NETFLIX Disney+ HBO max prime video CANAL+

NR INDEKSU 379236

PROGRAM TV NR 39/21.09.2026
26.09-2.10.2026

4,79 zł (w tym 8% VAT)

to&owo TV

PONAD 150 OPISÓW FILMÓW NA CAŁY TYDZIEŃ!

SPORT NA ŻYWO

PIŁKA NOŻNA
LIGA NARODÓW: SZWECJA – POLSKA

SIATKÓWKA MĘŻCZYZN
FINAŁ MISTRZOSTW EUROPY

TENIS
TURNIEJ WTA W PEKINIE

PIŁKA NOŻNA: LN
ANGLIA – HISZPANIA

KALENDARZ KIBICA I INNE SPORTOWE WYDARZENIA TYGODNIA » s. 14-16

WYWIAD TO&OWO TV

ROBERT MOTYKA

PRZYCHODZĄ DO NAS BARWNI LUDZIE. MAJĄ SWOJE HISTORIE I MARZĄ O PRZYGODZIE IDŹ NA CAŁOŚĆ s. 4





NETFLIX DISNEY+ HBO MAX I JESZCZE WIĘCEJ! s. 18





NIE DA SIĘ ODERWAĆ OD TV!









ISSN 1230-8331 39
9 771230 833607

Numer w sprzedaży do 27.09.2026

eprasa.pl 376976a8ff

REKLAMA

Możesz ćwiczyć *we własnym domu!*

ZAMÓW ZA 169 ZŁ!

Oto sposób na codzienną porcję ruchu bez wstawania z fotela

Chcesz ruszać się więcej, ale nie przepadasz za gimnastyką? Nie masz miejsca na profesjonalny sprzęt do ćwiczeń?

ROTOR TRENINGOWY pomoże Ci zadbać o codzienną aktywność fizyczną! Możesz postawić go na podłodze lub stole i ćwiczyć podczas oglądania telewizji oraz czytania gazety. Nawet nie zauważysz, że wykonujesz trening!

Kompaktowy rotor do codziennych ćwiczeń

To świetny wybór dla osób, które chcą ćwiczyć **wygodnie i na własnych zasadach**. Urządzenie pozwala ćwiczyć **zarówno nogi, jak i ręce**, więc jeden mały sprzęt daje podwójną korzyść i pozwala urozmaicić treningi. Ćwiczenia możesz wykonywać **na siedząco:** bez pośpiechu i bez wychodzenia z domu. Co więcej, możesz przy tym **oglądać telewizję, czytać, słuchać radia czy rozmawiać**. Taki ruch naturalnie wpisuje się w codzienną rutynę!

Rotor jest **lekki, kompaktowy i poręczny** – po ćwiczeniach możesz schować go do szafy albo wsunąć pod łóżko. Dzięki **antypoślizgowym stopkom** stabilnie stoi na podłodze lub stole. Sprawi, że zadbasz o siebie na co dzień – bez skomplikowanego sprzętu, bez hałasu i bez rewolucji w domu.

Domowy rotor treningowy powstał z myślą o osobach, które chcą:

- Zachować sprawność
- Cieszyć się większą swobodą ruchu
- Ćwiczyć łatwo i bezpiecznie w domu

ĆWICZENIA BEZ WYSIŁKU

DZIĘKI ĆWICZENIOM NA ROTORZE:

- wzmocnisz nogi
- każdy Twój krok stanie się pewniejszy
- zwiększysz siłę rąk i swoją niezależność



DZIENNIE WYSTARCZY

DOMOWY ROTOR TRENINGOWY

- Do ćwiczeń rąk i nóg
- Regulacja oporu – wbudowane pokrętło pozwala dostosować intensywność treningu
- Kompaktowa konstrukcja – lekka, niewielka rama ułatwiająca przechowywanie
- Wyposażony w antypoślizgowe nakładki i paski zabezpieczające



SPRAW SOBIE ROTOR – ĆWICZ Z PRZYJEMNOŚCIĄ!

Zadzwoń teraz, aby otrzymać nowy **rotor treningowy za 169 zł!**

Oferta obowiązuje wyłącznie do wyczerpania zapasów.

42 300 35 30

Pon.-pt. 8:00-20:00, sob. i niedz. 9:00-20:00;
Standardowy koszt połączenia telefonicznego dla danego operatora.

