 Nasza strona miasta 17.30 Wykrywacz kłamstw 17.50 Święta wojna 18.15 Protokół rozbieżności 18.30 Aktualności 18.55 Pogoda, Sport 19.10 Gramy dla was 21.15 Protokół rozbieżności 21.30 Aktualności

KRAKÓW 17.06 Dom Róży 18.00 Nowohucka kronika filmowa 18.09 Horyzont wartości. Rozmowa z kard. Grzegorzem Rysiem 18.30 Kronika 18.55 Tematy dnia 19.14 Wschód 21.03 Wykrywacz kłamstw 21.30 Kronika 21.45 Tematy dnia

LUBLIN 16.50 Miłego popołudnia 17.55 Naturalnie Lubelskie 18.10 Szlachetne zdrowie 18.30 Panorama lubelska 19.00 Afisz 21.02 Sera warte 21.15 Gość „Panoramy" 21.30 Panorama lubelska

ŁÓDŹ 17.45 Pogotowie reporterskie zawsze z Wami 18.07 Za szybą 18.15 Strefa biznesu 18.30 Łódzkie wiadomości dnia 18.50 Sport, Pogoda 19.00 Inwestujemy w Twoje zdrowie 19.15 Kulturalnie po Łodzi i regionie 21.00 Rowerem przez Pomorze Zachodnie 21.15 Agroexpress 21.30 Łódzkie wiadomości dnia

POZNAŃ 17.30 Teleskop 17.45 Wspólne popołudnie z seniorami 18.30 Teleskop 19.02 Rozmowa dnia 19.12 Reportaż sportowy 21.02 Pociąg do Wielkopolski 21.30 Teleskop

RZESZÓW 17.30 Kwartet 18.00 Sport – wydarzenia i komentarze 18.30 Aktualności 18.58 Gość TVP Rzeszów 19.13 Liczy się pasja 21.00 Wykrywacz kłamstw 21.30 Aktualności

SZCZECIN 17.30 Całkiem niezła historia 17.42 Tajemnice kultowych seriali 18.30 Kronika 18.52 Wokół nas 19.00 Raport naukowy 21.00 Wokół nas 21.08 Arka 21.30 Kronika 21.50 Rozmowa dnia

WARSZAWA 17.35 Reagujemy 18.00 Zawsze na temat 18.30 TKW 18.42 Kurier Mazowiecki 19.00 Informacje z Mazowsza 19.15 MAZOwyprawy extra 21.00 Dobrego dnia z gwiazdą 21.30 Kurier Warszawy i Mazowsza

WROCŁAW 17.30 Sielskie życie 17.44 Prosto z lasu 17.58 Region dialogu 18.14 Pamięć Miasta 18.30 Fakty 18.58 Agro-Fakty 19.16 Geofenomena. Dolny Śląsk (Rock & Talk) 21.02 Karkonosze nieznane 21.15 Magazyn Dolnośląski 21.30 Fakty

TVP HD

7.55 **Rodzinka.pl** (149, 150)
8.55 **Ojciec Mateusz 15** (192, 193) – krym., Pol. 2016
10.45 **Gra słów. Krzyżówka**
11.20 **Na sygnale** (587, 588)
12.25 **Ojciec Mateusz 3** (41)
13.20 **Komisarz Alex** (5) – krym.
14.15 **Ranczo 9** (113, 114)
16.10 **Górna półka smaku**
16.40 **Przystanek slow food 3**
17.10 **Okrasa łamie przepisy**
17.45 **Makłowicz w podróży**
18.20 **Ojciec Mateusz 22** (283)
19.20 **Ranczo 3** (31) – obycz., Pol.
20.10 **Rodzinka.pl** (245, 246)
21.25 **Ojciec Mateusz 33** (422)
22.20 **Morderstwa w Figeac**
FILM – film kryminalny, Fr. 2022
0.10 **Syn** (1) – serial obyczajowy, USA 2017
1.10 **Klangor** (8) – serial krym.

TVP KULTURA

12.15 **Papcio Chmiel** – film dok.
13.20 **Skutki noszenia**
FILM **kapelusza w maju** – komedia obycz., Pol. 1993
14.55 **Miasto z morza** – hist.
17.05 **Zmiennicy** (8) – kom., Pol.
18.15 **Poszukiwacze zaginionych dzieł sztuki** (1) – serial dokum., Wlk. Bryt.
18.55 **Pan wzywał, milordzie?** (2) – serial kom., Wlk. Bryt.
20.00 **Norymberga**
21.35 **Na pełny etat** – dramat
FILM obyczajowy, Francja 2021
23.15 **Jak zostać Marilyn** – dok.
0.20 **Licencja na zabijanie**
FILM – film sensacyjny, Wielka Brytania/Meksyk/USA 1989
2.45 **Kulturalni** – magazyn kult.
3.40 **Podróże z historią** (8) – serial dokumentalny, Pol.

ANTENA HD

10.40 **Wojciech Cejrowski – boso przez świat** (68, 69) – cykl reportaży, Pol.
11.45 **Klątwa Wyspy Dębów 5** (2) – reality show, USA 2017
13.35 **Ciężarówką przez śnieg 3** (4, 5) – serial dok.
15.35 **77 TV 3** (4, 6) – pr. rozr., Pol.
17.35 **Detektywi z Bordeaux** (2) – serial krym., Fr./Bel.
18.50 **Astrid i Raphaëlle: Kryminalne Geniuszki** (1)
20.00 **Morderstwa we Francji**
FILM **– Na przylądku** – film kryminalny, Francja 2020
22.00 **Detektywi z Bordeaux 3** (2) – serial krym., Fr./Belgia
23.10 **Astrid i Raphaëlle: Kryminalne Geniuszki** (1)
0.15 **Polska. Największe tajemnice** (1) – rozr., Pol.

TV 6

6.55 **Policjantki i Policjanci** (655, 656) – serial obycz.
8.55 **Kobra – oddział specjalny** (199, 200)
10.55 **48h. Zaginieni** (267-269)
13.55 **Policjantki i Policjanci** (1172) – serial obycz., Polska
14.55 **Kobra – oddział specjalny** (201, 202)
17.00 **Magnum: Detektyw z Hawajów 5** (92) – sens.
18.00 **Strażnik Teksasu** (6, 7)
20.00 **CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku** (161, 162)
22.00 **Czarna lista** (2) – krym.
22.55 **Sprawiedliwi – Wydział Kryminalny** (677, 678)
1.00 **Kości** (75, 76) – serial krym.
3.00 **Septagon** (54, 55) – krym.
5.05 **Nona i jej córki** (6)
5.45 **Telezakupy TV Okazje**

BBC FIRST

10.40 **Śmierć pod palmami 11** (7) – serial krym., Wlk. Bryt.
11.45 **Zagadki doktora Blake'a 5** (3) – serial krym.
12.55 **Shakespeare i Hathaway: prywatni detektywi 3** (3, 4) – krym.
14.55 **Ojciec Brown 5** (6) – krym.
15.55 **Lewis** (5) – krym., Wlk. Bryt.
17.00 **My Life is Murder 4** (3)
18.00 **Morderstwa w Midsomer 13** (6)
19.50 **Śmierć pod palmami 11** (8) – serial krym., Wlk. Bryt.
21.00 **Ludwig** (6) – serial krym.
22.15 **Luther** (3, 4) – serial krym.
0.30 **My Life is Murder 3** (9)
1.30 **Śmierć pod palmami 11** (8) – serial krym., Wlk. Bryt.

ROMANCE TV

14.15 **Wszyscy lekko stuknięci**
FILM – komedia, Niemcy 2024
16.05 **Inga Lindström: Konie**
FILM **z Katarinabergu** – film obyczajowy, Niemcy 2007
18.00 **Zwierzyniec doktor Mertens** (106) – obycz.
19.00 **Górski lekarz** (110) – obycz., Niemcy/Austria
20.00 **Rosamunde Pilcher:**
FILM **Zranione serca** – obycz., Niem./Wielka Brytania 2000
21.55 **Lilly Schönauer: Miłość**
FILM **ma skrzydła** – film obycz., Niemcy/Austria 2006
23.50 **Górski lekarz** (110)
0.45 **Rosamunde Pilcher:**
FILM **Zranione serca** – obycz., Niem./Wielka Brytania 2000

COMEDY CENTRAL

8.55 **Przyjaciele 10** (15-17)
10.55 **Przyjaciele** (1, 2) – kom.
11.55 **Teoria wielkiego podrywu 12** (2-7) – kom.
14.30 **Dwóch i pół** (3-6) – kom.
16.30 **Przyjaciele** (3-8) – kom.
19.30 **Teoria wielkiego podrywu 12** (8-13) – kom.
22.00 **The Office PL 2** (5, 6)
23.05 **Comedy Club 8** (11, 12)
0.05 **Miasteczko South Park 22** (2, 3)
1.00 **Pracoholicy 5** (12, 13)
2.00 **Śmieszniej nie będzie 2** (3) – pr. rozr., Wielka Brytania
2.30 **Śmieszniej nie będzie 4** (4) – pr. rozr., Wielka Brytania
3.00 **Miasteczko South Park 21** (9, 10)

TVN FABUŁA

8.45 **Detektywi** (476, 477)
9.50 **Prawo Agaty** (14) – obycz.
10.55 **Szpital św. Anny** (65)
11.55 **Druga szansa 4** (8, 9)
13.55 **Prawo Agaty** (13) – obycz.
14.55 **Detektywi** (477, 478)
16.00 **Top 100: filmy wszech czasów** (1) – pr. rozr., Pol.
16.35 **Po pierwsze kino 3** (14)
16.45 **Prosto w serce** – komedia
FILM romantyczna, USA 2007
19.00 **Szpital św. Anny** (45)
20.00 **Saga „Zmierzch":**
FILM **Księżyc w nowiu** – film fantasy, Australia/USA 2009
22.50 **Meg** – film s.f., USA/Chiny
FILM 2018, reż. Jon Turteltaub
1.00 **Showtime** – komedia
FILM sens., USA/Australia 2002

STOPKLATKA

6.00 **Kabaretowe hity** (1) – pr. rozrywk., Pol. 2023
6.50 **Złoty interes 2** (10)
7.50 **Wojciech Cejrowski – boso przez świat**
8.55 **Robert Makłowicz** (219, 190) – mag. kulin.
10.45 **Pyszne dania w 10 minut z Julią Oleś 2** (7)
11.00 **Górski lekarz** (12, 13) – obycz., Niemcy/Austria
13.00 **Katastrofy w przestworzach** (1, 5, 2) – serial dok., Kan.
16.00 **MacGyver 3** (2, 3) – sens.
18.00 **Wojny magazynowe: Kanada 2** (19, 20) – reality show, Kan. 2014
19.10 **Aukcja w ciemno** (2, 3) – serial dokumentalny

POLSAT 2

5.50 **Wydarzenia**
6.30 **Nasz nowy dom** (269) – reality show, Pol. 2022
7.30 **Na ratunek 112** (873, 874) – paradok., Pol.
8.30 **Sekrety rodziny** (303-305) – serial paradokumentalny, Polska
11.30 **Trudne sprawy** (1213) – serial paradokumentalny
12.30 **Dlaczego ja?** (1476, 1477) – serial paradokumentalny, Pol. 2025
14.30 **Świat według Kiepskich** (399-403) – serial kom., Polska 2012
17.00 **48h. Zaginieni** (103, 104) – serial kryminalny, Polska
19.00 **Gliniarze** (1142) – serial paradokumentalny, Polska

TVP SERIALE

5.50 **Rodzinka.pl** (76) – kom.
6.25 **Na sygnale** (458, 459) – serial fabularno-dokum.
7.35 **Ojciec Mateusz** (8) – serial kryminalny, Polska
8.30 **Komisarz Alex 24** (305) – serial kryminalny, Polska
9.25 **Rodzinka.pl** (77) – kom.
9.55 **Klan** (1426) – telen., Pol.
10.30 **Ranczo 6** (75, 76) – obycz.
12.10 **Pan Mama** (54, 55)
13.10 **Zaraz wracam 2** (134)
13.45 **Ojciec Mateusz 28** (359, 360) – serial krym.
15.40 **Komisarz Alex 24** (306) – serial kryminalny, Polska
16.30 **Na sygnale** (460, 461) – serial fabularno-dokum.
17.40 **Ranczo 6** (77, 78) – serial obyczajowy, Polska 2012

KINO POLSKA

6.00 **Zwierzęta Wajraka 3** (4) – serial dokumentalny
6.25 **Och! Kabaret 4** (6) – rozr.
7.15 **Zwierzęta Wajraka 3** (5) – serial dokumentalny
7.45 **Wagary** – krótkometraż.
8.25 **Jeśli serce masz bijące** FILM – dramat psycholog., 1980
10.25 **Podróż za jeden uśmiech** FILM – film przygodowy, 1972
12.10 **Komedia małżeńska** FILM – komedia obycz., 1993
14.20 **Polska Kronika Filmowa** – serial dokum.
14.55 **1920 Bitwa Warszawska** FILM – dramat wojenny, 2011
17.15 **Pogranicze w ogniu** (5, 6) – serial sensacyjny

AXN

6.00 **CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 10** (18, 19) – serial kryminalny, USA/Kanada
7.30 **Agenci NCIS: Hawaje** (3, 4) – serial kryminalny, USA 2021
9.20 **Castle 8** (5, 6) – serial krym., USA 2015-2016
11.15 **Detektyw Monk 3** (5, 6) – serial kryminalny, USA
13.10 **Agenci NCIS: Hawaje** (5, 6) – serial kryminalny
15.10 **Agenci NCIS 15** (15, 16) – serial sensacyjny, USA
17.10 **Kryminalne zagadki Las Vegas** (15, 16) – serial kryminalny, USA/Kanada
19.10 **Castle 8** (7, 8) – serial krym., USA 2015-2016

CANAL+ PREMIUM

6.00 **Łapu capu** – pr. rozr., Pol.
6.05 **Nadzieja** – dramat sens., FILM Polska/Niemcy 2006
7.45 **Super pies i kot łotr** FILM – film anim., Kanada 2025
9.15 **Kiler-ów 2-ch** FILM – komedia, Polska 1999
11.10 **Łapu capu** – pr. rozr., Pol.
11.15 **Hollywoodgate** – dok.
12.50 **Długi weekend** – film FILM obyczajowy, Polska 2004
14.05 **Godzina zero** (2) – serial kryminalny, Wlk. Bryt.
14.50 **Rave** – film dokumentalny
16.10 **Holiday** – komedia FILM romantyczna, USA 2006
18.25 **Łapu capu** – pr. rozr., Pol.
18.30 **Peacock** – thriller, USA FILM 2010, wyk. Cillian Murphy, Ellen Page

KOMEDIODRAMAT



20.00 Dobry rok – USA/ FILM Wielka Brytania 2006
Max (Russell Crowe, zdj.), ambitny finansista z Londynu, dziedziczy posiadłość w Prowansji. Początkowo chce szybko ją sprzedać, ale z czasem w nowym miejscu znajduje spokój i miłość. **150 min**

22.30 **Zabójca** – film FILM sensacyjny, USA 2007
0.40 **Kronika opętania** FILM – horror, USA/Kan. 2012
2.45 **Wszyscy jesteśmy Chrystusami** FILM – dram. psycholog., Pol. 2006
5.20 **Ranking naj polskiego kina** (1) – pr. rozr., Polska
5.45 **W zakolach czasu** – film krótkometraż., Pol.

KRYMINALNY



20.00 Ślad (45) – Pol. 2018-2019
Bez śladu znikają kolejne kochanki Michała Adamowicza. Detektywi odnajdują zwłoki dwóch kobiet ze zniszczonymi twarzami. Irena i Olga znały się zawodowo. Pierwsza z ofiar została oszpecona przez nieudane zastrzyki. **60 min**

21.00 **Gliniarze** (1074)
22.05 **Łowca pedofilów** (183, 184) – serial dokum.
23.00 **Świat według Kiepskich** (316, 317)
0.00 **Ślad** (98) – krym., Pol.
1.00 **Zdrady II** (51) – paradok.
2.05 **Wydarzenia**
2.45 **Ewa gotuje** (510) – mag.
3.20 **Śluby gwiazd** (23) – rozr.
3.45 **Interwencja** – mag.

KRYMINALNY



19.35 Ojciec Mateusz 28 (361)
Znika Eryk, który niebawem ma wziąć ślub z Laurą. Ksiądz Mateusz rozpoczyna prywatne śledztwo w tej sprawie. W zdobyciu informacji pomaga mu umiejętność gry w pokera. **55 min**

20.30 **Ojciec Mateusz** (9) – serial kryminalny, Polska
21.30 **Ranczo 7** (79, 80) – obycz.
23.25 **Ojciec Mateusz 28** (362) – serial kryminalny, Polska
0.15 **Na dobre i na złe** (995) – serial obycz., Pol. 2026
1.20 **Matylda** (12, 13) – serial kostiumowy, Polska 2024
3.10 **Zatoka szpiegów 2** (17)
4.00 **Klan** (1426) – telen., Pol.
4.35 **Zaraz wracam 2** (134)

DRAMAT OBYCZAJOWY



20.00 Słodko-gorzki – FILM 1996, reż. Władysław Pasikowski
W jednej z warszawskich szkół chłopak popełnia samobójstwo. Jego kolega Mateusz (Rafał Mohr, zdj.) próbuje na własną rękę wyjaśnić, dlaczego to zrobił. **120 min**

22.00 **Karate po polsku** FILM – dramat obyczajowy, 1983, wyk. Michał Anioł
23.55 **Przepraszam, czy tu bija?** FILM – film sensacyjny, 1976, wyk. Zdzisław Rychter, Jerzy Kulej
1.50 **Game Over** FILM – dramat obyczajowy, 2024
3.45 **Skazany na bluesa** FILM – dram. biograf., 2005

KRYMINALNY



21.05 Rekrut 8 (6) – USA 2026
W walentynki Nolan i Bailey badają sprawę serii pożarów. Wiele wskazuje na winę seryjnego podpalacza. Trwa proces Glassera. Działania Harper mogą zniweczyć wysiłki Wesleya. **60 min**

22.05 **Nocny lot** (4) – serial sensacyjny, Wlk. Bryt.
23.05 **Kryminalne zagadki Las Vegas** (15, 16) – serial kryminalny, USA/Kanada
0.50 **Castle 8** (7, 8) – serial krym., USA 2015-2016
2.45 **Rekrut 8** (6) – serial krym.
3.40 **FBI 2** (3) – serial krym.
4.35 **Walker: Strażnik Teksasu** (4) – serial krym.
5.20 **Blok promocyjny AXN**

MELODRAMAT



20.00 Dotyk – Islandia/ PREMIERA FILM Wielka Brytania 2024
Londyn. Zdolny student Kristofer (Pálmi Kormákur, zdj.) porzuca uczelnię i zaczyna pracę w japońskiej restauracji. Zakochuje się w Miko (Kōki, zdj.). **120 min**

22.00 **Girl Climber. Wspinaczka** – film dok.
23.25 **Miasteczko Shelby** FILM **Oaks** – horror, Belgia/USA 2024
0.55 **Tak się poznaliśmy** FILM – kom. romant., USA 2023
2.30 **Skrzyżowanie** – dramat FILM obyczajowy, Polska 2024

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

13 ULICA

6.35 **Zbrodnie idealne** (9, 10) – serial kryminalny, Fr. 2017
8.50 **Petra** (3) – serial krym., Wł.
10.35 **Agenci NCIS: Los Angeles 14** (11, 12) – sens.
12.25 **Motyw 4** (12, 13) – krym.
14.15 **Zbrodnie idealne** (11, 12) – serial kryminalny, Fr. 2017
16.30 **Petra** (4) – serial krym., Wł.
18.20 **Agenci NCIS: Los Angeles 14** (13, 14) – sens.
20.10 **Magnum: Detektyw z Hawajów 3** (1, 2) – serial sensacyjny, USA 2020
22.00 **Chicago P.D.** (19) – serial kryminalny, USA 2025
22.55 **Kobra – oddział specjalny** (1) – sens., Niem.
0.50 **Petra** (4) – serial krym., Wł.
2.40 **Zbrodnie idealne** (11-13) – serial kryminalny, Fr. 2017

POLSAT FILM

6.05 **Rolnicy – Tak się żyje u nas na wsi** (79-81) – dok.
7.30 **Doktor Martin** (9) – obycz.
8.30 **Przyjaciółki** (273, 274) – serial obycz., Polska 2024
10.25 **Świat według Kiepskich** (118, 119, 186, 187, 134, 135) – serial kom., Polska
13.55 **Piąty element** – film FILM s.f., Francja 1997
16.35 **Pojutrze** – dramat FILM katastroficzny, USA 2004
19.15 **Oszustki** – komedia, USA FILM 2019, wyk. Anne Hathaway
21.00 **Raj dla par** – komedia FILM romantyczna, USA 2009
23.25 **Serena** – dramat obycz., FILM USA/Francja/Czechy 2014
1.40 **Fala zbrodni** (55-57) – serial sensacyjny, Polska
4.40 **Na ratunek 112** (826, 827)

HBO

9.50 **La Grazia** – dramat FILM obyczajowy, Włochy 2025
12.00 **Czarne bractwo** – film FILM biograficzny, USA 2018
14.15 **Makbet** – dram. obycz., FILM Wlk. Bryt./Francja/USA 2015
16.10 **Bohemian Rhapsody** FILM – dramat biograficzny, Wielka Brytania/USA 2018
18.25 **Tripped Up** – komedia, FILM USA 2023, wyk. Leah Lewis
20.00 **Stamtąd 4** (4) – serial grozy
21.00 **Półbrat** (6) – serial obycz.
22.10 **Ród smoka 2** (6) – fantasy
23.15 **Przymierze** – dramat FILM wojenny, Wielka Brytania/ Hiszpania/USA 2023
1.15 **Azyl** – thriller, USA/ FILM Francja/Rosja 2022
2.50 **Locke** – dram. obycz., FILM USA/Wielka Brytania 2013

WARNER TV

8.25 **JAG – Wojskowe Biuro Śledcze 9** (4) – serial sens.
9.25 **Bajer z Bel-Air 3** (6, 7)
10.25 **Prawo Agaty** (4) – obycz.
11.25 **Pełna chata 6** (7, 8) – kom.
12.25 **JAG – Wojskowe Biuro Śledcze 9** (5, 6) – sens.
14.20 **Bajer z Bel-Air 3** (6-9)
16.20 **Pełna chata 6** (7-10)
18.20 **Akademia policyjna 3: Powrót do szkoły** – komedia, USA 1986
20.00 **Szczęściarz** – dramat FILM obyczajowy, USA 2012
21.55 **Bez mojej zgody** – dramat FILM obyczajowy, USA 2009
1.50 **Człowiek pies** – dramat FILM sensacyjny, Francja/USA/ Wielka Brytania 2005
3.50 **Od dzisiaj** – melodramat, FILM USA 1946

ALE KINO+

9.15 **Wolna krowa**
10.00 **Bestia** (5, 6-ost.) – krym.
12.05 **Vera 13** (1) – serial krym.
14.05 **Arktyka** – dramat FILM przygodowy, Islandia 2018
16.05 **Poprzednie życie** FILM – dramat obyczajowy, USA/ Korea Południowa 2023
18.15 **Vera 13** (2) – serial krym.
20.10 **Mój synek** – thriller, FILM Francja/Belgia 2017
21.55 **Jej twarz** – dramat FILM obyczajowy, USA 2016
0.30 **Narysuj mnie** – dramat FILM obyczajowy, Polska 2024
2.10 **Klangor** (8-ost.) – krym.
3.05 **Julia wraca do domu** FILM – dram. obycz., Niem./ Kanada/Polska 2002
5.05 **Meduzy** – film krótkometr.
5.15 **Sortownia** (8-ost.)

CANAL+ FILM

13.05 **Sigourney Weaver. Ikona kina akcji** – film dokum.
14.00 **Call me lala**
14.20 **Mamma Mia! Here We Go Again** FILM – komedia muz., USA/Wlk. Bryt./Chiny 2018
16.10 **Robin i obrońcy królestwa** FILM – film przyg., Wlk. Bryt./Irlandia 2024
17.50 **Battleship: Bitwa o Ziemię** FILM – film s.f., USA/Japonia 2012
19.55 **Łapu capu** – rozr., Pol. 2026
20.00 **Zdążyć przed śmiercią** FILM – western, USA 2025
21.45 **Dziki** – dramat FILM przygodowy, Polska 2025
0.00 **Anioły wojny** – film sens., FILM USA/Bułgaria 2024
1.45 **Lany poniedziałek** FILM – komediodramat, Pol. 2024

SCI FI

6.00 **Prométhée** (1)
7.00 **The Ark** (12) – serial s.f.
8.00 **The Ark 2** (1, 2) – serial s.f.
10.00 **Bibliotekarze** (5, 6)
11.50 **Czarodziejki 7** (13, 14)
13.40 **Grimm 4** (11, 12) – fantasy
15.30 **Bibliotekarze** (7, 8)
17.20 **Czarodziejki 7** (15, 16) – serial fantasy, USA 2005
19.10 **Grimm 4** (13, 14) – fantasy
21.00 **Ministerstwo Czasu 4** (1, 2) – serial przyg., Hiszp.
23.35 **Szkoła czarownic: Dziedzictwo** FILM – dramat fantasy, USA/Kanada 2020
1.30 **Meteor zagłady** FILM – film s.f., USA 2023
3.10 **Czarodziejki 7** (15, 16)
5.00 **Prométhée** (1)

PARAMOUNT NETWORK

10.50 **Lemony Snicket: Seria niefortunnych zdarzeń** FILM – film familijny, USA/Niemcy 2004, wyk. Jim Carrey
13.00 **Czarodziejki** (3, 4) – serial fantasy, USA 1998
15.00 **Moja super eksdziewczyna** FILM – kom. romant., USA 2006
17.10 **Mission: Impossible 2** FILM – sens., USA/Niemcy 2000
20.00 **Poszukiwacze zaginionej Arki** FILM – film przygodowy, USA 1981
22.30 **Jak stracić chłopaka w 10 dni** FILM – komedia romantyczna, USA/Niemcy 2003
0.50 **Planeta Singli. Osiem historii** (1) – serial kom.

FX

7.10 **Kości** (11, 12) – serial krym.
9.00 **Z archiwum X** (21) – s.f.
10.00 **CSI: Kryminalne zagadki Miami** (10, 11) – krym., USA
11.50 **CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku** (15, 16)
13.45 **Agenci NCIS** (8, 9) – sens.
15.35 **FBI 4** (21) – krym., USA 2021
16.30 **CSI: Kryminalne zagadki Miami** (12, 13) – krym., USA
18.20 **Z archiwum X** (22) – s.f.
19.15 **FBI 4** (22) – krym., USA 2021
20.10 **CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku** (17, 1)
22.00 **9-1-1** (13) – serial obycz.
22.55 **Z archiwum X** (22) – s.f.
23.50 **Matlock** (8) – serial krym.
0.45 **FBI 4** (22) – krym., USA 2021
1.40 **Agenci NCIS** (9) – sens.

KINO TV

8.35 **Zagadki kryminalne panny Fisher 2** (12, 13)
11.00 **Panna Scarlet i komisarz** (5, 6) – serial kryminalny
13.10 **Poirot** – serial kryminalny
15.15 **Zagadki kryminalne panny Fisher 3** (1, 2)
17.50 **Panna Scarlet i komisarz 2** (1, 2) – krym.
20.00 **Jeden gniewny człowiek** FILM – thriller, USA/ Wielka Brytania 2021
22.35 **Następne 48 godzin** FILM – komedia sens., USA 1990
0.20 **Zderzenie** FILM – film sens., Wlk. Bryt./Niem./Chiny 2016
2.35 **Alex z Venice** – dramat FILM obyczajowy, USA 2014
4.35 **Bonanza** (31) – obycz., USA

CANAL+ SERIALE

9.50 **Naruto** (19-21) – anime
11.20 **Mozart. Narodziny geniusza** (1, 3) – film dok.
14.35 **Naruto** (22-24) – anime
16.05 **Łapu capu** – rozr., Pol. 2026
16.15 **Byłem królem** – dok., Pol.
18.20 **Godzina zero** (1, 2) – krym.
20.00 **Córka narodu** (1-3) – serial kostiumowy, Czechy 2024
22.00 **Blizna** (1) – sens., Hiszpania
23.00 **Spartakus: Krew i piach** (8) – serial historyczny, USA
23.55 **Small World** (1-3) – serial sensacyjny, Polska 2021
2.25 **Planeta Singli. Osiem historii** (8) – serial kom.
3.25 **Premierowa jazda** – mag.
4.10 **Chwile szczęścia** (3, 4) – serial dokum., Polska 2019

CANAL+ 360

14.00 **Najniebezpieczniejsze miejsca na świecie** (4)
15.00 **Chwila prawdy** (7) – dok.
16.00 **Przemierzając Mauretanię** – film dokum.
17.00 **Zholowani: ciężarówki w opałach 7** (16) – dok.
18.00 **Porzucone konstrukcje 4** (1) – dok., Wlk. Bryt.
18.55 **Najniebezpieczniejsze miejsca na świecie** (3)
19.50 **Zholowani: ciężarówki w opałach 7** (17) – dok.
20.50 **Co poszło nie tak** (4)
22.00 **Hot Roads – Najniebezpieczniejsze drogi świata** (1) – serial dokum.
23.00 **Zasada przyjemności** (6) – serial kryminalny

PREMIERA – pierwszy raz w telewizji ○ – tylko dla dorosłych

WTOREK 2 czerwca

WSCH. SŁ. 04.29 | ZACH. SŁ. 20.55 | Imieniny: Eugeniusza, Marianny, Piotra

TeleTydzień

TLC

8.00 **Dom wygrany na loterii 13**
9.00 **Wyzwanie – pierwsze dziecko**
10.00 **Wiza na miłość: dalsze losy 8** – reality show, USA
11.00 **Wiza na miłość 12** (1)
13.00 **Niepokonani** (1, 2) – dok.
15.00 **Wiza na miłość: pierwsze spotkanie, pościelove rozmowy 7**
16.00 **Historie wielkiej wagi** (4): Justin – serial dokum.
18.00 **Historie wielkiej wagi: Brazylia** – reality show
19.00 **Wiza na miłość: Romans na Karaibach**



20.00 Premiera: **Mali ludzie, wielka rodzina 11**
21.00 Premiera: **Rodzina 10+ 8** (7) – program rozrywkowy
22.00 Premiera: **Kiedy dzieci mają dzieci 7**
23.00 **Transplantacja: drugie życie:** Największy gest miłości – serial dokum.
0.00 **Dr Pryszczylla 4**

POLSAT CAFÉ

6.00 **Przyjaciółki** (15, 16) – serial obycz., Pol. 2013
8.00 **Co ludzie powiedzą** (3, 4) – serial komediowy
9.25 **Hell's Kitchen – Piekielna Kuchnia** (65, 66) – reality show, Pol.
12.30 **Bogaty dom – biedny dom** (127, 128) – reality show, Polska 2025
14.30 **Kolacja w ciemno** (5, 6) – pr. rozrywk., Pol. 2021
16.30 **Hell's Kitchen – Piekielna Kuchnia** (22) – reality show, Pol. 2015
18.00 **Nasz nowy dom** (336, 253) – reality show



20.00 **Najpiękniejsze domy na wsi** (3) – serial dok.
21.00 **Rolniczki** (9) – dok., Pol.
22.00 **Bogaty dom – biedny dom** (160) – reality show
23.00 **Gry małżeńskie** (202, 203) – reality show
1.00 **Kolacja w ciemno** (3, 4)
3.05 **Więzienie kobiet** (48, 49) – serial dokum.

TVN STYLE

5.15 **I nie opuszczę Cię aż do ślubu** (3) – reality show, Polska 2018
5.50 **Damy i wieśniaczki. PL 7** (1) – serial fabularno-dokum., Polska
6.45 **Poukładani** (3, 2) – pr. rozrywk., Pol. 2025
7.45 **Dzień Dobry TVN** – magazyn
11.20 **Ugotowani** (7, 8) – program kulinarno-rozrywkowy, Polska 2013
13.30 **Kuchenne rewolucje** (7, 6) – pr. rozr., Pol. 2018
15.35 **Jestem z Polski 15** (8, 9) – serial dokum., Pol. 2025



18.45 **Kuchenne rewolucje** (10-12) – rozr., Polska 2024
20.50 **Ostre cięcie 11** (6) – rozr.
21.50 **Jestem z Polski 16** (1)
22.50 **Jestem z Polski 15** (16)
23.45 **Hotel Paradise 11** (6)
0.45 **Prince Charming** (2, 3)
2.10 **Apetyt na miłość** (4)
3.15 **Wiem, co jem i wiem, co kupuję** (3, 4) – mag.

DISCOVERY CHANNEL

9.00 **Gorączka złota: rzeka skarbów**
10.00 **Klan z Alaski**
11.00 **Przetrwać nad Jukonem**
12.00 **Mike Brewer. Samochody świata**
12.30 **Nagi instynkt przetrwania 11**
15.00 **Złomowisko PL 4** (6)
16.00 **Gorączka złota 16**
17.00 **Nic do zgłoszenia** (8)
18.00 **Kamperem przez świat** (6)
19.00 **Nagi instynkt przetrwania: nagroda za przeżycie 3** (2)



21.00 Premiera: **Teorie spiskowe pod lupą**
22.00 Premiera: **Sara Price chasing Dakar Rally** (1)
23.00 Premiera: **Bimbrownicy 14:** Podejrzani
0.00 **Mike Brewer: przerobić i sprzedać** (1)
1.00 **Hot rod wg Kindiga:** Ford prawie gotowy

TVP HISTORIA

8.30 **Pogranicze w ogniu** (14) – serial sens., Polska
9.35 **(O)Polskie początki**
10.35 **Trzy losy, jedna Polska – bracia Pomarańscy**
11.35 **Kanadyjskie parki narodowe** (2)
12.35 **Zagłada Drednotów, czyli wielkie samozatopienie** – dok.
13.40 **Film dokumentalny**
14.00 **Królowie** (27) – hist., Pol.
14.30 **Pogranicze w ogniu** (15) – serial sens., Polska
15.40 **Sensacje XX wieku**
17.30 **Czas honoru** (66)
18.30 **Pamięć śladów** – dok.



19.40 **Królowie** (66) – hist., Pol.
20.15 **Ekstradycja 2** (7) – sens.
21.20 **Zapomniane agentki II wojny światowej** (4) – hist., Niemcy/Wlk. Bryt.
22.25 **Nieznana wojna na Północy 2** (5) – dok.
23.30 **Sensacje XX wieku**
1.35 **Encyklopedia II wojny światowej** (2): Skazani

FOKUS TV

7.00 **Byli sobie podróżnicy** (3, 5, 4, 6) – serial anim., Fr.
8.55 **Wehikuł czasu**
9.00 **Starożytni kosmici** (6)
10.00 **Gwiazdy lombardu** (65-68) – reality show, USA
12.00 **Wielkie konstrukcje III Rzeszy** (3) – dok.
13.00 Premiera: **Poszukiwacze historii** (12, 1)
14.00 **Ludzie na wojnie – rok w Ukrainie** (1, 2) – dok.
16.00 Premiera: **Dorwać tuńczyka** (1, 2) – dok.
18.00 **Rolnicy. Podlasie** (4, 5)
20.00 **Galileo** (4)
21.00 **Tajemnice zamków** (5)



22.00 **Życie intymne Hitlera** (1, 2) – serial dokumentalny, 2020
0.00 **Starożytni kosmici** (8) – serial dokum., USA 2009
1.00 **Rolnicy. Podlasie** (41-44) – serial dokumentalny, Pol. 2024
5.00 **Kołowrotek** (10, 11) – magazyn wędkarski

METRO

8.35 **Szpital** (734, 735) – paradok.
10.35 **Sędzia Anna Maria Wesołowska** (303, 304)
12.35 **Szkoła** (694) – paradok., Pol.
13.35 **Przepis na życie 5** (5)
14.35 **Zapukaj do moich drzwi** (150) – telen., Turcja 2020
15.45 **The Floor** – teleturniej, Pol.
17.00 **Fani czterech kółek 16**
18.00 **Prawo Agaty 5** (4) – obycz.
19.00 **Kartoteka 10** (19, 20)
21.05 **Kryminalni** (2, 3) – krym.
23.15 **CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 10** (15) – krym.
0.15 **Zbrodnie z pierwszych stron gazet 6** – serial dok.
1.15 **Szpital** (727) – paradok., Pol.
2.15 **Szkoła** (825, 826) – paradok.
4.10 **Nowa Maja w ogrodzie 3**

ZOOM

8.00 **Strażnik Teksasu 8** (7, 8)
9.50 **MacGyver** (22, 1) – sens.
11.55 **Pułapki umysłu:** Presja
13.00 **Wojny magazynowe: Kanada** – reality show, Kan.
15.30 **Sensacje XX wieku** – hist.
17.50 **Wojciech Cejrowski – boso przez świat**
20.00 **Kobra – oddział specjalny 22** (7, 8) – sens.
22.00 **Dynamo: Więcej niż magia 2** – serial dokum.
23.00 **Magia nagości. Polska 4**
0.05 **Magia nagości 5** – pr. rozr.
1.10 **Magia nagości. Dania**
2.00 **Kabaretowe przeboje**
3.05 **Kabaretowe przeboje 3**
4.10 **I love kabaret** – pr. rozr., Pol.
5.25 **I love kabaret EXTRA**

FOOD NETWORK

8.20 **Kuchenne rewolucje** – rozr.
9.20 **Co nas truje** – pr. rozrywk.
11.35 **Człowiek kontra jedzenie**
13.05 **Miłość od kuchni** – pr. rozr.
14.05 **Akcja: Restauracja!**
15.05 **Wiosenny turniej wypieków** – reality show
16.05 **Kuchenne rewolucje** – rozr.
17.05 **Magda gotuje internet**
17.40 **MasterChef** – pr. rozrywk.
19.10 **Dziecięce mistrzostwa wypieków** – telet. kulin.
20.10 **Kulinarny poker**
21.10 **24/24** – maraton kulinarny
22.15 **Pyszne miejscówki** – mag.
23.20 **Akcja: Restauracja! 19**
0.20 **Człowiek kontra jedzenie**
1.50 **Zamiana szefów kuchni**
3.50 **Apetyt na miłość** – pr. rozr.

DISCOVERY SCIENCE

6.00 **Jak to jest zrobione?**
8.00 **Gwiezdne bitwy**
11.00 **Gigantyczne konstrukcje według Hammonda** – rozr.
12.00 **Inżynieria ekstremalna**
13.00 **Podziemne sekrety**
15.00 **Jak działa wszechświat? 6**
18.00 **Jak to jest zrobione?**
21.00 **Pogromca mitów w akcji:** Bijatyka!; Miecz z meteorytu
23.00 **W sieci eksperymentów:** Najbardziej wartościowi gracze; Mistrzowie chaosu
1.00 **Jak działa wszechświat? 6:** Śmierć Drogi Mlecznej; Wojna z asteroidami; Sekretna historia Merkurego – serial dokum.
4.00 **Zoom na architekturę**

NATIONAL GEOGRAPHIC

12.00 **Era supertransportu**
13.00 **Wojna widziana z powietrza**
15.00 **Strzegąc granic**
16.00 **Egipt: Miejsce pełne tajemnic:** Władcy piramid
17.00 **Zaginione skarby Biblii**
18.00 **Żelazna kurtyna: Życie pod radziecką okupacją**
19.00 **Historia Związku Radzieckiego** (2) – film dok.
20.00 **Katastrofa w przestworzach**
21.00 **Przetrwanie w kanadyjskiej dziczy**
23.00 **Wyjaśnić katastrofę**
0.00 **Ostatni lot: Anatomia katastrofy**
1.00 **Życie na Alasce**

BBC EARTH

12.30 **Zielona planeta** – serial dok.
13.35 **Dynastie** – serial dokum.
14.40 **W okowach mrozu** – dok.
15.40 **Życie na pustkowiu: powroty** – serial dokum.
16.40 **Ekspedycja: orka** – film dokumentalny, Wlk. Bryt. 2024
17.45 **Wielkie archeologiczne odkrycia 2** – serial dokum.
18.45 **Najpiękniejsze trasy spacerowe** – serial dokum.
19.45 **Wielkie koty 24/7 2** – dok.
20.55 **Życie na pustkowiu: powroty** – serial dokum.
21.55 **W okowach mrozu** – dok.
22.55 **Superchirurdzy: szansa na życie 2** – serial dokum.
0.00 **Bakteriofagi: szansa na życie** – film dokumentalny

WP

10.55 **Porzucone budowle 8**
12.00 **Wariaci za kierownicą 2**
13.00 **Makłowicz w podróży**
14.00 **Pokochaj lub sprzedaj Vancouver 3**
16.50 **Pogoda**
17.00 **Komisarz Cassandre: Zbrodnie w Alpach 7** (2)
19.00 **Policjanci z sąsiedztwa 3**
20.00 **Policjanci w akcji** (3)
21.00 **Policjanci z sąsiedztwa 2**
21.55 **Pogoda**
22.05 **Mistrzowie Kabaretu**
23.00 **Mistrzowie Kabaretu 11**
0.00 **Mistrzowie Kabaretu 15**
1.00 **1, 2, 3... Kabaret! 2** – pr. rozr.
2.00 **Mistrzowie Kabaretu 14**
3.00 **Mistrzowie Kabaretu 16**

NOWA TV

9.30 **Całkiem nowe lata miodowe** (8) – serial kom.
10.00 **Miodowe lata** (16) – kom.
10.30 **Więzienie** – serial dokum.
11.00 **Poirot** – serial kryminalny
13.00 **Poirot 6** – serial kryminalny
15.00 **Świat według Bundych 4** (69-74) – serial komediowy
18.00 **Całkiem nowe lata miodowe** (5) – serial kom.
18.30 **Miodowe lata** (73, 70, 71)
21.00 **Zdrady** (105) – paradok., Pol.
22.00 **Ślad** (16, 17, 107) – krym., Pol.
1.00 **Łowca pedofilów** – dok.
3.00 **TV okazje**
3.50 **Wehikuł czasu**
4.00 **Sala operacyjna**
5.00 **Pod lupą** – magazyn

HGTV HOME & GARDEN

10.00 **Najgorętsze nieruchomości pod słońcem** – serial dokum.
11.05 **Zarobić na remoncie 6**
11.36 **Usterka 14** (3, 4) – fab.-dok.
13.05 **Zbudujemy fajny dom**
14.00 **Zbudujemy fajny dom 2**
15.00 **Mieszkanie na miarę 2**
17.00 **Polowanie na ogród 8** – program rozrywkowy
18.10 **Będzie pięknie** – pr. rozr.
19.05 **Zgłoś remont 11** – pr. rozr.
20.05 **Dorota inspiruje**
21.00 **Dorota was urządzi!** – rozr.
22.35 **House Hunters – Poszukiwacze domów 8**
0.45 **Kupujemy dom na plaży 25** – serial dokum.

TRAVEL CHANNEL

6.00 **Nowe życie na wyspie**
8.05 **Człowiek kontra jedzenie**
10.10 **Smakuj świat z Pascalem**
12.15 **Małżeństwo w dżungli**
14.20 **Człowiek kontra jedzenie**
14.55 **Dziwaczne potrawy: Smakowite miasta** – serial dok.
17.00 **Wyprawa w nieznane** – serial dokumentalny
19.00 **Aloha, nowy dom!** – pr. rozr.
21.00 **Nagi instynkt przetrwania** – serial dokumentalny
23.10 **Kobieta na krańcu świata** – serial dokumentalny
0.55 **Małżeństwo w dżungli** – serial dokumentalny
3.00 **Wyprawa w nieznane**
5.05 **Człowiek kontra jedzenie**

NATIONAL GEOGRAPHIC WILD

9.00 **Europa z powietrza**
10.00 **Weterynarz do zadań specjalnych**
11.00 **Dzikie miejsca Europy**
12.00 **Śmierć przychodzi po zmroku:** Wzgórza mają oczy
13.00 **Przedziwna planeta Ziemia:** Burza – serial dokum.
14.00 **Planeta wielkich kotów**
15.00 **Drapieżnik kontra ofiara**
16.00 **Parki narodowe Stanów Zjednoczonych**
17.00 **Oko w oko z dziką naturą**
18.00 **Zadziwiająca Australia**
19.00 **Zwierzaki w amoku**
20.00 **Niszczycielskie żywioły**
21.00 **Niezwykły dr Pol**
2.00 **Nadciąga wielka woda**

POLSAT VIASAT HISTORY

11.15 **Wojna światowa: 1914-1945**
12.15 **Militarny ranking**
13.25 **Cesarstwo Rzymskie: mity i fakty**
14.35 **Naziści: korzenie zła**
16.30 **Kto napisał Nowy Testament?** – film dok., Fr.
17.35 **Wojna światowa: 1914-1945**
18.40 **Militarny ranking**
19.50 **Ciemna strona starożytnej Grecji**
21.00 **Faszyści i masoni** – dok.
22.05 **Świta Hitlera**
23.20 **Kto napisał Biblię?** – dok.
0.30 **Wojna światowa: 1914-1945**

CANAL+ KUCHNIA

14.50 **Kucharskiego pomysł na kuchnię 2** – mag.
15.45 **Włoska kuchnia Gino: Dla rodziny** – serial dokum.
16.40 **Jamie Oliver: 5 składników po śródziemnomorsku** – mag.
17.35 **Luke Nguyen w Indiach**
18.30 **Jakubiak rozgryza Maltę**
18.55 **Nie tylko kimchi 2** – mag.
19.25 **M jak mięso 3:** Węgry – dok.
20.15 **Mistrzowie przekąsek w akcji – Nowa Zelandia**
21.15 **Anthony Bourdain – miejsca nieznane 11**
0.45 **Bitwa na smaki...**

CANAL+ DOMO HD

12.50 **Gardeners' World 16**
14.05 **Cudotwórcy 7** – mag.
15.00 **Kupcie sobie zamek! 2**
15.55 **Przekopiemy Ci ogródek**
16.50 **Gardeners' World 16**
18.00 **Ucieczka na wieś 25** – dok.
18.55 **Wielkie projekty: Australia 10** – serial dokum.
20.00 **Daleko od miasta 11** – dok.
21.00 **Cudotwórcy 7** – mag.
21.55 **Pokochaj lub sprzedaj: Wielka Brytania 9**
22.50 **Wiejskie domy do liftingu 3** – serial dokum.
23.45 **Wielkie projekty: Australia 11** – serial dokum.

SUPER POLSAT

11.30 **Świat według Kiepskich** (357-360) – serial kom., Polska
13.30 **Bitwa o palety**
14.30 **Hell's Kitchen – Piekielna Kuchnia 5** – reality show, Pol.
16.00 **Ninja Warrior Polska**
18.00 **Świat według Kiepskich** (461, 462, 500, 501) – kom.
20.00 **Złomiarze** – serial dokum.
21.00 **Witajcie w dżungli**
FILM – film przygodowy, USA 2003
23.15 **Moja dziewczyna wychodzi za mąż** – kom. romant., USA/Wlk. Bryt. 2008
1.20 **Świat według Kiepskich** (89, 137, 439-441) – kom., Pol.

TVP KOBIETA

12.45 **Przepis dnia 4** – mag. kulin.
13.00 **Na dobre i na złe** (562)
13.55 **Dziupla i ich mieszkańcy**
15.00 **Rosół polski** – mag. kulin.
15.30 **Ojciec Mateusz 29** (381)
16.30 **Ojciec Mateusz 30** (382)
17.30 **Król sawanny** – film dokum.
18.35 **Lato z Radiem i Telewizją Polską** – widowisko
19.30 **Miłość i nadzieja** (262)
20.30 **Wichrowe wzgórze** (243)
21.30 **La Promesa – pałac tajemnic** (243) – serial obycz.
22.30 **Cwaniaki z Hollywood**
FILM – komedia kryminalna, USA/Wielka Brytania 2020

PLANETE+

12.35 **Oman. Cuda Półwyspu Arabskiego** (2) – film dokum.
13.50 **Wiatr. Niewidzialna siła**
14.50 **Krajobrazy świata** – dok.
15.50 **Niezwykłe podróże koleją 4** – serial dokum.
16.55 **360° Świat bez granic**
18.05 **Na tarcach świata 2**
18.45 **Zdrajcy/Patrioci** – dok.
19.45 **First Person Shooter. Idź, strzelaj, kombinuj** – dok.
20.50 **Cel: Schłodzić planetę**
22.00 **Materiały przyszłości** (1)
23.10 **Krótka historia miłości**
0.20 **Niezwykłe podróże koleją 4** – serial dokum.

TVP DOKUMENT

11.50 **Saga prastarej puszczy**
12.50 **Orlando – światowa stolica rozrywki** – film dok.
13.50 **Król łąk:** Przetrwanie
14.40 **Zagadkowe życie ptaków miejskich** (2) – film dokum.
15.50 **Wieczna młodość w strzykawce** – film dokum.
16.55 **W stronę sacrum:** Mądrość
18.00 **Sanatorium miłości**
19.00 **Czesław Niemen** – dok.
20.10 **Tajemnice królewskiej posiadłości** – dok., Wlk. Bryt.
21.05 **Zabójcy planety**
22.10 **Kennedy, Sinatra i mafia** (1/2) – film dok., Irlandia 2023

▶ – godzina zakończenia programu O – tylko dla dorosłych

TVP SPORT

11.20 **Betclic 1. liga magazyn**
12.25 **Piłka nożna:** Betclic 2. Liga – barażowy mecz półfinałowy **(live)**
15.55 **Piłka nożna:** Betclic 2. Liga – barażowy mecz półfinałowy **(live)**
18.25 **Koszykówka 3x3 kobiet:** MŚ – Warszawa 2026 **(live)**
19.20 **Koszykówka 3x3:** MŚ – Warszawa 2026 – mecz: USA – Łotwa, mecz: Mongolia – Polska **(live)**
20.20 **Koszykówka 3x3 kobiet:** MŚ – Warszawa 2026 **(live)**



21.10 **Koszykówka 3x3:** MŚ – Warszawa 2026 – mecz: Czechy – USA, mecz: Polska – Łotwa **(live)**
22.10 **Sportowy wieczór**
22.45 **Piłka nożna:** Chorwacja – Belgia
0.55 **Boks:** KBN: Silesia Boxing Night – waga średnia: F. Czerkaszyn – M. Rudan

EUROSPORT 1

10.00 **Tenis:** Turniej French Open w Paryżu – mecz 4. rundy gry pojedynczej
10.30 **Tenis:** Turniej French Open w Paryżu – ćwierćfinał **(live)**
13.00 **Tenis:** Turniej French Open w Paryżu – ćwierćfinał **(live)**
15.00 **Tenis:** Turniej French Open w Paryżu – ćwierćfinał **(live)**
18.00 **Tenis:** Turniej French Open w Paryżu – ćwierćfinał
19.00 **Kolarstwo kobiet:** Giro d'Italia – 4. etap



20.00 **Tenis:** Turniej French Open w Paryżu – mecz ćwierćfinałowy gry pojedynczej **(live)**
23.30 **Tenis:** Turniej French Open w Paryżu – mecz ćwierćfinałowy gry pojedynczej
1.30 **Kolarstwo kobiet:** Giro d'Italia – 4. etap

POLSAT SPORT 1

6.00 **Hokej:** Mistrzostwa świata – Szwajcaria 2026 – mecz finałowy
9.00 **Magazyn sportowy**
10.00 **Lekkoatletyka:** Diamentowa Liga w Rabacie
12.30 **Piłka ręczna mężczyzn:** ORLEN Superliga – 2. mecz finałowy: Industria Kielce – ORLEN Wisła Płock
15.00 **Hokej:** Mistrzostwa świata – Szwajcaria 2026 – mecz finałowy
17.50 **Piłka nożna** – mecz towarzyski: Chorwacja – Belgia **(live)**



20.35 **Piłka nożna** – mecz towarzyski: Walia – Ghana **(live)**
23.00 **Lekkoatletyka:** Diamentowa Liga w Rabacie
1.00 **Hokej:** Mistrzostwa świata – Szwajcaria 2026 – mecz finałowy

TVP ABC

9.00 **Tru i Tęczowe Królestwo**
9.30 **Domisie**
10.00 **Figu Migu na planecie Czochras**
10.45 **Reksio**
11.05 **Małe i duże przygody Miffy**
11.35 **Stacyjkowo**
11.55 **Strażak Sam**
12.25 **Domisie**
13.00 **Zagadki zwierzogromadki**
13.20 **Pszczółka Maja**
13.50 **Lupin wśród bajek**
14.05 **Lassie i przyjaciele**
14.45 **Yakari**



15.15 **Al-chemik**
15.35 **Mała Marinette**
16.05 **Krecio**
16.35 **Tygrysek Percy i jego opowieści**
17.05 **Dino Ranczo**
17.30 **Piotruś Królik 2**
18.00 **Nowe przygody Piotrusia Pana**
18.25 **Leo da Vinci**

MINIMINI+

10.25 **Ciekawski George 6**
10.51 **Basia 2**
11.17 **Koci domek Gabi**
11.45 **Mush-Mush i Grzybaszki**
12.10 **Strażak Sam 16**
12.25 **Blaze i megamaszyny 2**
12.50 **Moje urodziny**
13.00 **Blaze i megamaszyny 2**
13.30 **Koci domek Gabi**
13.55 **Moje urodziny**
14.03 **Kicia Kocia**
14.22 **Cloudy & Stormy**
14.45 **Gazu, pieski, gazu! 2**
15.10 **Baranek Shaun**
15.36 **Jeżyk Happy**
15.55 **Mały Charlie**



16.05 **Mega Ekspres**
16.30 **Ciekawski George 7**
17.00 **Strażak Sam 16**
17.25 **Staś i fajna Babcia**
17.50 **Moje urodziny**
17.56 **Smerfy**
18.25 **Leśna rodzina: Pamiętnik Frei**
18.50 **Baczne oczka**
19.05 **Kicia Kocia**

TVN 24

7.30 **Rozmowa Piaseckiego**
8.00 **Serwis informacyjny, Prognoza pogody**
10.00 **Serwis informacyjny, Prognoza pogody**
11.00 **Serwis informacyjny, Prognoza pogody**
12.00 **Serwis informacyjny, Prognoza pogody**
14.00 **Serwis informacyjny, Prognoza pogody**
15.00 **15 na żywo**
16.00 **Fakty po południu**
18.00 **Tak jest** – pr. publicyst.
19.15 **Serwis informacyjny**
19.30 **Fakty po Faktach**
20.00 **Kropka nad i** – pr. publ.



20.30 **Czarno na białym**
21.00 **Polska i świat**
22.00 **Szkło kontaktowe**
23.00 **Dzień po dniu**
0.25 **Kroniki sportowe**
0.45 **Fakty po Faktach**
1.20 **Kropka nad i** – pr. publ.
1.50 **Tak jest** – pr. publicyst.
2.50 **Nowa Maja w ogrodzie**
3.10 **Akademia ogrodnika**

CANAL+ SPORT

6.00 **Piłka nożna:** PKO BP Ekstraklasa – mecz: Arka Gdynia – Radomiak Radom
8.30 **Premier League Stories** (2)
9.00 **Piłka nożna:** Liga hiszpańska
11.15 **Piłka nożna:** Liga hiszpańska
13.30 **Magazyn PGE Ekstraliga**
15.20 **Piłka nożna:** Liga hiszpańska
17.45 **Boks:** Gala w El Paso – waga lekka: Stephanie Han – Holly Holm
20.00 **Premier League Review**
21.15 **The Big Pete** (1)
22.00 **Premier League Review**
0.10 **Premier League Review**
1.20 **Ligomistrzowe historie** (1)
2.00 **Piłka nożna:** PKO BP Ekstraklasa – mecz: Lechia Gdańsk – Lech Poznań

EUROSPORT 2

13.15 **Kolarstwo górskie:** PŚ w Loudenvielle
14.15 **Kolarstwo kobiet:** Giro d'Italia – 4. etap **(live)**
17.00 **Kolarstwo górskie:** Zawody Pucharu Świata w Loudenvielle – zjazd kobiet
18.00 **Wspinaczka:** Zawody World Series w Madrycie
19.00 **Wspinaczka:** Zawody World Series w Madrycie
20.00 **Kolarstwo górskie:** PŚ w Loudenvielle – zjazd kobiet
21.00 **Kolarstwo górskie:** PŚ w Loudenvielle
22.00 **Kolarstwo kobiet:** Giro d'Italia – 4. etap
0.00 **Wspinaczka:** Zawody World Series w Madrycie

POLSAT SPORT 2

8.30 **Koszykówka mężczyzn:** ORLEN Basket Liga – mecz półfinałowy fazy play-off
11.00 **Piłka nożna z archiwum**
13.00 **Koszykówka mężczyzn:** ORLEN Basket Liga – mecz półfinałowy fazy play-off
15.30 **Piłka nożna z archiwum**
18.00 **Piłka ręczna mężczyzn:** ORLEN Superliga: Wybrzeże – Ostrovia **(live)**
20.10 **Koszykówka mężczyzn:** ORLEN Basket Liga – półfinał fazy play-off **(live)**
22.30 **Piłka nożna z archiwum**
1.00 **Sporty walki:** Dragon Fight Night MMA 6 w Tłuszczu – walka: Dawid Romański – Tanio Pagliariccio 16.02.2024

NICKELODEON

8.10 **Marsupilamki**
8.40 **Harmidom 5**
9.30 **Wylde Pak – zakręcona paka 2**
9.55 **Grzmotomocni: Tajniacy**
10.25 **Niebezpieczny Henryk 5**
11.20 **That Girl Lay Lay 2**
11.50 **Harmidom 4**
12.45 **Harmidom 3**
13.05 **SpongeBob Kanciastoporty 11**
14.30 **Harmidom**
15.30 **Smerfy**
16.00 **SpongeBob Kanciastoporty 9**
16.25 **SpongeBob Kanciastoporty 14**
16.40 **Patryk Rozgwiazda Show 4**

TELETOON+

8.20 **Kumple z dżungli – na ratunek!**
8.47 **Gadający Tom i przyjaciele 3**
9.25 **Dodo**
9.55 **Charlotte i trzy muszkieterki**
10.26 **Angelo rządzi**
10.52 **Siostry 2**
11.22 **Polly Pocket 6**
12.16 **Charlotte i trzy muszkieterki**
12.45 **Kumple z dżungli na ratunek! 3**
13.13 **Kumple z dżungli – na ratunek!**
13.39 **Polly Pocket 6**
14.22 **Dinuś i Lusia**
14.50 **Siostry 2**

TVP INFO

15.45 **Panorama**
16.00 **Dzień w godzinę**
17.00 **Teleexpress**
17.15 **Teleexpress Extra**
17.35 **Panorama**
17.42 **Wykrywacz kłamstw**
18.00 **Panorama**
18.30 **Kontrapunkt**
19.00 **Kontrapunkt – Ring wolny**
19.30 **Program informacyjny 19.30**
20.18 **Trójkąt Polityczny**
21.00 **Kwiatki polskie**
21.45 **Panorama**
22.10 **Oko na świat**
22.30 **Program informacyjny 19.30**
22.45 **112. Magazyn kryminalny**
23.00 **Panorama dnia**

CANAL+ SPORT 2

10.45 **Tenis:** Turniej WTA w Stuttgarcie – finał: Jelena Rybakina – Karolína Muchová
13.10 **Tenis:** Turniej WTA w Madrycie – finał: Mirra Andriejewa – Marta Kostiuk
15.20 **Tenis:** Turniej WTA w Rzymie – finał: C. Gauff – E. Switolina
18.00 **Tenis:** Turniej WTA w Strasburgu – finał
20.45 **Tenis:** Turniej WTA w Brisbane – finał gry pojedynczej: Aryna Sabalenka – Marta Kostiuk
22.45 **Tenis:** Turniej WTA w Adelajdzie – finał: Mirra Andriejewa – Victoria Mboko
0.30 **Tenis:** Turniej WTA w Dosze – finał: K. Muchová – V. Mboko

ELEVEN SPORTS 1

7.00 **Magazyn sportowy**
7.30 **Magazyn sportowy**
8.00 **Piłka nożna:** Liga niemiecka
10.00 **Piłka nożna:** Liga hiszpańska
12.00 **Piłka nożna:** Liga włoska
14.00 **Piłka nożna:** Liga niemiecka
16.00 **Piłka nożna:** Liga włoska
18.00 **Piłka nożna:** Liga hiszpańska
20.00 **Magazyn sportowy**
20.40 **Formuła 1:** GP Kanady
22.40 **Magazyn sportowy**
23.20 **Magazyn sportowy**
0.00 **Piłka nożna:** Liga niemiecka
2.00 **Piłka nożna:** Liga włoska
4.00 **Magazyn sportowy**
4.30 **Magazyn sportowy**
5.00 **Magazyn sportowy**
5.30 **Magazyn sportowy**

POLSAT SPORT 3

6.00 **Koszykówka mężczyzn:** ORLEN Basket Liga
8.30 **Piłka nożna z archiwum**
11.00 **Piłka nożna z archiwum**
13.00 **Magazyn Polskiego Sportu**
14.00 **Piłka nożna z archiwum**
16.30 **Piłka nożna z archiwum**
18.50 **Piłka nożna** – mecz towarzyski: Gruzja – Rumunia **(live)**
21.00 **Piłka ręczna mężczyzn:** ORLEN Superliga: PGE Wybrzeże Gdańsk – Ostrovia
23.00 **Hokej:** MŚ – Szwajcaria 2026
2.00 **Sporty walki:** Babilon MMA 47 w Wieliczce: R. Dudek – A. Hunanyan 28.09.2024

NICK JR.

8.20 **Pan Krokodyl**
8.45 **Barbapapa i jego rodzinka**
9.40 **Tim Rex wśród gwiazd**
10.10 **Przygody Misia Paddingtona**
11.05 **Małe Królestwo Bena i Holly**
11.30 **Dora**
11.55 **Rubble i jego ekipa**
12.45 **Psi Patrol 2**
13.40 **Barbapapa i jego rodzinka**
14.35 **Zwierzęce zagadki**
15.05 **Rogata ekipa**
16.00 **Małe Królestwo Bena i Holly**
16.30 **Psi Patrol 5**
17.00 **Rubble i jego ekipa**
17.30 **Pan Krokodyl**

DISNEY JUNIOR

8.00 **Spidey i superkumple**
8.30 **Klub Myszki Miki Plus**
9.00 **Klub przyjaciół Myszki Miki**
10.00 **Blue**
11.00 **Superkoty 2**
11.30 **Psia Brygada**
12.00 **Jej Wysokość Zosia**
12.30 **Blue**
13.30 **Klub Myszki Miki Plus**
14.00 **Superkoty**
15.00 **Iron Man i super ekipa**
15.30 **Spidey i superkumple**
16.00 **Blue**
17.00 **Klub Myszki Miki Plus**
17.30 **Jej Wysokość Zosia**
18.00 **Spidey i superkumple**
18.30 **Iron Man i super ekipa**

POLSAT NEWS

8.00 **Nowy dzień**
10.00 **W rytmie dnia**
12.50 **Wydarzenia 12:50**
13.30 **W rytmie dnia**
15.30 **Sport**
15.50 **Wydarzenia 15:50**
16.10 **Więcej „Wydarzeń"**
16.30 **Punkt widzenia Jankowskiego**
18.00 **Punkt widzenia Szubartowicza**
19.15 **Gość „Wydarzeń"**
19.50 **Debata Gozdyry**
21.50 **Wydarzenia wieczorne**
22.30 **Dzień na świecie**
23.30 **Obraz dnia**
0.00 **Punkt widzenia Jankowskiego**

CANAL+ SPORT 5

12.00 **Ligomistrzowe historie** (3)
12.45 **Żużel:** Metalkas 2. Ekstraliga: Stal Rzeszów – Abramczyk Polonia Bydgoszcz
15.30 **Magazyn PGE Ekstraliga**
17.15 **Magazyn Metalkas 2. Ekstraliga**
18.15 **Żużel:** PGE Ekstraliga – mecz: KRONO-PLAST Włókniarz Częstochowa – Betard Sparta Wrocław
21.00 **Żużel:** PGE Ekstraliga – mecz: Motor Lublin – GKM Grudziądz
0.00 **Piłka nożna:** PKO BP Ekstraklasa – mecz: Arka Gdynia – Radomiak Radom

ELEVEN SPORTS 2

8.00 **Magazyn sportowy**
8.30 **Magazyn sportowy**
9.00 **Magazyn sportowy**
9.30 **Magazyn sportowy**
10.00 **Formuła 1**
12.00 **Piłka nożna:** Liga niemiecka
14.00 **Piłka nożna:** Liga włoska
16.00 **Piłka nożna:** Liga niemiecka
18.00 **Magazyn sportowy**
18.30 **Magazyn sportowy**
19.00 **Piłka nożna:** Liga włoska
21.00 **Piłka nożna:** Liga hiszpańska
23.00 **Magazyn sportowy**
23.30 **Magazyn sportowy**
0.00 **Piłka nożna:** Liga francuska
2.00 **Magazyn sportowy**

POLSAT PLAY

6.00 **Dorwać tuńczyka**
9.00 **Wojny magazynowe**
10.00 **Wojny kontenerowe**
11.00 **Hardkorowy lombard**
14.00 **Polacy za granicą**
16.00 **Złomiarze**
18.05 **Poszukiwacze historii**
20.00 **Bitwa o Okinawę – operacja Iceberg** – film dokumentalny, Francja 2021, reż. Aurélien Biette
21.10 **Tajna historia XX wieku**
22.05 **Poszukiwacze historii**
22.35 **Kołowrotek**
23.10 **Wakacje z Bałtykiem**
4.05 **Starożytni kosmici**

TVN TURBO

12.15 **Naprawy nie do naprawy**
13.00 **Zawodowi handlarze**
14.30 **Wojny samochodowe**
16.30 **Jeździć, obserwować**
18.00 **Raport Turbo**
18.15 **Z drugiej ręki**
19.00 **Duda kontra Szafrański**
19.45 **Moto Fachury**
20.30 **Moto kombat**
21.15 **Jeździć, obserwować**
22.00 **Raport Turbo**
22.15 **Naprawy nie do naprawy**
23.00 **Zawodowi handlarze**
23.45 **Prawko na świecie. Jazda bez zasad**
0.25 **Usterka 16**

TVS

16.50 **Wydział kryminalny Kitzbühel**
17.50 **Doktor z alpejskiej wioski – nowy rozdział**
18.50 **Doktor Kleist – lekarz rodzinny**
19.50 Kino TVS: **Rosamunde**
FILM **Pilcher – Licencja na skok w bok** – melodramat, Niemcy 2016, reż. Uli Möller
21.50 Kino TVS: **Rosamunde**
FILM **Pilcher: Tajemnica wyspy kwiatów** – film obyczajowy, Niemcy 2018
23.35 **Doktor z alpejskiej wioski – nowy rozdział**

TV TRWAM

16.40 **Zdrowie z Bożej Apteki**
17.00 **Wierzę w Boga**
17.30 **24. Międzynarodowy Rajd Katyński**
18.05 **Informacje dnia**
18.15 **Rozmowy niedokończone**
19.30 **Każdy maluch to potrafi**
19.45 **Modlitwa z telefonicznym udziałem dzieci**
20.00 **Informacje dnia**
20.20 **Różaniec**
20.50 **Myśląc Ojczyzna**
21.00 **Apel Jasnogórski**
21.20 **Informacje dnia**
21.40 **Polski punkt widzenia**
22.00 **Brat Anatol apostoł Maryi**

DVB T DVB T2 – stacje dostępne w naziemnej telewizji cyfrowej

ŚWIATOWY DZIEŃ ROWERU

Dwa koła do szczęścia

Miejski czy szosowy, górski czy elektryczny? Dla miłośników jednośladów rower to symbol wolności, klucz do dobrego zdrowia i przede wszystkim świetna zabawa na świeżym powietrzu – tak jak dla bohaterów wielu popularnych produkcji!



PRZYJACIÓŁKI

Chcesz uciec od miejskiego zgiełku i codziennych problemów? Wycieczka rowerowa z przyjacielem przypadnie ci do gustu! Wiktor (Paweł Deląg) i Paweł (Bartłomiej Kasprzykowski) przez cały 22. sezon serialu dbali o kondycję, jeżdżąc na rowerach, a przy okazji zacieśniali więzy przyjaźni... – Czasem to mnie ciągnie do prostego życia – rozważał Strzelecki. – Zero cywilizacji, problemów, rachunków... – mówił Jeleński.

➔ **ŚR 3.06 godz. 08.30 POLSAT FILM**



KRÓLOWIE ŚRÓDMIEŚCIA

Mimo że serial o grupie kurierów rowerowych, próbujących związać koniec z końcem, powstał 20 lat temu, dziś pasuje jak ulał! Po pandemii koronawirusa zamawianie z aplikacji stało się naszą codziennością, a na ulicach większych i mniejszych miast bardzo często możemy zauważyć dostawców jedzenia, paczek czy zakupów na rowerach.

➔ **VOD.TVP.PL**

OJCIEC MATEUSZ

Nasz słynny ksiądz detektyw (Artur Żmijewski) obecnie jeździ co najmniej czwartym w jego karierze rowerem! Pierwszy jednoślad został wymieniony ze względu na zbyt wąskie opony, które nie sprawdzały się na wybrukowanym sandomierskim rynku. Drugi oddano na aukcję Wielkiej Orkiestry Świątecznej Pomocy, trzeci zaś trafił na wystawę „Świat Ojca Mateusza" w Sandomierzu.

➔ **OJCIEC MATEUSZ ŚR 3.06 godz. 20.30 TVP SERIALE**



STRANGER THINGS

Czasami rower okazuje się najlepszym środkiem ucieczki... nawet przed potworami z innego wymiaru! Przekonały się o tym dzieciaki z Hawkins, które dzięki tym niezawodnym pojazdom nieraz ocaliły swoje życie. Przyjaciele znają każdą uliczkę swojego miasteczka i doskonale wiedzą, która trasa najszybciej zaprowadzi ich do celu – zwłaszcza tam, gdzie samochód zawodzi.

➔ **NETFLIX**



ALTERED CARBON

W tym serialu science fiction trudno na pierwszy rzut oka dopatrzyć się rowerowych motywów, ale znalazł się w nim niezwykle interesujący, nie tylko dla rowerzystów, polski akcent. W tej produkcji „wystąpił" skonstruowany przez Mateusza Piątkowskiego inteligentny, elektryczny jednoślad składany, charakteryzujący się brakiem klasycznego łańcucha. JIVR Bike wystąpił w siedmiu odcinkach 1. sezonu serialu Netfliksa jako nowoczesny środek transportu z przyszłości.

➔ **NETFLIX**



FOT. TVP (2), POLSAT, Netflix (2), mat prasowe JIVR



Laura przez lata ukrywała przed córką swoją przeszłość związaną z Chile.

MOJE SERCE W CHILE

Rodzinna tajemnica

MOJE SERCE W CHILE
ŚR 3.06 godz. 20.00
ROMANCE TV

Dwuczęściowa opowieść o miłości, rozłące i przebaczeniu. Przed laty dr Laura Hansen (Hannelore Elsner) mieszkała w Chile. Kiedy w 1973 roku doszło do wojskowego puczu, ratowała się ucieczką z kraju. Bezpieczny port znalazła w Hamburgu, gdzie założyła rodzinę. Jej córka Isabel (Bettina Zimmermann) nigdy nie poznała przeszłości matki. Kiedy więc Laura dostaje wiadomość, że jej matka jest umierająca, postanawia wrócić do ojczyzny, żeby się z nią pożegnać. W ślad za nią rusza Isabel. Na miejscu spotykają m.in. młodzieńczą miłość lekarki, Carlosa (Franco Nero), który jest obecnie właścicielem willi rodziny Hansenów. **MJ**



Czy Carlos wciąż kocha Laurę?

AMBULANS

Na każde wezwanie

AMBULANS ŚR 3.06
godz. 22.00 POLSAT 2

Serial dokumentalny „Ambulans", który wcześniej mogliśmy oglądać w Polsat Café, teraz pokaże Polsat 2. Śledzimy w nim dramaty oraz dylematy pracowników polskich służb ratunkowych. Praca ratownika medycznego to codzienna walka ze stresem i konieczność radzenia sobie w ekstremalnych sytuacjach, takich jak wypadki, zawały, przedawkowania narkotyków czy próby samobójcze. Ten zawód wymaga odwagi, odporności na stres, błyskawicznego działania i empatii, zwłaszcza gdy pomoc potrzebna jest osobom w kryzysie psychicznym lub seniorom. Serial ukazuje także pracę dyspozytorów, którzy koordynują zgłoszenia i udzielają pierwszych porad potrzebującym. **MP**



Od 1. odcinka

Praca ratownika medycznego wymaga odporności na stres i szybkiego podejmowania decyzji.

„... z Hongkongu"		port u ujścia Sekwany		państwo z Rabatem		ptak morski		... Pazura, aktor	otula szyję	stoi w lokalu wyborczym		poczucie elegancji		pozwala kierować koniem	
	3			reszka						stan po trunkach					
polana przy kominku		pełen zboża				w nim kwiaty			7			pustynny pies		roślina na olej	
				wioska						model Opla					5
świątynia protestancka		aktywny wulkan na Sycylii	siostra Aresa	dzieje rodu		miasto na Honsiu	las z przewagą olchy				... Sarandon, „Wielkie wesele"		lichy koc		ogon lisa
Liam ..., „Milczenie"					2		nerwowy skurcz		skutek potknięcia się						
					tkanina obiciowa					4	czapka żandarma				
ognisko góralskie	graniczy z Czadem					6			z obiektywem						
słodka w torcie					obszar wodny						twarda żywica			1	

1	2	3	4	5	6	7

Wpisz rozwiązanie

CHWILA NA RELAKS

Fot.: Romance TV (2), POLSAT

TVP 1

5.25 **Złoty chłopak** (303) – serial obyczajowy, Turcja 2022
6.20 **Akacjowa 38** (871) – telenowela, Hiszpania 2015
7.00 **Transmisja mszy świętej z Sanktuarium Matki Bożej na Jasnej Górze**
7.30 **Rodzina (nie od) święta** – magazyn religijny, Polska 2026
8.00 **Serwis Info** – program informacyjny, Polska
8.10 **Pogoda Info**
8.15 **Czterdziestolatek** (3): Wpadnij, kiedy chcesz, czyli bodźce stępione – serial obyczajowy, Polska 1974
9.10 **Ranczo 4** (46): Dzieci śmieci – serial obyczajowy, Polska 2009
10.10 **Komisarz Alex 5** (55): Przegrany – serial kryminalny, Polska 2014
11.05 **Ojciec Mateusz 13** (162): Przed ślubem – serial kryminalny, Polska 2015
12.00 **Serwis Info** – program informacyjny, Polska
12.10 **Agrobiznes** – magazyn rolniczy
12.30 **Agropogoda**
12.40 **Magazyn rolniczy**
12.55 Natura w Jedynce: **Islandia – przebudzenie się do życia** – film dokumentalny, Hiszpania 2024, reż. Carlos Pérez (patrz obok)
14.00 **Złoty chłopak** (304) – serial obyczajowy, Turcja 2022
15.00 **Serwis Info** – program informacyjny, Polska
15.10 **Pogoda Info**
15.25 **Gra słów. Krzyżówka** – teleturniej, Polska 2019-2026
16.00 **Dziedzictwo** (937) – serial obyczajowy, Turcja 2020
17.00 **Teleexpress, Pogoda**
17.25 **Jaka to melodia?** – teleturniej muzyczny
18.05 **Reporterzy** – magazyn reporterów
18.25 **Akacjowa 38** (882) – telenowela, Hiszpania 2015
19.30 **Program informacyjny 19.30**
19.55 **Pytanie dnia** – program publicystyczny, Polska 2026



12.55 DOKUMENT

Islandia – przebudzenie się do życia

Wyprawa do surowej krainy za kołem podbiegunowym. W czasie długich zim jest pokryta śniegiem. Każdego lata jednak przyroda ożywa tam na nowo. Słońce jest wyczekiwanym darem dla reniferów, fok i innych gatunków. **65 min**



20.35 SPORT

Piłka nożna

Na PGE Narodowym w Warszawie podopieczni Jana Urbana sprawdzą formę w starciu z 26. drużyną rankingu FIFA. Będzie to drugie w historii spotkanie Biało-Czerwonych z reprezentacją Nigerii. Sześć lat temu, również w meczu towarzyskim, lepsza okazała się ekipa z Afryki, która pokonała naszą kadrę 1:0. **155 min**

20

20.10 **Sport, Pogoda**
20.25 **Piłka nożna** – studio **(live)**
20.35 **Piłka nożna** – mecz towarzyski: Polska – Nigeria **(live)** (patrz obok)
23.10 Wieczór z Mistrzem. Andrzej Wajda: **Wałęsa. Człowiek z nadziei** – film biograficzny, Polska 2013, reż. Andrzej Wajda, wyk. Robert Więckiewicz, Agnieszka Grochowska, Iwona Bielska, Zbigniew Zamachowski (patrz obok)
1.25 **Świat to za mało** – film sensacyjny, USA/Wielka Brytania 1999, reż. Michael Apted
3.40 **Wykrywacz kłamstw** – pr. publicyst., Pol. 2025-2026
4.00 **Pytanie dnia** – pr. publ., Pol.
4.20 **Reporterzy** – mag.
4.30 **Oko na świat** – mag., Polska



23.10 BIOGRAFICZNY

Wałęsa. Człowiek z nadziei

Pracownik gdańskiej stoczni, elektryk Lech Wałęsa (Robert Więckiewicz, zdj.), angażuje się w walkę o prawa robotników. Staje się przywódcą, który budzi w Polakach marzenie o wolności. **135 min**

TVP 2

4.35 **Na dobre i na złe** – serial obyczajowy, Polska 2023
5.30 **M jak miłość** (1769) – serial obyczajowy, Polska 2023
6.25 **Pożyteczni.pl** – magazyn
6.55 **Barwy szczęścia** (3326) – serial obyczajowy, Pol. 2026
7.30 **Pytanie na śniadanie – pobudka** – magazyn, Polska 2026
7.55 **Pytanie na śniadanie**
11.30 **Gwiazdorska kuchnia Ani 4** (47) – magazyn kulinarny, Polska 2026
12.00 **Rodzinka.pl** (2): Opiekunki – serial komediowy, Polska 2011 (patrz obok)
12.35 **Koło fortuny** – teleturniej, Polska 2024
13.15 **Panna młoda** (112) – serial obyczajowy, Turcja 2024
14.05 **Va banque** – teleturniej, Polska
14.35 **Na sygnale** (847) – serial fabularno-dokumentalny, Pol.
15.05 **La Promesa – pałac tajemnic** (404) – serial obyczajowy, Hiszpania 2022
Maria oskarża Verę o kradzież pieniędzy. Martina nerwowo reaguje na zaloty hrabiego wobec jej matki. Salvador, naciskany przez narzeczoną, stara się o posadę pierwszego lokaja. Abel wyznaje Manuelowi, że ma żonę. **45 min**
15.50 **Domowe patenty 2** – magazyn poradnikowy, Polska 2026
16.00 **Koło fortuny** – teleturniej, Polska 2024 (patrz obok)
16.35 **Familiada** – teleturniej
17.20 **Panna młoda** (113) – serial obyczajowy, Turcja 2024
Cihan otwarcie strofuje matkę. Zapada decyzja, że bliscy Fadime pozostaną w rezydencji. Melih okazuje Sinem zainteresowanie. Rozgniewana postawą syna Mukadder postanawia przekazać Beyzie całą posiadłość. **55 min**
18.15 **Va banque** – teleturniej, Polska
18.50 **Jeden z dziesięciu** – teleturniej
19.25 **Barwy szczęścia** (3326) – serial obyczajowy, Pol. 2026



12.00 KOMEDIOWY

Rodzinka.pl (2)

Opiekunka Tomka (Maciej Musiał, zdj.), Kuby (Adam Zdrójkowski, zdj.) i Kacpra (Mateusz Pawłowski, zdj.) rezygnuje z pracy. Małżonkowie organizują casting na jej następczynię. Nie jest łatwo wybrać nową nianię. W końcu pojawia się wymarzona kandydatka. Boscy robią sobie wolne. **35 min**



16.00 TELETURNIEJ

Koło fortuny

Kolejny odcinek programu, który gwarantuje uczestnikom cenne nagrody, a widzom – wyśmienitą zabawę. Zawodnicy kręcą kołem, a następnie typują litery, które być może znajdują się w haśle. Ten, kto odgadnie je pierwszy, zatrzymuje wygraną. Prowadzą Agnieszka Dziekan i Błażej Stencel (oboje na zdj.). **35 min**

20.05 **Omnibus – szybcy i mądrzy** – teleturniej, Polska 2026
20.35 **Omnibus – szybcy i mądrzy – dogrywka** – teleturniej, Polska 2026
20.55 **Postaw na milion** – teleturniej, Polska
21.50 **Na sygnale** (835, 836): Karty na stół!; Efekty specjalne – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2026 (patrz obok)
22.55 **Ludzie i bogowie** (5, 6) – serial historyczny, Pol. 2020
0.45 **Na tropach przeszłości** (3) – serial kryminalny, Fr. 2023
1.45 **Nasz dom w górach** (3) – serial obyczajowy, Niemcy 2019
2.40 **Śniła mi się połonina** – film dokumentalny, Polska 2021
4.10 **Akacjowa 38** – telenowela, Hiszpania 2015



21.50 FAB.-DOKUM.

Na sygnale (835, 836)

Banach zajmuje się pacjentem z glejakiem, który zasłabł. Po pocałunku z Nowym (Kamil Wodka, zdj.) Britney (Paulina Zwierz, zdj.) jest rozchwiana emocjonalnie. Ponownie rzuca się w ramiona Alka. **65 min**