Szczegóły oraz informacje dotyczące zwrotów i reklamacji dostępne są pod adresem sprzedawcy: Nargo Invest Sp. z o.o., ul. Żołnierzy i Armii Wojska Polskiego 10/B6, 81-383 Gdynia, +48 538448631, contactpl@globadvice.info. Regulamin: https://customers-statute.com/statute/pl/.

eprasa.pl 37b976a8ff

WSZYSTKO SIĘ UŁOŻY



O tym, że program „Lego Masters" przeszedł z TVN do Polsatu, wiadomo już od kilku tygodni. Ciągle jednak pojawiają się nowe informacje na temat odświeżonej wersji show. Powstać mają cztery odcinki, które premierowo obejrzymy już w listopadzie. Podobnie jak w poprzednich dwóch edycjach uczestnicy w każdym odcinku odwiedzą inne polskie miasto, a swoje konkursowe konstrukcje układać będą w różnych nietypowych lokalizacjach. Największe zainteresowanie budzi jednak tożsamość nowego gospodarza programu. Plotka niesie, że ma nim zostać Maciej Zakościelny! Jak aktor sprawdzi się w nowej roli? **JK**



DOCZEKALIŚMY SIĘ

LALKA wreszcie w kinach! My na seans możemy wybrać się najwcześniej w środę 30 września, ale już 28 września obejrzymy relację z uroczystej premiery (godz. 18.55 w TVN). Choć pozostało do niej zaledwie kilka dni, reżyser Maciej Kawalski wraz z ekipą nadal pracują nad ostateczną wersją. – Chcieliśmy stworzyć film dla kin. Połączyć najwyższej jakości rozrywkę, rozmach z fabułą najważniejszej polskiej powieści – mówią twórcy. W każdym ujęciu czekają więc na nas plejada gwiazd, piękne scenografie i kostiumy... a w tym wszystkim i tak najważniejsza jest ponadczasowa historia o miłości i podziałach klasowych. **JK**

BYĆ JAK DETEKTYW

PRZEMYSŁAW BLUSZCZ będzie gościem programu „Tamte lata, tamte dni" (SO, 26.09, godz. 16.35, TVP Kultura). Aktor opowie o swoim dzieciństwie, przeżyciach, które go ukształtowały, i o tym, jak jego prywatne historie zamieniają się w role, które poruszają widzów. Aktor często wciela się w czarne charaktery, ale nie ma z tym problemu. Grał m.in. gestapowca sadystę w „Czasie honoru", ale i ojca, którego córka trafiła do sekty, w „Niebo. Rok w piekle". Kiedyś wyznał, że zawsze chciał być jak detektyw Philip Marlowe z kryminałów Chandlera – z jego kodeksem, poczuciem humoru, podejściem do przyjaźni, lojalnością. Czego teraz dowiemy się o nim? **MP**





LWY CZEKAJĄ

W GDYNI już 21 września rozpocznie się 51. Festiwal Polskich Filmów Fabularnych. Przez pięć dni jego uczestnicy będą mieli okazję obejrzeć ponad sto produkcji. Najwięcej emocji budzi jak zawsze konkurs główny, którego zwycięzca zostanie ogłoszony podczas finałowej gali w sobotę 26 września. Już teraz wiemy zaś, że w tym roku Platynowe Lwy za całkoształt twórczości otrzyma pani Halina Prugar-Ketling (zdj.), której zawdzięczamy m.in. montaż do filmów „Nóż w wodzie", „Ziemia obiecana" i „Człowiek z żelaza" czy serialu „Polskie drogi". Galę wręczenia nagród obejrzymy na żywo w TVP 1 (26.09, godz. 21.25). **JK**

TRYUMFATORZY

NAGRODY EMMY rozdane. „Wdowia zatoka" (do obejrzenia w Apple TV) zgarnęła aż czternaście statuetek, w tym dla najlepszego serialu komediowego. Doceniono też odtwórcę głównej roli, Matthew Rhysa, reżysera Hiro Murai oraz scenarzystkę Katie Dippold (wszyscy troje na zdj.). Emmy dla najlepszego serialu dramatycznego i najlepszej serialowej antologii powędrowały kolejno do „The Pitt" (HBO Max) oraz „Chętnych na seks" (HBO Max, Prime Video). Wśród wyróżnionych produkcji znalazły się też „Kulawe konie" i „Jedyna" (oba z Apple TV), „Hacks" (HBO Max) czy „Dyplomatka" (Netflix). **JK**



FOT.: AKPA (2), EAST NEWS, FORUM, MATERIAŁY PRASOWE

FOT. OKŁADKA: MATERIAŁY PRASOWE/ TVN/ ADAM PLUCIŃSKI, REPORTER, MATERIAŁY PRASOWE (9)

epapa.pl 37b976a8ff

ROBERT MOTYKA

JESTEM JAK DIABEŁ TASMAŃSKI

Zygmunt Chajzer wnosi do programu spokój i doświadczenie, a on – odrobinę szaleństwa. – Rozumiemy się w pół słowa – mówi Robert Motyka.

Współzałożyciel kabaretu Paranienormalni, autor skeczów, reżyser i prezenter, a od trzech sezonów prowadzący teleturniej „Idź na całość". Przyznaje, że w tym programie trudno zachować chłodną głowę.

Mecze piłkarskie potrafią trzymać w napięciu do ostatnich sekund. W „Idź na całość" też do końca nie wiadomo, kto wygra...

W sporcie wciągające jest właśnie to, że niczego nie można być pewnym. Mamy swoich faworytów, wydaje nam się, że wszystko jest już rozstrzygnięte, ale jeden moment potrafi odmienić sytuację i emocje skaczą pod sufit. Drużyna, która przegrywa, podnosi się i w końcówce przechyla szalę zwycięstwa na swoją stronę. Dlatego oglądamy mecz do ostatniego gwizdka. Podobnie jest w programie, który prowadzimy z Zygmuntem. Do końca nie wiadomo, z czym uczestnik wróci do domu.

Najwięcej emocji przynosi wielki finał.

Trafia do niego osoba, która w odcinku zgromadziła nagrody o największej wartości. Musi wtedy zdecydować: zachować to, co wygrała, czy zaryzykować i – być może – wrócić do domu z niczym. To najtrudniejszy moment. Ktoś cieszy się z nagród, a po chwili może je stracić. Dlatego finały budzą podobne emocje jak mecze o najwyższą stawkę. Ogromnie się cieszę, kiedy marzenie gracza się spełnia.

Przypominam sobie, jak jedna z uczestniczek zaryzykowała – zrezygnowała z nagród o sporej wartości, a w finale, niestety, wylosowała Zonka.

Moja wrażliwość tu jednocześnie pomaga i przeszkadza. Lubię ludzi i chcę być blisko ich emocji, ale czasem wkrada się w to pewien brak profesjonalizmu, bo bardzo mi się te emocje udzielają. Kiedy uczestniczka zaczyna płakać, co robię? Też płaczę.

Program zniknął z anteny w 2001 roku, ale powrócił po blisko



IDŹ NA CAŁOŚĆ (2025-2026) – Kiedy mówimy sobie coś miłego, wiemy, że to szczere – opowiada o relacji z Zygmuntem Chajzerem.

SWOJE MEDALE przekazuje pacjentom onkologicznym. – Nie biegam dla wyniku. Chodzi o przeżywanie każdego maratonu – mówi.

eprasa.pl 37b976a8ff



PARANIENORMALNI (2004--2026) Wciąż ma pomysły na świetne skecze. Na zdj. z Jarosławem Pająkiem.

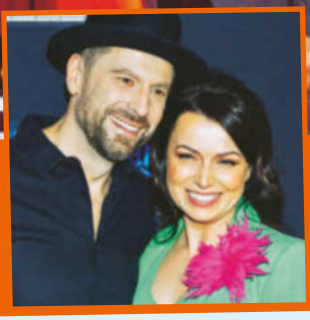
ZAWSZE Z UŚMIECHEM

MAŁY GRAND HOTEL (2019) Barman Karol pracuje w zacisznym, tajemniczym hotelu na prowincji w Polsce. Na zdj. z Kingą Preis.





KABARET. SUPER SHOW DWÓJKI (2021) Stworzyli z Bartoszem Gajdą duet reprezentujący Paranienormalnych i Łowców.B.



LOL: KTO SIĘ ŚMIEJE OSTATNI (2023) Wystąpił w pierwszej edycji programu. Na zdjęciu z Katarzyną Pakosińską.

25 latach. Jak się Pan czuł, dołączając do tak kultowego tytułu?