POLSAT

4.50 **Disco Gramy** – program muzyczny, Polska 2026
5.40 **Telezakupy TV Okazje**
6.00 **Nowy dzień z Polsat News** – program informacyjny
8.30 **Malanowski i partnerzy** (284, 285): Sprawiedliwa kara; Dziewczyna do towarzystwa – serial fab.-dokumentalny, Polska 2011
9.30 **Trudne sprawy** (1213, 1214) – serial paradokumentalny, Polska 2023
11.35 **Gliniarze** (817-819) – serial paradokumentalny, Polska 2023
14.40 **Dlaczego ja?** (1461): Ostatnie życzenie – serial paradokumentalny, Polska 2025 (patrz obok)
15.50 **Wydarzenia**
16.15 **Pogoda**
16.20 **Interwencja** – magazyn reporterów
16.30 **Na ratunek 112** (1058): Trauma po stracie dziecka – zespół Cotarda – serial paradokumentalny, Polska 2025
17.00 **Gliniarze** (1026): Dla ciebie, synu – serial paradokumentalny, Polska 2025
Adam i Olga prowadzą śledztwo w sprawie porwania mężczyzny. Ustalają, że miał on romans i niedawno wypłacił z banku wszystkie oszczędności. Podejrzewają jego kochankę. Wkrótce pojawiają się jednak nowe fakty. **60 min**
18.00 **Pierwsza miłość** (4230) – serial obyczajowy, Polska 2026
Melka i Laura odwiedzają bezdomnych we Wrocławiu. Dowiadują się o kolejnych zaginięciach. Po apelu Seweryna w telewizji do Wadlewa spływają setki listów. Krojewicz reaguje na każde doniesienie o Kazanowej. **50 min**
18.50 **Wydarzenia**
19.15 **Gość „Wydarzeń”** – program publicystyczny
19.30 **Sport, Pogoda**
19.55 **Milionerzy** – teleturniej, Polska 2026



14.40 PARADOKUM.

Dlaczego ja? (1461)

Mąż Anny znika w tajemniczych okolicznościach. Jego żona musi spłacać długi i kredyty. Wkrótce zostaje znalezione jego ciało. Problemy kobiety nawarstwiają się, gdy zjawia się komornik. Tymczasem okazuje się, że zmarły był ubezpieczony na wysoką kwotę. **70 min**



20.35 KOMEDIA

Kochaj albo rzuć

Kazimierz Pawlak (Wacław Kowalski) i Władysław Kargul (Władysław Hańcza) jadą do kuzyna do USA. Towarzyszy im wnuczka Ania (Anna Dymna, zdj.). Na miejscu nieoczekiwanie okazuje się, że John zmarł. Zapisał majątek rodzinie z Polski oraz córce Shirley (Duchyll Martin Smith). Seniorzy muszą ją odnaleźć. **150 min**

20.35 FILM Komediowa środa: **Kochaj albo rzuć** – kom., Pol. 1977, reż. Sylwester Chęciński, wyk. Władysław Hańcza, Wacław Kowalski, Anna Dymna (patrz obok)
Ostatnia część tryptyku Sylwestra Chęcińskiego o zadziornych kresowiakach. **150 min**
23.05 FILM **Agent i pół** – komedia, USA/Chiny 2016, reż. Rawson Marshall Thurber, wyk. Dwayne Johnson, Kevin Hart, Amy Ryan, Danielle Nicolet (patrz obok)
Kevin Hart i Dwayne Johnson zaprzyjaźnili się na planie. Na ekrany powrócili razem m.in. w serii „Jumanji”. **135 min**
1.20 FILM **Jak poślubić milionera?** – komedia romantyczna, Polska 2019, reż. Filip Zylber
3.50 **Ewa gotuje** (555) – magazyn kulinarny, Polska 2025



23.05 KOMEDIA

Agent i pół

Księgowy Calvin (Kevin Hart, zdj.) spotyka dawnego kolegę, Boba (Dwayne Johnson, zdj.). Okazuje się, że pracuje on w CIA i prowadzi tajne śledztwo. Finansista też wstępuje do wywiadu. **135 min**

▶ – godzina zakończenia programu

PREMIERA – pierwszy raz w telewizji

TVN

DVB T2

5.40 Uwaga! – magazyn reporterów
5.55 Ukryta prawda (1657) – serial paradokumentalny, Polska 2024
6.50 Kuchenne rewolucje (6) – program rozrywk., Pol. 2024
7.45 Dzień Dobry TVN – magazyn
11.20 Doradca smaku (3) – magazyn kulinarny, Polska 2026
11.25 Kuchenne rewolucje (3) – program rozrywkowy, Pol. Zajazd Florencja powstał dla córki Jerzego. Urządzony w całości przez nią lokal zyskał popularność. Niestety, Żaneta zginęła w wypadku. Od tamtej pory biznesem opiekowali się tylko pracownicy. **135 min**
13.40 Ukryta prawda (1631, 1632, 1699) – serial paradokumentalny, Polska Aktor Michał prowadzi zajęcia dla młodzieży. Pewnego dnia odkrywa, że zaginął jego podopieczny. Ojciec chłopaka oskarża artystę o związek z zaginięciem. Dzień później znika córka aktora. **190 min**
16.50 Szpital św. Anny (39) – serial obyczajowy, Polska 2025
Maciek odwozi syna do szkoły. Próbuje poradzić sobie z rodzinnym kryzysem po odejściu żony. Na SOR trafia pobity 25-latek. Wymaga natychmiastowej operacji, a sprawą interesuje się policja. **65 min**
17.55 Detektywi (137) – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2024 (patrz obok)
19.00 Fakty
19.35 Sport
19.40 Raport Roland Garros (11) – program sportowy, Polska 2026
19.45 Pogoda
19.55 Uwaga! – magazyn reporterów (patrz obok)



17.55 FAB.-DOKUM.

Detektywi (137)
Maciej Dębosz zostaje aresztowany przez policję, która oskarża go o uprowadzenie 18-letniej Karoliny. Przeciwko niemu świadczy nagranie, na którym rozmawia z dziewczyną. Śledczy są pewni, że Maciej był ostatnią osobą, z którą Karolina miała kontakt przed zniknięciem. **65 min**



19.55 MAGAZYN

Uwaga!
Ekipa reporterów przestawia widzom kolejną poruszającą sprawę. **20 min**



TV PULS

DVB T2

6.00 Policjanci z Miami 2 (3, 4): Za wszelką cenę; Z dala od rozumu – serial kryminalny, USA 1985
8.00 Kobra – oddział specjalny (2, 3): Zawodniczka; Kobra, przejmujesz! – część 1 – serial sens., Niemcy 2015
Przed pierwszą ważną walką ojciec bokserki Sandry i jej osobisty trener w jednej osobie ginie w napadzie. Przyjaciółka z ringu zapewnia ją, że znajdzie mordercę. **120 min**
10.00 Maria z przedmieścia (3, 4) – telenowela, Meksyk 1995
12.00 Nie igraj z aniołem (88) – serial obyczajowy, Meksyk 2008 (patrz obok)
13.00 Wspaniałe stulecie (22) – serial kostiumowy, Turcja 2012-2013
14.00 Kurierzy (8) – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2023
15.00 Lombard. Życie pod zastaw 10 (488, 489) – serial obyczajowy, Polska 2022
Bartek wraz z rodzeństwem pozostaje pod opieką uzależnionego od alkoholu ojca. Kolega z klasy naśmiewa się z niego. Bartek planuje dać mu nauczkę. **120 min**
17.00 Kurierzy (9) – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2023
Roman dostarcza klientowi test ciążowy z pozytywnym wynikiem. Zszokowany adresat nie wie, jak sprawdzić, kto jest nadawcą przesyłki. Jan pomaga pracownikom w rozwożeniu paczek. **60 min**
18.00 Lombard. Życie pod zastaw 18 (966, 967) – serial obyczajowy, Polska 2026
Narkoman Bucior na zlecenie Lotona ma zabić 45-letnią Gałkową. Seler chce też zaoferować mu 50 tys. za zlikwidowanie Ryżego. **120 min**



12.00 OBYCZAJOWY

Nie igraj z aniołem (88)
Rocio zeznaje w sądzie. Opowiada o życiu Viviany. Marichuy (Maite Perroni, zdj.) kłóci się z mężem. Okłamuje mężczyznę, że go nie kocha. Juan Miguel (William Levy, zdj.) wypytuje Blankę o jej siostrę. Estefania wyznaje Patriciowi, że dobrze wie, gdzie mieszka Marichuy. **60 min**



20.00 SENSACYJNY

Pokerzysta
Jake (Russell Crowe, zdj.), miliarder z branży technologicznej i hazardzista, organizuje w znajdującej się na odludziu willi turniej pokera dla dawnych przyjaciół. Ma w tym ukryty plan... **120 min**

TVN 7

DVB T2

5.20 Ten moment (28) – serial paradokumentalny, Polska 2015-2016
5.55 Szkoła (695-697) – serial paradokumentalny, Polska 2019
8.45 Ukryta prawda (1310, 1390, 1391) – serial paradokumentalny, Polska
11.55 W-11 – Wydział Śledczy (1017-1019) – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2013
14.00 Detektywi (96): Tożsamość – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2024
15.00 Szpital (742) – serial paradokumentalny, Polska 2018
Pacjentami są ofiary wypadku, do którego doszło podczas zabawy na dmuchanym zamku. Najwięcej obrażeń ma dziewczynka, znaleziona kilkanaście metrów od miejsca zdarzenia. Musi przejść operację. Wkrótce w szpitalu zjawia się jej brat. **60 min**
16.00 Sędzia Anna Maria Wesołowska (30, 469): Dzień wolności – serial fabularno-dokumentalny, Polska (patrz obok)
18.00 Sekrety życia (32) – serial paradokumentalny, Polska 2023
Justyna chce uczcić z mężem awans. Planują remont. Nieoczekiwanie odwiedza ich 58-letnia matka kobiety. Jak informuje parę, porzuciła męża, ponieważ została zdradzona. Pragnie zatrzymać się u swojej córki. **60 min**
19.00 Ukryta prawda (1503) – serial paradokumentalny, Polska 2023
Pracownik korporacji Ludwik podejrzewa, że żona się prostytuuje. Ponieważ musi wyjechać na szkolenie, zostawia w domu kamerki. Odkrywa coś zaskakującego. **60 min**



16.00 FAB.-DOKUM.

Sędzia Anna Maria Wesołowska (30, 469)
Na ławie oskarżonych zasiada Damian. Miał pobić przyjaciela, gdy dowiedział się, że jest on w bliskich relacjach z jego żoną. Kiedy doszło do zdarzenia, był u siebie w warsztacie. Twierdzi, że wtedy ktoś ukradł jego auto. **60 min**



20.00 THRILLER

Morderstwo doskonałe
Milioner (Michael Douglas, zdj.) dowiaduje się, że żona Emily (Gwyneth Paltrow, zdj.) zdradza go z artystą. Upokorzony mężczyzna postanawia się zemścić. **140 min**

REKLAMA

Reutter
W APTEKACH I ZIELARNIACH
CUKIERKI ALOESOWE – SEKRET URODY, DOBREGO SAMOPOCZUCIA, WZMOCNIENIA ODPORNOŚCI.

20.15 Na Wspólnej (4223) – serial obyczajowy, Polska 2026
20.50 Ścigany – dramat FILM sensacyjny, USA 1993, reż. Andrew Davis, wyk. Harrison Ford, Tommy Lee Jones, Sela Ward, Ron Dean (patrz obok)
23.35 Bodyguard – dramat FILM sensacyjny, USA 1992, reż. Mick Jackson
Frank (Kevin Costner) chroni piosenkarkę Rachel (Whitney Houston). Chłodne relacje między nimi zmieniają się w płomienne uczucie. **160 min**
2.15 Aż po grób – czarna FILM komedia, USA/Niemcy/Polska 2009, reż. Aaron Schneider
4.25 Uwaga! – magazyn reporterów
4.45 Śmierć Diany: dwa śledztwa (3) – serial dokumentalny, Wielka Brytania 2022



20.50 DRAM. SENS.

Ścigany
Dr Richard Kimble (Harrison Ford, zdj.) zostaje niesłusznie oskarżony o zabicie żony i skazany na śmierć. W drodze do więzienia stanowego podejmuje ucieczkę. W ślad za nim wyrusza szeryf Gerard. **165 min**

20.00 Pokerzysta – film FILM sensacyjny, USA 2022, reż. Russell Crowe, wyk. Russell Crowe, Liam Hemsworth, Aden Young (patrz obok)
22.00 Stan gry – dramat FILM kryminalny, USA/Wielka Brytania/Francja 2009, reż. Kevin Macdonald, wyk. Russell Crowe, Ben Affleck, Rachel McAdams, Helen Mirren (patrz obok)
0.30 Jak dogryźć mafii FILM – komedia sensacyjna, USA 2017, reż. Mark Cullen
Los Angeles. Detektyw Steve Ford (Bruce Willis) naraża się mafii. Szef gangu w odwecie porywa jego ukochanego psa. Steve, aby uwolnić pupila, zawiera z bossem układ. Zgadza się odzyskać dla niego walizkę pełną kokainy. **120 min**
2.30 Zobacz to!



22.00 DRAM. KRYM.

Stan gry
Ginie asystentka i kochanka kongresmana Stephena Collinsa (Ben Affleck, zdj.). Dziennikarz Cal McAffrey (Russell Crowe) bada kulisy tragedii. Odkrywa aferę, w które mogą być zamieszane władze. **150 min**

20.00 Morderstwo doskonałe FILM – thriller, USA 1998, reż. Andrew Davis, wyk. Michael Douglas, Gwyneth Paltrow, Viggo Mortensen, David Suchet (patrz obok)
22.20 Piekielna głębia FILM – film sensacyjny, USA 1999, reż. Renny Harlin
0.35 Przemytnik – dramat FILM sensacyjny, USA/Kanada 2018, reż. Clint Eastwood, wyk. Clint Eastwood, Patrick L. Reyes, Cesar De León, Gustavo Munoz (patrz obok)
3.00 Żyjąc z potworem 8 (2) – serial dokumentalny, USA 2020
4.00 Fachowcy (16) – serial paradokumentalny, Polska 2017
4.35 Dorota was urządzi! (5) – program rozrywkowy, Polska 2016 ▶ 5.10



0.35 DRAM. SENS.

Przemytnik
Firma Earla (Clint Eastwood, zdj.) bankrutuje, a on traci dach nad głową. Zadłużony senior zostaje kurierem meksykańskiego kartelu. Liczba kursów stale rośnie. Dobra passa szybko się jednak kończy. **145 min**

20

DVB T DVB T2 – stacje dostępne w naziemnej telewizji cyfrowej

TVP 3

11.00 Zielnik regionalny
11.30 Lato na RÓD'os – dok.
12.00 Telekurier – mag., Polska
12.30 Górna półka smaku
13.00 Agrobiznes – mag.
13.30 Daję słowo – Maciej Orłoś – talk-show
14.30 Program informacyjny 14.30
15.00 Koronka do Miłosierdzia Bożego – pr. religijny
15.20 Serwis Info Dzień – inf.
15.30 Program lokalny
19.30 Całkiem niezła historia
19.45 Kryminalna siódemka
20.00 Dziennik regionów
20.13 Gość Regionów – publ.
20.30 Telekurier – mag., Polska
21.00 Program lokalny
22.00 Dziennik regionów

TVP POLONIA

13.50 Polacy światu
14.00 Obywatel Zamek – z dziejów odbudowy
15.00 Serwis Info – pr. inform.
15.10 Zakochaj się w Polsce (177) – magazyn
15.35 20 x 20 lat TVP Kultura
16.00 Zaraz wracam 2 (92)
16.30 Barwy szczęścia (3319)
17.00 Teleexpress
17.20 Gra słów. Krzyżówka
17.50 Teleexpress Extra – inf.
18.15 Polscy artyści na Biennale Malta 2026
18.45 Panorama
19.20 Polacy światu
19.30 Program informacyjny 19.30
19.55 Pytanie dnia – pr. publ.
20.10 Sport, Pogoda

TV 4

6.00 Strażnik Teksasu (6, 7) – serial sensacyjny, USA
7.55 Bogaty dom – biedny dom (125) – reality show
8.55 Policjantki i Policjanci (458, 459) – serial obycz.
10.55 Na ratunek 112 (1119, 478) – paradok., Pol.
11.55 Dlaczego ja? (1545, 1546) – paradok.
13.55 Trudne sprawy (1313-1315) – paradok.
16.55 Policjantki i Policjanci (1372) – obycz., Pol. 2026
18.00 Łowcy skarbów. Kto da więcej? (540)
19.00 Policjantki i Policjanci (1373) – obycz., Pol. 2026
20.00 Uroczysko (161, 162) – serial kryminalny, Polska

PULS 2

7.30 Psi Patrol 8 – serial anim.
7.50 Superkoty – serial anim.
8.30 Myszka Miki: Frajdomek 2 – anim.
8.50 Masza i Niedźwiedź 5
9.20 Bing – serial animowany
9.35 Basia 2 – serial anim.
10.00 Jeżyk i Przyjaciele
10.25 Spidey i superkumple
11.25 Marta mówi – anim.
11.55 Smerfy – serial anim.
13.00 Gumisie 6 – serial anim.
14.00 Kacze opowieści
15.00 Miraculous: Biedronka i Czarny Kot – anim.
16.00 Fineasz i Ferb 2 – anim.
17.00 Marta mówi – anim.
17.35 Superkoty – serial anim.
18.00 Blue 2 – serial anim.
18.15 Bing – serial animowany

TVP ROZRYWKA

6.10 Zakochaj się w Polsce (216) – magazyn
6.40 Gra słów. Krzyżówka
7.10 Okrasa łamie przepisy
8.20 Familiada – teleturniej
8.55 Va banque – teleturniej
9.25 Koło fortuny – telet., Pol.
10.05 Makłowicz w podróży
10.45 Postaw na milion
12.35 Familiada – teleturniej
13.15 Tygrysy Europy 2 (2) – serial kom., Polska 2003
14.05 Rodzinka.pl (167, 168)
15.20 Wielka sława to żart – Benefis Wiesława Ochmana (1, 2)
17.25 Va banque – teleturniej
18.00 Koło fortuny – telet., Pol.
18.35 Okrasa łamie przepisy
19.40 Makłowicz w podróży

TTV HD

5.00 Złomowisko PL (8)
6.00 Express – pr. inform.
6.20 DeFacto 14 (16)
6.50 Diabelnie boskie 2 (23)
7.20 Ukryta prawda (1195) – serial paradokumentalny
8.20 Kartoteka 10 (5, 6) – serial fabularno-dokum.
10.30 Detektywi (243, 244)
12.30 Zakup w ciemno 3 (18)
13.30 Zakup w ciemno 4 (17)
14.30 Kartoteka 5 (14, 15)
16.45 Express – pr. inform.
16.55 Pogoda, Sport
17.05 Idź na całość 2 (9) – rozr.
18.05 Zakup w ciemno extra (20) – reality show, Polska
18.45 Damy i wieśniaczki. PL 10 (8) – fab.-dok., Pol.
19.45 Express, Pogoda – inf.

OBYCZAJOWY



22.30 Złoty chłopak (165)
Suna, zaniepokojona obecnością Pelin, zwraca się o radę do Ifakat. Orhan za namową ojca próbuje porozmawiać z żoną. Ferit znajduje sposób na odwrócenie uwagi od feralnego zdjęcia. **60 min**

23.30 Kryminalna siódemka
23.55 Panorama
0.25 Program informacyjny 19.30
0.45 Panorama dnia – pr. inf.
1.20 Kryminalna siódemka
1.40 Dziedzictwo (820)
2.30 Trójkąt Polityczny
3.20 Program informacyjny 19.30

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

OBYCZAJOWY



20.25 Dom nad rozlewiskiem (9, 10) – Polska 2009
Szczęśliwi Gosia i Janusz spędzają razem coraz więcej czasu. Basia zabiera Kaśkę do lekarza. Zjawia się ekipa, która ma remontować stodoły. Gosia hucznie obchodzi swoje urodziny. **110 min**

22.15 Rozmowy (nie) wygodne – pr. publicyst.
23.00 Słowo daję! – magazyn
23.15 Panorama
23.45 „Człowiek z poczuciem" – benefis Jacka Fedorowicza (1)
0.40 Zaraz wracam 2 (92)
1.10 Stacja innowacja (22)
1.30 Program informacyjny 19.30

KRYMINALNY



21.00 Sprawiedliwi. Trójmiasto (107)
Pola i Damian badają sprawę zabójstwa Wiktora. Brat ofiary, który również został zaatakowany, przebywa w szpitalu. Zeznania listonosza kierują uwagę policji na zadłużonego przestępcę. **65 min**

22.05 Sprawiedliwi – Wydział Kryminalny (990) – serial krym., Polska
23.05 Purpurowe rzeki 2: FILM Aniołowie Apokalipsy – thriller, Francja/Włochy/Wielka Brytania 2004
1.10 Love Island. Wyspa miłości (4) – reality show
2.10 Hardkorowy lombard (9) – serial dokumentalny

ANIMOWANY



18.45 Masza i Niedźwiedź 5
Niesforna dziewczynka przez szalone pomysły ciągle pakuje się w kłopoty. Może liczyć na pomoc najlepszego przyjaciela. Razem z innymi zwierzętami przeżywają wiele przygód. **15 min**

19.00 Kacze opowieści
20.00 Lombard. Życie pod zastaw 18 (1004)
21.00 Dzielnica strachu 9 (386, 387) – serial krym.
23.00 Conan Barbarzyńca FILM – film fantasy, USA/Meksyk 1982
1.30 Dzielnica strachu 10 (447) – serial krym., Polska
2.25 Lombard. Życie pod zastaw 4 (162, 163)

TELETURNIEJ



20.10 Postaw na milion
W każdej grze bierze udział dwoje uczestników. Na wstępie dostają milion złotych. Jeśli chcą zabrać pieniądze do domu, ich zadaniem jest tylko bezbłędnie odpowiedzieć na osiem pytań. **60 min**

21.10 Kabaret Letnią Porą (38) – pr. rozr., Pol. 2021
22.10 Rodzinka.pl (41) – kom.
22.50 Tak to leciało! – teleturniej muz., Polska
23.50 Gabi Drzewiecka zaprasza (1) – talk-show
0.50 Koło fortuny – telet., Pol.
2.15 Do śmiechu! (80, 61) – rozr., Polska 2024-2026
4.20 Hity wszech czasów (39) – magazyn muzyczny

REALITY SHOW



20.05 Zakup w ciemno 7 (15)
W Poznaniu na handlarzy czekają trzy boksy pełne ubrań i dodatków. Cena wyjściowa to 2700 zł. W Krakowie na licytację trafiają dwie tajemnicze palety za 400 zł. Jedna jest uszkodzona. **60 min**

21.05 Zakup w ciemno extra (13) – reality show, Polska
21.45 Express, Pogoda – inf.
22.00 Idź na całość 2 (2) – rozr.
23.00 Gogglebox. Przed telewizorem 23 (7) – pr. rozrywk., Pol. 2025
0.00 Gogglebox. Przed telewizorem 24 (1)
1.00 Życie na kredycie 7 (1, 2) – reality show, Polska
2.10 Dobra robota (5) – dok.

TVP 3 PROGRAMY LOKALNE

BIAŁYSTOK 17.35 Moda na język polski **17.55** Grajmy swoje **18.10** Panorama łomżyńska **18.30** Obiektyw **18.50** Gość „Obiektywu" **19.00** Sport, Pogoda **19.10** Budowniczowie świata **21.00** Przegląd suwalski **21.20** Gość „Obiektywu" **21.30** Obiektyw

BYDGOSZCZ 17.30 Samorządni **18.15** Pokochaj Grudziądz **18.30** Zbliżenia **19.00** Rozmowa dnia **19.20** Wilczy apetyt **21.00** Rozmowa dnia **21.20** Ekspert ZUS odpowiada **21.30** Zbliżenia **21.45** Sport, Pogoda

GDAŃSK 17.30 Na 2 kontakty **17.50** Raport gospodarczy **18.15** Czyżewskiego 42 **18.30** Panorama **19.00** Droga **21.00** Tedë jo **21.15** Czyżewskiego 42 **21.30** Panorama

KATOWICE 17.16 Nasza strona miasta **17.31** Ziołowa apteka **17.50** Święta wojna **18.15** Protokół rozbieżności **18.30** Aktualności **18.55** Pogoda, Sport **19.10** Gramy dla was **21.15** Protokół rozbieżności **21.30** Aktualności

KRAKÓW 17.06 Dwa mecze Marka **17.25** Republiki Flisackiej dzień powszedni **17.55** Ci cholerni Polacy. Lotnictwo polskie 1939-1945 **18.10** Magazyn medyczny **18.30** Kronika **18.55** Tematy dnia **19.14** Spichlerz smaków **21.03** Wykrywacz kłamstw **21.30** Kronika **21.45** Tematy dnia

LUBLIN 17.55 Zdarzenia **18.10** Lubelskie Obserwatorium Rynku Pracy **18.30** Panorama lubelska **19.00** Magazyn sportowy **19.15** Okiem kierowcy **21.02** Login: NAuKA **21.15** Gość „Panoramy" **21.30** Panorama lubelska

ŁÓDŹ 17.06 Obalamy mity medyczne **17.15** Łódź światłoczuła **17.30** Strefa biznesu **17.45** Samorządni **18.15** Idź się zbadaj **18.30** Łódzkie wiadomości dnia **18.50** Sport, Pogoda **19.00** Szlakiem filmowej Łodzi **19.20** W archiwach **21.00** Na wschód od Łodzi **21.15** Inwestujemy w Twoje zdrowie **21.30** Łódzkie wiadomości dnia

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

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

SZCZECIN 17.30 Prywatne życie zwierząt 9 **17.52** Słowo daję! **18.00** Ludzie i maszyny **18.30** Kronika **18.52** Wokół nas **19.00** Z wieszaka historii **21.00** Wokół nas **21.08** Pełnosprawni **21.30** Kronika **21.50** Rozmowa dnia

WARSZAWA 17.21 Głosy powstania. Monika Mossakowska-Białoń **17.35** Reagujemy **18.00** Zawsze na temat **18.30** TKW **18.42** Kurier Mazowiecki **19.00** Srebrny telefon **21.00** Kulturalnie mówiąc **21.30** Kurier Warszawy i Mazowsza

WROCŁAW 17.09 Region dialogu **17.29** Magazyn Dolnośląski **17.43** Strefa otwarta **18.14** Agro-Fakty **18.30** Fakty **18.58** Szlachetne zdrowie **19.12** Dlaczego krowa... **21.02** W swoim czasie **21.15** Pamięć Miasta **21.30** Fakty

TVP HD

7.55 Rodzinka.pl (151, 152)
8.55 Ojciec Mateusz 15 (194, 195) – krym., Pol. 2016
10.45 Gra słów. Krzyżówka
11.20 Na sygnale (589, 590)
12.25 Ojciec Mateusz 3 (42)
13.20 Komisarz Alex (6) – krym.
14.15 Ranczo 9 (115, 116)
16.10 Super Gary. Gotuj z Bosacką! – mag. kulin.
16.40 Operacja zdrowie – mag.
17.10 Okrasa łamie przepisy
17.45 Makłowicz w podróży
18.20 Ojciec Mateusz 22 (284)
19.20 Ranczo 3 (32) – obycz., Pol.
20.10 Rodzinka.pl (247, 248)
21.25 Ojciec Mateusz 33 (423)
22.20 Rocky – dramat FILM obyczajowy, USA 1976
0.30 Firma – dramat FILM sensacyjny, USA 1993

TVP KULTURA

12.20 Figury niemożliwe i inne historie – film krótkometr.
12.55 Legendy Paryża – opowieść o sztuce XIX wieku (1) – serial dok., Fr.
14.00 Droga (5) – serial obycz.
15.15 Cudze szczęście – dramat FILM obycz., Polska/Niemcy 1997
16.55 Zmiennicy (9) – kom., Pol.
18.10 Muzeum Polskiej Piosenki (11) – pr. rozr., Pol.
18.30 Informacje kulturalne
18.55 Pan wzywał, milordzie? (3) – serial kom., Wlk. Bryt.
19.55 Powrót Sherlocka Holmesa (1) – serial krym.
21.05 Córka trenera – dramat FILM obyczajowy, Polska 2018
22.45 Informacje kulturalne
23.20 Na pełny etat – dramat FILM obyczajowy, Francja 2021

ANTENA HD

11.45 Klątwa Wyspy Dębów 5 (3, 4) – reality show, USA
13.35 Ciężarówką przez śnieg 3 (5, 6) – serial dok.
15.30 77 TV 3 (11) – pr. rozr., Pol.
16.30 77 TV 4 (3) – pr. rozr., Polska
17.30 Detektywi z Bordeaux (3) – serial krym., Fr./Bel.
18.50 Astrid i Raphaëlle: Kryminalne Geniuszki (2) – krym., Fr./Bel./Szwajcaria
20.00 Morderstwa we Francji FILM – Toulouse – film kryminalny, Francja 2021
22.00 Detektywi z Bordeaux 3 (3) – serial krym., Fr./Belgia
23.10 Astrid i Raphaëlle: Kryminalne Geniuszki (2)
0.25 Polska. Największe tajemnice (2) – rozr., Pol.
1.30 Kabaretowy szał – rozr.

TV 6

6.55 Policjantki i Policjanci (657, 658) – serial obycz.
8.55 Kobra – oddział specjalny (201, 202)
10.55 48h. Zaginieni (270-272)
13.55 Policjantki i Policjanci (1173) – serial obycz., Polska
14.55 Kobra – oddział specjalny (203, 204)
17.00 Magnum: Detektyw z Hawajów 5 (93) – sens.
18.00 Strażnik Teksasu (8, 9)
20.00 CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku (163, 164)
22.00 Czarna lista (3) – krym.
22.55 Sprawiedliwi – Wydział Kryminalny (679, 680)
1.00 Kości (77, 78) – serial krym.
3.00 Septagon (56, 57) – krym.
5.05 Nona i jej córki (7)
5.45 Telezakupy TV Okazje

BBC FIRST

12.55 Shakespeare i Hathaway: prywatni detektywi 3 (5, 6) – krym.
14.55 Ojciec Brown 5 (7) – krym.
16.00 Lewis (6) – krym., Wlk. Bryt.
17.00 My Life is Murder 4 (4) – serial kryminalny
18.00 Morderstwa w Midsomer 13 (7)
19.50 Śmierć pod palmami 12 (1) – serial kryminalny, USA 2022-2023
21.00 My Life is Murder 3 (10)
22.00 Na niebieskich światłach 2 (3) – serial kryminalny
23.10 Shakespeare i Hathaway: prywatni detektywi 3 (5, 6) – krym.

ROMANCE TV

9.05 Górski lekarz (110)
10.00 Podręcznik szczęścia FILM – komedia, USA 2023
11.55 O jedną miłość więcej FILM – film obycz., Niemcy 2022
13.50 Wszystko po połowie FILM – komedia, Niemcy 2024
16.05 Dzieci i wielkie serce FILM – nowe drogi – film obyczajowy, Niemcy 2008
18.00 Zwierzyniec doktor Mertens (107) – obycz.
19.00 Górski lekarz (111)
20.00 Moje serce w Chile (1, 2) FILM – dram. obycz., Niem. 2008
23.50 Górski lekarz (111)
0.45 Moje serce w Chile (1, 2) FILM – dram. obycz., Niem. 2008
4.35 Grzechy i grzeszki (7)

COMEDY CENTRAL

7.00 Dwóch i pół (3-6) – kom.
8.55 Przyjaciele (3-8) – kom.
11.55 Teoria wielkiego podrywu 12 (8-13) – kom.
14.30 Dwóch i pół (7-10) – kom.
16.30 Przyjaciele (9-14) – kom.
19.30 Teoria wielkiego podrywu 12 (14-19) – kom.
22.00 The Office PL 2 (7, 8)
23.05 Comedy Club 9 (1, 2)
0.05 Miasteczko South Park 22 (4, 5)
1.00 Pracoholicy 6 (1, 2) – kom.
2.00 Śmieszniej nie będzie 4 (5, 6) – rozr., Wielka Brytania
3.00 Miasteczko South Park 22 (1-3)
4.30 Comedy Club 8 (12) – rozr.
5.00 Comedy Club 9 (1, 2)

TVN FABUŁA

8.45 Detektywi (477, 478)
9.50 Prawo Agaty (15) – obycz.
10.55 Szpital św. Anny (66)
11.55 Druga szansa 4 (10, 11)
13.55 Prawo Agaty (14) – obycz.
14.55 Detektywi (479, 480)
16.00 Artystki (5) – pr. rozr., Pol.
16.55 Duma: Podróż do domu FILM – film przyg., USA 2005
19.00 Szpital św. Anny (46)
20.00 Saga „Zmierzch": FILM Zaćmienie – film fantasy, USA 2010, reż. David Slade
22.45 Meg 2: Głębia – film s.f., FILM Chiny/USA 2023
1.00 Dzień próby – dramat FILM sens., USA/Australia 2001
3.30 Andrzej Sołtysik przedstawia 3 – mag. film.

STOPKLATKA

6.00 **Kabaretowe hity** (2) – pr. rozrywk., Pol. 2023
6.50 **Polak potrafi** (1) – dok.
7.50 **Wojciech Cejrowski – boso przez świat**
8.55 **Robert Makłowicz** (207, 218) – mag. kulin.
10.40 **Pyszne dania w 10 minut z Julią Oleś 2** (8)
10.55 **Górski lekarz** (13, 14) – obycz., Niemcy/Austria
13.00 **Katastrofy w przestworzach** (2, 6, 3) – serial dok., Kan.
16.00 **MacGyver 3** (3, 4) – sens.
18.00 **Wojny magazynowe: Kanada 2** (20, 21) – reality show, Kan. 2014
19.10 **Aukcja w ciemno** (3, 4) – serial dokumentalny

POLSAT 2

5.50 **Wydarzenia**
6.30 **Nasz nowy dom** (270) – reality show, Polska 2022
7.30 **Na ratunek 112** (875, 876) – serial paradokumentalny, Polska
8.30 **Sekrety rodziny** (306-308) – serial paradokumentalny, Polska
11.30 **Trudne sprawy** (1214) – serial paradokumentalny, Polska 2023
12.30 **Dlaczego ja?** (1478, 1479) – serial paradokumentalny, Polska 2025
14.30 **Świat według Kiepskich** (404-408) – serial kom., Polska

TVP SERIALE

5.15 **Rodzinka.pl** (76, 77)
6.15 **Na sygnale** (459, 460)
7.25 **Ojciec Mateusz** (9)
8.25 **Komisarz Alex 24** (306)
9.15 **Rodzinka.pl** (78) – kom.
9.50 **Klan** (1427) – telen., Pol.
10.25 **Ranczo 6** (76) – obycz.
11.10 **Na dobre i na złe** (995)
12.10 **Pan Mama** (56, 57)
13.15 **Zaraz wracam 2** (135)
13.50 **Ojciec Mateusz 28** (360, 361) – serial krym.
15.40 **Komisarz Alex 24** (307)
16.30 **Na sygnale** (461, 462)
17.40 **Ranczo 6** (78) – obycz.
18.35 **Ranczo 7** (79) – obycz.
19.35 **Ojciec Mateusz 28** (362) – serial kryminalny, Polska
20.30 **Ojciec Mateusz** (10) – serial kryminalny, Polska

KINO POLSKA

6.00 **Zwierzęta Wajraka 3** (5) – serial dokumentalny
6.25 **Och! Kabaret 4** (7) – program rozrywk., 2024
7.10 **Zwierzęta Wajraka 3** (6) – serial dokumentalny
7.40 **Stara baśń** – film
FILM kostiumowy, 2003, wyk. Daniel Olbrychski, Michał Żebrowski
9.50 **Chłopi** (1, 2-ost.)
FILM – film obyczajowy, 1973, wyk. Władysław Hańcza, Emilia Krakowska
13.40 **Krzyżacy** – film
FILM historyczny, 1960, wyk. Mieczysław Kalenik, Grażyna Staniszewska
17.20 **Pogranicze w ogniu** (6, 7) – serial sensacyjny

AXN

6.05 **CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 10** (20, 21) – serial kryminalny, USA/Kanada
7.35 **Agenci NCIS: Hawaje** (5, 6) – serial kryminalny, USA 2021
9.25 **Castle 8** (7, 8) – serial krym., USA 2015-2016
11.20 **Detektyw Monk 3** (7, 8) – serial kryminalny, USA
13.20 **Agenci NCIS: Hawaje** (7, 8) – serial kryminalny
15.10 **Agenci NCIS 15** (17, 18) – serial sensacyjny, USA
17.05 **Kryminalne zagadki Las Vegas** (17, 18) – serial kryminalny, USA/Kanada
19.05 **Castle 8** (9, 10) – serial krym., USA 2015-2016

CANAL+ PREMIUM

7.30 **Warcraft: Początek**
FILM – film fantasy, Chiny/Kanada/Japonia 2016
9.30 **LARP. Miłość, trolle**
FILM **i inne questy** – komedia, Polska 2025
11.05 **Copa 71** – dok., Wlk. Bryt.
12.35 **Wszyscy święci** – film
FILM obyczajowy, Polska 2002
13.55 **Godzina zero** (3) – krym.
14.40 **Kwiat ośmiu gór** – dok.
16.00 **Premierowa jazda**
16.15 **Krucjata Bourne'a**
FILM – thriller, USA/Niem. 2004
18.00 **Łapu capu** – pr. rozr., Pol.
18.05 **Saga „Zmierzch":**
FILM **Przed świtem. Część 2** – film fantasy, USA 2012
20.00 **Para z sąsiedztwa 2** (6)
20.50 **Making of** – mag. film.

DRAMAT SENSACYJNY



20.00 Ostateczna rozgrywka
FILM – Wielka Brytania 2018
Pełen kibiców londyński stadion zostaje opanowany przez terrorystów. Bandyci chcą dopaść swojego dawnego wspólnika (Pierce Brosnan, zdj.). Przeciwstawia się im były komandos. **130 min**

22.10 **Uprowadzona 3** – film
FILM sens., Fr./Hiszp./USA 2014
0.35 **Kod Merkury** – film
FILM sensacyjny, USA 1998, wyk. Bruce Willis, Alec Baldwin
2.55 **Kroll** – film sensacyjny,
FILM Polska 1991, wyk. Olaf Lubaszenko
5.25 **Ranking naj polskiego kina** (2) – pr. rozr., Polska

KRYMINALNY



17.00 48h. Zaginieni (105, 106)
Marek zgłasza zaginięcie współlokatora z akademika, studenta dziennikarstwa. W dniu zniknięcia chłopak miał przeprowadzić wywiad z bokserem. **120 min**

19.00 **Gliniarze** (1143) – serial paradokumentalny, Pol.
20.00 **Ślad** (46) – serial krym.
21.00 **Gliniarze** (1075) – serial paradokumentalny, Pol.
22.00 **Ambulans** (1) – dok., Pol.
23.00 **Świat według Kiepskich** (318, 319)
0.00 **Ślad** (99) – krym., Pol.
1.00 **Zdrady II** (52) – paradok.
2.05 **Wydarzenia**
2.45 **Ewa gotuje** (513, 514)
4.00 **Atleci** – mag. sportowy

OBYCZAJOWY



21.30 Ranczo 7 (80, 81) – Polska 2013
Stan zdrowia proboszcza pogarsza się. Michałowa jest przekonana, że duchowny już nie wyzdrowieje. Doktorowi Wezółowi udaje się jednak ustalić przyczynę niedomagania Kozioła. **115 min**

23.25 **Ojciec Mateusz 28** (363) – serial kryminalny, Polska
0.15 **Pan Mama** (56, 57) – serial kom., Polska 2026
1.30 **Erynie** (1, 2) – serial kryminalny, Polska 2021
3.25 **Zatoka szpiegów 2** (18) – szpiegowski, Pol. 2025
4.15 **Klan** (1427) – telen., Pol.
4.50 **Zaraz wracam 2** (135) – serial obycz., Pol. 2025

SENSACYJNY



20.00 Ekstradycja 2 (3, 4)
Szantażowana przez Nadieżdę Sabina podpisuje umowę kredytową, co oznacza dla niej bankructwo. Tymczasem Halski na własną rękę postanawia wykraść narkotyki z policyjnego skarbca. **135 min**

22.15 **Misja Afganistan** (5) – serial wojenny, 2012
23.25 **Ostatni prom**
FILM – dramat obycz., 1989, wyk. Krzysztof Kolberger
1.25 **Czeka na nas świat**
FILM – komediodramat, 2006, wyk. Sebastian Pawlak
3.30 **Haker** – komedia
FILM sensacyjna, 2002, wyk. Bartosz Obuchowicz
5.30 **Leben** – krótkometraż.