Byłem skrępowany. Choć od lat występuję z kabaretem i mam kontakt z publicznością, ten format był dla mnie czymś nowym. Pierwsze nagrania przypominały skok do zimnej wody – byłem mocno rozedrgany i musiałem się wiele nauczyć. Na szczęście trafiłem na Zygmunta, który okazał się świetnym partnerem. Chętnie dzielił się doświadczeniem. Gdy miałem jakiś dylemat, odpowiadał spokojnie: – Nauczysz się. I rzeczywiście, z każdym odcinkiem czułem się coraz swobodniej. Pomogła też fantastyczna ekipa. Wszyscy gramy do jednej bramki, dlatego nawet podczas 12-godzinnych nagrań udaje nam się zachować dobrą atmosferę. Ja zresztą cały czas się wygłupiam i nie pozwalam publiczności nudzić się także między grami.

Jak Pan ocenia Wasz duet?

Uzupełniamy się. Zygmunt zna ten format od podszewki. Wnosi spokój, świetnie wyczuwa sytuację, ma fantastyczny kontakt z uczestnikami i potrafi jasno tłumaczyć zasady. A potem pojawiam się ja – diabeł tasmański, który przestawia klocki i wprowadza trochę zamieszania. Czasem podkradam coś z jego spokoju, a on przejmuje trochę mojej energii. Potrafi nagle wyjść w sombrero i zatańczyć. Ja dla odmiany wcielam się w niego i mówię: – Witam serdecznie w kolejnej grze. Rozumiemy się w pół słowa. Jak to się mówi w naszej branży – kliknęło od początku.

Chemia między Wami działa poza planem?

Kiedy mówimy sobie coś miłego, wiemy, że to szczere. Ważne, żeby prowadzący się lubili, bo sympatia i wzajemne zrozumienie przekładają się na energię przed kamerą. Podziwiam Zygmunta, a jedną z rzeczy, które nas łączą, jest sport – choć u niego na pierwszym miejscu jest siatkówka. Pamiętam naszą rozmowę o maratonie. – Słuchaj, kiedy po 42 kilometrach i 195 metrach przekroczysz metę, poczujesz coś niezwykłego. Potem się spotkamy i powiesz mi, co to było – poprosił. Pierwszy maraton przebiegłem w 2011 roku. Wtedy zrozumiałem, co miał na myśli. Po przekroczeniu mety poczułem się jak dwudziestolatek, który może wszystko – nawet polecieć w kosmos. Od tamtej pory biegam, a zdobyte medale przekazuję pacjentom onkologicznym. Nie zależy mi jednak na wynikach. Liczą się emocje, atmosfera maratonu i odkrywanie niezwykłych miejsc. Jedno ze swoich marzeń już spełniłem – ukończyłem maraton w Nowym Jorku.

Dziś czeka Pana wiele godzin pracy na planie. Jak Pan to odreagowuje?

Gdy jednego dnia realizujemy trzy odcinki, zaczynamy wcześnie rano, a kończymy późnym wieczorem, czasem nawet w nocy. W drodze do domu wciąż działa adrenalina, więc myślę: „Może wskoczę jeszcze na rower". Wystarczy jednak, że usiądę na kanapie i zacznę opowiadać żonie: „Słuchaj, nagraliśmy trzy odcinki...". Zanim skończę zdanie, już wiem, że kanapa mnie nie wypuści. Zwłaszcza gdy następnego ranka znów trzeba jechać na plan. Wtedy rower przekładam na pojutrze. Staram się jednak regularnie ruszać. Bieganie i jazda na rowerze pozwalają mi odzyskać równowagę.

Rozpoczął się 3. sezon. Co nas czeka?

Pojawiło się sporo nowych gier. Musieliśmy poznać ich zasady i zobaczyć, jak sprawdzają się na żywo. Na szczęście wszystko świetnie działa. Każdy odcinek ma jednak własną energię, a to za sprawą widowni. Przychodzą do nas barwni ludzie. Mają swoje historie i marzą o przygodzie. Dlatego zawsze czuję się tak, jakbyśmy zaczynali od początku. Często spotykam później uczestników programu. Niedawno po występie kabaretu podeszła do mnie pani i zapytała: – Poznaje mnie pan? Wygrałam u pana samochód w finale! Odpowiedziałem: – Nie u mnie, tylko w „Idź na całość". A ona na to: – No właśnie! Przyjechaliśmy tym samochodem. Możemy zrobić sobie zdjęcie? Takie chwile są niezwykle miłe. Mamy więc nowe gry i tę samą, a może nawet jeszcze większą energię. No i my, piękni i młodzi, nie zamierzamy się zatrzymywać! Żartujemy z Zygmuntem, że w latach 90. program oglądało nawet dziesięć milionów widzów. Będziemy go więc robić tak długo, aż przebijemy ten wynik.