SENSACYJNY



21.05 Zabójcza broń 3 (4, 5) – USA 2018
Niespodziewana wizyta burzy spokój Cole'a i przywołuje wspomnienia z czasów służby w CIA. Murtaugh dowiaduje się, że mógł doprowadzić do skazania niewłaściwego człowieka. **115 min**

23.00 **Kryminalne zagadki Las Vegas** (17, 18) – serial kryminalny, USA/Kanada
0.45 **Castle 8** (9, 10) – serial krym., USA 2015-2016
2.40 **Zabójcza broń 3** (4) – serial sensacyjny, USA
3.35 **FBI 2** (4) – serial krym.
4.25 **Walker: Strażnik Teksasu** (5) – serial krym.
5.10 **Blok promocyjny AXN**

KOMEDIODRAMAT



21.00 Zapiski śmiertelnika
PREMIERA FILM – Polska 2025
50-letni F.P. (Ireneusz Czop, zdj.) chce zakończyć swoje życie. Ukazuje mu się duch ojca (Marian Dziędziel, zdj.), który przed laty popełnił samobójstwo. **95 min**

22.35 **Kukułka** – thriller,
FILM Niemcy/USA 2024
0.15 **Skok stulecia 2** – sens.,
FILM USA/Kan./Hiszpania 2025
2.25 **Pani od polskiego**
FILM – dramat obycz., Pol. 2025
4.25 **Silniejszy** – film dokum.
5.40 **Czarna woda** – film krótkometraż., Pol.

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

13 ULICA

6.25 **Zbrodnie idealne** (11, 12) – serial kryminalny, Fr. 2017
8.40 **Petra** (4) – serial krym., Wł.
10.30 **Agenci NCIS: Los Angeles 14** (13, 14) – sens.
12.20 **Magnum: Detektyw z Hawajów 3** (1, 2) – sens.
14.10 **Zbrodnie idealne** (13, 14)
16.20 **Petra 2** (1) – serial krym.
18.20 **Agenci NCIS: Los Angeles 14** (15, 16) – sens.
20.10 **Magnum: Detektyw z Hawajów 3** (3, 4) – sens.
22.00 **Równoległe śledztwo** (5) – serial kryminalny, Fr. 2023
0.00 **Niepokojące zaginięcia:**
FILM **Strach na kampusie** – film kryminalny, Fr. 2024
2.00 **Petra 2** (1) – serial krym.
3.50 **Zbrodnie idealne** (13, 14) – serial kryminalny, Fr. 2017

POLSAT FILM

6.05 **Rolnicy – Tak się żyje u nas na wsi** (82-84) – dok.
7.30 **Doktor Martin** (10)
8.30 **Przyjaciółki** (275, 276)
10.25 **Świat według Kiepskich** (120, 121, 188, 189, 56, 57)
14.00 **O psie, który wrócił**
FILM **do domu** – film familijny, Chiny/USA 2019
15.55 **Gran Turismo** – dramat
FILM przygodowy, USA/Jap. 2023
18.45 **Zmartwychwstały**
FILM – dramat obycz., USA 2016
21.00 **Terminator: Mroczne**
FILM **przeznaczenie** – film s.f., Chiny/USA/Hiszpania 2019
23.40 **Venom 2: Carnage**
FILM – film s.f., USA/Chiny 2021
1.45 **Fala zbrodni** (57) – sens.
2.45 **Ślad** (12, 13) – serial krym.
4.40 **Na ratunek 112** (827, 828)

HBO

9.25 **Żegnaj, Christopher**
FILM **Robin** – dramat biograf., Wielka Brytania 2017
11.10 **Świąteczko w tunelu**
FILM – komediodramat, USA 2024
13.05 **Wszystko pół na pół**
FILM – komedia, Niemcy 2024
14.55 **Witajcie w Marwen** – film
FILM biograficzny, USA/Jap. 2018
16.50 **Bezmiar** – dramat obycz.,
FILM Włochy/Francja 2022
18.30 **Amrum** – dramat
FILM wojenny, Niemcy 2025
20.00 **Panna młoda!**
FILM – horror, USA 2026
22.10 **Euforia 3** (8) – serial obycz.
23.40 **Queer** – dramat
FILM obyczajowy, Wł./USA 2024
2.00 **Na rauszu** – komediodra-
FILM mat, Dania/Holandia/Szwecja 2020

WARNER TV

8.10 **JAG – Wojskowe Biuro Śledcze 9** (5) – serial sens.
9.05 **Bajer z Bel-Air 3** (8, 9)
10.05 **Prawo Agaty** (5) – obycz.
11.05 **Pełna chata 6** (9, 10)
12.10 **JAG – Wojskowe Biuro Śledcze 9** (6, 7) – sens.
14.00 **Bajer z Bel-Air 3** (8-11)
16.00 **Pełna chata 6** (9-12)
18.10 **Randka z billboardu**
FILM – film familijny, USA 1998
20.00 **Dowód życia** – dramat
FILM sensacyjny, USA 2000
22.35 **Akademia policyjna 4:**
FILM **Patrol obywatelski** – komedia, USA 1987
0.15 **Szczęściarz** – dramat
FILM obyczajowy, USA 2012
2.20 **Mad Max: Na drodze**
FILM **gniewu** – film s.f., Australia/USA 2015, wyk. Tom Hardy

ALE KINO+

7.40 **Cudak** – dramat
FILM wojenny, Polska 2021
9.35 **Mother Dear**
10.00 **Bestia 2** (1, 2) – krym., Kan.
12.05 **Vera 13** (2) – serial krym.
14.00 **Perfect Days** – dram.
FILM obycz., Japonia/Niem. 2023
16.25 **Terapia dla par**
FILM – komediodramat, Hiszpania 2023, wyk. Malena Alterio
18.15 **Vera 13** (3) – serial krym.
20.10 **Wiem, co widziałam** (1, 2)
22.20 **Aż do piekła** – dramat
FILM kryminalny, USA 2016
0.25 **Zaginieni** (5, 6) – sens.
2.45 **Kruk. Szepty słychać po zmroku** (1) – serial krym.
3.40 **Żurek** – film obyczajowy,
FILM Polska 2003
4.55 **Swoboda** – krótkometraż.
5.10 **Belfer 3** (1) – serial krym.

CANAL+ FILM

14.05 **Piękna łąka kwietna**
14.35 **Jutro będzie nasze**
FILM – komediodramat, Wł. 2023
16.30 **Morderstwo**
FILM **w ambasadzie** – film kryminalny, Wlk. Bryt. 2025
17.55 **Hollywood Buzz** – mag.
18.20 **Wujowy dwór** – komedia,
FILM Wielka Brytania/USA 2025
19.55 **Łapu capu** – rozr., Pol. 2026
20.00 **Rocznica** – thriller, USA
FILM 2025, wyk. Diane Lane
21.50 **Franz Kafka** – dramat
FILM biograficzny, Czechy/Polska/Niemcy 2025
23.55 **Podróż z seryjnym**
FILM **zabójcą** – thriller, USA/Wielka Brytania 2023
1.30 **Bałkańska vendetta 2**
FILM – film sensacyjny, USA/Włochy/Hongkong 2024

SCI FI

6.00 **Prométhée** (2)
7.00 **The Ark 2** (2-4) – serial s.f.
10.00 **Bibliotekarze** (7, 8)
11.50 **Czarodziejki 7** (15, 16)
13.40 **Grimm 4** (13, 14) – fantasy
15.30 **Bibliotekarze** (9, 10) – serial przyg., USA 2014
17.20 **Czarodziejki 7** (17, 18) – serial fantasy, USA 2005
19.10 **Grimm 4** (15, 16) – fantasy
21.00 **Bibliotekarze: Nowy rozdział** (1) – serial s.f., USA
22.00 **Zapowiedź** – thriller, USA/
FILM Wlk. Bryt./Australia 2009
0.30 **Zabójcze roboty**
FILM – film s.f., Australia 2020
3.20 **Czarodziejki 7** (17, 18) – serial fantasy, USA 2005
5.00 **Prométhée** (2)

PARAMOUNT NETWORK

10.30 **Pingwiny z Madagaskaru 2** (1) – serial animowany
11.00 **Kroniki Spiderwick**
FILM – film fantasy, USA 2008
13.00 **Czarodziejki** (5, 6)
15.00 **Dwoje do poprawki**
FILM – kom. romant., USA 2012
17.20 **Mission: Impossible 3**
FILM – film sensacyjny, USA/Niemcy/Chiny 2006
20.00 **Indiana Jones**
FILM **i świątynia zagłady** – film przygodowy, USA 1984
22.30 **Mechanik: Prawo**
FILM **zemsty** – sens., USA 2011
0.10 **Planeta Singli. Osiem historii** (2) – serial kom.
1.05 **Koliber** – dramat sens.,
FILM USA/Wielka Brytania 2013

FX

9.00 **Z archiwum X** (22) – s.f.
10.00 **CSI: Kryminalne zagadki Miami** (12, 13) – krym., USA
11.50 **CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku** (17, 1)
13.45 **Agenci NCIS** (9, 10) – sens.
15.35 **FBI 4** (22) – krym., USA 2021
16.30 **CSI: Kryminalne zagadki Miami** (14, 15) – krym., USA
18.20 **Z archiwum X** (23) – s.f.
19.15 **FBI 3** (1) – serial kryminalny
20.10 **CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku** (2, 3)
22.00 **Matlock** (9) – serial krym.
22.55 **Z archiwum X** (23) – s.f.
23.55 **FBI 3** (1) – serial kryminalny
0.50 **Agenci NCIS** (10) – sens.
1.45 **CSI: Kryminalne zagadki Miami** (14, 15) – krym., USA

KINO TV

8.35 **Zagadki kryminalne panny Fisher 3** (1, 2)
11.00 **Panna Scarlet i komisarz 2** (1, 2) – krym.
13.10 **Poirot** (1, 2) – serial krym.
15.15 **Zagadki kryminalne panny Fisher 3** (3, 4)
17.50 **Panna Scarlet i komisarz 2** (3, 4) – krym.
20.00 **Liberator** – film
FILM sensacyjny, USA/Fr. 1992
22.10 **Liberator 2** – film
FILM sensacyjny, USA 1995
0.10 **Efekt motyla** – thriller, USA
FILM 2004, wyk. Ashton Kutcher
2.20 **Opętanie** – horror, USA
FILM 1999, wyk. Kevin Bacon
4.50 **Klasyka krótkich animacji** (2) – filmy anim.

CANAL+ SERIALE

9.50 **Planeta Singli. Osiem historii** (1) – serial kom.
10.45 **Premierowa jazda** – mag.
11.05 **Naruto** (25, 26, 1-4) – anime
14.00 **Łapu capu Extra** – pr. rozr.
14.35 **Godzina zero** (1, 2) – krym.
16.15 **Łapu capu Extra** (131)
16.25 **Hot Roads – Najniebezpieczniejsze drogi świata 3** (1, 2) – dok., Niem.
18.25 **The Office PL** (1-3) – kom.
20.00 **Król i zdobywca** (1, 2) – serial historyczny
22.00 **Minuta ciszy 2** (3, 4) – serial obycz., Polska 2025
0.10 **Nie zostawiaj mnie** (1, 2) – serial kryminalny, Wł. 2022
2.05 **Powrót** (1, 2) – kom., Pol.
4.10 **Chwile szczęścia** (5, 6)

CANAL+ 360

14.00 **Najniebezpieczniejsze miejsca na świecie** (5)
15.00 **Chwila prawdy** (8) – dok.
16.00 **Nepal – z zachodu na wschód** – film dokum.
17.00 **Zholowani: ciężarówki w opałach 7** (17) – dok.
18.00 **Porzucone konstrukcje 4** (2) – dok., Wlk. Bryt.
18.55 **Najniebezpieczniejsze miejsca na świecie** (4)
19.50 **Zholowani: ciężarówki w opałach 7** (18) – dok.
20.50 **Co poszło nie tak** (5)
21.55 **Hot Roads – Najniebezpieczniejsze drogi świata** (2) – serial dokum.
23.00 **Zasada przyjemności** (7) – serial kryminalny

PREMIERA – pierwszy raz w telewizji ○ – tylko dla dorosłych

ŚRODA 3 czerwca

WSCH. SŁ. 04.29 | ZACH. SŁ. 20.56 | Imieniny: Anatola, Ferdynanda, Kewina

TeleTydzień

TLC

8.00 Dom wygrany na loterii 13
9.00 Wyzwanie – pierwsze dziecko
10.00 Wiza na miłość: dalsze losy 8 – reality show, USA
11.00 Wiza na miłość: znowu do wzięcia. Między sporami (11)
13.00 Dr Pryszczylla 3
15.00 Wiza na miłość: pierwsze spotkanie 7
16.00 Historie wielkiej wagi
18.00 Historie wielkiej wagi: Brazylia – reality show
19.00 Wiza na miłość: Romans na Karaibach



20.00 Kilogramy do szczęścia 2
21.00 Nie do uwierzenia!
22.00 Premiera: Transplantacja: drugie życie
23.00 Moje koszmarne stopy 2
0.00 Dr Pryszczylla 4
1.00 Kilogramy do szczęścia 2

POLSAT CAFÉ

6.00 Przyjaciółki (17, 18) – serial obycz., Pol. 2013
8.00 Co ludzie powiedzą (5, 6) – serial komediowy, Wielka Brytania 1990
9.25 Hell's Kitchen – Piekielna Kuchnia (67, 68) – reality show, Polska 2022
12.30 Bogaty dom – biedny dom (132, 133) – reality show, Polska 2025
14.30 Kolacja w ciemno (7, 8) – pr. rozrywk., Pol. 2022
16.30 Hell's Kitchen – Piekielna Kuchnia (23) – reality show, Pol. 2015



18.00 Nasz nowy dom (254, 255) – reality show
20.00 Bogate dzieciaki bez kasy (7-9) – reality show
23.00 Gry małżeńskie (204, 85) – reality show
1.00 Kolacja w ciemno (5, 6)
3.05 Więzienie kobiet (50, 51) – serial dokum.
4.00 Zdrady (84, 85)

TVN STYLE

5.15 I nie opuszczę Cię aż do ślubu (4) – reality show, Polska 2018
5.50 Damy i wieśniaczki. PL 7 (2) – serial fab.-dok.
6.45 Pogromcy chaosu (1) – pr. rozrywk., Pol. 2025
7.45 Dzień Dobry TVN – magazyn
11.20 Ugotowani (9, 10) – pr. kulin.-rozrywk., Pol. 2013
13.30 Kuchenne rewolucje (10, 9) – pr. rozr., Pol. 2018
15.35 Jestem z Polski 15 (10, 11) – serial dokum.
17.40 Kuchenne rewolucje (1-3) – pr. rozr., Pol. 2025



20.50 Ugotowani (4)
21.50 Jestem z Polski 16 (2) – serial dokum., Pol. 2025
22.50 Jestem z Polski 15 (17) – serial dokum., Pol. 2025
23.45 Hotel Paradise 11 (7)
0.45 Prince Charming (4, 5)
2.10 Apetyt na miłość (5)
3.15 Wiem, co jem i wiem, co kupuję (5, 6) – mag.

DISCOVERY CHANNEL

6.00 Wyzwanie: przetrwanie (3)
7.00 Budowa na końcu świata: Chatka w Ohio
8.00 Gorączka złota: zapomniane kopalnie
9.00 Gorączka złota: rzeka skarbów
10.00 Klan z Alaski
11.00 Przetrwać nad Jukonem
12.00 Fani czterech kółek 16
13.00 Nagi instynkt przetrwania: rozbitkowie
15.00 Złomowisko PL 12 (7-13)



22.00 Premiera: Nagi instynkt przetrwania 12
0.00 Mike Brewer: przerobić i sprzedać (2)
1.00 Hot rod wg Kindiga
2.00 Militaria na warsztat 3 (2) – serial dok.
3.00 Królowie asfaltu (3)
4.00 A2 – autostrada na Zachód (20)

TVP HISTORIA

6.25 Był taki dzień (582) – fel.
6.30 Wojownicy czasu
8.30 Pogranicze w ogniu (15) – serial sens., Polska
9.35 Zalana dolina – film dok.
10.40 Szyszko-Bohusz – architekt Niepodległej – film dok.
11.45 Wszystkie kolory świata 3: Irlandia. Śladami Celtów – serial dok.
12.55 Nieznana wojna na Północy 2 (5) – dok.
14.00 Królowie (28) – hist., Pol.
14.35 Pogranicze w ogniu (16) – serial sens., Polska
15.40 Sensacje XX wieku



17.40 Czas honoru (67)
18.35 Encyklopedia II wojny światowej
19.40 Królowie (67) – hist., Pol.
20.15 Ekstradycja 2 (8) – sens.
21.20 Dzień, który zmienił Azję (1, 2) – cykl dokum.
23.15 Sensacje XX wieku
1.20 Encyklopedia II wojny światowej: Mołotow

FOKUS TV

6.00 Wehikuł czasu
6.05 48h. Zaginieni (37)
7.00 Byli sobie podróżnicy (4, 6, 7, 9) – serial anim., Fr.
8.55 Wehikuł czasu
9.00 Starożytni kosmici (7)
10.00 Gwiazdy lombardu (69, 1, 2) – reality show
12.00 Wielkie konstrukcje III Rzeszy: Pearl Harbor
13.00 Poszukiwacze historii (2, 3)
14.00 Ludzie na wojnie – rok w Ukrainie (3, 4) – dok.
16.00 Premiera: Dorwać tuńczyka (3, 4) – dok.
18.00 Rolnicy. Podlasie (6, 7)



20.00 Galileo (5)
21.00 Tajemnice zamków (6) – serial dokum., Kan. 2023
22.00 Życie intymne Hitlera (3, 4) – serial dokum., 2020
0.00 Starożytni kosmici (9) – serial dokum., USA 2009
1.00 Rolnicy. Podlasie (45-48) – serial dok., Pol.
5.00 Kołowrotek (12, 1)

METRO

8.35 Szpital (736, 737) – paradok.
10.35 Sędzia Anna Maria Wesołowska (305, 306)
12.35 Szkoła (695) – paradok., Pol.
13.35 Przepis na życie 5 (6)
14.35 Zapukaj do moich drzwi (151) – telen., Turcja 2020
15.45 The Floor – teleturniej, Pol.
17.00 Fani czterech kółek 16
18.00 Prawo Agaty 5 (5) – obycz.
19.00 Kartoteka 10 (21, 22)
21.05 Kryminalni (4, 5) – krym.
23.15 CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 10 (16) – krym.
0.15 Zbrodnie z pierwszych stron gazet 6 – serial dok.
1.10 Szpital (732) – paradok., Pol.
2.10 Szkoła (827, 828) – paradok.
4.10 Nowa Maja w ogrodzie 3

ZOOM

8.00 Strażnik Teksasu 8 (8, 9)
9.50 MacGyver (1, 2) – serial sens.
11.55 Pułapki umysłu: Logika
13.00 Wojny magazynowe: Kanada – reality show, Kan.
15.30 Sensacje XX wieku – hist.
17.50 Wojciech Cejrowski – boso przez świat
20.00 Kobra – oddział specjalny 22 (8, 9) – sens.
22.00 Dynamo – najlepsze momenty – film dokum.
23.00 Adam szuka Ewy VIP. Holandia 2 – rozr., Hol. 2018
0.15 Magia nagości. Polska 4
1.25 Magia nagości – pr. rozrywk.
2.40 I love kabaret – pr. rozr., Pol.
3.35 Kabaretowe przeboje 3
4.50 I love kabaret – pr. rozr., Pol.

FOOD NETWORK

8.15 Kuchenne rewolucje – rozr.
9.15 Smaczny Dubaj – reportaż
9.50 Smaczny Mediolan
10.20 Smaczny Zanzibar
10.55 Sztuka mięsa – mag. kulin.
13.10 Miłość od kuchni – pr. rozr.
14.10 Akcja: Restauracja!
15.10 24/24 – maraton kulinarny
16.15 Kuchenne rewolucje – rozr.
17.15 Magda gotuje internet
17.50 Apetyt na miłość – pr. rozr.
18.50 Dziecięce mistrzostwa wypieków – telet. kulin.
19.50 Kulinarny poker
20.50 Ogniem i patelnią 3
21.55 Pyszne miejscówki – mag.
23.00 Akcja: Restauracja! 19
0.00 Człowiek kontra jedzenie
1.30 Zamiana szefów kuchni

DISCOVERY SCIENCE

6.00 Jak to jest zrobione?
8.00 Jak działa wszechświat?
11.00 Pogromca mitów w akcji
13.00 Podziemne sekrety
15.00 Jak działa wszechświat? 6
17.00 Jak działa wszechświat?: Koszmary gwiazd neutronowych – serial dokum.
18.00 Jak to jest zrobione?
21.00 Na tropie legendarnych potworów: Mothman, człowiek-ćma; Diabeł z New Jersey – serial dokumentalny
23.00 Tajemnice Alaski: Potwór z alaskańskiego jeziora; Nawiedzona chata i olbrzymy
1.00 Jak działa wszechświat? 6
3.00 Jak działa wszechświat?
4.00 Podziemne sekrety

NATIONAL GEOGRAPHIC

12.00 Era supertransportu: Kolej
13.00 Wojna widziana z powietrza
15.00 Strzegąc granic
16.00 Egipt: Miejsce pełne tajemnic
17.00 Zaginione skarby Biblii
18.00 Żelazna kurtyna: Życie pod radziecką okupacją
19.00 Historia Związku Radzieckiego (3) – film dok.
20.00 Katastrofa w przestworzach: Skłóceni mimo kryzysu
21.00 Ukryte pod miastami
22.00 Inżynieryjne tragedie
23.00 Najniebezpieczniejsze drogi Europy: Armagedon
0.00 Katastrofa w przestworzach: Wątpliwości – dok.

BBC EARTH

11.25 Wielkie archeologiczne odkrycia 2 – serial dokum.
12.25 Zielona planeta – serial dok.
13.35 Dynastie – serial dokum.
14.40 W okowach mrozu – dok.
15.40 Życie na pustkowiu: powroty – serial dokum.
16.40 Brytyjskie fabryki 10 – dok.
17.45 Wielkie archeologiczne odkrycia 2 – serial dokum.
18.45 Najpiękniejsze trasy spacerowe – serial dokum.
19.45 Juliusz Cezar: narodziny dyktatora – serial dokum.
20.55 Życie na pustkowiu: powroty – serial dokum.
21.55 W okowach mrozu – dok.
22.55 Brytyjskie fabryki 10 – dok.
0.00 Jak budowano imperia 5

WP

10.00 Hitler i zmierzch demokracji (2) – film dokum.
11.00 Porzucone budowle 8
12.00 Wariaci za kierownicą 2
13.00 Makłowicz w podróży
14.00 Pokochaj lub sprzedaj Vancouver 3: Lisa & Derek
16.50 Pogoda
17.00 Komisarz Cassandre: Zbrodnie w Alpach 7 (3)
19.00 Strażacy z sąsiedztwa 2
20.00 Policjanci z sąsiedztwa 2
21.55 Pogoda
22.05 Mistrzowie Kabaretu 5
23.05 Mistrzowie Kabaretu 16
0.05 Mistrzowie Kabaretu 12
1.05 Mistrzowie Kabaretu 3
2.00 Mistrzowie Kabaretu 11

NOWA TV

9.30 Całkiem nowe lata miodowe (9) – serial kom.
10.00 Miodowe lata (17) – kom.
10.30 Więzienie – serial dokum.
11.00 Poirot 6 – serial kryminalny
15.00 Świat według Bundych 4 (72-77) – serial komediowy
18.00 Całkiem nowe lata miodowe (6) – serial kom.
18.30 Miodowe lata (76, 73, 74) – serial kom., Pol. 1998-2001
21.00 Zdrady (106) – paradok., Pol.
22.00 Ślad (17, 18, 108) – krym., Pol.
1.00 Łowca pedofilów – dok.
3.00 TV okazje
3.50 Wehikuł czasu
4.00 Sala operacyjna
5.00 Pod lupą – magazyn

HGTV HOME & GARDEN

11.00 Zarobić na remoncie 6
11.31 Usterka 11 (5, 6) – fab.-dok.
13.00 Zbudujemy fajny dom
14.00 Zbudujemy fajny dom 2
15.00 Mieszkanie na miarę 2
16.00 Mieszkanie na miarę
17.00 Polowanie na ogród 8 – program rozrywkowy
18.10 Zgłoś remont 11 – pr. rozr.
19.05 Będzie pięknie – pr. rozr.
20.05 Dorota inspiruje
21.00 Dorota was urządzi! – rozr.
22.35 House Hunters – Poszukiwacze domów 8
0.05 House Hunters – Poszukiwacze domów 9
0.45 Kupujemy dom na plaży 25 – serial dokum.

TRAVEL CHANNEL

6.00 Nowe życie na Karaibach
8.05 COOL gadżet – pr. rozrywk.
9.10 Niezwykłe Stany Prokopa
10.10 Kobieta na krańcu świata – serial dokumentalny
12.30 Ciężarówką przez Stany
14.55 Smakuj świat z Pascalem
17.00 Wyścig dookoła smaku – reality show
19.00 Małżeństwo w dżungli – serial dokumentalny
21.05 Bimbownicy – serial dok.
23.10 Kobieta na krańcu świata – serial dokumentalny
0.55 Wyścig dookoła smaku – reality show
3.00 Bimbownicy – serial dok.
5.05 Człowiek kontra jedzenie

NATIONAL GEOGRAPHIC WILD

11.00 Dzikie miejsca Europy
12.00 Śmierć przychodzi po zmroku: Ciche miejsce – dok.
13.00 Przedziwna planeta Ziemia: Tarcza – serial dok.
14.00 Dzikie koty Tajlandii – dok.
15.00 Walki zwierząt
16.00 Zjednoczone Stany Zwierzęce
16.30 Zwierzęcy geniusze – dok.
17.00 Oko w oko z dziką naturą
18.00 Niezwykłe stworzenia Australii – dok., Wlk. Bryt.
19.00 Zwierzaki w amoku
20.00 Niszczycielskie żywioły
21.00 Niezwykły dr Pol
2.00 Sekretne życie ośmiornic: Metamorfozy

POLSAT VIASAT HISTORY

12.15 Militarny ranking
13.25 Ciemna strona starożytnej Grecji
14.35 Hitler i jego władza
15.45 Najgroźniejsi ludzie Hitlera: Albert Speer – dok.
16.35 W poszukiwaniu biblijnej prawdy (1) – dok., Wlk. Bryt.
17.50 Wojna światowa: 1914-1945
18.50 Militarny ranking
20.00 Kleopatra: tajemnicza władczyni
21.00 Adolf Hitler: Zrozumieć dyktatora
22.10 Przywódcy III Rzeszy
23.20 Zaginione miasta Biblii (1) – film dokum., Wielka Brytania

CANAL+ KUCHNIA

15.45 Włoska kuchnia Gino: Dla rodziny – serial dokum.
16.15 Sachie w Nowej Zelandii 2
16.40 Jamie Oliver: 5 składników po śródziemnomorsku – mag.
17.35 Luke Nguyen w Indiach
18.30 Jakubiak rozgryza Maltę
18.55 Nie tylko kimchi 2 – mag.
19.25 M jak mięso 3: Meksyk
19.50 M jak mięso 4: Turcja – dok.
20.15 Dzień dobry, obiad 2
21.15 Anthony Bourdain – miejsca nieznane 11
23.00 Bąbelki: historia szampana – dok., Wlk. Bryt.

CANAL+ DOMO HD

12.50 Gardeners' World 16
14.05 Cudotwórcy 7 – mag.
15.00 Kupcie sobie zamek! 2
15.55 Meblokreacje 5 – mag.
16.50 Gardeners' World 16
18.00 Ucieczka na wieś 25 – dok.
18.55 Wielkie projekty: Australia 10 – serial dokum.
20.00 Daleko od miasta 12 – dok.
21.00 Cudotwórcy 7 – mag.
22.00 Tomasz Pągowski. Remont u Ciebie 8 – mag.
22.30 Patent na zieleń – mag.
22.55 Daleko od miasta 14 – dok.
23.20 Zbudujemy ten dom 3
23.45 TkaniNOWE kreacje – mag.

SUPER POLSAT

10.30 SuperLudzie – serial dokum.
11.30 Świat według Kiepskich (361-364) – serial kom., Polska
13.30 Bitwa o palety
14.30 Hell's Kitchen – Piekielna Kuchnia 5 – reality show, Pol.
16.00 Ninja Warrior Polska
18.00 Świat według Kiepskich (463, 464, 502, 503) – kom.
20.00 Złomiarze – serial dokum.
21.00 Elizjum – dramat
FILM s.f., USA 2013
23.15 Pamięć absolutna – dramat
FILM s.f., USA/Kanada 2012
1.45 Świat według Kiepskich (87, 98, 442, 443) – kom., Pol.

TVP KOBIETA

14.30 Omnibus – szybcy i mądrzy – dogrywka
15.00 Piękno, zgłoś się!
15.30 Ojciec Mateusz 30 (383, 384) – serial kryminalny
17.25 Pieszo przez dziką Rumunię – dok., Austria
18.30 Gabi Drzewiecka zaprasza – talk-show
19.30 Miłość i nadzieja (263)
20.30 Wichrowe wzgórze (244)
21.30 La Promesa – pałac tajemnic (244) – serial obycz.
22.30 Baby boom, czyli Kogel
FILM Mogel 5 – komedia, Pol. 2024
0.10 Kocham Cię, Polsko! – rozr.

PLANETE+

12.35 Zebra. Gwiazda w paski
13.50 Wiatr. Niewidzialna siła
14.50 Krajobrazy świata – dok.
15.50 Niezwykłe podróże koleją 4 – serial dokum.
16.55 360° Świat bez granic
18.05 Na targach świata 2
18.45 Zdrajcy/Patrioci – dok.
19.45 Ołtarz pergamoński. Zrabowany zabytek – dok.
20.55 Oceń tego sprzedawcę. Terror pięciu gwiazdek
22.00 Kongo. Kraina zbrodni
23.10 Krótka historia miłości
0.20 Niezwykłe podróże koleją 5 – serial dokum.

TVP DOKUMENT

13.40 Kraina górskich szczytów i rzek – film dok., Niem. 2024
14.40 Zagadkowe życie ptaków miejskich (3) – film dokum.
15.55 Lily Serny sposoby na życie – film dokumentalny
17.00 W stronę sacrum: Droga
18.00 Sanatorium miłości
19.00 Marek Biliński – Życie jest muzyką – film dokumentalny
20.10 Tajemnice królewskiej posiadłości – dok., Wlk. Bryt.
21.05 Zabójcy planety: Przemysł mało – serial dokumentalny
22.10 Kennedy, Sinatra i mafia (2-ost.) – film dokum., Irlandia

▶ – godzina zakończenia programu O – tylko dla dorosłych

TVP SPORT

9.25 **Piłka nożna:** Turniej o Puchar Tymbarku w Warszawie **(live)**
11.55 **NBA Action**
12.25 **Koszykówka 3x3 :** MŚ – Warszawa – turniej kobiet i mężczyzn **(live)**
16.10 **Droga do mundialu 2026** – magazyn piłkarski
16.45 **Kamerą TVP Sport**
17.25 **Mundial. Teatr emocji**
18.25 **Koszykówka 3x3 kobiet:** Madagaskar – Holandia, Azerbejdżan – Polska **(live)**
19.20 **Koszykówka 3x3:** MŚ – Warszawa **(live)**



20.20 **Koszykówka 3x3:** MŚ – Warszawa 2026 – mecz: Madagaskar – Czechy, mecz: Holandia – Polska **(live)**
21.15 **Piłka nożna** – mecz towarzyski: Polska – Nigeria **(live)**
23.20 **Sportowy wieczór** – program informacyjny

EUROSPORT 1

9.45 **Tenis:** Turniej French Open w Paryżu – ćwierćfinał
10.30 **Tenis:** Turniej French Open w Paryżu – ćwierćfinał **(live)**
13.00 **Tenis:** Turniej French Open w Paryżu – ćwierćfinał **(live)**
15.00 **Tenis:** Turniej French Open w Paryżu – ćwierćfinał **(live)**
18.00 **Tenis:** Turniej French Open w Paryżu – ćwierćfinał
19.00 **Kolarstwo kobiet:** Giro d'Italia – 5. etap



20.00 **Tenis:** Turniej French Open w Paryżu – mecz ćwierćfinałowy gry pojedynczej **(live)**
23.30 **Tenis:** Turniej French Open w Paryżu – mecz ćwierćfinałowy gry pojedynczej
1.30 **Kolarstwo kobiet:** Giro d'Italia – 5. etap

POLSAT SPORT 1

5.15 **Siatkówka kobiet:** Liga Narodów – mecz: Belgia – Polska **(live)**
8.45 **Siatkówka kobiet:** Liga Narodów – mecz: Tajlandia – Serbia **(live)**
11.00 **Siatkówka kobiet:** Liga Narodów – mecz: Belgia – Polska
13.15 **Siatkówka kobiet:** Liga Narodów – mecz: Chiny – Czechy **(live)**
15.30 **Siatkówka kobiet:** Liga Narodów: Belgia – Polska
17.45 **Siatkówka kobiet:** Liga Narodów – mecz: Dominikana – Turcja **(live)**



20.35 **Piłka nożna** – mecz towarzyski: Holandia – Algieria **(live)**
23.00 **Siatkówka kobiet:** Liga Narodów: Belgia – Polska
0.45 **Siatkówka kobiet:** Liga Narodów – mecz: Brazylia – Holandia **(live)**
3.00 **Siatkówka kobiet:** Liga Narodów: Belgia – Polska

TVP ABC

9.30 **Domisie**
10.00 **Zagadki zwierzogromadki**
10.20 **Przygody Bolka i Lolka**
10.45 **Reksio**
11.05 **Małe i duże przygody Miffy**
11.35 **Stacyjkowo**
11.55 **Strażak Sam**
12.25 **Domisie**
13.00 **Cześć, czy mogę Cię zjeść?**
13.20 **Pszczółka Maja**
13.50 **Lupin wśród bajek**
14.05 **Lassie i przyjaciele**
14.45 **Yakari**
15.15 **Al-chemik**



15.35 **Bella i Sebastian**
16.05 **Krecio**
16.35 **Tygrysek Percy i jego opowieści**
17.05 **Dino Ranczo**
17.30 **Piotruś Królik 2**
18.00 **Nowe przygody Piotrusia Pana**
18.25 **Leo da Vinci**
19.00 **Tyciaki**

MINIMINI+

9.31 **Smerfy**
10.25 **Ciekawski George 6**
10.51 **Basia 2**
11.17 **Koci domek Gabi**
11.45 **Mush-Mush i Grzybaszki**
12.10 **Strażak Sam 16**
12.25 **Blaze i megamaszyny 2**
12.50 **Moje urodziny**
13.00 **Blaze i megamaszyny 2**
13.30 **Koci domek Gabi**
13.55 **Moje urodziny**
14.03 **Kicia Kocia**
14.22 **Cloudy & Stormy**
14.45 **Gazu, pieski, gazu! 2**
15.10 **Baranek Shaun**
15.36 **Jeżyk Happy**



15.55 **Mały Charlie**
16.05 **Mega Ekspres**
16.30 **Ciekawski George 7**
17.00 **Strażak Sam 16**
17.25 **Staś i fajna Babcia**
17.50 **Moje urodziny**
17.56 **Smerfy**
18.25 **Leśna rodzina: Pamiętnik Frei**
18.50 **Baczne oczka**

TVN 24

6.00 **Serwis informacyjny, Prognoza pogody**
7.30 **Rozmowa Piaseckiego** – program publicystyczny
8.00 **Serwis informacyjny, Prognoza pogody**
10.00 **Serwis informacyjny, Prognoza pogody**
11.00 **Serwis informacyjny, Prognoza pogody**
12.00 **Serwis informacyjny, Prognoza pogody**
14.00 **Serwis informacyjny, Prognoza pogody**
15.00 **15 na żywo** – magazyn informacyjny
16.00 **Fakty po południu**



18.00 **Tak jest** – pr. publicyst.
19.15 **Serwis informacyjny**
19.30 **Fakty po Faktach**
20.00 **Kropka nad i** – pr. publ.
20.30 **Czarno na białym**
21.00 **Polska i świat**
22.00 **Szkło kontaktowe**
23.00 **Dzień po dniu**
0.25 **Kroniki sportowe**
0.45 **Fakty po Faktach**

CANAL+ SPORT

6.00 **Piłka nożna:** PKO BP Ekstraklasa: Lech Poznań – Górnik Zabrze
8.25 **Premier League Stories** (3)
9.00 **Piłka nożna:** Liga hiszpańska
11.15 **Piłka nożna:** Liga hiszpańska
13.30 **8 wspaniałych** (2)
14.40 **Premier League Review**
15.45 **Piłka nożna:** Liga hiszpańska
18.00 **Premier League Review**
20.00 **Premier League Stories** (43)
20.35 **Champions Club**
22.15 **Premier League Review**
23.20 **Premier League Stories** (43)
0.00 **Boks:** Gala w El Paso
2.10 **Piłka nożna:** PKO BP Ekstraklasa: Legia – Arka

EUROSPORT 2

12.00 **Wspinaczka:** Zawody World Series w Madrycie
13.00 **Kolarstwo:** Giro d'Italia – podsumowanie
14.00 **Kolarstwo kobiet:** Giro d'Italia – 4. i 5.etap
18.00 **Kolarstwo górskie:** Zawody Pucharu Świata w Lo-udenvielle – zjazd mężczyzn
19.00 **Wspinaczka:** Zawody World Series w Madrycie
20.00 **Wspinaczka:** Zawody World Series w Madrycie
21.00 **Kolarstwo:** Giro d'Italia
22.00 **Discovery golf**
22.30 **Kolarstwo kobiet:** Giro d'Italia – 5. etap
0.00 **Wspinaczka:** Zawody World Series w Madrycie

POLSAT SPORT 2

10.00 **Lekkoatletyka:** Diamentowa Liga w Rabacie
12.30 **Piłka ręczna mężczyzn:** ORLEN Superliga – 2. finał: Industria Kielce – Wisła Płock
14.30 **Cafe Futbol**
16.00 **Koszykówka mężczyzn:** ORLEN Basket Liga – mecz półfinałowy fazy play-off
18.00 **Lekkoatletyka:** World Athletics Continental Tour Gold – Turku 2026 **(live)**
20.10 **Koszykówka mężczyzn:** ORLEN Basket Liga – półfinał fazy play-off **(live)**
22.15 **Siatkówka kobiet:** LN: Francja – Japonia **(live)**
0.30 **Magazyn Polskiego Sportu**

NICKELODEON

8.10 **Marsupilamki**
8.40 **Harmidom 5**
9.30 **Wylde Pak – zakręcona paka 2**
9.55 **Grzmotomocni: Tajniacy**
10.25 **Niebezpieczny Henryk 5**
11.20 **That Girl Lay Lay 2**
11.50 **Harmidom 4**
12.45 **Harmidom 3**
13.05 **SpongeBob Kanciastoporty 11**
14.30 **Harmidom**
15.30 **Smerfy**
16.00 **SpongeBob Kanciastoporty 9**
16.25 **SpongeBob Kanciastoporty 14**
16.40 **Patryk Rozgwiazda Show 4**

TELETOON+

8.20 **Kumple z dżungli – na ratunek!**
8.47 **Gadający Tom i przyjaciele 3**
9.25 **Dodo**
9.55 **Charlotte i trzy muszkieterki**
10.26 **Angelo rządzi**
10.52 **Siostry 2**
11.22 **Polly Pocket 6**
12.16 **Charlotte i trzy muszkieterki**
12.45 **Kumple z dżungli na ratunek! 3**
13.13 **Kumple z dżungli – na ratunek!**
13.39 **Polly Pocket 6**
14.22 **Dinuś i Lusia**
14.50 **Siostry 2**

TVP INFO

16.00 **Dzień w godzinę**
17.00 **Teleexpress**
17.15 **Teleexpress Extra**
17.35 **Panorama**
17.42 **Wykrywacz kłamstw**
18.00 **Panorama**
18.30 **Kontrapunkt**
19.00 **Kontrapunkt – Ring wolny**
19.30 **Program informacyjny 19.30**
20.18 **Bez trybu. Justyna Dobrosz-Oracz**
21.00 **Kwiatki polskie**
21.45 **Panorama**
22.10 **Oko na świat**
22.30 **Program informacyjny 19.30**
22.45 **112. Magazyn kryminalny**
23.00 **Panorama dnia**

CANAL+ SPORT 2

8.20 **Tenis:** Turniej WTA w Dosze – finał gry pojedynczej: K. Muchová – V. Mboko
10.45 **Tenis:** Turniej WTA w Dubaju – finał gry pojedynczej: Elina Switolina – Jessica Pegula
13.00 **Tenis:** Turniej WTA w Meridzie – finał: C. Bucsa – M. Fręch
16.00 **Tenis:** Turniej WTA w Indian Wells – finał gry pojedynczej: A. Sabalenka – J. Rybakina
19.30 **Tenis:** Turniej WTA w Miami: Magda Linette – Iga Świątek
22.20 **Tenis:** Turniej WTA w Miami – finał: A. Sabalenka – C. Gauff
1.30 **Piłka nożna:** PKO BP Ekstraklasa – mecz: Lech Poznań – Górnik Zabrze

ELEVEN SPORTS 1

6.00 **Magazyn sportowy**
6.30 **Magazyn sportowy**
7.00 **Magazyn sportowy**
7.30 **Magazyn sportowy**
8.00 **Piłka nożna:** Liga niemiecka
10.00 **Piłka nożna:** Liga hiszpańska
12.00 **Piłka nożna:** Liga włoska
14.00 **Piłka nożna:** Liga niemiecka
16.00 **Piłka nożna:** Liga włoska
18.00 **Piłka nożna:** Liga hiszpańska
20.00 **Magazyn sportowy**
20.40 **Formuła 1:** GP Kanady
22.40 **Magazyn sportowy**
23.20 **Magazyn sportowy**
0.00 **Piłka nożna:** Liga niemiecka
2.00 **Piłka nożna:** Liga włoska
4.00 **Magazyn sportowy**
4.30 **Magazyn sportowy**

POLSAT SPORT 3

8.30 **Piłka nożna z archiwum**
11.00 **Piłka nożna z archiwum**
13.00 **Motocyklowe Mistrzostwa Świata:** Grand Prix Włoch – podsumowanie
14.00 **Piłka nożna z archiwum**
16.45 **Siatkówka kobiet:** LN – mecz: Ukraina – USA **(live)**
19.50 **Piłka nożna:** Dania – Demokratyczna Republika Konga **(live)**
21.15 **Siatkówka kobiet:** LN: Włochy – Bułgaria **(live)**
23.30 **Siatkówka kobiet:** LN
2.00 **Sporty walki:** Babilon MMA 49 w Radomiu: Paweł Polityło – Błażej Majdan 22.11.2024

NICK JR.

8.20 **Pan Krokodyl**
8.45 **Barbapapa i jego rodzinka**
9.40 **Tim Rex wśród gwiazd 2**
9.55 **Tim Rex wśród gwiazd**
10.10 **Przygody Misia Paddingtona**
11.05 **Małe Królestwo Bena i Holly**
11.30 **Dora 2**
11.55 **Rubble i jego ekipa 2**
12.25 **Rubble i jego ekipa**
12.45 **Psi Patrol 2**
13.40 **Barbapapa i jego rodzinka**
14.35 **Zwierzęce zagadki**
15.05 **Rogata ekipa**
16.00 **Małe Królestwo Bena i Holly**
16.30 **Psi Patrol 5**

DISNEY JUNIOR

8.00 **Spidey i superkumple**
8.30 **Klub Myszki Miki Plus**
9.00 **Klub przyjaciół Myszki Miki**
10.00 **Blue 2**
11.00 **Superkoty 2**
11.30 **Psia Brygada**
12.00 **Jej Wysokość Zosia**
12.30 **Blue**
13.30 **Klub Myszki Miki Plus**
14.00 **Superkoty**
15.00 **Iron Man i super ekipa**
15.30 **Spidey i superkumple**
16.00 **Blue**
17.00 **Klub Myszki Miki Plus**
17.30 **Jej Wysokość Zosia**
18.00 **Spidey i superkumple**
18.30 **Iron Man i super ekipa**

POLSAT NEWS

8.00 **Nowy dzień**
10.00 **W rytmie dnia**
12.50 **Wydarzenia 12:50**
13.30 **W rytmie dnia**
15.30 **Sport**
15.50 **Wydarzenia 15:50**
16.10 **Więcej „Wydarzeń"**
16.30 **Punkt widzenia Jankowskiego**
18.00 **Punkt widzenia Szubartowicza**
19.15 **Gość „Wydarzeń"**
19.50 **Debata Gozdyry**
21.50 **Wydarzenia wieczorne**
22.30 **Dzień na świecie**
23.30 **Obraz dnia**
0.00 **Punkt widzenia Jankowskiego**

CANAL+ SPORT 5

10.00 **Magazyn Metalkas 2. Ekstraliga**
11.00 **Żużel:** Metalkas 2. Ekstraliga: INNPRO ROW Rybnik – Wilki
14.00 **Żużel:** Metalkas 2. Ekstraliga: Stal Rzeszów – Abramczyk Polonia Bydgoszcz
17.00 **Żużel:** PGE Ekstraliga – mecz: KS Toruń – Gezet Stal Gorzów
20.00 **Żużel:** PGE Ekstraliga – mecz: Falubaz – FOGO Unia Leszno
22.45 **Boks:** Gala w El Paso – waga lekka: S. Han – H. Holm
23.50 **Piłka nożna:** PKO BP Ekstraklasa – mecz: Lech Poznań – Górnik Zabrze

ELEVEN SPORTS 2

9.00 **Magazyn sportowy**
9.30 **Magazyn sportowy**
10.00 **Formuła 1**
12.00 **Piłka nożna:** Liga niemiecka
14.00 **Piłka nożna:** Liga włoska
16.00 **Piłka nożna:** Liga niemiecka
18.00 **Magazyn sportowy**
18.30 **Magazyn sportowy**
19.00 **Piłka nożna:** Liga włoska
21.00 **Piłka nożna:** Liga hiszpańska
23.00 **Magazyn sportowy**
23.30 **Magazyn sportowy**
0.00 **Piłka nożna:** Liga francuska
2.00 **Magazyn sportowy**
2.30 **Magazyn sportowy**
3.00 **Magazyn sportowy**

POLSAT PLAY

6.00 **Dorwać tuńczyka**
9.00 **Wojny magazynowe**
10.00 **Wojny kontenerowe**
11.00 **Hardkorowy lombard**
14.00 **Polacy za granicą**
16.00 **Złomiarze**
18.05 **Poszukiwacze historii** – serial dokumentalny
20.00 **Zawód glina** – serial dokumentalny
21.00 **Złomiarze** – serial dokumentalny
22.00 **Więzienie**
22.35 **Łowca pedofilów**
23.05 **Więzienie**
4.00 **Starożytni kosmici**

TVN TURBO

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

TVS

16.50 **Wydział kryminalny Kitzbühel**
17.50 **Doktor z alpejskiej wioski – nowy rozdział**
18.50 **Doktor Kleist – lekarz rodzinny**
19.50 Kino TVS: **Rosamunde**
FILM **Pilcher: Po burzy nadchodzi miłość** – film obyczajowy, Niemcy 2019
21.50 Kino TVS: **Rosamunde**
FILM **Pilcher – Jeden doktor i trzy kobiety** – melodramat, Niemcy/Wielka Brytania 2016
23.35 **Doktor z alpejskiej wioski – nowy rozdział**

TV TRWAM

16.10 **Na zdrowie**
16.30 **Rozmowy o edukacji**
16.50 **Muzyczne chwile**
17.00 **Po stronie prawdy**
18.05 **Informacje dnia**
18.15 **Rozmowy niedokończone**
19.20 **Odnaleźć siebie**
19.30 **Bóg z nami**
20.00 **Informacje dnia**
20.20 **Różaniec**
20.50 **Myśląc Ojczyzna**
21.00 **Apel Jasnogórski**
21.20 **Informacje dnia**
21.40 **Polski punkt widzenia**
22.00 **Przetrwaliśmy**
22.30 **IV rozbiór Polski**

DVB T DVB T2 – stacje dostępne w naziemnej telewizji cyfrowej

63. KFPP W OPOLU • DEBIUTY I SUPERJEDYNKI

To święto polskiej piosenki!



W tym roku Anna Wyszkoni będzie świętować w Opolu jubileusz 30-lecia pracy artystycznej!



W „Debiutach" zobaczymy m.in. Maję Oleśków – zwycięzczynię „Szansy na sukces".

W czwartek 4 czerwca rozpoczyna się Festiwal Polskiej Piosenki w Opolu, który potrwa do niedzieli 7 czerwca. Pierwszego dnia odbędą się „Debiuty", „SuperJedynki" oraz jubileusz Anny Wyszkoni!

63. KFPP W OPOLU CZ 4.06 godz. 20.00 TVP 1

Kiedy spojrzymy na historię Krajowego Festiwalu Polskiej Piosenki w Opolu, widać wyraźnie, że w błyskawicznie zmieniającym się świecie jest to jeden z najbardziej trwałych elementów naszego kulturalnego krajobrazu. Jego pierwsza edycja odbyła się w 1963 roku i od tej pory tylko raz został odwołany. Miało to miejsce w 1982 roku z powodu wprowadzenia stanu wojennego. Poza tym jednym wyjątkiem każdego roku, mimo różnych okoliczności i wydarzeń, festiwal i relacjonująca go telewizyjna Jedynka zapraszają wielbicieli polskiej piosenki do Opola na weekend pełen muzyki. Tak będzie i w tym roku.

Debiutanci i gwiazdy

W ubiegłym roku koncert „Debiuty" wygrał Daniel Godson z piosenką „Czuję, więc jestem". Festiwal w Opolu był dla niego prawdziwą trampoliną do sukcesu, bo już w tym roku młody wokalista wydał swój pierwszy album i ruszył w trasę koncertową. Pojawi się również dziś na scenie. Czy w jego ślady pójdą tegoroczni debiutanci? Wśród nich zobaczymy m.in. dwie laureatki „Szansy na sukces", czyli Małgorzatę Boć, która wygrała w jesiennej edycji programu, oraz Maję Oleśków – zwycięzczynię wiosennej edycji. Obok młodych wokalistów na scenie wystąpią również: Doda, Natalia Przybysz, Anna Maria Jopek, Kamil Bednarek, Sławek Uniatowski, Natalia Szroeder, Antek i Kuba Sojka (synowie zmarłego Stanisława Sojki), a także zdobywca nagrody publiczności na ubiegłorocznym koncercie „Debiuty" – Stasiek Kukulski. Zaśpiewają utwory w hołdzie Magdzie Umer i Michałowi Urbaniakowi.

W przerwie między głosowaniem wystąpi Anna Wyszkoni, która w tym roku obchodzi 30-lecie pracy artystycznej. Piosenkarka debiutowała w 1996 roku z zespołem Łzy, a od 2009 roku z powodzeniem rozwija karierę solową. Jak sama mówi, Opole to dla niej szczególne miejsce i dlatego swój jubileusz zapragnęła świętować właśnie tu. Zaśpiewa swoje największe przeboje. Nie zabraknie też wspaniałych gości, którzy sprawią, że ta piękna rocznica na długo pozostanie w pamięci publiczności.

Rockowy gigant, czyli zespół Luxtorpeda otrzyma nagrodę SuperJedynki.

SuperJedynki!

Po przerwie, o godzinie 21.55, rozpocznie się wielki koncert „SuperJedynki"! Pierwszy raz nagrody te wręczono w 2000 roku. Triumfowała wówczas Kayah, która odebrała statuetkę w kategorii najlepsza wokalistka, a trzy kolejne – razem z Goranem Bregoviciem – za przebój roku, najlepszą płytę popową i najlepszy teledysk. Od tego czasu minęło ponad ćwierć wieku. Od dwóch lat SuperJedynki trafiają do rąk artystów za całokształt ich twórczości. Wśród tegorocznych laureatów znajdą się m.in. Ralph Kaminski, Natalia Kukulska, Afromental, Renata Przemyk, Dżem, Kombii, Luxtorpeda, Nocny Kochanek oraz Majka Jeżowska.

Co nas czeka w kolejne dni festiwalu? W piątek 5 czerwca zobaczymy „Premiery" i „Hip-hop. Jedno podwórko 2", a w sobotę 6 czerwca – show „Autobiografia – Jubileusz Bogdana Olewicza" oraz „Kabaret Neo-Nówka. 25-lecie". W niedzielę 7 czerwca Opole zaprasza na koncert „45 lat – Jubileusz Lady Pank" i na koniec – na widowisko „Kiedy mnie już nie będzie. W hołdzie Magdzie Umer i Agnieszce Osieckiej". **MJ**

FOT. AKPA (2), Reporter



KOLAGENCITO

- wspieraj odbudowę organizmu!

Niedobór kolagenu może objawiać się na wiele sposobów. Zmarszczki, matowe i wiotkie włosy, łamliwe paznokcie, cellulit, opadające powieki i policzki, dyskomfort łokci, kolan, bioder, karku, szyi, kręgosłupa, łydek, ścięgien, mięśni i wiązadeł, a także kontuzje i wolniejsza rekonwalescencja - to tylko niektóre z nich. Brak odpowiedniego poziomu kolagenu może również prowadzić do trudności trawiennych, chronicznego zmęczenia, a nawet problemów z układem krążenia. Odbudowę organizmu warto regularnie wspomagać wysokiej jakości, dobroczynnym KolagenCito (ssać dziennie do 3 pastylek)!

Unikatowy KolagenCito niemieckiej firmy Reutter powstał dzięki bogatemu doświadczeniu jej ekspertów i niepowtarzalnym, wysokiej jakości procesom produkcyjnym. KolagenCito jest produktem opatentowanym i masz pewność, że ten produkt jest oryginalny i pochodzi od doświadczonej firmy Reutter. Marka Reutter jest znana od ponad 100 lat!

Z KolagenCito staraj się spowalniać oznaki starzenia i wspomagaj jednocześnie swoje samopoczucie oraz kondycję.

Kupisz w aptekach i sklepach zielarskich w korzystnej cenie ok. 44 zł.

TVP 1

5.20 **Złoty chłopak** (304) – serial obyczajowy, Turcja 2022
6.10 **Akacjowa 38** (872) – telenowela, Hiszpania 2015
6.45 **Ciebie Boga wysławiamy – jednym góralskim sercem i głosem** – program muzyczny, Polska 2025
7.00 **Transmisja mszy świętej z Sanktuarium Matki Bożej na Jasnej Górze**
8.00 **Serwis Info** – program informacyjny, Polska
8.10 **Pogoda Info**
8.15 **Czterdziestolatek** (4): Portret, czyli jak być kochanym – serial obyczajowy, Polska 1974
9.10 **Ranczo 4** (47): W samo popołudnie – serial obyczajowy, Polska 2009
10.10 **Komisarz Alex 5** (56): Tajemnica spowiedzi – serial kryminalny, Polska 2014
11.00 **Transmisja mszy świętej z bazyliki pw. Trójcy Przenajświętszej w Myszyńcu**
13.00 Natura w Jedynce: **Honk – opowieść o pewnym gąsiorze** – film dokumentalny, USA 2022, reż. Cheryl Allison
14.00 **Złoty chłopak** (305) – serial obyczajowy, Turcja 2022
15.00 **Serwis Info** – program informacyjny, Polska
15.10 **Pogoda Info**
15.25 **Gra słów. Krzyżówka** – teleturniej, Polska 2019-2026
16.00 **Dziedzictwo** (938) – serial obyczajowy, Turcja 2020
17.00 **Teleexpress, Pogoda**
17.25 **Jaka to melodia?** – teleturniej muzyczny
18.05 **Reporterzy** – magazyn reporterów
18.25 **Akacjowa 38** (883) – telenowela, Hiszpania 2015 Dręczony wyrzutami sumienia Samuel zawozi Blancę do Diega. Leonor i Inigo planują podróż. **65 min**
19.30 **Program informacyjny 19.30**
19.40 **Pytanie dnia** – program publicystyczny, Polska 2026



20.00 KONCERT
63. KFPP w Opolu – Debiuty
Wydarzenie, które od lat otwiera drzwi do kariery w przemyśle muzycznym. Swoje piosenki zaprezentuje dziesięcioro wykonawców, m.in. Sara Girgis (zdj.), Martyna Baranowska, Karolina Charko, Michał Grobelny, Małgorzata Boć oraz Maja Oleśków. **115 min**



21.55 KONCERT
63. KFPP w Opolu – Superjedynki
W słynnym amfiteatrze zaprezentują się gwiazdy polskiej muzyki. Artyści wykonają swoje najpopularniejsze przeboje. Wystąpią m.in. Majka Jeżowska (zdj.), Dżem, Afromental, Luxtorpeda, Nocny Kochanek, Kombii, a także Natalia Kukulska, Ralph Kaminski i Renata Przemyk. **115 min**

20 20.00 **63. KFPP w Opolu – Debiuty** – koncert, Polska 2026 (patrz obok) Gościnnie wystąpią m.in. Doda, Sławek Uniatowski, Anna Maria Jopek oraz Kamil Bednarek. **115 min**
21.55 **63. KFPP w Opolu – Superjedynki** – koncert, Polska 2026 (patrz obok)
23.50 **Z biegiem lat, z biegiem dni** (1, 2) – serial obycz., Polska 1980 (patrz obok)
2.35 **Powrót** (6-ost.) – serial komediowy, Polska 2022
3.25 **Wykrywacz kłamstw** – pr. publ., Polska 2025-2026
3.40 **Pytanie dnia** – program publicystyczny, Polska 2026
4.05 **Reporterzy** – mag.
4.15 **Oko na świat** – magazyn, Polska 2024-2026
4.40 **Notacje** – cykl dokumentalny, Polska 2007



23.50 OBYCZAJOWY
Z biegiem lat, z biegiem dni (1, 2)
Aniela (Anna Polony, zdj.) mieszka u siostry Janiny i jej męża. Kobiety postanawiają urządzić wieczorek z tańcami. Przyjęcie przeradza się w pasmo nieporozumień i skandali. **165 min**

TVP 2

5.30 FILM **Bernadetta. Cud w Lourdes** – dramat biograficzny, Francja 2011, reż. Jean Sagols Rok 1858. Skromnej czternastolatce (Katia Miran) objawia się Matka Boska. Wiele osób bierze to za sygnał obłąkania. Jednak do Lourdes zaczynają przybywać pielgrzymi i dochodzi do uzdrowień. **120 min**
7.30 **Pytanie na śniadanie – pobudka** – magazyn, Polska 2026
7.55 **Pytanie na śniadanie**
11.30 **Rodzinka.pl** (3) – serial komediowy, Polska 2011
12.00 **Wierzę w Ciebie**
FILM – dramat biograficzny, USA 2020, reż. Jon Erwin Muzyk Jeremy (KJ Apa) nawiązuje znajomość z gwiazdą chrześcijańskiego rocka. Jego mentor upatrzył sobie muzę w sympatycznej Melissie (Britt Robertson). Jeremy postanawia zdobyć jej serce. **120 min**
14.00 **Familiada** – teleturniej
14.35 **Koło fortuny** – teleturniej, Polska 2024
15.15 **Szansa na sukces. Opole 2026 2** (2): Mietek Szcześniak – widowisko, Polska 2026 Wokalistów oceniać będzie tym razem zdobywca Bursztynowego Słowika i trzykrotny laureat Fryderyków Mietek Szcześniak. Ma on na koncie wiele przebojów i imponujących duetów. **65 min**
16.20 **Tak to leciało!** – teleturniej muzyczny, Polska 2025
17.20 **Panna młoda** (114) – serial obyczajowy, Turcja 2024 Fadime upomina Meliha za poufałość wobec Sinem. Gülsüm i Beyza dodają „cudowny" środek do maści Cihana. Wkrótce mężczyzna dostaje wysokiej gorączki. **55 min**
18.15 **Va banque** – teleturniej, Polska
18.50 **Jeden z dziesięciu** – teleturniej
19.25 **Barwy szczęścia** (3327) – serial obyczajowy, Pol. 2026
19.55 **Domowe patenty 2** – mag. poradnikowy, Pol. 2026



20.05 MELODRAMAT
Dla Ciebie wszystko
Dawson (James Marsden, zdj.) przyjeżdża w rodzinne strony na pogrzeb tragicznie zmarłego przyjaciela, którego uważał za ojca. Odnawia relacje z Amandą (Michelle Monaghan, zdj.), swoją dawną miłością. Uświadamiają sobie, że wciąż wiele ich łączy. **120 min**



22.05 OBYCZAJOWY
Daleko od szosy (1)
Leszek Górecki (Krzysztof Stroiński, zdj.), mieszkaniec wsi, podczas zabawy w remizie poznaje Bronkę. Niebawem nawiązuje się pomiędzy nimi nić sympatii. Jednak chłopak, który nie chce spędzić całego swojego życia na pracy w gospodarstwie, postanawia wyjechać na Śląsk. **90 min**

20.05 **Dla Ciebie wszystko**
FILM – melodramat, USA 2014, reż. Michael Hoffman, wyk. Michelle Monaghan, James Marsden, Luke Bracey, Liana Liberato (patrz obok)
22.05 **Daleko od szosy** (1): Szpaki – serial obyczajowy, Polska 1976, reż. Zbigniew Chmielewski, wyk. Krzysztof Stroiński, Irena Szewczyk (patrz obok)
23.35 **Księżniczka na Manhattanie** – komedia romantyczna, Kanada/USA 2022, reż. John Bradshaw, wyk. Emily Alatalo, Ryan Bruce, AnnaMaria Demara (patrz obok)
1.10 **Kruk. Szepty słychać po zmroku** (1, 2) – serial kryminalny, Polska 2018, wyk. Michał Żurawski, Cezary Łukaszewicz
3.10 **Akacjowa 38** – telen., Hiszp.



23.35 KOMEDIA
Księżniczka na Manhattanie
W dniu 35. urodzin Lexi (Emily Alatalo, zdj.) dowiaduje się, że musi porzucić dotychczasowe życie w Nowym Jorku. Ma 2 tygodnie na to, aby przygotować się do bycia... księżniczką. **95 min**

POLSAT

4.40 **Disco Gramy** – program muzyczny, Polska 2026
5.25 **Telezakupy TV Okazje**
6.00 **Nowy dzień z Polsat News** – program informacyjny
7.25 **Trolle 2** – film animowany,
FILM USA 2020, reż. Walt Dohrn
Poppy z rozśpiewanego królestwa wyrusza do krain, gdzie mieszkają trolle uwielbiające inną muzykę. Stawia czoło Barb. **105 min**
9.10 **Detektyw Bruno**
FILM – komedia, Polska 2022, reż. Magdalena Nieć Ośmioletni miłośnik zagadek (Iwo Rajski) mieszka w rodzinnym domu dziecka. W dniu urodzin znajduje wskazówkę prowadzącą do ostatniego ukrytego prezentu. W poszukiwaniach pomaga mu ulubiony serialowy detektyw (Piotr Głowacki). **145 min**
11.35 **Madagaskar 2**
FILM – film animowany, USA 2008, reż. Eric Darnell (patrz obok)
13.30 **Maska Zorro** – film
FILM przygodowy, USA/Meksyk 1998, reż. Martin Campbell, wyk. Antonio Banderas, Anthony Hopkins, Catherine Zeta-Jones, Stuart Wilson (patrz obok)
16.25 **Skołowani**
FILM – komedia romantyczna, Polska 2023, reż. Jan Macierewicz Podrywacz Maks (Michał Czernecki) zostaje wzięty za osobę z niepełnosprawnością. Nie prostuje pomyłki. Wkrótce ulega urokowi Julii (Agnieszka Grochowska), która porusza się na wózku. Zaczynają się spotykać, co prowadzi do zabawnych sytuacji. Mężczyzna nie chce przyznać się do kłamstwa, chociaż namawia go do tego przyjaciel (Marcin Perchuć). **145 min**
18.50 **Wydarzenia**
19.20 **Gość „Wydarzeń"** – program publicystyczny
19.30 **Sport, Pogoda**
19.55 **Milionerzy** – teleturniej, Polska 2026



11.35 ANIMOWANY
Madagaskar 2
Lew Alex, zebra Marty, żyrafa Melman oraz hipopotamica Gloria próbują wrócić do zoo. Samolot, którym lecą razem z pingwinami, ulega jednak awarii. Załoga musi awaryjnie lądować w samym sercu Afryki. Zwierzęta poznają tam swoich krewniaków, żyjących w dziczy. **115 min**



13.30 PRZYGODOWY
Maska Zorro
Kalifornia, XIX w. Don Diego de la Vega, zwany Zorro (Anthony Hopkins), po 20 latach wychodzi z więzienia. Szuka swojego następcy. Zostaje nim sprytny złodziejaszek Alejandro Murrieta (Antonio Banderas, zdj.), który wkrótce zakochuje się w córce gubernatora (Catherine Zeta-Jones), odwiecznego wroga swojego mentora. **175 min**

20.35 **Pokojówka na Manhattanie** – komedia romantyczna, USA 2002, reż. Wayne Wang, wyk. Jennifer Lopez, Ralph Fiennes, Natasha Richardson, Stanley Tucci (patrz obok) Film zainspirowany prawdziwą historią syna gubernatora Nowego Jorku Nelsona Rockefellera, który w 1959 roku poślubił pracownicę rodzinnej rezydencji. **135 min**
22.50 **Koniec świata, czyli kogel-mogel 4** – komedia obyczajowa, Polska 2022, reż. Anna Wieczur Kontynuacja zabawnych perypetii mieszkańców wsi Brzózki – bohaterów popularnych komedii z lat 80. **125 min**
0.55 **Azyl** – thriller, USA 2002, reż. David Fincher
3.20 **Nasz nowy dom** (357) – reality show, Polska 2025



20.35 KOMEDIA
Pokojówka na Manhattanie
Polityk Chris (Ralph Fiennes, zdj.) ulega urokowi poznanej w nowojorskim hotelu Marisy (Jennifer Lopez, zdj.). Nie wie, że pracuje tam ona jako pokojówka. Kobieta nie prostuje pomyłki. **135 min**

▶ – godzina zakończenia programu
PREMIERA – pierwszy raz w telewizji

TVN

5.40 Uwaga! – magazyn reporterów

5.55 Ukryta prawda (1658) – serial paradokumentalny, Polska 2024
Adam powoduje wypadek. Ukrywa się przed policją, a cała złość opinii publicznej skupia się na jego rodzinie, w tym siostrze. Kobieta znajduje pomoc u sąsiada. **55 min**

6.50 Kuchenne rewolucje (7) – program rozrywk., Pol. 2024

7.45 Dzień Dobry TVN – magazyn

11.20 Doradca smaku (1) – magazyn kulinarny, Polska 2026

11.25 Kuchenne rewolucje (4) – program rozrywkowy, Pol.
Restauracja Gościnna Ukrainka w Wejherowie miała być spełnieniem marzeń Tatiany o własnym biznesie. W menu są takie dania jak czebureki czy sałatka z krabem. Problemem jest brak klientów. **135 min**

13.40 Ukryta prawda (1633, 1634) – serial paradokumentalny, Polska 2024
Mieszkająca samotnie Anita ma cukrzycę. Pewnego razu traci przytomność. Na miejscu pojawia się pogotowie. Kobieta zastanawia się, kto je wezwał. W kręgu podejrzanych jest stalker Leszek. **125 min**

15.45 Młode gliny (5, 6) – serial kryminalny, Polska 2026 (patrz obok)

17.55 Detektywi (311) – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2026
Narzeczony Malwiny nie zjawia się na uroczystym obiedzie zaręczynowym. W mieszkaniu zaginionego śledczy znajdują jego rannego kolegę, który twierdzi, że doszło do uprowadzenia. **65 min**

19.00 Fakty

19.30 Sport

19.35 Raport Roland Garros (12) – program sportowy, Polska 2026

19.40 Pogoda

19.50 Uwaga! – magazyn reporterów



15.45 KRYMINALNY

Młode gliny (5, 6)
W parku zostaje znaleziona pobita dziewczyna. Policja podejrzewa, że ofiara była związana z Domem Meduzy – miejscem schronienia dla kobiet, których zawiodły instytucje. Agata (Zofia Zborowska, zdj.) rozpoczyna śledztwo pod przykrywką, udając ofiarę przemocy. **130 min**



20.00 KOMEDIA

Podatek od miłości
Ambitna urzędniczka skarbówki Klara (Aleksandra Domańska) gromadzi dowody przeciwko podejrzanemu o oszustwa podatkowe Marianowi (Grzegorz Damięcki, zdj.). Okazuje się on jednak lekkoduchem o złotym sercu. Relacja tych dwojga wkrótce niespodziewanie się zacieśnia. **135 min**

20.00 Podatek od miłości
FILM – komedia romantyczna, Polska 2018, reż. Bartłomiej Ignaciuk, wyk. Aleksandra Domańska, Grzegorz Damięcki, Roma Gąsiorowska, Michał Czernecki (patrz obok)

22.15 Plan B – komediodramat, FILM Polska 2018, reż. Kinga Dębska, wyk. Kinga Preis, Marcin Dorociński, Edyta Olszówka, Roma Gąsiorowska (patrz obok)

23.55 Miłość wysokich lotów
FILM – dramat obyczajowy, Kanada 2021, reż. Christie Will Wolf

1.40 Szpital św. Anny (105) – serial obyczajowy, Polska 2026

2.45 Uwaga! – mag. reporterów

3.00 CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 12 (16, 17) – serial kryminalny, USA 2012

5.00 Nauka jazdy 5 (24) – pr. rozrywk., Polska 2022



22.15 KOMEDIODRAM.

Plan B
Zbliża się święto zakochanych. Cztery osoby konfrontują się z nagłymi zmianami w życiu. Od Natalii (Kinga Preis, zdj.) odchodzi mąż. Z kolei kochanek Agnieszki (Edyta Olszówka) ginie w wypadku. **100 min**

TV PULS

5.35 Powrót Różowej Pantery
FILM – komedia, Wielka Brytania/USA 1975, reż. Blake Edwards

7.45 Strażacki pies
FILM – film familijny, USA/Kanada 2007, reż. Todd Holland
Irlandzki terier Rexxx w czasie zdjęć do kolejnego filmu wypada z samolotu. Znajduje go nastoletni Shane. Pies zaczyna służbę u strażaków. **125 min**

9.50 Mia i biały lew
FILM – film przygodowy, Francja/Niemcy/RPA 2018, reż. Gilles de Maistre
Dziesięcioletnia Mia (Daniah De Villiers) przenosi się z Londynu do RPA. Zaprzyjaźnia się z lwiątkiem o białym umaszczeniu. Jej bliscy obawiają się jednak, że zwierzę może stanowić zagrożenie. **120 min**

11.50 Matylda – komedia, USA
FILM 1996, reż. Danny DeVito
Urocza Matylda (Mara Wilson) jest niezwykle rezolutna i bystra. Bardzo wcześnie zostaje wysłana do szkoły, którą kieruje surowa Agatha Trunchbull (Pam Ferris). Dziewczynka odkrywa, że ma nadprzyrodzoną moc. **120 min**

13.50 Krokodyl Dundee
FILM – komedia przygodowa, Australia 1986, reż. Peter Faiman
Ambitna dziennikarka przeprowadza wywiad z Australijczykiem, który stoczył pojedynek z krokodylem. Namawia go na wyjazd do USA. **120 min**

15.50 Krokodyl Dundee 2
FILM – komedia przygodowa, USA/Australia 1988, reż. John Cornell
Były mąż Sue (Linda Kozlowski) ginie z rąk przemytników. Mafia wydaje też wyrok na nią. Michael (Paul Hogan) ukrywa ukochaną w buszu. Ścigają ich gangsterzy. **130 min**

18.00 Wasabi: Hubert zawodowiec – film
FILM sensacyjny, Francja/Japonia 2001, reż. Gérard Krawczyk, wyk. Jean Reno, Ryoko Hirosue, Michel Muller, Carole Bouquet (patrz obok)

20.00 Robin Hood: Początek
FILM – film przygodowy, USA/Hongkong/Chorwacja 2018, reż. Otto Bathurst, wyk. Taron Egerton, Jamie Foxx, Ben Mendelsohn, Eve Hewson (patrz obok)
Odtwórca tytułowej roli, Taron Egerton, w jednym z wywiadów przyznał, że boi się jeździć konno, dlatego też w filmie często wspierali go kaskaderzy. **135 min**

22.15 Ostatni legion
FILM – dramat historyczny, Francja/Słowacja/Wielka Brytania 2007, reż. Doug Lefler, wyk. Colin Firth, Ben Kingsley, Aishwarya Rai, Peter Mullan (patrz obok)

0.20 Władcy ognia – film s.f.,
FILM USA/Irlandia/Wielka Brytania 2002, reż. Rob Bowman

2.25 Zobacz to!



18.00 SENSACYJNY

Wasabi: Hubert zawodowiec
Francuski policjant Hubert Fiorentini (Jean Reno, zdj.) jedzie do Japonii na pogrzeb byłej kochanki. Na miejscu odkrywa, że ma nastoletnią córkę (Ryoko Hirosue, zdj.). Jak się niebawem okazuje, jej matkę zabito. Stróż prawa rozpoczyna prywatne śledztwo. **120 min**



20.00 PRZYGODOWY

Robin Hood: Początek
Robin z Loxley (Taron Egerton, zdj.) powraca z wyprawy krzyżowej. Dowiaduje się, że jego ukochana (Eve Hewson) wyszła za mąż, a rodzinny zamek i ziemie przejęto. Stoi za tym szeryf z Nottingham (Ben Mendelsohn). Rycerz zaczyna walczyć o sprawiedliwość. Zyskuje sojuszników. **135 min**



22.15 DRAMAT HIST.

Ostatni legion
Starożytny Rzym. Nastoletni cesarz Romulus (Thomas Sangster, zdj.) jest więziony przez rebeliantów. Legionista Aurelius (Colin Firth) pomaga mu uciec. Władca chce odbudować potęgę kraju. **125 min**

TVN 7

5.20 Ten moment (29) – serial paradokumentalny, Polska 2015-2016

5.55 Szkoła (698-700) – serial paradokumentalny, Polska 2019

8.50 Ukryta prawda (1311, 1392, 1393) – serial paradokumentalny, Polska
Policjantka Patrycja wychowuje córkę, która sprawia coraz większe problemy. Funkcjonariuszka opowiada o kłopotach przyjaciółce. Jej syn proponuje nastolatce, w której się podkochuje, że pomoże jej w nauce. **170 min**

11.40 W-11 – Wydział Śledczy (1020-1022) – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2013
Na terenie akademika zostaje zamordowany student. Policjanci podejrzewają partnerkę, która odkryła jego zdrady. Okazuje się, że student spędził niedawno noc ze znacznie starszą kobietą. **125 min**

13.45 Tom i Jerry – film familijny,
FILM USA/Wielka Brytania/Francja 2021, reż. Tim Story, wyk. Chloë Grace Moretz, Michael Pena, Jordan Bolger, Rob Delaney (patrz obok)
Pierwsza kinowa produkcja o przygodach słynnych antagonistów, zrealizowana po śmierci Williama Hanny oraz Josepha Barbery. To połączenie tradycyjnej animacji i kina akcji z udziałem aktorów. **125 min**

15.50 Rozumiemy się bez słów
FILM – komedia, Francja/Belgia 2014, reż. Eric Lartigau
Obdarzona talentem muzycznym nastoletnia Paula (Louane Emera) jest jedyną słyszącą osobą w rodzinie. Dziewczyna musi dokonać trudnego życiowego wyboru. **125 min**

17.55 Dzieciak rządzi – film
FILM animowany, USA 2017, reż. Tom McGrath (patrz obok)
Pełna nawiązań do klasyki animacja twórców „Madagaskaru". W polskiej wersji językowej głosu postaciom użyczyli m.in. Krzysztof Banaszyk i Waldemar Barwiński. **125 min**

20.00 Fokus – komedia
FILM kryminalna, USA/Argentyna 2015, reż. Glenn Ficarra, wyk. Will Smith, Margot Robbie, Adrian Martinez, Gerald McRaney (patrz obok)

22.20 Każdy wie lepiej
FILM – komedia, Polska 2021, reż. Michał Rogalski

0.35 Ci, którzy życzą mi
FILM **śmierci** – thriller, Kanada/USA 2021, reż. Taylor Sheridan
Strażaczka Hannah (Angelina Jolie) z wieży obserwacyjnej zauważa rannego dwunastolatka. Tropem dziecka podążają przestępcy. **125 min**

2.40 Żyjąc z potworem 8 (3) – serial dok., USA 2020

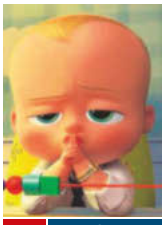
3.35 Fachowcy (17) – serial paradok., Pol. 2017

4.15 Dorota was urządzi! (6) – program rozrywkowy, Polska 2016 ▶ **4.55**



13.45 FAMILIJNY

Tom i Jerry
Mysz Jerry zamieszkuje w jednym z najlepszych hoteli w Nowym Jorku. Pracująca tam Kayla (Chloe Grace Moretz) dostaje polecenie pozbycia się nieproszonego gościa. Zatrudnia do pomocy kota. Wkrótce cała trójka jednoczy się w walce ze wspólnym wrogiem. **125 min**



17.55 ANIMOWANY

Dzieciak rządzi
Timowi rodzi się braciszek. Maluch jest dość nietypowym dzieckiem. Nosi garnitur, teczkę, zachowaniem przypomina biznesmena i przedstawia się jako Szef. Między chłopcami zaczyna się rywalizacja. Sytuacja jednak ulega zmianie, gdy okazuje się, że będą musieli połączyć siły, by uratować bliskich oraz świat. **125 min**



20.00 KOM. KRYM.

Fokus
Wyrachowany oszust Nicky (Will Smith, zdj.) organizuje kolejny przekręt. Plany krzyżuje mu była kochanka Jess (Margot Robbie, zdj.), która po latach postanowiła się zemścić. **140 min**

DVB T DVB T2 – stacje dostępne w naziemnej telewizji cyfrowej

TVP 3

9.00 **Sprawdzam to extra**
9.05 **Całkiem niezła historia**
9.30 **Łódź Kultury** – mag. kult.
10.00 **Złoty chłopak** (165)
11.00 **Sanatoria**
11.35 **Dlaczego krowa...**
11.50 **Niezwykłe miejsca**
12.00 **Telekurier** – mag., Polska
12.30 **Okrasa łamie przepisy**
13.00 **Agrobiznes** – mag.
13.30 **Bez trybu. Justyna Dobrosz-Oracz** – publ.
14.20 **Poznaj region** – cykl fel.
14.30 **Program informacyjny 14.30**
15.00 **Koronka do Miłosierdzia Bożego** – pr. religijny
15.20 **Serwis Info Dzień** – inf.
15.30 **Program lokalny**
19.30 **Całkiem niezła historia**

TVP POLONIA

8.30 **Czy to już? – jubileusz Haliny Mlynkovej**
9.05 **Jasminum** – film
FILM obyczajowy, Polska 2006
11.00 **Transmisja mszy świętej**
13.05 **Dom nad rozlewiskiem** (9, 10) – obycz., Pol. 2009
14.45 **Turystyczna jazda**
15.00 **Serwis Info** – pr. inform.
15.10 **Cafe Fogg** (1, 2)
17.00 **Teleexpress**
17.20 **Gra słów. Krzyżówka**
17.50 **Teleexpress Extra** – inf.
18.15 **UNESCO: Skarby Polski**
18.45 **Panorama**
19.20 **Polacy światu**
19.30 **Program informacyjny 19.30**
19.40 **Pytanie dnia** – pr. publ.

TV 4

6.00 **Strażnik Teksasu** (8, 9) – serial sensacyjny, USA
7.55 **Miodowe lata** (21)
8.40 **Pingwiny z Madagaskaru** – film animowany, USA 2014
10.35 **Asterix kontra Cezar**
FILM – film animowany, Fr. 1985
12.15 **Godzilla** – film s.f.,
FILM USA/Japonia 1998
15.00 **Holmes i Watson** – kom.
FILM krym., USA/Kanada 2018
16.55 **1000 lat po Ziemi**
FILM – film s.f., USA 2013
19.00 **Policjantki i Policjanci** (1374) – obycz., Pol. 2026
20.00 **Uroczysko** (163, 164) – serial kryminalny, Polska
21.00 **Sprawiedliwi. Trójmiasto** (108) – krym.

PULS 2

6.40 **Smerfy 2** – serial anim.
6.55 **Jeżyk i Przyjaciele**
7.30 **Psi Patrol 8** – serial anim.
7.50 **Superkoty** – serial anim.
8.30 **Myszka Miki: Frajdomek 2** – anim.
8.50 **Masza i Niedźwiedź 5**
9.20 **Bing** – serial animowany
9.35 **Basia 2** – serial anim.
10.00 **Jeżyk i Przyjaciele**
10.25 **Spidey i superkumple**
11.35 **Zawieszeni na drzewie**
FILM – kom., Francja/Wł. 1971
13.30 **Kapuśniaczek**
FILM – komedia, Francja 1981
15.35 **Jaś i Małgosia** – baśń
FILM filmowa, Niemcy 2012
16.50 **Sekret dwugłowego**
FILM **smoka** – baśń filmowa, Czechy/Słowacja 2018

TVP ROZRYWKA

6.10 **Zakochaj się w Polsce** (217) – magazyn
6.40 **Gra słów. Krzyżówka**
7.10 **Okrasa łamie przepisy**
8.15 **Familiada** – teleturniej
8.50 **Va banque** – teleturniej
9.25 **Koło fortuny** – telet., Pol.
10.05 **Makłowicz w podróży**
10.45 **Postaw na milion**
12.35 **Familiada** – teleturniej
13.15 **Tygrysy Europy 2** (3) – serial kom., Polska 2003
14.05 **Pan Mama** (25, 26) – serial kom., Polska 2025
15.10 **Program rozrywkowy**
15.30 **Tak to leciało!**
16.30 **Do śmiechu!** (64) – rozr.
17.25 **Va banque** – teleturniej
18.00 **Koło fortuny** – telet., Pol.
18.35 **Okrasa łamie przepisy**

TTV HD

7.20 **Damy i wieśniaczki. PL 10** (7) – fab.-dok., Pol.
8.20 **Kartoteka 10** (7, 8)
10.30 **Detektywi** (245, 246)
12.30 **Zakup w ciemno 3** (19)
13.30 **Zakup w ciemno 4** (18)
14.35 **Gogglebox. Przed telewizorem 21** (9, 10)
16.45 **Express** – pr. inform.
16.55 **Pogoda, Sport**
17.05 **Idź na całość 2** (10)
18.05 **Zakup w ciemno extra** (21) – reality show, Polska
18.45 **Damy i wieśniaczki. PL 10** (9) – fab.-dok., Pol.
19.45 **Express, Pogoda** – inf.
20.05 **Zakup w ciemno 7** (16)
21.05 **Zakup w ciemno extra** (14) – reality show, Polska
21.45 **Express, Pogoda** – inf.

MAGAZYN



19.45 Kryminalna siódemka
W programie prezentowanych jest siedem najgłośniejszych spraw kryminalnych. Widzowie zobaczą brawurowe akcje policji oraz widowiskowe pościgi. **15 min**

20.00 **Dziennik regionów**
20.13 **Gość Regionów** – publ.
20.30 **Telekurier** – mag., Polska
21.00 **Program lokalny**
22.00 **Dziennik regionów**
22.30 **Złoty chłopak** (166)
23.30 **Kryminalna siódemka**
23.55 **Panorama**
0.25 **Program informacyjny 19.30**
0.45 **Panorama dnia** – pr. inf.

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

OBYCZAJOWY



20.00 Ranczo 2 (22) – Pol. 2007
Uniwersytet w Wilkowyjach nie cieszy się zbyt dużym zainteresowaniem mieszkańców. Ksiądz próbuje zachęcić wiernych do nauki. Solejukowa postanawia założyć własny biznes. **55 min**

20.55 **Znachor** – dramat
FILM obyczajowy, Polska 1981
23.15 **Panorama**
23.40 **Cafe Fogg** (1, 2)
1.30 **Program informacyjny 19.30**
1.40 **Pytanie dnia** – pr. publ.
1.55 **63. KFPP w Opolu – Debiuty** – koncert, Pol.
3.40 **63. KFPP w Opolu – Superjedynki**
5.25 **Polacy światu**

KRYMINALNY



22.05 Sprawiedliwi – Wydział Kryminalny (991) – Polska 2026
Śledczy badają sprawę zabójstwa drobnego dilera. Znajdują odciski Mularczyka, byłego gangstera, lecz jego alibi się potwierdza. Bandyta sugeruje, że brat ofiary ma powiązania z półświatkiem. **60 min**

23.05 **Prawdziwe kłamstwa**
FILM – komedia sensacyjna, USA 1994
2.05 **Love Island. Wyspa miłości** (5) – reality show
3.05 **Interwencja** – mag.
3.25 **Lubię disco!** (252) – muz.
4.25 **Top 10 – lista przebojów** – pr. muz.
5.30 **Telezakupy TV Okazje**

FAMILIJNY



19.00 Stuart Malutki
FILM – Niemcy/USA 1999
Kilkuletni George Little (Jonathan Lipnicki, zdj.) marzy o rodzeństwie. Jego rodzice adoptują mysz, Stuarta. Zazdrosny kot Śnieżek stara się jej pozbyć. Wynajmuje parę oszustów. **110 min**

20.50 **Zwierzak** – komedia,
FILM USA 2001
22.35 **Ibiza** – komedia,
FILM Francja/Belgia 2019
0.20 **Lombard. Życie pod zastaw 12** (620, 621)
2.20 **Lombard. Życie pod zastaw 9** (459) – obycz.
3.20 **Lombard. Życie pod zastaw 4** (164) – obycz.
4.20 **Niesamowite!** (2) – dok.

KULINARNY



19.40 Makłowicz w podróży
Smakosz z Krakowa odwiedzi Kanadę. Weźmie udział w jednej z bezkrwawych wypraw na wieloryby. Następnie przygotuje przysmaki Indian, drugiej z pierwotnych nacji tego kraju. **35 min**

20.15 **Postaw na milion** – teleturniej, Polska
22.15 **Tygodnik Moralnego Niepokoju – The Best of** (39) – pr. rozr., Pol. 2025
22.50 **Kabaret Letnią Porą** (1)
23.50 **Do śmiechu!** (66) – rozr.
0.40 **Niepewne sytuacje 2** (1, 2) – pr. rozr., Pol. 2025
1.05 **Koło fortuny** – telet., Pol.
2.30 **Kabaret. Super Show Dwójki** (5) – pr. rozr., Pol.

REALITY SHOW



22.00 Życie na kredycie 7 (3, 4) – Polska 2025
Emilia mocno się stresuje przed egzaminem ósmioklasisty córki. Marcel wreszcie musi przyznać się matce, że ma dług. Wiesława decyduje się na wyjazd do Turcji w celach medycznych. **65 min**

23.05 **Żony Podlasia 3** (1) – serial dokumentalny, Pol.
0.05 **Ostre cięcie 12** (1) – rozr.
1.05 **Wakacje dla bogaczy** (8) – pr. rozrywk., Australia
2.15 **Dobra robota 3** (16) – serial dokumentalny, Pol.
2.50 **Osadzone. Blok F** (7, 8) – serial paradokumentalny
3.55 **Damy i wieśniaczki. Ukraina 8** (2) – fab.-dok.

TVP 3 PROGRAMY LOKALNE

BIAŁYSTOK 16.55 Nie taki internet straszny **17.10** Objawienia gietrzwałdzkie **18.05** Życie po **18.15** Turbo Podlasie **18.30** Obiektyw **18.51** Sport, Pogoda **18.59** Król życia **21.00** Panorama łomżyńska **21.20** Gość „Obiektywu" **21.30** Obiektyw

BYDGOSZCZ **17.30** Biznes to biznes **18.15** Spotkania z ekologią **18.30** Zbliżenia **19.00** Rozmowa dnia **19.20** Razem dla regionu **21.00** Rozmowa dnia **21.20** Ekspert ZUS odpowiada **21.30** Zbliżenia **21.45** Sport, Pogoda

GDAŃSK **17.50** Pin do kultury **18.15** Czyżewskiego 42 **18.30** Panorama **19.00** Wiatrak **21.00** Na 2 kontakty **21.15** Czyżewskiego 42 **21.30** Panorama

KATOWICE **17.17** Klasztorne smaki według Remigiusza Rączki **17.45** Mikrokosmosy **18.15** Protokół rozbieżności **18.30** Aktualności **18.55** Pogoda, Sport **19.10** Gramy dla was **21.15** Protokół rozbieżności **21.30** Aktualności **21.51** Sport

KRAKÓW **16.48** Na tropach historii **17.06** Prosto z lasu **17.16** Turystyczna jazda **17.30** U siebie **18.11** Magazyn medyczny **18.30** Kronika **18.55** Tematy dnia **19.17** Kronika kulturalna **21.03** Wykrywacz kłamstw **21.30** Kronika **21.45** Tematy dnia

LUBLIN **16.50** Naturalnie w podróży **17.05** KUL był zawsze w jego sercu **17.55** Historie niezapisane **18.10** Agrowieści **18.30** Panorama lubelska **19.00** Laur Konserwatorski 2026 **21.02** Nie taki internet straszny **21.15** Pocztówki z Sycylii **21.30** Panorama lubelska

ŁÓDŹ **17.15** Słodko gorzka **17.30** Inwestujemy w Twoje zdrowie **17.45** Sport po łódzku **18.15** Na wschód od Łodzi **18.30** Łódzkie wiadomości dnia **18.50** Sport, Pogoda **19.00** Kulturalnie po Łodzi i regionie **19.15** Ale to już było **21.00** Zapraszamy do nas **21.30** Łódzkie wiadomości dnia

POZNAŃ **18.00** Reportaż sportowy **18.21** Historie jednego dnia. 28 czerwca '56 **18.30** Teleskop **19.00** Wiek to tylko liczba **21.02** Wehikuł czasu **21.30** Teleskop

RZESZÓW **17.02** Magazyn kulturowy **17.33** Osobliwości Pogranicza **17.50** Podkarpacka scena przebojów **18.07** Opowieści z duszą **18.30** Aktualności **18.58** Gość TVP Rzeszów **19.15** Stacja Rzeszów Główny **21.00** Wykrywacz kłamstw **21.30** Aktualności

SZCZECIN **17.35** Podróże Małej i Dużej 6 **18.00** Krok do wolności **18.30** Kronika **18.52** Wokół nas **19.00** Kulturalnie mówiąc **21.00** Wokół nas **21.08** Morski kompas **21.20** Idzie weekend **21.30** Kronika **21.50** Rozmowa dnia

WARSZAWA **17.21** Retro Wawa **18.00** Zawsze na temat **18.30** TKW **18.42** Kurier Mazowiecki **18.57** Wiadomości sportowe **21.00** Nasze miejsce **21.30** Kurier Warszawy i Mazowsza

WROCŁAW **17.08** Korona Gór Polski **17.39** Słownik polsko@polski **18.05** Kulturalnie mówiąc **18.30** Fakty **18.58** Pamięć Miasta **19.12** Nauka do potęgi **21.02** Energia Przyszłości Dolny Śląsk **21.15** Agro-Fakty **21.30** Fakty

TVP HD

7.55 **Rodzinka.pl** (153, 154)
8.55 **Ojciec Mateusz 15** (196, 197) – krym., Pol. 2016
10.45 **Gra słów. Krzyżówka**
11.20 **Opowieść o kotach** (1)
12.25 **Ojciec Mateusz 3** (43)
13.20 **Komisarz Alex** (7) – krym.
14.15 **Ranczo 9** (117) – obycz.
15.15 **Ranczo 10** (118) – obycz.
16.10 **Ostatnia akcja** – komedia
FILM sensacyjna, Polska 2009
17.45 **Makłowicz w podróży**
18.20 **Ojciec Mateusz 22** (285)
19.20 **Ranczo 3** (33) – obycz., Pol.
20.10 **Rodzinka.pl** (249, 250)
21.25 **Komisarz Alex 25** (308)
22.20 **Tylko jeden** – thriller s.f.,
FILM USA 2001, reż. James Wong
0.00 **Casino Royale** – sens.,
FILM USA/Wlk. Bryt./Niemcy 2006
2.35 **Kocham Cię, Polsko!** (1)

TVP KULTURA

12.25 **Miałem farta** – film dok.
13.10 **Droga** (6-ost.) – obycz., Pol.
14.20 **Duma i namiętność** – film
FILM przygodowy, USA 1957
16.45 **Zmiennicy** (10) – kom., Pol.
17.55 **Karnawał zwierząt** – film dokumentalny, Niem. 2019
18.55 **Pan wzywał, milordzie?** (4) – serial kom., Wlk. Bryt.
20.00 **Nigdy nie mów nigdy**
FILM – film sensacyjny, Wielka Brytania/USA/RFN 1983
22.20 **Eric Clapton – tylko blues** – film dokumentalny
0.20 **Córka trenera** – dramat
FILM obyczajowy, Polska 2018
2.05 **Samuraj** – film kryminalny,
FILM Francja/Włochy 1967
4.00 **Informacje kulturalne**
4.35 **Podróże z historią** (10) – serial dokum., Polska 2015

ANTENA HD

6.00 **Hmmm...** (2) – pr. rozr., Pol.
6.10 **Legendy rocka** (3) – cykl dok., Wielka Brytania 2015
7.10 **Oszukali przeznaczenie. Historie prawdziwe 15** (9) – serial dokum., Wlk. Bryt.
7.40 **77 TV 5** (21, 22, 5, 7) – rozr.
12.40 **Wielkie Ucieczki z Więzienia** – film dokum.
14.30 **Tajemnice rodu Jezusa** – film dokumentalny, USA
16.25 **Tajemnica kodu Boga**
18.00 **Alex Hugo – górski detektyw** (1-3) – krym., Fr.
0.10 **Wojtuś** – film krótkometr.
1.05 **Historia świata w dwie godziny** – film dok., USA
3.10 **Kabaretowy szał** (14)
4.15 **Zakręcone stworzonka z internetu** (6) – rozr., Pol.
4.55 **Winnice miłości** (66)

TV 6

9.30 **Plan bez skazy** – thriller,
FILM Wlk. Bryt./Luksemburg 2007
11.45 **Bitwa o Ziemię**
FILM – film s.f., USA 2000
14.00 **Policjantki i Policjanci** (1174) – serial obycz., Polska
15.00 **Kobra – oddział specjalny** (205, 206)
17.05 **Magnum: Detektyw z Hawajów 5** (94) – sens.
18.00 **Strażnik Teksasu** (10, 11) – serial sensacyjny, USA
20.00 **CSI: Kryminalne zagadki Miami** (7, 8) – serial krym.
21.55 **Czarna lista** (4) – krym.
22.50 **Agenci** – film
FILM sensacyjny, USA 2013
1.05 **Kości** (79, 80) – serial krym.
3.00 **Septagon** (58, 59) – krym.
5.05 **Nona i jej córki** (8)
5.45 **Telezakupy TV Okazje**

BBC FIRST

11.45 **Zagadki doktora Blake'a 5** (5) – serial krym.
12.55 **Shakespeare i Hathaway: prywatni detektywi 3** (7, 8) – krym.
14.55 **Ojciec Brown 5** (8) – krym.
15.55 **Lewis 2** (1) – serial kryminalny, Wielka Brytania 2007
17.00 **My Life is Murder 4** (5)
18.00 **Morderstwa w Midsomer 17** (1) – serial kryminalny, Wielka Brytania 2014
19.55 **Śmierć pod palmami 12** (2) – serial kryminalny, USA
21.00 **Na niebieskich światłach 2** (4) – krym.
22.05 **Ojciec Brown 13** (7)

ROMANCE TV

14.15 **Rozwód dla**
FILM **zaawansowanych** – kom. romant., Niemcy 2010
16.05 **Mój brat, jego spadek**
FILM **i ja** – dramat obyczajowy, Niemcy 2011
18.00 **Zwierzyniec doktor Mertens** (108) – obycz.
19.00 **Górski lekarz** (112)
20.00 **Inga Lindström: Słodycz**
FILM **życia** – melodramat, Niemcy 2023
21.55 **Toni – akuszer. Ucieczka**
FILM **z gniazda** – komedia, Niemcy 2021
23.50 **Górski lekarz** (112)
0.45 **Inga Lindström: Słodycz**
FILM **życia** – melodramat, Niemcy 2023

COMEDY CENTRAL

7.00 **Dwóch i pół** (7-10) – kom.
8.55 **Przyjaciele** (9-14) – kom.
11.55 **Teoria wielkiego podrywu 12** (14-19) – kom.
14.30 **Dwóch i pół** (11-14) – kom.
16.30 **Przyjaciele** (15-20) – kom.
19.30 **Teoria wielkiego podrywu 12** (20-24) – kom.
21.35 **Teoria wielkiego podrywu** (1) – serial komediowy, USA 2007
22.00 **The Office PL 2** (9, 10)
23.05 **Comedy Club 9** (3, 4)
0.05 **Miasteczko South Park 22** (6, 7) – serial animowany dla dorosłych
1.00 **Pracoholicy 6** (3, 4) – kom.
2.00 **Śmieszniej nie będzie 4** (7, 8) – pr. rozr., Wlk. Bryt.

TVN FABUŁA

9.50 **Prawo Agaty 2** (1) – obycz.
10.55 **Szpital św. Anny** (67)
11.55 **Najpiękniejsza muzyka filmowa** (6) – pr. rozr., Pol.
12.05 **Scooby-Doo!** – film anim.,
FILM USA/Wlk. Bryt./Kan. 2020
14.05 **Bella i Sebastian 2** – film
FILM familijny, Francja 2015
16.05 **Kolory miłości**
FILM – melodramat, Kanada 2021
18.00 **Alvin i wiewiórki**
FILM – film familijny, USA 2007
20.00 **Saga „Zmierzch": Przed**
FILM **świtem. Część 1** – film fantasy, USA 2011
22.30 **World Trade Center**
FILM – dramat społ., USA 2006
1.05 **Kocham kino** – film
FILM obyczajowy, Polska 1988

STOPKLATKA

6.00 **Kabaretowe hity** (3) – pr. rozrywk., Pol. 2023
6.55 **Pan Wołodyjowski** FILM – film historyczny, Polska 1968
10.05 **K-9** – komedia kryminalna, FILM USA 1989, wyk. James Belushi, Mel Harris
12.35 **BFG: Bardzo Fajny Gigant** – film familijny, FILM USA/Indie 2016, wyk. Mark Rylance, Ruby Barnhill
15.05 **Miś** – komedia, Polska FILM 1981, wyk. Stanisław Tym, Barbara Burska
17.40 **Dobry rok** – komediodramat, FILM USA/Wielka Brytania 2006, wyk. Russell Crowe, Albert Finney

POLSAT 2

5.50 **Wydarzenia**
6.30 **Nasz nowy dom** (271)
7.30 **Na ratunek 112** (877, 878) – paradok., Pol.
8.30 **Sekrety rodziny** (309-311) – paradok., Pol.
11.30 **Trudne sprawy** (1215) – serial paradokumentalny
12.30 **Dlaczego ja?** (1480, 1481) – paradok.
14.30 **Świat według Kiepskich** (409-413) – serial kom., Polska 2013
17.00 **48h. Zaginieni** (107, 108) – serial kryminalny, Polska
19.00 **Gliniarze** (1144) – serial paradokumentalny, Pol.
20.00 **Ślad** (47) – serial krym.
21.00 **Gliniarze** (1076) – serial paradokumentalny, Pol.

TVP SERIALE

5.20 **Rodzinka.pl** (78) – kom.
5.50 **Na sygnale** (459-461)
7.30 **Ojciec Mateusz** (10) – krym., Polska 2008
8.30 **Komisarz Alex 24** (307) – krym., Polska 2025
9.30 **Na sygnale** (914)
10.05 **Znachor** – dramat FILM obyczajowy, Polska 1981
12.30 **Biała sukienka** – film FILM obyczajowy, Polska 2003
13.45 **Ojciec Mateusz 28** (361, 362) – serial krym.
15.35 **Komisarz Alex** (1) – serial kryminalny, Polska 2012
16.30 **Na sygnale** (462, 463)
17.35 **Ranczo 7** (79, 80) – obycz.
19.30 **Ojciec Mateusz 28** (363) – serial kryminalny, Polska

KINO POLSKA

6.00 **Zwierzęta Wajraka 3** (6) – serial dokumentalny
6.25 **Och! Kabaret 4** (8) – program rozrywk., 2024
7.15 **Zwierzęta Wajraka 3** (7) – serial dokumentalny
7.45 **Quo vadis** (1/2) – dramat FILM historyczny, 2001
9.30 **Potop Redivivus** FILM – film historyczny, 2014
13.25 **Poszukiwany, poszukiwana** FILM – komedia, 1972, wyk. Wojciech Pokora
15.10 **Rozmowy kontrolowane** FILM – komedia, 1991, wyk. Stanisław Tym, Irena Kwiatkowska
17.15 **Pogranicze w ogniu** (7, 8) – serial sensacyjny

AXN

6.05 **CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 10** (22, 23) – serial kryminalny, USA/Kanada
7.35 **Agenci NCIS: Hawaje** (7, 8) – serial kryminalny, USA 2021
9.20 **Castle 8** (9, 10) – serial krym., USA 2015-2016
11.20 **Detektyw Monk 3** (9, 10) – serial kryminalny
13.10 **Agenci NCIS: Hawaje** (9, 10) – serial kryminalny
15.05 **Agenci NCIS 15** (19, 20) – serial sensacyjny, USA
17.05 **Kryminalne zagadki Las Vegas** (19, 20) – serial kryminalny, USA/Kanada
19.05 **Castle 8** (11, 12) – serial krym., USA 2015-2016

CANAL+ PREMIUM

7.50 **Gru i Minionki: Pod przykrywką** FILM – film animowany, USA 2024
9.25 **Łapu capu** – pr. rozr., Pol.
9.30 **Chopin, Chopin!** FILM – dram. biograf., Pol. 2025
11.40 **Hollywood Buzz** – mag.
12.05 **Mamma Mia!** – komedia FILM muzyczna, USA/Wielka Brytania/Niemcy 2008
13.55 **Mamma Mia! Here We Go Again** FILM – kom. muz., USA/Wlk. Bryt./Chiny 2018
15.45 **Saga „Zmierzch": Zaćmienie** FILM – film fantasy, USA 2010
17.45 **Łapu capu** – pr. rozr., Pol.
17.50 **Battleship: Bitwa o Ziemię** FILM – film s.f., USA/Japonia 2012

KOMEDIA SF



20.00 Seksmisja – Polska 1983, FILM reż. Juliusz Machulski
Rok 1991. Maks (Jerzy Stuhr, zdj.) i Albert (Olgierd Łukaszewicz, zdj.) w ramach eksperymentu zostają zahibernowani. Budzą się po latach i odkrywają, że są ostatnimi mężczyznami na świecie. **155 min**

22.35 **12 godzin** – film FILM sensacyjny, USA 2012, wyk. Nicolas Cage, Josh Lucas, Malin Akerman
0.35 **Boże Ciało** O – dramat FILM obyczajowy, Polska 2019
3.00 **Jak pies z kotem** O FILM – komediodramat, Polska 2018
5.25 **Ranking naj polskiego kina** (3) – pr. rozr., Polska

KRYMINALNY



22.00 Komisarz Mama (38)
Psychiatra zawiadamia policję, że nieznana mu kobieta planuje zabójstwo Pawła Ostrowskiego. Wkrótce inny funkcjonariusz zostaje ranny w wyniku wybuchu bomby. Maria wpada na ważny trop. **60 min**

23.00 **Świat według Kiepskich** (320, 321)
0.00 **Ślad** (100) O – krym., Pol.
1.00 **Zdrady II** (53) – paradok.
2.05 **Wydarzenia**
2.45 **Interwencja** – mag.
2.55 **Ewa gotuje** (515, 516)
4.00 **SuperLudzie** (13, 14)
5.10 **Drwale i inne opowieści Bieszczadu** (180) – serial dokum., Pol.
5.30 **Telezakupy TV Okazje**

KRYMINALNY



20.30 Komisarz Alex 25 (319) – Polska 2026
Odkryto ciało Magdy, a jej mąż staje się głównym podejrzanym. Mimo dowodów policja ma wątpliwości, czy faktycznie jest winny. Niezawodny Alex rusza tropem prawdziwego mordercy. **60 min**

21.30 **Ranczo 7** (81, 82) – serial obyczajowy, Polska 2013
23.25 **Ojciec Mateusz 28** (364) – serial kryminalny, Polska
0.20 **Biała sukienka** – film FILM obyczajowy, Polska 2003
1.40 **PitBull** (14, 15) – sens.
3.35 **Zatoka szpiegów 2** (19) – szpiegowski, Pol. 2025
4.25 **Rodzinka.pl** (77, 78) – serial kom., Polska 2012

KOMEDIA



20.00 Wyjście awaryjne FILM – 1982, reż. Roman Załuski
Naczelniczka małej gminy, Kolędowa (Bożena Dykiel, zdj.), dowiaduje się, że jej niezamężna córka Dorota jest w ciąży. Żeby zapobiec skandalowi, planuje matrymonialną mistyfikację. **115 min**

21.55 **Sztos** – komedia FILM sensacyjna, 1997, wyk. Jan Nowicki, Cezary Pazura
23.45 **Słodko-gorzki** O FILM – dramat obycz., 1996
1.50 **W nich cała nadzieja** FILM – dramat s.f., 2023
3.45 **Wymyk** O – dramat FILM obyczajowy, 2011
5.45 **Moja mama** – film krótkometrażowy, 2024

SENSACYJNY



21.05 Agenci NCIS (16)
Kilka osób zostaje odurzonych gazem. Śledczy badają, czy był to atak bioterrorystów. Trop wiedzie do zawodowego złodzieja. Incydent wiąże się ze sprawami, którymi agenci zajmowali się ostatnio. **60 min**

22.05 **Agenci NCIS: Hawaje 2** (5) – serial kryminalny
23.00 **Kryminalne zagadki Las Vegas** (19, 20) – serial kryminalny, USA/Kanada
0.45 **Castle 8** (11, 12) – serial krym., USA 2015-2016
2.40 **Agenci NCIS** (16) – sens.
3.35 **FBI 2** (5) – serial krym.
4.25 **Walker: Strażnik Teksasu** (6) – serial krym.
5.10 **Blok promocyjny AXN**

SENSACYJNY



20.00 Gdy zgasną światła – USA 2024 PREMIERA FILM
Bezdomny weteran Duffy (Frank Grillo, zdj.) zwraca na siebie uwagę Maxa (Mekhi Phifer, zdj.), który proponuje mu udział w intratnych nielegalnych walkach. **110 min**

21.50 **Kraina mroku** FILM – horror, USA 2025
23.35 **Megan is Missing** O PREMIERA FILM – horror, USA 2011, wyk. Amber Perkins
1.10 **Zabójczy lot** – komedia FILM sens., USA/Wlk. Bryt. 2024
2.50 **Innego końca nie będzie** FILM – obycz., Pol. 2024

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

13 ULICA

6.20 **Zbrodnie idealne** (13, 14) – serial kryminalny, Fr. 2017
8.30 **Petra 2** (1) – serial krym.
10.30 **Agenci NCIS: Los Angeles 14** (15, 16) – sens.
12.20 **Magnum: Detektyw z Hawajów 3** (3, 4) – sens.
14.10 **Zbrodnie idealne** (15, 16) – serial kryminalny, Fr. 2017
16.30 **Petra 2** (2) – serial krym.
18.20 **Agenci NCIS: Los Angeles 14** (17, 18) – sens.
20.10 **Magnum: Detektyw z Hawajów 3** (5, 6) – serial sensacyjny, USA 2020
22.00 **Kobra – oddział specjalny** (2) – sens., Niem.
0.00 **Chicago P.D.** (19) – krym.
0.55 **Petra 2** (2) – serial krym.
2.45 **Zbrodnie idealne** (15-17) – serial kryminalny, Fr. 2017

POLSAT FILM

7.35 **Ania z Zielonego Wzgórza** FILM – film animowany, Kanada 2005
9.10 **O psie, który wrócił do domu** FILM – film familijny, Chiny/USA 2019
11.20 **Sami swoi** – komedia, FILM Polska 1967
13.00 **Nie ma mocnych** FILM – komedia, Polska 1974
15.15 **Oszustki** – komedia, USA FILM 2019, wyk. Anne Hathaway
16.55 **Titanic** – dramat katastrof., FILM USA/Meksyk/Australia 1997
21.00 **Serena** – dramat obycz., FILM USA/Francja/Czechy 2014
23.10 **Oppenheimer** – dramat FILM biograf., Wlk. Bryt./USA 2023
3.00 **Ślad** (14, 15) – serial krym.
5.00 **Na ratunek 112** (828, 829) – serial paradok., Pol. 2023

HBO

12.40 **Miami Vice** – film sens., FILM USA/Niemcy/Paragwaj 2006
14.50 **Locke** – dram. obycz., FILM USA/Wielka Brytania 2013
16.15 **Kochanek królowej** FILM – dramat historyczny, Dania/Szwecja/Czechy 2012
18.30 **Wyśnione piosenki** FILM – dramat obycz., USA 2025
20.00 **Nasienie świętej figi** FILM – thriller, Fr./Niem./Iran 2024
22.45 **Lista A: 15 opowieści z azjatyckiej i pacyficznej diaspory** – film dokumentalny, USA
0.15 **USA kontra reszta świata: Cztery lata z kadrą narodową** (1) – serial dok.
1.20 **Obcy: Romulus** – horror FILM s.f., Wielka Brytania/USA/Węgry 2024

WARNER TV

8.15 **Dziewczyna na pożegnanie** – komedia romantyczna, USA 1977
10.30 **Pan niania** – komedia, FILM USA 1993, wyk. Hulk Hogan
12.10 **Invictus: Niepokonany** FILM – dramat biograf., USA 2009
14.45 **Wiecznie młody** – dramat FILM obyczajowy, USA 1992
16.50 **Dziedzic maski** – komedia FILM przyg., USA/Niemcy 2005
18.45 **Głupi i głupszy 2: Kiedy Harry poznał Lloyda** – komedia, USA 2003
20.20 **Godziny szczytu 3** – kom. FILM sens., USA/Niemcy 2007
22.00 **Mroczne cienie** – czarna FILM komedia, USA/Australia/Wielka Brytania 2012
0.10 **Transporter 3** – film sens., FILM Fr./Wlk. Bryt./USA 2008

ALE KINO+

9.25 **Wolna krowa**
10.00 **Bestia 2** (3, 4) – krym., Kan.
12.05 **Vera 13** (3) – serial krym.
14.00 **Konie Valdeza** – western, FILM Francja/Hiszp./Włochy 1973
16.05 **W sieci wojny** – thriller, FILM USA 2025, wyk. Jake Abel
18.15 **Vera 14** (1) – serial krym.
20.10 **Sorry, Baby** FILM – komediodramat, USA/Hiszpania/Francja 2025
22.20 **Krew na betonie** – krym., FILM Kanada/Wlk. Bryt./USA 2018
1.20 **Być kimś** – film krótkometr.
2.00 **Kruk. Szepty słychać po zmroku** (2) – serial krym.
2.50 **Sweat** – dramat FILM obyczajowy, Polska 2020
4.35 **Uwięziona**
5.00 **Swoboda** – krótkometraż.
5.15 **Belfer 3** (2) – serial krym.

CANAL+ FILM

13.10 **Riefenstahl** – film dokum.
15.05 **W kogo ja się wrodziłem?** – film obyczajowy, Polska 2001
16.05 **Warcraft: Początek** FILM – film fantasy, Chiny/Kanada/Japonia 2016
18.05 **Ultimatum Bourne'a** FILM – sens., USA/Niemcy 2007
19.55 **Łapu capu** – rozr., Pol. 2026
20.00 **Pies 51** – thriller, Francja FILM 2025, wyk. Gilles Lellouche
21.40 **Opancerzeni** – film FILM sensacyjny, USA 2024
23.15 **Problemista** – komedia, FILM USA 2023, wyk. Julio Torres
1.00 **Quebonafide: Północ/Południe** FILM – musical, Polska 2025, wyk. Kuba Grabowski
2.10 **Imago** – dramat FILM biograficzny, Polska 2023

SCI FI

6.00 **Prométhée** (3)
7.00 **The Ark 2** (4-6) – serial s.f.
10.00 **Bibliotekarze** (9, 10)
11.50 **Czarodziejki 7** (17, 18)
13.40 **Pana Magorium cudowne emporium** FILM – kom. fantasy, USA 2007
15.30 **Bibliotekarze 2** (1, 2) – serial przyg., USA 2015
17.20 **Czarodziejki 7** (19, 20) – serial fantasy, USA 2005
19.10 **Grimm 4** (17, 18) – fantasy
21.00 **iZombie 3** (5-8) – serial grozy, USA 2015
1.00 **Dorwać Cartera** – film FILM sensacyjny, USA 2000
3.05 **Czarodziejki 7** (19, 20) – serial fantasy, USA 2005
5.00 **Prométhée** (3)

PARAMOUNT NETWORK

9.25 **Policyjna grupa pościgowa 21** (11) – dok.
10.30 **Goonies** – film FILM przygodowy, USA 1985
13.00 **Czarodziejki** (7, 8)
15.00 **Smoking** – komedia FILM sensacyjna, USA 2002
17.05 **Mission: Impossible – Ghost Protocol** FILM – sens., USA/Czechy/ZEA 2011
20.00 **Indiana Jones i ostatnia krucjata** FILM – film przyg., USA/Włochy/Hiszp. 1989
22.35 **Anihilacja** – film s.f., USA/ FILM Wielka Brytania 2018
0.55 **Gniazdo os** – dramat FILM obyczajowy, USA 2000
3.00 **Mechanik: Prawo zemsty** FILM – sens., USA 2011

FX

5.35 **Master Crimes** (3-5) – serial kryminalny, Fr. 2024
8.50 **Kości** (11, 12, 1-4) – krym.
14.30 **To właśnie miłość** FILM – komedia romant., Wielka Brytania/USA/Francja 2003
17.10 **Królestwo niebieskie** FILM – dramat historyczny, USA/Hiszp./Wlk. Bryt. 2005
20.15 **Uprowadzona 2** – film FILM sens., Fr./USA/Turcja 2012
22.05 **Uprowadzona 3** – sens., FILM Francja/Hiszpania/USA 2014
0.25 **Rambo: Pierwsza krew** FILM – film sensacyjny, USA 1982
2.15 **Tropiciel** (16) – serial krym.
3.10 **CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku** (16, 17) – serial krym., USA/Kanada

KINO TV

8.10 **Mój przyjaciel orzeł** FILM – dram. przyg., Austria 2015
10.25 **Nad Niemnem** (1/2) – film FILM obyczajowy, Polska 1986
11.55 **Max** – film przygodowy, FILM USA 2015
14.15 **Ści(ą)gany** – komedia FILM sens., Niemcy/USA 1998
15.55 **Zmowa pierwszych żon** FILM – komedia, USA 1996
18.20 **Jumper** – film przygodowy, FILM USA/Kanada 2008
20.00 **RoboCop** – film s.f., USA FILM 2014, wyk. Joel Kinnaman
22.30 **Zaginiona dziewczyna** FILM – thriller, USA 2014
1.30 **Pocałunek śmierci** FILM – dramat krym., USA 1995
3.40 **Cimarron Strip** (10)

CANAL+ SERIALE

10.40 **Premierowa jazda** – mag.
11.00 **Naruto** (2-4) – serial anime
12.30 **Agnieszka Radwańska. Anatomia zwycięstwa** (1, 2) – serial dok., Pol. 2022
14.10 **The Office PL** (10-12)
15.45 **Łapu capu** – rozr., Pol. 2026
15.55 **Ostatni świadkowie Hitlera** (1-3) – serial dokum.
18.35 **Łapu capu Extra** (132)
18.40 **Captain Tsubasa** (1-3)
20.00 **Para z sąsiedztwa 2** (1, 2)
21.40 **Premierowa jazda** – mag.
22.00 **El Inmortal. Gangi Madrytu 2** (3, 4) – sens.
23.55 **Kiedy ślub?** (1, 2) – kom.
1.35 **Luis Enrique: Nie macie k**** pojęcia** (1-3) – dok.
3.55 **Mały Grand Hotel** (7)

CANAL+ 360

14.05 **Najniebezpieczniejsze miejsca na świecie** (6)
15.00 **Chwila prawdy** (9) – dok.
16.00 **Droga do Arktyki: Kanadyjskie szlaki lodowe** – film dok., Niem.
17.00 **Zholowani: ciężarówki w opałach 7** (18) – dok.
18.00 **Porzucone konstrukcje 4** (3) – dok., Wlk. Bryt.
18.55 **Najniebezpieczniejsze miejsca na świecie** (5)
19.50 **Zholowani: ciężarówki w opałach 7** (19) – dok.
20.50 **Koleją przez świat** (4)
21.55 **Hot Roads – Najniebezpieczniejsze drogi świata** (3) – serial dokum.
23.00 **Zasada przyjemności** (8)

PREMIERA – pierwszy raz w telewizji O – tylko dla dorosłych

CZWARTEK 4 czerwca

WSCH. SŁ. 04.28 | ZACH. SŁ. 20.57 | Imieniny: Franciszka, Karola, Kwiryny | TeleTydzień

TLC

10.00 **Wiza na miłość: dalsze losy 8** – reality show, USA
11.00 **Wiza na miłość: Wielka Brytania 3** – reality show
12.00 **Miłość bez tłumaczenia**
13.00 **Przyjaźń wielkiej wagi**
15.00 **Wiza na miłość: pierwsze spotkanie 7**
16.00 **Historie wielkiej wagi** (6): Lacey – serial dokum.
18.00 **Historie wielkiej wagi: Brazylia** – reality show
19.00 **Wiza na miłość: Romans na Karaibach** – reality show, USA 2021
20.00 **Rodzina 10+ 8** (7) – rozr.



21.00 Premiera: **Wiza na miłość: znowu do wzięcia. Między sporami** (12)
22.00 **Wiza na miłość: Single na polowaniu**
23.00 **Skórze na ratunek 7:** To musi być przerażające
0.00 **Dr Pyszczylla 4**
1.00 **Rodzina 10+ 8** (7) – rozr.

POLSAT CAFÉ

6.00 **Przyjaciółki** (19, 20) – serial obycz., Pol. 2013
8.05 **Co ludzie powiedzą** (7) – serial kom., Wlk. Bryt.
8.45 **Amazonki** – film dokum.
9.00 **Hell's Kitchen – Piekielna Kuchnia** (69, 70) – reality show, Pol.
12.30 **Bogaty dom – biedny dom** (134, 135)
14.30 **Kolacja w ciemno** (9, 10) – pr. rozr., Pol. 2022
16.30 **Hell's Kitchen – Piekielna Kuchnia** (24) – reality show, Pol. 2015
18.00 **Nasz nowy dom** (256, 257) – reality show



20.00 **Walka o życie** (2) – dok.
21.00 **Ambulans** (1, 2) – dok.
23.00 **Gry małżeńskie** (86, 87) – reality show, Polska
1.00 **Kolacja w ciemno** (7, 8) – pr. rozrywk., Pol. 2022
3.05 **Więzienie kobiet** (52, 53) – serial dokum.
4.00 **Zdrady** (87, 88) – serial paradokumentalny, Pol.

TVN STYLE

5.15 **I nie opuszczę Cię aż do ślubu** (5) – reality show, Polska 2018
5.50 **Damy i wieśniaczki. PL 7** (3) – serial fab.-dok.
6.45 **Zgłoś remont** (1) – pr. rozrywk., Pol. 2017
7.45 **Dzień Dobry TVN** – magazyn
11.20 **Ugotowani** (11, 12) – pr. kulin.-rozrywk., Polska
13.30 **Kuchenne rewolucje** (13, 12) – pr. rozr., Polska
15.35 **Jestem z Polski 15** (12, 13) – serial dokum.
17.40 **Kuchenne rewolucje** (4-6) – pr. rozr., Pol. 2025



20.50 **Zgłoś remont 11** (10-ost.) – pr. rozr., Polska
21.50 **Jestem z Polski 16** (3) – serial dokum., Pol. 2025
22.50 **Jestem z Polski 15** (18)
23.45 **Hotel Paradise 11** (8)
0.45 **Prince Charming** (6, 7)
2.10 **Apetyt na miłość** (6)
3.15 **Wiem, co jem i wiem, co kupuję** (7, 8) – mag.

DISCOVERY CHANNEL

10.00 **Klan z Alaski**
11.00 **Przetrwać nad Jukonem**
12.00 **Fani czterech kółek 16**
13.00 **Nagi instynkt przetrwania: rozbitkowie**
15.00 **Złomowisko PL 4** (7)
16.00 **Gorączka złota 16:** Drań
17.00 **Nic do zgłoszenia 3** (1)
18.00 **Kamperem przez świat** (7)
19.00 **Nagi instynkt przetrwania: nagroda za przeżycie 3**
21.00 Premiera: **Gorączka złota 16:** Konflikty



22.00 Premiera: **Łowcy opali 8**
23.00 Premiera: **Akta ekspedycji 2**
0.00 **Mike Brewer: przerobić i sprzedać** (3)
1.00 **Hot rod wg Kindiga**
2.00 **Militaria na warsztat 3** (3) – serial dok.
3.00 **Królowie asfaltu** (4)
4.00 **Zoom na architekturę**

TVP HISTORIA

9.00 **Pogranicze w ogniu** (16) – serial sens., Polska
10.05 **Wszystkie kolory świata**
11.05 **Podziemne Włochy** (1)
12.20 **Dzień, który zmienił Azję** (1, 2) – cykl dokum.
14.10 **Królowie** (29) – hist., Pol.
14.45 **Pogranicze w ogniu** (17) – serial sens., Polska
15.55 **Sensacje XX wieku**
18.00 **Czas honoru** (68)
19.00 **Koniec komunizmu w Seroczynie** – dok.
19.35 **Królowie** (68) – hist., Pol.
20.05 **Deyna. Geniusz do zatracenia** – dok.



21.05 **Kos** – dramat historyczny, FILM Niemcy/Szwecja/Polska 2023, reż. Paweł Maślona
23.10 **Historyk w świecie polityki. Bronisław Geremek** – film dokumentalny, Polska 2025
0.55 **Sensacje XX wieku** – program historyczny

FOKUS TV

6.05 **48h. Zaginieni** (38)
7.00 **Byli sobie podróżnicy** (7, 9, 8, 10) – serial anim.
8.55 **Wehikuł czasu**
9.00 **Starożytni kosmici** (8)
10.00 **Gwiazdy lombardu** (3-6) – reality show, USA
12.00 **Wielkie konstrukcje III Rzeszy** – serial dokum.
13.00 **Poszukiwacze historii** (4, 5)
14.00 **Ludzie na wojnie – rok w Ukrainie** (5, 6) – dok.
16.00 Premiera: **Dorwać tuńczyka** (5, 6) – dok.
18.00 **Rolnicy. Podlasie** (8, 9)
20.00 **Galileo** (6)



21.00 Premiera: **Poszukiwacze historii** (7-10)
23.00 Premiera: **Dziennikarze przeciwko Hitlerowi** – film dokum., Niem. 2018
0.00 **Starożytni kosmici** (10) – serial dokum., USA 2009
1.00 **Rolnicy. Podlasie** (49-52) – serial dok., Pol.
5.00 **Kołowrotek** (2, 3) – mag.

METRO

7.40 **Tajemnice miłości** (5)
8.35 **Szpital** (738, 739) – paradok.
10.35 **Sędzia Anna Maria Wesołowska** (307, 308)
12.35 **Szkoła** (696) – paradok., Pol.
13.35 **Przepis na życie 5** (7)
14.35 **Zapukaj do moich drzwi** (152) – telen., Turcja 2020
15.45 **The Floor** – teleturniej, Pol.
17.00 **Fani czterech kółek 16**
18.00 **Prawo Agaty 5** (6) – obycz.
19.00 **Kartoteka 10** (23, 24)
21.05 **Kryminalni** (6, 7) – krym.
23.15 **Kuba Wojewódzki**
0.25 **Zbrodnie z pierwszych stron gazet 2** – serial dok.
1.25 **Szpital** (734) – paradok., Pol.
2.25 **Szkoła** (829, 830) – paradok.
4.20 **Nowa Maja w ogrodzie 3**

ZOOM

8.00 **Strażnik Teksasu 8** (9, 10)
9.50 **MacGyver** (2, 3) – serial sens.
11.55 **Pułapki umysłu:** Twarze
13.00 **Wojny magazynowe: Kanada** – reality show, Kan.
15.30 **Sensacje XX wieku** – hist.
17.50 **Wojciech Cejrowski – boso przez świat**
20.00 **Job, czyli ostatnia szara komórka** – komedia obyczajowa, Polska 2006
22.00 **Na układy nie ma rady** FILM – komedia, Polska 2017
23.55 **Magia nagości. Norwegia 4** – pr. rozrywk.
0.50 **Magia nagości 6** – pr. rozr.
2.00 **Magia nagości. Dania**
2.50 **I love kabaret** – pr. rozr., Pol.
3.55 **Kabaretowe przeboje**

FOOD NETWORK

10.40 **MasterChef** – pr. rozrywk.
12.15 **Sexy kuchnia Magdy Gessler** – magazyn kulinarny
13.20 **Miłość od kuchni** – pr. rozr.
14.15 **Akcja: Restauracja!**
15.15 **Ogniem i patelnią 3**
16.15 **Kuchenne rewolucje** – rozr.
17.15 **Magda gotuje internet**
17.50 **Apetyt na miłość** – pr. rozr.
18.50 **Dziecięce mistrzostwa wypieków** – telet. kulin.
19.50 **Kulinarny poker**
20.55 **Kulinarne podróże z Guyem Fierim** – mag.
22.05 **Pyszne miejscówki** – mag.
23.10 **Akcja: Restauracja! 19**
0.10 **Człowiek kontra jedzenie**
1.40 **Zamiana szefów kuchni**
3.40 **Apetyt na miłość** – pr. rozr.

DISCOVERY SCIENCE

6.00 **Jak to jest zrobione?**
8.00 **Jak działa wszechświat?**
11.00 **Pogromca mitów w akcji**
13.00 **Podziemne sekrety**
15.00 **Jak działa wszechświat?**
18.00 **Jak to jest zrobione?**
21.00 **Jak to jest zrobione? 25:** Piłkarzyki, mydło z Marsylii; Zestawy mebli kawowych, druk wypukły; Kule do gry w bule, biofarmaceutyki; Skórzane piłki do gry w koszykówkę, przesuwne zasuwy jazów – serial dokumentalny
23.00 **Zwykłe rzeczy – niezwykłe wynalazki 16**
1.00 **Jak działa wszechświat?**
4.00 **Podziemne sekrety**

NATIONAL GEOGRAPHIC

11.00 **Megamaszyny**
12.00 **Era supertransportu**
13.00 **Hitler: Siła dyktatury** (1)
14.00 **Wojna z ZSRR: Wielkie konstrukcje III Rzeszy** (1)
15.00 **Strzegąc granic**
16.00 **Egipt: Miejsce pełne tajemnic**
17.00 **Zaginione skarby Biblii**
18.00 **Wojna szpiegów** (1) – dok.
19.00 **Gułag – system śmierci** (1)
20.00 **Katastrofa w przestworzach: Lądowanie awaryjne**
21.00 **Inżynieria po katastrofie**
22.00 **Jak oni to zbudowali?**
23.00 **Mega Metro**
0.00 **Katastrofa w przestworzach**
1.00 **Życie na Alasce**

BBC EARTH

11.10 **Mroczne dzieje Pompejów** – serial dokum.
12.15 **Zielona planeta** – serial dok.
13.20 **Dynastie** – serial dokum.
14.25 **W okowach mrozu** – dok.
15.25 **Życie na pustkowiu: powroty** – serial dokum.
16.25 **Układ Słoneczny** – dok.
17.40 **Mroczne dzieje Pompejów** – serial dokum.
18.45 **Najpiękniejsze trasy spacerowe** – serial dokum.
19.45 **Przyszłość natury** – dok.
20.55 **Życie na pustkowiu: powroty** – serial dokum.
21.55 **W okowach mrozu** – dok.
22.55 **Zdrowa zmiana 2** – dok.
0.10 **Superchirurdzy: szansa na życie 2** – serial dokum.

WP

8.55 **Pogoda**
9.00 **Komisarz Cassandre: Zbrodnie w Alpach 7** (1)
10.55 **Pogoda**
11.00 **Policjanci w akcji** (9)
11.55 **Pogoda**
12.00 **Policjanci w akcji** (10-12)
15.00 **Policjanci z sąsiedztwa**
16.50 **Pogoda**
17.00 **Policjanci z sąsiedztwa**
19.00 **Policjanci z sąsiedztwa 2**
21.00 **Strażacy z sąsiedztwa 2**
21.55 **Pogoda**
22.00 **1, 2, 3... Kabaret! 3** – pr. rozr.
23.00 **Mistrzowie Kabaretu 14**
0.00 **Przebojowe kabarety**
1.00 **Mistrzowie Kabaretu 10**
2.00 **Mistrzowie Kabaretu 9**

NOWA TV

9.30 **Całkiem nowe lata miodowe** (10) – serial kom.
10.00 **Więzienie** – serial dokum.
10.30 **Miodowe lata** (97) – kom.
11.00 **Poirot 6** – serial kryminalny
15.00 **Świat według Bundych 4** (75-80) – serial komediowy
18.00 **Całkiem nowe lata miodowe** (7) – serial kom.
18.30 **Miodowe lata** (75, 76, 74) – serial kom., Pol. 1998-2001
21.00 **Zdrady** (107) – paradok., Pol.
22.00 **Ślad** (18, 19, 109) – krym., Pol.
1.00 **Łowca pedofilów** – dok.
3.00 **TV okazje**
3.50 **Wehikuł czasu**
4.00 **Sala operacyjna**
5.00 **Pod lupą** – magazyn

HGTV HOME & GARDEN

10.00 **Remontujemy dom na plaży 10 [2024]** – pr. rozrywk.
11.00 **Zarobić na remoncie 7**
11.31 **Usterka 11** (7, 8) – fab.-dok.
13.05 **Zbudujemy fajny dom**
14.00 **Zbudujemy fajny dom 2**
15.00 **Mieszkanie na miarę**
17.00 **Polowanie na ogród 8**
18.15 **Weekendowa metamorfoza 6** – pr. rozr.
20.05 **Dorota was urządzi!** – rozr.
21.35 **Będzie pięknie** – pr. rozr.
22.35 **House Hunters – Poszukiwacze domów 9**
0.50 **Kupujemy dom na plaży 25** – serial dokum.
1.45 **Remontujemy dom na plaży 5** – program rozrywkowy

TRAVEL CHANNEL

6.00 **Smakuj świat z Pascalem**
8.05 **Kobieta na krańcu świata**
10.10 **Niezwykłe Stany Prokopa**
12.15 **Ed Stafford poza cywilizacją** – serial dokum.
13.20 **Pojedynki Eda Stafforda**
14.20 **Człowiek kontra jedzenie**
14.55 **Kobieta na krańcu świata**
17.15 **Rodzina na campingu** – serial dokumentalny
19.15 **Ciężarówką przez Stany**
21.35 **Miasta, w których straszy** – serial dokumentalny
23.40 **Kobieta na krańcu świata**
1.25 **Ed Stafford poza cywilizacją** – serial dokum.
2.25 **Pojedynki Eda Stafforda**
3.30 **Rodzina na campingu**

NATIONAL GEOGRAPHIC WILD

10.00 **Weterynarz do zadań specjalnych:** Uparty kozioł
11.00 **Dzikie miejsca Europy**
12.00 **Śmierć przychodzi po zmroku:** Stranger Things
13.00 **Przedziwna planeta Ziemia:** Początek – serial dok.
14.00 **Dzikie koty z Indii**
15.00 **Walki zwierząt**
16.00 **Zjednoczone Stany Zwierzęce:** Wielka uczta
16.30 **Wyzwania natury**
17.00 **Oko w oko z dziką naturą**
18.00 **Dzikie lasy Australii** – dok.
19.00 **Zwierzaki w amoku**
20.00 **Niszczycielskie żywioły**
21.00 **Niezwykły dr Pol**
2.00 **Sekretne życie ośmiornic**

POLSAT VIASAT HISTORY

12.50 **Militarny ranking**
13.55 **Kleopatra: tajemnicza władczyni**
15.05 **Auschwitz: zapomniana muzyka** – film dokumentalny
16.35 **W poszukiwaniu biblijnej prawdy** (2) – dok., Wlk. Bryt.
17.45 **Wojna światowa: 1914-1945**
18.50 **Militarny ranking**
20.00 **Kryminologia starożytności**
21.00 **Życie prywatne przywódców Rzeszy**
22.00 **Sekrety Watykanu: papież i diabeł:** Pochodzenie zła
23.05 **Zaginione miasta Biblii** (2) – film dokum., Wielka Brytania

CANAL+ KUCHNIA

13.35 **M jak mięso 3:** Hiszpania
14.25 **ABC gotowania – kuchnia hiszpańska** – mag.
14.50 **Włoskie życie Sophie Grigson** – serial dokum.
15.45 **Luke Nguyen w Indiach**
16.15 **Sachie w Nowej Zelandii 2**
16.40 **Jamie gotuje w Gruzji**
17.35 **Luke Nguyen w Indiach**
18.30 **Sachie w Nowej Zelandii 2**
18.55 **Nie tylko kimchi 2** – mag.
19.25 **M jak mięso 4:** Turcja – dok.
20.15 **M jak mięso 10** – mag. kulin.
21.15 **Anthony Bourdain – miejsca nieznane 7** – dok.
23.55 **Bitwa na smaki...**

CANAL+ DOMO HD

11.55 **Pogromcy bałaganu 3**
12.50 **Gardeners' World 16**
14.05 **Cudotwórcy 7** – mag.
15.00 **Kupcie sobie zamek! 2**
15.55 **Daleko od miasta 13** – dok.
16.50 **Gardeners' World 16**
18.00 **Ucieczka na wieś 25** – dok.
18.55 **Wielkie projekty: Australia 10** – serial dokum.
20.00 **Daleko od miasta 12** – dok.
21.00 **Cudotwórcy 7** – mag.
22.00 **Cztery pory roku w ogrodach Kew** – dok.
22.50 **Gardeners' World 14**
0.00 **Luksusowa ucieczka 6**
0.55 **Pogromcy bałaganu 3**

SUPER POLSAT

10.30 **SuperMocni** – mag.
11.30 **Świat według Kiepskich** (365-368) – serial kom., Polska
13.30 **Bitwa o palety**
14.30 **Hell's Kitchen – Piekielna Kuchnia 5** – reality show, Pol.
16.00 **Ninja Warrior Polska**
17.55 **Świat według Kiepskich** (465, 466, 504, 505) – kom.
20.00 **Złomiarze** – serial dokum.
21.00 **Maksimum ryzyka** FILM – film sensacyjny, USA 1996
23.05 **Obsesja** FILM – thriller, USA 2009
1.25 **Świat według Kiepskich** (155, 444-447) – serial kom.

TVP KOBIETA

14.40 **Omnibus – szybcy i mądrzy – dogrywka**
15.00 **Operacja zdrowie** – mag.
15.30 **Ojciec Mateusz 30** (385, 386) – serial kryminalny
17.30 **Pieszo przez dziką Rumunię** – dok., Austria
18.30 **Żona dla Polaka**
19.30 **Miłość i nadzieja** (264)
20.30 **Wichrowe wzgórze** (245)
21.30 **La Promesa – pałac tajemnic** (245) – serial obycz.
22.30 **Moje wielkie greckie wesele 2** – komedia romantyczna, USA/Kan. 2016
0.15 **Niebezpieczne drogi**

PLANETE+

12.35 **Planeta Kalifornia** (1) – dok.
13.50 **Wiatr. Niewidzialna siła**
14.50 **Krajobrazy świata** – dok.
15.50 **Niezwykłe podróże koleją 5** – serial dokum.
16.55 **360° Świat bez granic**
18.00 **Dokąd dzisiaj? 4** – dok.
18.40 **Zdrajcy/Patrioci** – dok.
19.45 **Normanowie na Sycylii**
20.50 **Sowiecki futbol. W uścisku władzy** – dok.
22.00 **Berlin 1936. Olimpiada pod znakiem swastyki**
23.10 **Krótka historia miłości**
0.20 **Niezwykłe podróże koleją 5** – serial dokum.

TVP DOKUMENT

11.05 **W stronę sacrum:** Droga
12.05 **Saga prastarej puszczy**
13.05 **Tajemnice królewskiej posiadłości** – dok., Wlk. Bryt.
14.00 **Kraina górskich szczytów i rzek** – film dok., Niem. 2024
15.00 **Zagadkowe życie ptaków miejskich** (4) – film dokum.
16.00 **Czy to autyzm?** – film dok.
16.55 **W stronę sacrum**
17.55 **Sanatorium miłości**
18.50 **Moja córka zakonnica**
20.00 **Jerozolima – budowniczowie świętego miasta**
21.05 **Zabójcy planety**
22.10 **Głos** – film dokum., Pol. 2022

▶ – godzina zakończenia programu O – tylko dla dorosłych

TVP SPORT

10.30 Koszykówka mężczyzn: NBA
12.25 Koszykówka 3x3 : MŚ – Warszawa 2026 – turniej kobiet i mężczyzn **(live)**
16.20 Kamera TVP Sport
17.25 Ring TVP Sport – mag.
18.25 Koszykówka 3x3 kobiet: MŚ – Warszawa 2026 **(live)**
19.20 Koszykówka 3x3: Mongolia – USA, Polska – Czechy **(live)**
20.20 Koszykówka 3x3 kobiet: MŚ – Warszawa 2026 **(live)**



21.10 Koszykówka 3x3: MŚ – Warszawa 2026 – mecz: Łotwa – Mongolia, mecz: USA – Polska **(live)**
22.10 Piłka nożna: Francja – Wybrzeże Kości Słoniowej **(live)**
23.15 Sportowy wieczór
23.50 Piłka nożna: ME U-17 – Estonia 2026 – półfinał

EUROSPORT 1

8.00 Discovery golf – mag.
8.30 Tenis: Turniej French Open w Paryżu – mecz ćwierćfinałowy gry pojedynczej
10.00 Tenis: Turniej French Open w Paryżu – ćwierćfinał
11.00 Tenis: Turniej French Open w Paryżu – ćwierćfinał
12.00 Tenis: Turniej French Open w Paryżu – finał gry mieszanej **(live)**
15.00 Tenis: Turniej French Open w Paryżu – półfinał kobiet **(live)**



17.00 Tenis: French Open – półfinał kobiet **(live)**
19.15 Kolarstwo kobiet: Giro d'Italia – 6. etap
21.00 Żeglarstwo: SailGP w Nowym Jorku
22.00 Tenis: French Open – półfinał kobiet
23.00 Tenis: French Open – półfinał kobiet

POLSAT SPORT 1

6.00 Siatkówka kobiet: Liga Narodów: Belgia – Polska
8.00 Siatkówka kobiet: Liga Narodów – studio **(live)**
8.45 Siatkówka kobiet: Liga Narodów – mecz: Czechy – Polska **(live)**
11.00 Siatkówka kobiet: Liga Narodów – studio **(live)**
13.15 Siatkówka kobiet: Liga Narodów – mecz: Chiny – Tajlandia **(live)**
16.00 Siatkówka kobiet: Liga Narodów: Czechy – Polska
18.50 Piłka nożna – mecz towarzyski: Szwecja – Grecja **(live)**



21.00 Piłka nożna: Francja – Wybrzeże Kości Słoniowej **(live)**
23.00 Siatkówka kobiet: Liga Narodów: Czechy – Polska
0.45 Siatkówka kobiet: Liga Narodów – mecz: Brazylia – Dominikana **(live)**
3.00 Siatkówka kobiet: Liga Narodów: Czechy – Polska

TVP ABC

8.10 Ernest i Celestyna
8.30 Wissper
9.00 Tru i Tęczowe Królestwo
9.30 Domisie
10.00 Zwierzaki Czytaki
10.20 Przygody Bolka i Lolka
10.45 Reksio
11.05 Małe i duże przygody Miffy
11.35 Stacyjkowo
11.55 Strażak Sam
12.05 Strażak Sam 7
12.25 Domisie
13.00 Szkoła z Kleksem Bystrzakiem
13.20 Pszczółka Maja



13.50 Lupin wśród bajek
14.05 Lassie i przyjaciele
14.45 Yakari
15.15 Al-chemik
15.35 Bella i Sebastian
16.05 Krecio
16.35 Tygrysek Percy i jego opowieści
17.05 Dino Ranczo
17.30 Piotruś Królik 2

MINIMINI+

11.17 Koci domek Gabi
11.45 Mush-Mush i Grzybaszki
12.10 Strażak Sam 16
12.25 Blaze i megamaszyny 2
12.50 Moje urodziny
13.00 Blaze i megamaszyny 2
13.30 Koci domek Gabi
13.55 Moje urodziny
14.03 Kicia Kocia
14.22 Cloudy & Stormy
14.45 Gazu, pieski, gazu! 2
15.10 Baranek Shaun
15.36 Jeżyk Happy
15.55 Mały Charlie
16.05 Mega Ekspres
16.30 Ciekawski George 7



17.00 Strażak Sam 16
17.25 Staś i fajna Babcia
17.50 Moje urodziny
17.56 Smerfy
18.25 Leśna rodzina. Freya spełnia swoje marzenia
18.50 Baczne oczka
19.05 Kicia Kocia
19.25 Mały Charlie

TVN 24

6.00 Serwis informacyjny, Prognoza pogody
8.00 Serwis informacyjny, Prognoza pogody
10.00 Serwis informacyjny, Prognoza pogody
12.00 Serwis informacyjny, Prognoza pogody
14.00 Serwis informacyjny, Prognoza pogody
16.00 Fakty po południu
18.00 Serwis informacyjny, Prognoza pogody
18.20 Monika Olejnik. Otwarcie – program rozrywkowy
19.10 Serwis informacyjny



19.25 Fakty po Faktach
20.00 Serwis informacyjny, Prognoza pogody
20.30 Czarno na białym
21.00 Serwis informacyjny, Prognoza pogody
22.00 Szkło kontaktowe
23.00 Dzień po dniu
0.00 Fakty po Faktach
0.45 Superwizjer – mag.

CANAL+ SPORT

8.25 Premier League Stories (43)
9.00 Piłka nożna: Liga hiszpańska
11.15 Piłka nożna: Liga hiszpańska
13.30 Premier League Stories (43)
14.10 Champions Club
15.45 Piłka nożna: Liga hiszpańska
18.00 Premier League Stories (43)
18.30 Premier League Review
19.45 Boks: Gala w El Paso – waga lekka: S. Han – H. Holm
22.00 The Big Pete (4)
22.45 Sporty walki: ONE Friday Fights 156
1.00 Boks: BKFC Fight Night: Hollywood: Julian Lane – Bryce Henry **(live)**

EUROSPORT 2

12.30 Motocross: MŚ w Teutschenthal – 2. wyścig w klasie MXGP
13.00 Kolarstwo górskie: Zawody Pucharu Świata w Loudenvielle – zjazd kobiet i mężczyzn
14.30 Kolarstwo kobiet: Giro d'Italia – 5. etap
15.30 Kolarstwo kobiet: Giro d'Italia – 6. etap **(live)**
18.00 Kolarstwo: Giro d'Italia – Podsumowanie
19.00 Wspinaczka: Zawody World Series w Madrycie
20.00 Golf: The Memorial Tournament – 1. runda **(live)**
0.00 Kolarstwo kobiet: Giro d'Italia – 6. etap

POLSAT SPORT 2

9.00 Polsat Futbol Cast
10.00 Koszykówka mężczyzn: ORLEN Basket Liga – mecz półfinałowy fazy play-off
12.30 Lekkoatletyka: World Athletics Continental Tour Gold – Turku 2026
15.00 Koszykówka mężczyzn: ORLEN Basket Liga – mecz półfinałowy fazy play-off
17.00 Atleci
17.50 Piłka nożna: Słowenia – Cypr **(live)**
21.00 Lekkoatletyka: Diamentowa Liga w Rzymie **(live)**
23.30 Piłka nożna z archiwum
1.45 Siatkówka kobiet: LN – mecz: Kanada – USA **(live)**

NICKELODEON

8.10 Marsupilamki
8.40 Harmidom 5
9.30 Wylde Pak – zakręcona paka
9.55 Grzmotomocni: Tajniacy 2
10.25 Niebezpieczny Henryk 5
11.20 That Girl Lay Lay 2
11.50 Harmidom 4
12.45 Harmidom 3
13.05 SpongeBob Kanciastoporty 11
14.30 Harmidom
15.30 Smerfy 2
16.00 SpongeBob Kanciastoporty 9
16.25 SpongeBob Kanciastoporty 14
16.40 Patryk Rozgwiazda Show 4

TELETOON+

8.20 Kumple z dżungli – na ratunek!
8.47 Gadający Tom i przyjaciele 3
9.25 Dodo
9.55 Charlotte i trzy muszkieterki
10.26 Angelo rządzi
10.52 Siostry 2
11.22 Polly Pocket 6
12.16 Charlotte i trzy muszkieterki
12.45 Kumple z dżungli na ratunek! 3
13.13 Kumple z dżungli – na ratunek!
13.39 Polly Pocket 6
14.22 Dinuś i Lusia
14.50 Siostry 2

TVP INFO

15.30 Serwis Info Dzień
15.45 Panorama
16.00 Dzień w godzinę
17.00 Teleexpress
17.15 Teleexpress Extra
17.35 Panorama
17.42 Wykrywacz kłamstw
18.00 Panorama
18.30 Serwis Info Wieczór
19.30 Program informacyjny 19.30
20.18 Niebezpieczne związki
21.00 Kwiatki polskie
21.45 Panorama
22.10 Oko na świat
22.30 Program informacyjny 19.30
22.45 112. Magazyn kryminalny
23.00 Panorama dnia

CANAL+ SPORT 2

10.45 Tenis: Turniej WTA w Stuttgarcie: J. Rybakina – K. Muchová
13.10 Tenis: Turniej WTA w Madrycie – finał: Mirra Andriejewa – Marta Kostiuk
15.20 Tenis: Turniej WTA w Rzymie – finał: C. Gauff – E. Switolina
18.00 Tenis: Turniej WTA w Strasburgu – finał
20.45 Tenis: Turniej WTA w Brisbane – finał gry pojedynczej: Aryna Sabalenka – Marta Kostiuk
22.45 Tenis: Turniej WTA w Adelajdzie – finał: Mirra Andriejewa – Victoria Mboko
0.30 Tenis: Turniej WTA w Abu Zabi – finał gry pojedynczej: S. Bejlek – J. Aleksandrowa

ELEVEN SPORTS 1

6.00 Magazyn sportowy
6.30 Magazyn sportowy
7.00 Magazyn sportowy
7.30 Magazyn sportowy
8.00 Piłka nożna: Liga niemiecka
10.00 Piłka nożna: Liga hiszpańska
12.00 Piłka nożna: Liga włoska
14.00 Piłka nożna: Liga niemiecka
16.00 Piłka nożna: Liga włoska
18.00 Piłka nożna: Liga hiszpańska
20.00 Magazyn sportowy
20.40 Formuła 1: GP Kanady
22.40 Magazyn sportowy
23.20 Magazyn sportowy
0.00 Piłka nożna: Liga niemiecka
2.00 Piłka nożna: Liga włoska
4.00 Magazyn sportowy
4.30 Magazyn sportowy

POLSAT SPORT 3

6.00 Koszykówka mężczyzn: ORLEN Basket Liga
8.30 Piłka ręczna mężczyzn: ORLEN Superliga: PGE Wybrzeże Gdańsk – Ostrovia
11.00 Piłka nożna z archiwum
13.00 Siatkówka kobiet: Liga Narodów
15.00 Piłka nożna z archiwum
17.00 Siatkówka kobiet: LN
19.00 Piłka nożna z archiwum
21.15 Siatkówka kobiet: LN: Turcja – Holandia **(live)**
23.30 Siatkówka kobiet: LN
2.00 Sporty walki: Babilon MMA 50 w Ożarowie Mazowieckim – waga lekka: K. Mendlewski – F. Lamparski 07.12.2024

NICK JR.

8.20 Pan Krokodyl
8.45 Barbapapa i jego rodzinka
9.40 Tim Rex wśród gwiazd 2
9.55 Tim Rex wśród gwiazd
10.10 Przygody Misia Paddingtona
11.05 Małe Królestwo Bena i Holly
11.30 Dora 2
11.55 Rubble i jego ekipa 2
12.25 Rubble i jego ekipa
12.45 Psi Patrol 2
13.40 Barbapapa i jego rodzinka
14.35 Zwierzęce zagadki
15.05 Rogata ekipa
16.00 Małe Królestwo Bena i Holly
16.30 Psi Patrol 5

DISNEY JUNIOR

8.00 Spidey i superkumple
8.30 Klub Myszki Miki Plus
9.00 Bajkowa przygoda
FILM Goofy'ego – anim., USA 2016
10.00 Blue 2
11.00 Superkoty 2
11.30 Psia Brygada
12.00 Jej Wysokość Zosia
12.30 Blue
13.30 Klub Myszki Miki Plus
14.00 Superkoty
15.00 Iron Man i super ekipa
15.30 Spidey i superkumple
16.00 Blue
17.00 Klub Myszki Miki Plus
17.30 Jej Wysokość Zosia
18.00 Spidey i superkumple
18.30 Iron Man i super ekipa

POLSAT NEWS

10.00 W rytmie dnia
12.50 Wydarzenia 12:50
13.30 W rytmie dnia
15.30 Sport
15.50 Wydarzenia 15:50
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

CANAL+ SPORT 5

11.00 Premier League Stories
11.45 Piłka nożna: PKO BP Ekstraklasa – mecz: Legia Warszawa – GKS Katowice
14.10 Piłka nożna: Liga hiszpańska
16.30 Magazyn Metalkas 2. Ekstraliga
17.30 Żużel: Metalkas 2. Ekstraliga – mecz: Hunters PSŻ Poznań – Polonia Piła **(live)**
20.00 Żużel: Metalkas 2. Ekstraliga – mecz: Orzeł – Arged **(live)**
22.45 Premier League Review – magazyn piłkarski
0.00 Premier League: The Big Interview (43)

ELEVEN SPORTS 2

8.00 Magazyn sportowy
8.30 Magazyn sportowy
9.00 Magazyn sportowy
9.30 Magazyn sportowy
10.00 Formuła 1
12.00 Piłka nożna: Liga niemiecka
14.00 Piłka nożna: Liga włoska
16.00 Piłka nożna: Liga niemiecka
18.00 Magazyn sportowy
18.30 Magazyn sportowy
19.00 Piłka nożna: Liga włoska
21.00 Piłka nożna: Liga hiszpańska
23.00 Magazyn sportowy
23.30 Magazyn sportowy
0.00 Piłka nożna: Liga francuska
2.00 Magazyn sportowy

POLSAT PLAY

6.00 Dorwać tuńczyka
9.00 Wojny magazynowe
10.00 Container Wars
10.30 Wojny kontenerowe
11.00 Hardkorowy lombard
14.00 Polacy za granicą
16.00 Złomiarze
18.05 Poszukiwacze historii – serial dokumentalny
20.05 Drwale i inne opowieści Bieszczadu – serial dokumentalny
22.00 Górale
22.30 Rolnicy – Tak się żyje u nas na wsi
4.00 Starożytni kosmici

TVN TURBO

9.30 Zawodowi handlarze
11.45 Jeździć, obserwować
14.00 Naprawy nie do naprawy
15.30 Wojny samochodowe
18.30 Duda kontra Szafrański
19.15 Mobilni mechanicy
20.00 Prawko na świecie. Jazda bez zasad
20.45 Zawodowi handlarze
21.30 Z drugiej ręki
22.15 Uwaga! Oszust: Ściema z ogłoszenia
22.45 Wojny samochodowe
23.40 Ciężarówką przez Chile
0.40 Naprawy nie do naprawy
1.20 Wojny samochodowe

TVS

6.00 Telesprzedaż
7.05 Klachy i Lachy
8.10 Przy muzyce po Śląsku
8.35 Muzyczne dzień dobry
9.30 Przy muzyce po Śląsku
11.05 Klachy i Lachy
11.35 Muzyczne podróże
12.35 Spotkanie z balladą
13.40 Spotkanie z balladą
14.45 Koncert w TVS
16.45 Hansi Hinterseer zaprasza
18.45 Koncert w TVS
20.20 Koncert w TVS
22.25 Koncert w TVS
0.20 Śląska karuzela
1.45 Program muzyczny

TV TRWAM

12.50 Tyś jest Bóg prawdziwy
13.15 Najświętsze Serce – film
FILM religijny, Hiszpania 2020
14.50 Mateczniki Polskości
15.00 Po stronie prawdy
15.50 Ma się rozumieć
16.00 Informacje dnia
16.10 Z wędką nad wodę w Polskę i świat
16.35 Sól ziemi
17.00 Modlitwa w Sanktuarium św. Józefa w Kaliszu
19.30 Koncert Jednego Serca Jednego Ducha
22.00 Muzyczne chwile
22.45 Głos serca

Bardzo ważne w słonecznej pielęgnacji jest staranne zmycie kosmetyków z filtrami. Wówczas nie będą niepotrzebnie obciążać skóry.



POD RĘKĄ

W niektórych seriach słonecznych znajdziesz wygodne w użyciu sztyfty ochronne. Gdy masz naczynka, plamki, znamiona, warto je mieć pod ręką np. w torebce i aplikować je na newralgiczne miejsca w ciągu dnia.

TAKĄ OCHRONĘ DOCENI SKÓRA

Urodowy drogowskaz na ciepłe dni

Czekamy na słońce cały rok z utęsknieniem. Poprawia koloryt naskórka, dodaje nam urody oraz energii, ale zawsze warto je mieć pod kontrolą...

Oto, co radzą eskperci, by słońce zapewniło nam same korzyści… Niektóre zasady są znane, ale czy ich przestrzegamy?

Ważne o poranku

● Słońce szkodzi nie tylko na plaży, ale i w drodze do pracy, na spacerze, przez szyby auta. Dlatego każdego ranka, zwłaszcza gdy będziesz dłużej na zewnątrz, ważny jest krem z filtrami. Dobry wybór to tzw. krem miejski, a nie typowy z serii słonecznych. Jest idealny pod makijaż.

● Krem z filtrami warto poprzedzić lekkim kremem nawilżającym lub takim serum. Są też podkłady z filtrami. Wystarczy jeden kosmetyk z taką ochroną – albo krem, albo podkład.

Filtry superwybór

● Za radą ekspertów, także na co dzień, wybieraj teraz kosmetyk z SPF 30-50+. Nawet SPF 50+ nie jest blokerem. Warto stosować go także na plaży, słońce muśnie skórę bezpieczniej. Rodzaj filtrów ma znaczenie. Mineralne to dwutlenek tytanu (Titanium dioxide) i tlenek cynku (Zinc oxide). Kosmetyki z nimi są cięższe i bielą, ale lubi je np. skóra wrażliwa. Te z chemicznymi filtrami, np. Ethylhexyl Salicylate, Ethylhexyl Triazone, są lżejsze i nie bielą, ale mogą podrażniać. Dobry wybór to nowe preparaty z miksem filtrów lub hybrydowym np. Tinosorb M.

● Przy naczynkach sprawdzi się krem z filtrem IR. Zapobiega przegrzaniu i rumieniowi. Służy też cerze osłabionej wiekiem, przesuszonej.

Na działkę i plażę

● Przed pobytem w plenerze zabezpiecz skórę… też pod ubraniem. Na twarz objętość jednej łyżeczki, na ciało – ok. 6. Powtarzaj co dwie godziny lub częściej, gdy się spociłaś, po basenie.

● Słońce dawkuj. Nawet dłuższy spacer w godzinach 11-15, może skutkować poparzeniem. Wskazane jest nakrycie głowy rzucające cień, koszulka chroniąca kark i ramiona, a na plaży relaks pod parasolem.

NA PÓŁCE

Pomocny kwartet

Zestaw Recovery Kit Néonail to 4 miniprodukty do pielęgnacji stóp: żel, balsam, maska i krem. Sprawdzą się np. na wyjeździe i jako testery.



• ok. 19 zł (4 saszetki)

Dla panów

Woda toaletowa United MEN s.Oliver to aromatyczno-drzewna kompozycja zapachowa. Niesie orzeźwiającą woń cytryny i nutę ziół uzupełnionych paczulą oraz mchem. Wegańska.



• ok. 110 zł (50 ml)

Eliksir w płacie

Odżywcza maseczka w płacie Berry Well Resibo jest jak nawilżająco-odżywczy shot. W 15 minut przynosi skórze ukojenie. Z ceramidami, które odbudowują strukturę skóry.



• ok. 27 zł (1 szt.)

Na lśniące włosy

Odbudowujący olejek w żelu Glow Peptide Neboa wspomaga pielęgnacji pasm na całej długości i na końcach. Wygładza je, zmniejsza puszenie, dodaje blasku.



• ok. 40 zł (50 ml)

Więcej niż zapach

Perfumowana termoochrona Cherry Lady Sessio otula włosy wiśniową wonią. Zabezpiecza je przed uszkodzeniami spowodowanymi temperaturą np. z suszarki czy prostownicy.



• ok. 20 zł (150 ml)

WIĘCEJ PORAD ZNAJDZIESZ NA: SPRAWDZONE.PL

FOT. Adobe Stock, mat. prasowe

TWOJA WIZYTÓWKA

Mocne i gęste włosy

Wypadanie włosów to problem, który dotyka wiele z nas – osłabiają je stres, niedobory składników, ale także np. mycie w gorącej wodzie. Zdrowa dieta, odpowiednia pielęgnacja i wspomagające suplementy diety pomogą wzmocnić cebulki i odzyskać gęstą, lśniącą czuprynę. Oto praktyczne porady.

- Warto jeść produkty bogate w witaminy z grupy B (np. zbożowe pełnoziarniste, jajka, orzechy), zawierające też dużo witaminy C (cytrusy, porzeczki, natka, papryka), A (marchew, szpinak) i E (awokado, migdały). Te przeciwutleniacze neutralizują wolne rodniki, zapobiegając wypadaniu i siwieniu włosów. Aminokwasy z białka (mięso, ryby, rośliny strączkowe) budują strukturę włosa, wydłużając fazę wzrostu (anagen).
- Dodatkowo pomogą preparaty z kompleksem aminokwasów zawierających siarkę, biotynę, cynk i ekstrakty roślinne. Dostarczają włosom budulca (keratyny), regulują ich cykl wzrostu (skracając fazę katagenu i telogenu), chronią przed czynnikami środowiskowymi. Regularna suplementacja przez cały rok to włosy gęste, lśniące i gładkie.
- Myj włosy delikatnymi szamponami bez SLS, stosuj odżywki z keratyną. Raz w tygodniu nałóż maskę nawilżającą. Ogranicz suszenie gorącym powietrzem i stylizację na gorąco. Masaż skóry głowy poprawi w niej krążenie i wzmocni cebulki włosowe.
- Odreagowuj stres – praktykuj jogę, chodź na długie spacery, gdy tylko możesz, przebywaj na łonie natury.



Używaj szczotki, która dzięki kulistym zakończeniom, masuje skórę głowy.

FOT. Adobe Stock, arch./123 RF/Picsel

REKLAMA

BOGATY SKŁAD – GĘSTE WŁOSY

NAWŁOSAN





Zadbaj o piękne i gęste włosy!

Suplement diety NAWŁOSAN zawiera starannie dobraną kombinację 7 składników o kompleksowym działaniu na kondycję włosów - zawiera **aminokwasy**, takie jak L-metionina i cysteina, które zwiększają odporność włosów i paznokci oraz wspomagają ich wzrost. Preparat zawiera także **witaminy**, m.in. B7, czyli biotynę, która pomaga zachować zdrowe włosy i skórę oraz **minerały** (cynk, krzem oraz siarkę organiczną MSM, zwaną potocznie „minerałem piękna", która wpływa pozytywnie na włosy i paznokcie). Jednym słowem bogaty skład ważny dla gęstych włosów.

Wystarczy 1 tabletka dziennie!

ODŻYWIENIE TWOICH WŁOSÓW

SimplyYou Poland



Uniesienie ramion ponad głowę pomaga nabrać głębiej powietrza.

EKSPERCI WYJAŚNIAJĄ

Skąd zadyszka bez wysiłku

To nie zawsze jest wina wieku czy „kanapowego" stylu życia. Podpowiadamy, co w takiej sytuacji warto sprawdzić.

Jest naturalną reakcją organizmu na intensywny wysiłek fizyczny. Jej objawy to przyspieszony, spłycony oddech, uczucie ściskania w klatce piersiowej lub niemożność wykonania pełnego wdechu. Zazwyczaj mijają one po 1-3 minutach od zatrzymania się. Jednak gdy zadyszka pojawia się bez wyraźnej przyczyny, np. podczas spokojnego spaceru albo w spoczynku, a nie masz żadnej choroby układu oddechowego (np. POChP, astmy), warto możliwie szybko sprawdzić, jaka jest jej przyczyna. Oto kilka najczęstszych.

Anemia

- Gdy mamy niedobór czerwonych krwinek lub hemoglobiny we krwi, organizm nie może transportować właściwej ilości tlenu do tkanek. Anemia zwykle wynika z niedoboru żelaza, czasem także witaminy B12 lub kwasu foliowego.
- Należy zacząć od zmiany diety – jeść więcej mięsa i zielonych warzyw, a ograniczać produkty, które utrudniają przyswajanie żelaza (mocna kawa, herbata, warzywa bogate w szczawiany, np. botwina, rabarbar, szczaw).

Kłopoty z sercem

- Duszność w spoczynku może świadczyć o problemach kardiologicznych, takich jak: niewydolność serca – nie jest ono w stanie efektywnie pompować krwi, choroba wieńcowa – zwężenie naczyń krwionośnych utrudnia przepływ krwi, arytmia – nieregularna praca serca może powodować uczucie braku tchu, nadciśnienie tętnicze – wysokie ciśnienie obciąża serce.
- Warto regularnie badać ciśnienie tętnicze i poziom cholesterolu oraz unikać stresu, który sprzyja arytmii. Dobrze jest również stosować dietę bogatą w zdrowe tłuszcze (np. oliwa z oliwek, orzechy, ryby).

Zmiany w kręgosłupie

- Zadyszka od zwyrodnień? Tak, to możliwe. Jeśli wskutek zmian w kręgach chodzisz zgarbiona, pogarsza się też twoje oddychanie, co sprawia, że organizm jest niedotleniony.
- Postaraj się o skierowanie na rehabilitację (od ortopedy lub lekarza rodzinnego). Doraźnie próbuj pogłębiać oddech, np. poprzez uniesienie nad głowę rąk podczas nabierania powietrza.

KIEDY PILNIE DO LEKARZA?

Zadyszka bez wysiłku zawsze powinna skłonić do wizyty u internisty lub specjalisty, zwłaszcza gdy towarzyszą jej: ból w klatce piersiowej, zawroty głowy, omdlenia, obrzęki nóg, uczucie kołatania serca.

NA PÓŁCE

Na różne rany

Ranisilver to spray i maść na bazie mikronizowanego srebra i kwasu hialuronowego, z witaminą E i fitokolagenem akacjowymo. Wspomagają leczenie ran, oparzeń i odleżyn.



• ok. 39-45 zł (50-125 ml)

Aby lepiej widzieć

Maculoft – suplement diety z cynkiem, luteiną, zeaksantyną, kwasami omega-3, witaminą D i E. Korzystnie wpływa na narząd wzroku. Bogaty skład zamknięty w małej, łatwej do połknięcia kapsułce.



• ok. 37 zł (30 kaps.)

Gdy boli gardło

Floradix Gardło jest ziołowym syropem zawierającym wyciągi i destylaty z wielu ziół, jak również z czystego miodu i słodu, które korzystnie wpływają na błony śluzowe górnych dróg oddechowych.



• ok. 22 zł (100 ml)

5 ziół z Alp

Maść Alpejska – silnie rozgrzewa okolicę stawów i mięśni, daje uczucie ulgi. Poprawia tolerancję mięśni na wzmożony wysiłek fizyczny. Idealna po treningu.



• ok. 12 zł (100 ml)

Przy suchości oczu



Dexoftyal żel do oczu zawiera dekspantenol 5-proc., który umożliwia utrzymanie nawilżenia oraz ochronę powierzchni oka, zapewniając długotrwałe złagodzenie objawów suchości oczu.

• ok. 32 zł (10 g)

WIĘCEJ PORAD ZNAJDZIESZ NA: SPRAWDZONE.PL

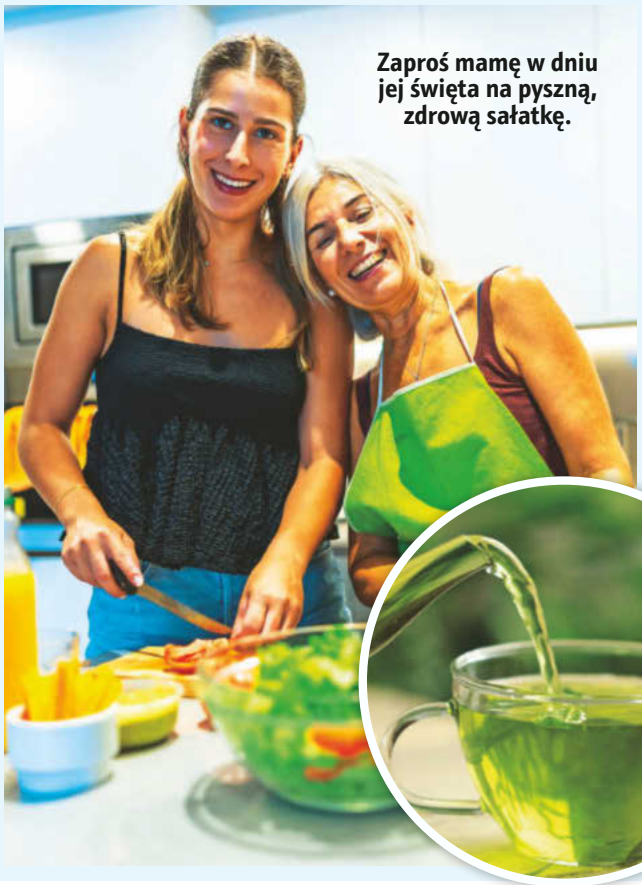
FOT. Adobe Stock, mat. prasowe

MINIPRZEWODNIK PO ODCHUDZANIU

Kilogramy w dół!

Chciałabyś schudnąć, ale nie wiesz, jak to zrobić? Poniższe wskazówki pomogą ci osiągnąć upragnioną wagę.

- Podstawą efektywnego odchudzania jest spożywanie mniejszej ilości kalorii, niż zużywa nasz organizm. Dlatego tak ważne jest, by znać swoje dzienne zapotrzebowanie kaloryczne i świadomie planować posiłki, sprawdzając kaloryczność produktów. Najlepiej w tej kwestii poradzić się dietetyka, który opracuje dla nas indywidualny program żywieniowy. Na pewno warto zwiększyć w diecie ilość błonnika. Jest on niezbędny w procesie odchudzania. Zwiększa uczucie sytości i ogranicza podjadanie. Do tego reguluje poziom glukozy we krwi. Zamiast tradycyjnych trzech posiłków, rozważ częstsze, mniejsze porcje. Taki sposób odżywiania stabilizuje poziom cukru we krwi, zapobiega nagłym spadkom energii i zmniejsza ryzyko przejedzenia.
- Regularne ćwiczenia nie tylko spalają kalorie. Poprawiają metabolizm, wzmacniają mięśnie i zwiększają ogólną wydolność organizmu. Połączenie ćwiczeń siłowych i aerobowych (jak trucht, jazda na rowerze, fitness) daje optymalne rezultaty.
- Jeśli potrzebujesz wesprzeć się suplementami diety, sięgnij po te zawierające naturalne składniki – np. wyciąg z owoców garcini cambogia, które są źródłem kwasu hydroksycytrynowego pomagającego kontrololować łaknienie i zmniejszającego apetyt na słodycze. Inne pożądane ekstrakty to ten z zielonej herbaty lub kawy, gorzkiej pomarańczy, pokrzywy, pieprzu kajeńskiego.



Zaproś mamę w dniu jej święta na pyszną, zdrową sałatkę.

REKLAMA





JAK ZABEZPIECZYĆ SWOJE INTERESY

Remont bez umowy

Gdy zakres prac jest niewielki, zwykle machamy ręką na pisemną umowę. Warto jednak wiedzieć, jak zadbać o dowody na wypadek problemów z fachowcem.

Zacznij od sprawdzenia fachowca. Opinii poszukaj w internecie. Pomocne są komentarze zamieszczane w mediach społecznościowych, w wyszukiwarce Google i w serwisach łączących zleceniodawców z wykonawcami, np. Fixly.pl czy Oferteo.pl.

Wystarczy SMS

● Ustalenia najlepiej potwierdzać SMS-em albo e-mailem. Nawet, jeśli umawiasz się z fachowcem osobiście i wszystko uzgodniliście na miejscu, wyślij mu wiadomość z podsumowaniem: jaki ma być zakres prac, jaki termin wykonania i jakie wynagrodzenie. Poproś, by potwierdził, odpisując choćby tylko „tak". Taką formę (tzw. dokumentową) przepisy dopuszczają jako alternatywę do pisemnej umowy. W razie sporu będzie stanowiła dowód.

● Nawet jeśli współpraca układa się świetnie, zadbaj o to, żeby mieć dokumentację na każdym etapie prac. Rób zdjęcia (lub filmiki) zanim zacznie się remont, i na każdym jego etapie.

Jak się rozliczać

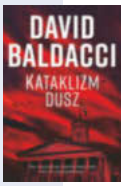
● Przy drobnym remoncie kwotę (choćby przybliżoną) fachowiec powinien podać z góry. To rozliczenie ryczałtowe. Kwota powinna obejmować wszystkie ustalone prace. Wykonawca nie może żądać więcej, nawet jeśli zajęły mu one więcej czasu niż przewidywał. Jeśli jednak umówicie się na rozliczenie kosztorysowe, czyli na określoną stawkę za każdą czynność, kwota finalna może być wyższa (rzadziej niższa) niż zakładałaś na początku. Jeśli taki sposób rozliczeń ustalicie, poproś, by fachowiec uzgadniał z tobą zakres prac na każdym etapie.

● Niezależnie od formy rozliczenia, najlepiej płacić transzami, po odbiorze poszczególnych etapów (nie z góry). Domagaj się pokwitowania przyjęcia gotówki (wystarczy napisać na kartce, np.: „przyjąłem 1000 zł za odmalowanie pokoju, data, podpis").

NA PÓŁCE

Kataklizm dusz

DAVID BALDACCI



Jack Lee jest prawnikiem, który podjął się obrony czarnoskórego mężczyzny oskarżonego o morderstwo białego małżeństwa. Wspólnie z czarnoskórą prawniczką z Chicago walczą o szansę na uczciwy proces i sprawiedliwość. **Wyd. MUZA S.A.**

Nostalgia. Rzecz o moich ukochankach

MAŁGORZATA KALICIŃSKA



Historia dojrzałej kobiety, wdowy, która próbuje poukładać swoje życie i uczucia. Między Warszawą a mazowiecką wsią, między przeszłością a teraźniejszością, na nowo odnajduje siebie. **Wyd. Poradnia K.**

Dziewczyna z jeziora

JOANNA PARASIEWICZ



Trzej młodzi nurkowie przyjeżdżają na Mazury, aby przeprowadzić badania archeologiczne dna jeziora, a przy okazji dobrze się zabawić. Nie zdają sobie sprawy z tragicznej przeszłości tego miejsca... **Wyd. Mando**



CZY ZNASZ TEN SPORT?

Lot bez spadochronu

Indoor skydiving polega na swobodnym unoszeniu się w pionowym tunelu aerodynamicznym. Silny strumień powietrza pozwala poczuć prawdziwą wolność latania w bezpiecznych warunkach. To także młoda dyscyplina sportowa, w której zawodnik wykonuje w powietrzu widowiskowe akrobacje. Pierwszy Flyspot, czyli miejsce, w którym odbywają się loty, został otwarty zaledwie 12 lat temu, a dziś mamy już mistrzynię świata w tej dziedzinie – Maję Kuczyńską.

WAŻNY ADRES

Mapa „Gdzie się ukryć"

Została stworzona przez Państwową Straż Pożarną, pozwala błyskawicznie zlokalizować najbliższe miejsca doraźnego schronienia na terenie całej Polski. Mapa pokazuje 70 tysięcy obiektów takich jak piwnice, garaże podziemne, stacje metra i tunele, gdzie można się ukryć np. w razie huraganu czy innych zagrożeń. Nie tylko znajdziemy na niej najbliższy punkt, ale też skorzystamy z funkcji wyznaczania trasy czy pomiaru odległości do tego miejsca. Po wcześniejszym pobraniu danych mapa działa bez dostępu do internetu. Łatwo z niej korzystać w telefonie lub w przeglądarce w komputerze.



FOT. Adobe Stock, materiały redakcyjne/AI, materiały prasowe

WAKACJE OFFLINE

Lato z dzieciakami bez smartfona

Warto zacząć od uświadomienia sobie prostego faktu: zakazy rzadko działają. Jeśli rodzic nagle ogłosi „w wakacje nie ma internetu", najczęściej wywoła bunt. Dzieci potrzebują alternatywy, a nie samego ograniczenia. Kluczowe jest więc pokazanie, że świat poza ekranem może być ciekawszy niż kolejny filmik czy gra.

Dzieci lubią aktywności, które angażują emocje i dają poczucie przygody. Wspólna wyprawa rowerowa, noc pod namiotem, podchody, rodzinne planszówki czy choćby pieczenie kiełbasek w ognisku mają szansę wygrać z telefonem – pod warunkiem, że uczestniczą w nich także dorośli.

Dobrym pomysłem jest wprowadzenie jasnych wakacyjnych zasad. Na przykład: telefon tylko godzinę dziennie. Ważne jednak, by reguły dotyczyły całej rodziny. Wspólny „detoks" buduje atmosferę współpracy, a nie kary.

Czasem dzieci uciekają w ekran z nudów. Tymczasem nuda wcale nie jest wrogiem – to właśnie z niej rodzą się najlepsze pomysły. Warto jednak pamiętać, że nie wszystkie dzieci potrafią zamienić nudę w kreatywną zabawę. Często wystarczy mała podpowiedź, np. „Może zbudujesz bazę z koców?" albo „A co gdybyśmy zrobili mapę skarbów?". Nie chodzi o to, by organizować każdą minutę, ale by pomóc dziecku „przestawić się" z trybu biernego odbioru na działanie.

Nie masz pomysłu na zabawy z dziećmi? Inspiracji szukaj w książkach.



FOT. Adobe Stock, mat. prasowe

REKLAMA



PRZYDATNE W DOMU

Z ziarnami

Odkryj wyjątkowy smak suszonych pomidorów z pestkami dyni w oleju z ziołami, które wzbogacą każdą przekąskę. Sprawdzą się też jako dodatek do potraw.



Serwuj je na zimno z wędlinami, serami, w sałatkach albo do sosów i dań mięsnych.

Ole!, 11,69 zł/ 305 g

Postaw na wyrazistość

Szukasz czegoś więcej niż zwykły sos? Sosso po węgiersku to wyrazisty miks aromatycznego bakłażana, zielonej papryki i ostrego chili. To idealna odpowiedź na potrzebę ostrych i konkretnych smaków. Podkręci smak gulaszu lub kanapek!



Mosso, 6,79 zł/340 g



Z nutą Japonii

Czekolada mleczna z miso i karmelem to duet słodyczy i wytrawnego smaku. Rozpływająca się w ustach czekolada idealnie komponuje się z karmelem o palonym aromacie, a dodatek pasty miso wprowadza nutę umami.

E.Wedel, 4 zł/100 g



Pyzy czy knedle?

Ten dylemat zna każdy miłośnik domowej kuchni. Puszyste, delikatne albo z soczystym nadzieniem w środku – niezależnie od wyboru, jedno jest pewne: będzie pysznie. Sprawdź, na co dziś masz ochotę!

Aby kluski były delikatne, sprężyste i nie stały się twarde, nie wyrabiaj ciasta za długo. W przypadku knedli kluczowe jest dokładne zamknięcie nadzienia i równomierna grubość ciasta, dzięki czemu nie się rozpadną.

Marchewkowe knedliki

SKŁADNIKI: ● **200 g bułek** ● **200 ml soku marchwiowego** ● **200 g marchewek** ● **1 cebula** ● **2 jajka** ● **500 g kalarepki** ● **3 dymki** ● **80 g sera żółtego** ● **70 ml bulionu** ● **150 g śmietany 30%** ● **6 gałązek natki** ● **olej** ● **sól** ● **pieprz**

PRZYGOTOWANIE:

1. Bułki pokrój w kostkę, zalej sokiem, odstaw na 15 minut. Marchewki obierz i zetrzyj. Posiekaną cebulę zrumień na oleju. Ser zetrzyj, wymieszaj z jajkami, bułkami, marchewką, cebulą i posiekaną natką. Przypraw solą, pieprzem.

2. Podłużną formę wyłóż pergaminem. Nałóż masę. Przykryj pergaminem. Formę wstaw do większej blachy, wlej 1 litr wrzątku. Piecz 45 minut w 200°C. Kalarepkę obierz, pokrój w słupki i usmaż na 2 łyżkach oleju. Wlej bulion, gotuj 5 minut. Dodaj posiekane dymki i śmietanę, gotuj 3 minuty. Przypraw. Podaj z knedlikami.

Czas przygotowania: 60 minut
Porcje: 4
Stopień trudności: średni

Pyzy ziemniaczane z mięsem

SKŁADNIKI: ● **po 500 g ugotowanych i surowych ziemniaków** ● **240 g mąki** ● **2 jajka** ● **400 g ugotowanego mięsa z rosołu** ● **3 ząbki czosnku** ● **150 g wędzonego boczku** ● **olej** ● **słodka papryka** ● **suszony majeranek** ● **sól** ● **pieprz**

PRZYGOTOWANIE:

1. Mięso zmiel z obranym czosnkiem. Dodaj 1 jajko i przyprawy, wyrób.

2. Ugotowane ziemniaki utłucz, a surowe obierz, zetrzyj na tarce, odciśnij. Połącz z gotowanymi ziemniakami, 1 jajkiem i mąką. Wyrób ciasto.

3. Z ciasta uformuj wałek, pokrój go na kawałki. Każdy kawałek rozpłaszcz, ułóż na nim farsz mięsny. Zlep, formując kulki.

4. Pyzy wrzuć na posolony wrzątek. Gotuj 4 minuty od wypłynięcia na powierzchnię. Wyjmij. Boczek pokrój, wysmaż na łyżce oleju. Dołóż pyzy, smaż na złoto 2-3 minuty.



Czas przygotowania: 70 minut
Porcje: 4
Stopień trudności: trudny

WIĘCEJ PORAD ZNAJDZIESZ NA: SPRAWDZONE.PL

Kopytka serowe w sosie

SKŁADNIKI: ● 320 g mąki ● 500 g ricotty ● 2 jajka ● po 75 g tartego parmezanu i szynki dojrzewającej ● sól ● 3 marchewki ● 2 pietruszki ● 1 cebula ● 500 ml bulionu ● 250 g śmietany 30% ● 2 łyżki orzechów pekan ● po 2 łyżki oleju i cukru ● masło ● pieprz ● tymianek

PRZYGOTOWANIE:

1. Zagnieć ciasto z 300 g mąki, łyżeczki soli, ricotty, jajek i parmezanu. Uformuj wałeczki. Pokrój je na kawałki, każdy lekko dociśnij widelcem. Kopytka gotuj w osolonej wodzie po 2-3 minuty od wypłynięcia.

2. Warzywa obierz, pokrój w kostkę i wrzuć na rozgrzany olej. Posyp resztą mąki, zasmaż. Wlej bulion i śmietanę. Gotuj 10 minut. Przypraw solą i pieprzem.

3. Orzechy posiekaj, upraż, posyp cukrem i skarmelizuj. Kopytka obsmaż na maśle, włóż do sosu. Posyp orzechami i paseczkami szynki. Ozdób tymiankiem.

Czas przygotowania: 60 minut
Porcje: 4
Stopień trudności: średni





Kluski z kaszą i jarmużem

SKŁADNIKI: ● 250 g jarmużu ● 4 cebule ● 50 g masła ● 750 ml mleka ● 375 g kaszy manny ● 3 jajka ● 100 g wędzonego sera żółtego ● 125 g boczku ● olej ● sól ● pieprz ● gałka muszkatołowa

PRZYGOTOWANIE:

1. Jarmuż zblanszuj 4 minuty. Pokrój w kostkę 1 cebulę i zeszklij na 10 g masła. Dodaj jarmuż, usmaż.

2. Mleko zagotuj z resztą masła, łyżeczką soli oraz pieprzem i gałką. Wsyp kaszę mannę. Gotuj, mieszając, aż zbije się w kulę. Zdejmij z kuchenki. Wbij 1 jajko, dołóż jarmuż, wymieszaj. Odstaw na 5 minut. Wmieszaj pozostałe jajka i starty ser. Uformuj okrągłe kluski. Wrzuć je na posolony wrzątek i gotuj 15 minut.

3. Resztę cebuli obierz, pokrój w plastry. Boczek pokrój w kostkę. Usmaż na oleju z cebulą. Podaj do klusek.

Czas przygotowania: 90 minut
Porcje: 6
Stopień trudności: średni

Krokieciki z mozzarellą

SKŁADNIKI: ● po 500 g ugotowanych i surowych ziemniaków ● 240 g mąki ● 1 jajko ● 500 g passaty pomidorowej ● 12 kulek mozzarelli mini ● 100 g startej goudy ● 1 cebula ● bazylia ● olej ● sól ● pieprz ● cukier

PRZYGOTOWANIE:

1. Cebulę obierz, posiekaj i zeszklij na łyżce oleju. Wlej passatę, gotuj 5 minut. Sos przypraw solą, pieprzem i cukrem, wlej do naczynia do zapiekania.

2. Ugotowane ziemniaki utłucz lub przeciśnij przez praskę. Surowe ziemniaki obierz, zetrzyj na tarce, odciśnij. Połącz z gotowanymi ziemniakami, 1 jajkiem i mąką. Wyrób ciasto.

3. Uformuj wałek, pokrój go na kawałki. Każdy kawałek rozpłaszcz, ułóż na nim kuleczkę mozzarelli. Zlep, formując knedle. Włóż je do sosu. Posyp startą goudą. Przykryj naczynie. Piecz 35 minut w 180°C. Udekoruj bazylią.

Czas przygotowania: 70 minut
Porcje: 4
Stopień trudności: średni



FOT. House of Food, mat. prasowe

MEKSYK

Plaże tak białe, że rażą w oczy

Cancun na Półwyspie Jukatan jest największym, najbardziej znanym i najbezpieczniejszym kurortem wakacyjnym wschodniego wybrzeża Meksyku. Stąd nikt nie wyjedzie niezadowolony.



Chitchen Itza to miejsce bezcenne dla kultury, a piramida Kukulkana zbiera ponoć moc z kosmosu!

Najsłynniejsza grobla na półwyspie Jukatan. To pas hoteli i plaż wzdłuż bardzo ciepłego morza czyli Cancun.

Podarujmy sobie odrobinę luksusu albo zadba o to personel hotelu. Polska dobrze im się kojarzy, choć nie bardzo wiedzą, gdzie leży.



Cenote Ik Kil – trudno uwierzyć, że takie miejsce istnieje naprawdę. W tej studni można pływać!



Wzdłuż morza ciągnie się wielokilometrowa grobla. Przez jej środek prowadzi droga. Po jednej stronie lazurowa w ostrym słońcu laguna, po drugiej rząd hoteli ustawionych najlepszymi pokojami w stronę plaży. Z drugiej strony każdy hotel ma wyjście wprost na brzeg morza. Jest cudownie.

Tak pięknie rozkwita wiosna

I kiedy wyjdziemy na tę plażę i spojrzymy w obie strony, nie dostrzeżemy jej końca. W jedną stronę prowadzi ku najdalszym od centrum hotelom. Tam plaża robi się szersza, czasem na jej granicy rosną palmy, zawsze na kamieniach wygrzewają się spore jaszczurki – iguany. Wszystko to wygląda jak z amerykańskiego filmu o życiu w luksusie.

Pogoda nie dla bogaczy

W każdym razie nie tylko. Bo w kurortach Meksyku poziom usług turystycznych jest dużo wyższy niż w Europie. To dlatego, że przyjeżdżają tu głównie Amerykanie. Aroganccy, kapryśni i wymagający. Zatem nawet hotel trzygwiazdkowy ma swoją plażę (nie jest zamknięta, można przez nią spacerować), na której kelner roznosi gościom non stop drinki i przekąski (najczęściej w cenie).

Niebo dla romantyków

Tego raju nie chce się opuszczać. Właściwie życie cały dzień toczy się na plaży, na hotelowy basen przychodzą tylko ci, którzy chcą napić się drinka w barze na jego środku. Stołki stoją w wodzie. Może nie jest to rozsądne, ale chętnych nie brakuje.

Nie tylko leniwe plażowanie

Jeśli jednak te przyjemności się znudzą, trzeba ruszyć ku cudom cywilizacji Majów albo natury. Jest ich wiele, ale najsłynniejszy znajdziemy w Chitchen Itza. Stoi tam między innymi piramida Kukulkana z kosmiczną energią (już nie można na nią wchodzić), ale cały teren jest fascynujący.

A po drodze z Cancun kryje się gigantyczna naturalna skalna studnia Cenote Ik Kil. Można w niej pływać i jest to doświadczenie mistyczne. Wstęp tylko 9 $!

PAWEŁ ZAPAŁA

FOT. Adobe Stock

czy pamiętasz, że... 29 maja – 4 czerwca

4.06.1926 – IGNACY MOŚCICKI OBJĄŁ URZĄD PREZYDENTA RZECZYPOSPOLITEJ

Patent na prezydenta

Złożenie przysięgi odbyło się na Zamku Królewskim w Warszawie, ale poprzedzały je dramatyczne wydarzenia. „Kandydat na prezydenta musi stać ponad stronnictwami, winien umieć reprezentować cały naród" – powiedział Józef Piłsudski do przedstawicieli stronnictw parlamentarnych kilkanaście dni po zamachu stanu, który przeprowadził w Polsce. A 31 maja 1926 r. Zgromadzenie Narodowe wybrało Piłsudskiego prezydentem RP. On nie przyjął urzędu, za to wskazał kandydata – Ignacego Mościckiego – naukowca, który w swoim dorobku miał ponad 60 prac i patentów.



2.06.1989 – PREMIERA FILMU „STOWARZYSZENIE UMARŁYCH POETÓW"

Uczyć i inspirować

Dziś ta wyreżyserowana przez Petera Weira historia nauczyciela literatury, który staje się dla swoich uczniów nauczycielem życia, ma już status filmu kultowego. A kreacja Robina Williamsa, nominowanego za rolę Johna Keatinga do Oscara, uznawana jest za jedną z najważniejszych w jego karierze.



W SKRÓCIE

29.05.1921 – rozpoczęła się budowa portu w Gdyni.
30.05.1901 – w Warszawie urodził się Mieczysław Fogg.
31.05.1930 – w San Francisco urodził się Clint Eastwood.
1.06.1980 – w Stanach Zjednoczonych rozpoczęła działalność stacja telewizyjna CNN, nadająca całodobowo informacje.
2.06.1953 – w Opactwie Westminsterskim odbyły się uroczystości koronacyjne Elżbiety II.
3.06.1939 – w Warszawie na Torze Wyścigów Konnych na Służewcu rozegrano pierwszą gonitwę.
4.06.1989 – w Polsce przeprowadzono pierwszą turę wyborów do Sejmu i Senatu. Zakończyła się ona zwycięstwem „Solidarności".

HOROSKOP Od 29 maja do 4 czerwca 2026



Baran 21.3 – 20.4

MIŁOŚĆ Poczujesz przypływ odwagi w okazywaniu uczuć. Warto porozmawiać o wspólnych planach. **PRACA** Czeka Cię tydzień pełen wyzwań. Szybkie decyzje przyniosą korzyści finansowe. **ZDROWIE** Znajdź czas na uprawianie sportu na świeżym powietrzu.



Byk 21.4 – 21.5

MIŁOŚĆ Spokój w relacjach da Ci poczucie bezpieczeństwa. Singielki mogą odnowić dawną znajomość. **PRACA** Unikaj uporu w sporach zawodowych – elastyczność ułatwi osiągnięcie porozumienia. **ZDROWIE** Zadbaj o pełnowartościowe posiłki, spaceruj po pracy.



Bliźnięta 22.5 – 21.6

MIŁOŚĆ To dobry moment na wyjaśnienie nieporozumień. Twoje poczucie humoru przyciągnie ludzi. **PRACA** Pojawią się ciekawe informacje i nowe kontakty, ale unikaj chaosu organizacyjnego. **ZDROWIE** Ogranicz stres. Pomocne będą techniki oddechowe.



Rak 22.6 – 22.7

MIŁOŚĆ Warto jest otwarcie mówić o potrzebach. Rodzinne spotkanie przyniesie wzruszające chwile. **PRACA** Możesz przejąć dodatkowe obowiązki. Nie odkładaj ważnych spraw na później. **ZDROWIE** Wzmocnij kondycję poprzez trening i zmianę nawyków żywieniowych.



Lew 23.7 – 23.8

MIŁOŚĆ Będziesz w centrum uwagi. Partner może oczekiwać więcej zaangażowania. **PRACA** Twoje pomysły zostaną zauważone. Uważaj jednak na ewentualną rywalizację w zespole. **ZDROWIE** Długi weekend sprzyja wyjazdom, dzięki którym naładujesz baterie.



Panna 24.8 – 23.9

MIŁOŚĆ Szczerość oczyści atmosferę. Nie analizuj każdego słowa ukochanego. **PRACA** Dokładność przyniesie efekty. Uporządkuj dokumenty. **ZDROWIE** Zatroszcz się o kręgosłup oraz ergonomię w pracy. Regularne ćwiczenia rozciągające są teraz wskazane.



Waga 24.9 – 23.10

MIŁOŚĆ Zaaranżuj romantyczne wyjście na miasto. Unikaj niezdecydowania w sercowej kwestii. **PRACA** Dzięki dyplomatycznemu podejściu załagodzisz konflikt w firmie. **ZDROWIE** Ćwiczenia relaksacyjne pomogą osiągnąć balans między pracą a odpoczynkiem.



Skorpion 24.10 – 23.11

MIŁOŚĆ Intensywne emocje doprowadzą do przełomowej dyskusji. Zaufanie okaże się kluczowe. **PRACA** Skup się na strategicznym planowaniu. Możesz znaleźć kolejne źródło dochodu. **ZDROWIE** Unikaj kumulowania złości, gdyż napięcie odbije się na samopoczuciu.



Strzelec 24.11 – 22.12

MIŁOŚĆ Zapragniesz przygody oraz spontanicznych spotkań. W związku wprowadź element zaskoczenia. **PRACA** Pojawi się szansa na rozwój kompetencji. Wyzwania dodadzą Ci motywacji. **ZDROWIE** Nie zrezygnuj z rozgrzewki przed treningiem. Pozwoli Ci to uniknąć kontuzji.



Koziorożec 23.12 – 20.1

MIŁOŚĆ Otwórz się na okazywanie uczuć, nawet jeśli zwykle wolisz je ukrywać. **PRACA** Skupisz się teraz na długoterminowych celach. Twoja systematyczność przyniesie uznanie w oczach szefa. **ZDROWIE** Joga lub pływanie odciążą Twoje ciało i poprawią postawę.



Wodnik 21.1 – 19.2

MIŁOŚĆ Zapragniesz autentyczności i głębszego porozumienia z drugą połówką. **PRACA** Kreatywność stanie się Twoim atutem. Możliwe są nagłe zmiany planów. Elastyczność pomoże uniknąć nerwów. **ZDROWIE** Warto spróbować całkiem nowej formy aktywności.



Ryby 20.2 – 20.3

MIŁOŚĆ Nie idealizuj nowo poznanej osoby, daj tej relacji czas na naturalny rozwój. **PRACA** Koledzy z biura mogą liczyć na Twoje wsparcie, ale nie bierz na siebie zbyt wielu cudzych spraw. **ZDROWIE** Sen oraz medytacja będą kluczowe dla regeneracji Twojego organizmu.

Fot.: Narodowe Archiwum Cyfrowe, East News

Telefony głównych stacji telewizyjnych: TVP 1, TVP 2, TVP Info – 22 547 44 50, TVP Polonia – 22 387 54 21, Polsat – 22 514 52 50, TVN – 22 856 61 61, TV 4 – 22 715 92 50, TVN 7 – 22 856 61 61

Bauer Media Group

TeleTydzień PBC

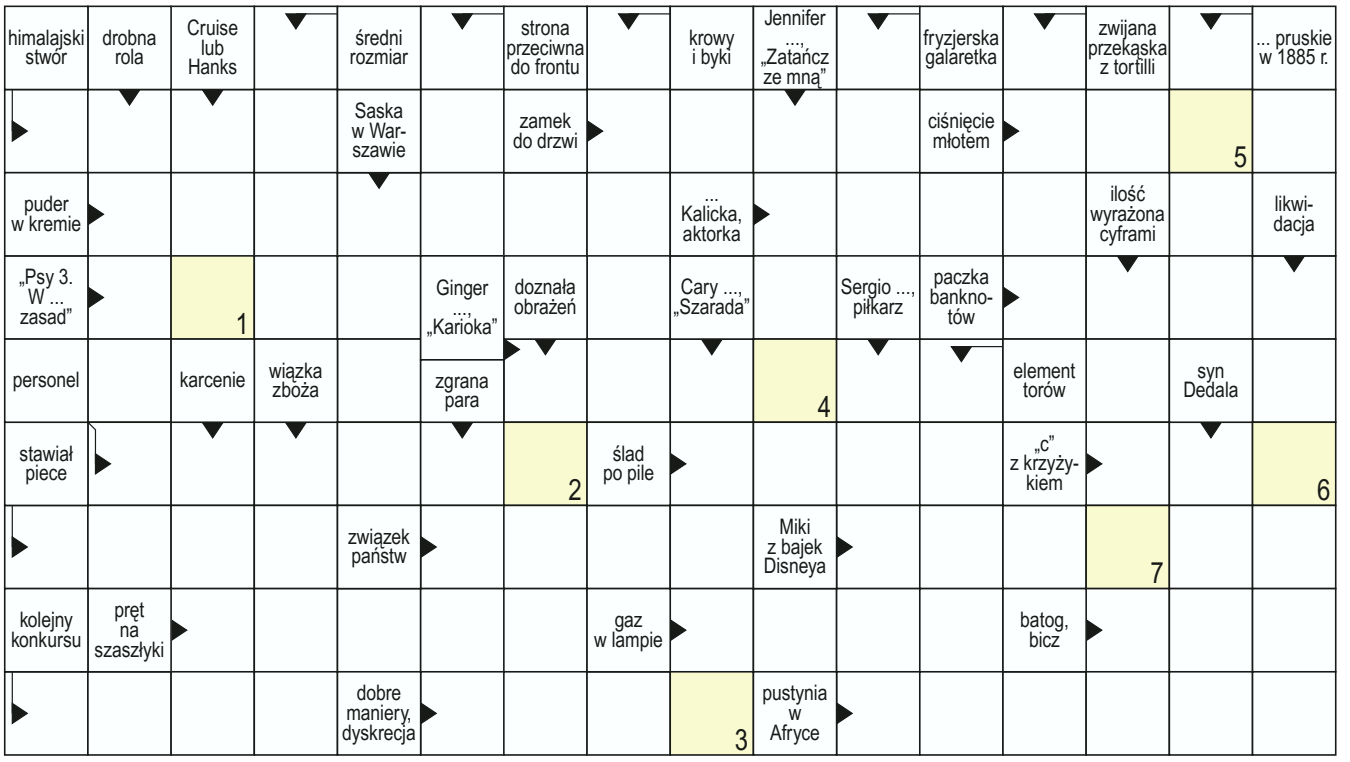
Adres redakcji:
ul. Motorowa 1,
04-035 Warszawa,
tel. 22 517-01-54

Redaktor naczelna: Marta Lubartowska **Redaktor zarządzająca:** Magdalena Adamcio **Hub Rozrywka i TV: Red. zarządzająca:** Anita Nawrocka **Planner:** Adam Piosik **Koordynator:** Dorota Skalska **Redaktorzy:** Andrzej Czapski, Bogumiła Deka, Ewa Gassen-Piekarska, Marzena Juraczko, Joanna Kołakowska, Iwona Leończuk, Paulina Miluska, Hanna Miłkowska, Maciej Misiorny, Joanna Pasztelańska, Mirosław Piwowarek, Katarzyna Sobkowicz-Rusiecka **Hub Poradniki: Red. zarządzająca:** Monika Bobowska **Hub Graficzny: Dyrektor:** Robert Latek **Lider:** Mirosław Orzechowski **Koordynator:** Marcin Makarewicz **Graficy:** Edyta Ciuchta, Dominika Kraśnicka-Walinowicz, Sławomir Kozłowski, Agnieszka Glewicka, Małgorzata Porębska, Piotr Piórkowski **Hub Fotoedycji: Lider:** Agata Zasada **Koordynatorzy:** Emil Przygodzki, Magdalena Wojno **Fotoedytorzy:** Magdalena Dąbek-Makowska, Ludmiła Jeruchimowicz, Anna Jurczewska, Grzegorz Lech, Karolina Liżewska, Mirela Taflińska **Sekretariat:** Aleksandra Kominek **Serwis TV:** AKPA Polska Press **Wydawnictwo Bauer Sp. z o.o., Sp. j. Zarząd: Prezes Zarządu:** Tomasz Namysł **Członkowie Zarządu:** Andrzej Choynowski, Marek Lasota **Director, Publishing Management/Dyrektor Pionu Wydawniczego:** Marek Lasota **Dyrektor produkcji:** Piotr Orełko **Publisher/Wydawca:** Justyna Hałas **Biuro Reklamy:** ul. Motorowa 1, 04-035 Warszawa **Dyrektor Biura Reklamy:** Izabela Sarnecka **Dyrektor Segmentu Pism Telewizyjnych:** Aneta Rym-Gałka, Aneta.Rym@bauer.pl, www.bauer.pl/reklama/ **Kolportaż: Dyrektor ds. Dystrybucji i Obsługi Klienta** Piotr Ludwicki **Druk:** Bauer Print Ciechanów Sp. z o.o., Sp. j.

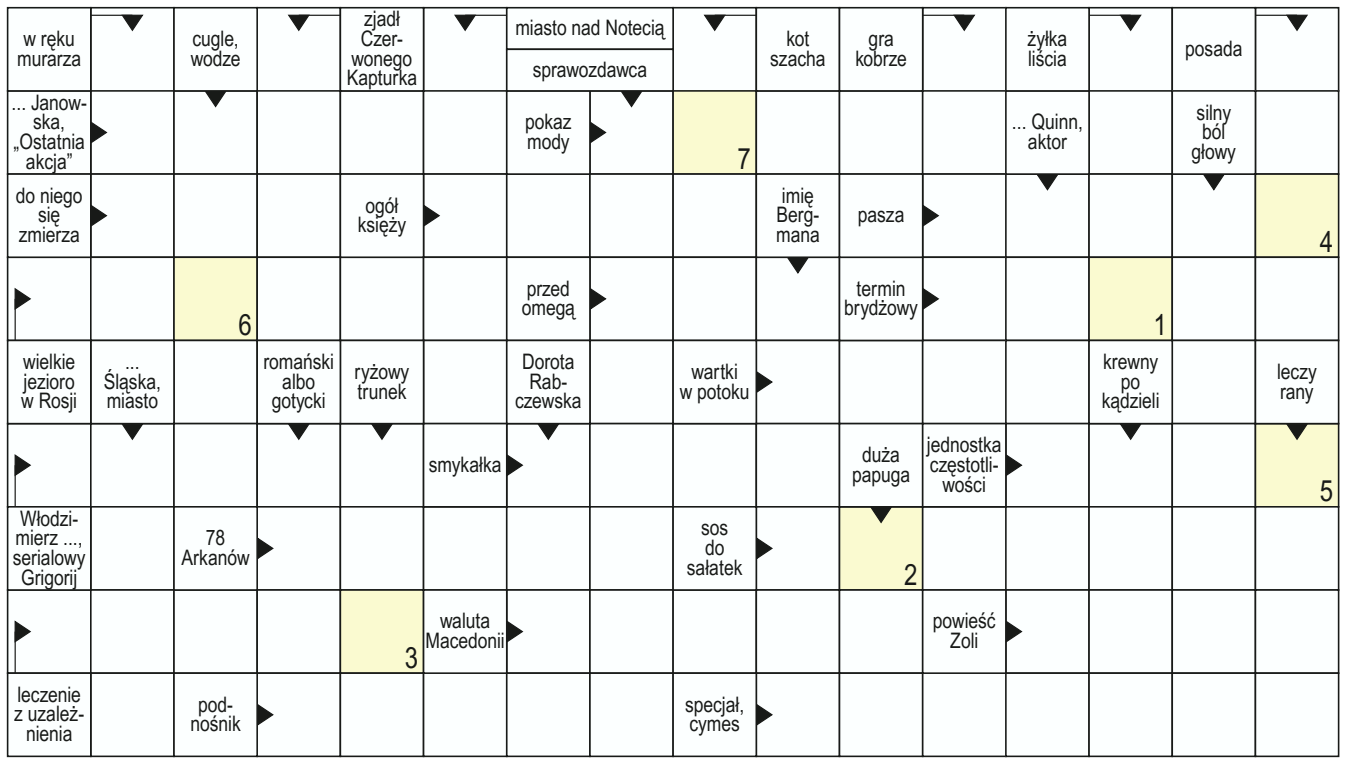
Copyright: Wydawnictwo Bauer Sp. z o.o., Sp. j., Warszawa. Wydawnictwo jest członkiem Izby Wydawców Prasy. Tele Tydzień jest objęty badaniami Polskich Badań Czytelnictwa. Rozpowszechnianie wszelkich materiałów redakcyjnych bez zgody Wydawcy jest zabronione. Redakcja nie ponosi odpowiedzialności za treść reklam i ogłoszeń w granicach wskazanych w ust. 2 art. 42 ustawy Prawo prasowe oraz za zmiany w programie telewizyjnym wprowadzone przez stację po oddaniu pisma do druku. Wydawca ostrzega P.T. Sprzedawców, że sprzedaż aktualnych i archiwalnych numerów czasopisma po innej cenie niż wydrukowana na okładce, jest działaniem na szkodę Wydawcy i skutkuje odpowiedzialnością sądową

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

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



Wpisz rozwiązanie



Wpisz rozwiązanie

CHWILA NA RELAKS

krzyżówka

Maja ..., „Panny z Wilka”		jego wynik to suma	zboże na kaszę jaglaną		port na Honsiu			nad zlewem w kuchni	Isabelle ..., „Królowa Margot”	„... Olsena”, duński film		kwiat w herbie Francji		badanie opinii publicznej	
										kartka z poczty					
model Toyoty		kosaciec			koń roboczy / pompa próżniowa							wejście do czołgu		rekonesans	
	7				sztuczna skóra					śpiew kosa	3				
czarny koń		... Węgiel, wokalistka						1		rzucony czar	przysięgłych w sądzie				
				Triumfalny w Paryżu	Amy ..., „Wielkie oczy”		wojsko chana	bezczynność					owcza strzyża		strefa
nie orzełek		imię Borewicza				8					potrawa mięsna				
		pracz wśród zwierząt	apopleksja					spis poprawek	szwedzkie auto		forma płatności	między biodrem a kolanem		9	
						do prasowania						z niej nafta i benzyna		muskularny u atlety	
... Zakościelny			początek dnia	ilość, liczba						brama zamkowa					
brudas						muzyka rozrywkowa	nadaje audycję / 12 miesięcy						oszklony otwór w ścianie		ojciec
			4	suplement	rosły zbir					lekka atletyka		5			
zawsze coś zapomni		domek do rozbicia							... Gąsiorowska	np. notarialna					
					stok nasypu							1/1000 milimetra		świeccy członkowie Kościoła	
butelka kolarza		gobelin	ludowa kitara		„... Sikoreczka”, piosenka		wzmianka prasowa	... Rogers, aktorka		patowa sytuacja	atrakcja Sopotu				
Samuel L. ..., „Pulp Fiction”								milczek					szkło filatelisty		kołysze łajbą
... Russell, „Coś”	zadrapanie na lakierze				10	zwid					urwiste wybrzeże				
		6		kwadratowy mieszkania					sztuczne włosy						
broń spod Racławic	piękny, szybki koń					obok koguta					tęczowy kamień			2	
				natarcie, ofensywa					„... Księżycowa”						

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10

Wpisz rozwiązanie

CHWILA NA RELAKS

JBL



ZAWSZE NAJLEPSZY WYBÓR

ZESKANUJ KOD ABY UZYSKAĆ
WIĘCEJ INFORMACJI

PREMIERA 20 MAJA

KOMISARZ FORST ZNÓW NA SZLAKU

GÓRY UWOLNIŁY SWE NAJSTRASZNIEJSZE DEMONY