Rozmawiał Maciej Misiorny



RZECZY, KTÓRYCH NIE NAUCZYŁ MNIE OJCIEC (2022) Z tatą Tadeuszem wrócił do rodzinnej Sieniawy Żarskiej.

→ IDŹ NA CAŁOŚĆ ND 27.09 godz. 16.05 TTV

FOT.: MATERIAŁY PRASOWE (4), AKPA (2), EAST NEWS

www.plejada.pl/37b976a8ff

FILMY SENSACYJNE, KOMEDIE, DRAMATY, SCIENCE

	sobota	niedziela	poniedziałek
SENSACJA	 HIT		
	Top Gun: Maverick **GODZ. 20.00 TVN FABUŁA** Sequel kinowego hitu lat 80. z pamiętną rolą Toma Cruise'a. Pete „Maverick" Mitchell zostaje wezwany do legendarnej szkoły. Musi przygotować nowe pokolenie pilotów do niezwykle trudnej misji.	**Świat w płomieniach** **GODZ. 21.00 SUPER POLSAT** Terroryści przejmują kontrolę nad Białym Domem. John Cale ze Straży Kapitolu stawia czoło przestępcom. Stawką jest życie córki. Za kamerą stanął ekspert od superprodukcji katastroficznych, twórca „2012".	**Przemytnik** **GODZ. 22.20 TVN FABUŁA** Bankrutujący senior zostaje kurierem narkotykowym. Clint Eastwood, laureat czterech Oscarów, stanął po obu stronach kamery.
KOMEDIA	 HIT		
	Cwaniaki z Hollywood **GODZ. 22.30 TVP KOBIETA** Zadłużony u gangsterów filmowiec robi wszystko, aby aktor zginął na planie. Liczy na pieniądze z polisy. Imponującą obsadę tworzą wielcy weterani kina – Robert De Niro, Tommy Lee Jones i Morgan Freeman.	**Ludzie, których nie cierpimy na weselach** **GODZ. 22.55 TVP 2** Amerykańska rodzina udaje się do Londynu na ślub krewnej. Wychodzą na jaw różnice charakterów i konsekwencje wychowania w odmiennym środowisku.	**Powodzenia, Leo Grande!** **GODZ. 20.00 FILMBOX+ HITS** Wdowa wynajmuje 20-latka, by pomógł spełnić jej najskrytsze fantazje. Nominacja do Złotego Globu dla Emmy Thompson.
DRAMAT			
	Nie ma duchów w mieszkaniu na Dobrej **GODZ. 21.00 C+ PREMIUM** Obsypany nagrodami debiut reżyserski Emi Buchwald. Opowieść o wkraczającym w dorosłość rodzeństwie stanowi interesujący portret młodego pokolenia.	**Erin Brockovich** **GODZ. 22.40 POLSAT** Sekretarka z kancelarii prawniczej demaskuje firmę, której działalność przyczynia się do poważnych chorób u ludzi. Ważny rozdział historii amerykańskiego sądownictwa. Kreację Julii Roberts wyróżniono Oscarem.	**Helikopter w ogniu** **GODZ. 22.55 FX** Akcja amerykańskich oddziałów specjalnych w Somalii zamienia się w krwawą bitwę. Ekranizacja książki Marka Bowdena. Dwa Oscary.
SF/FANTASY			
	Reminiscencja **GODZ. 22.15 METRO** Pełnometrażowy debiut reżyserski Lisy Joy, współtwórczyni serialowego hitu „Westworld". Hugh Jackman wciela się w mieszkańca postapokaliptycznego Miami. Po zaginięciu kochanki odkrywa złowrogi spisek.	**Meg** **GODZ. 20.00 TVN 7** Łódź podwodna zostaje zaatakowana przez prehistoryczną bestię. Naszpikowane efektami specjalnymi spotkanie z legendarnym megalodonem, któremu czoło stawia nieustraszony nurek – w tej roli Jason Statham.	**Supergirl** **GODZ. 22.25 HBO** Perypetie bohaterki komiksowego uniwersum DC. Kara Zor-El, kuzynka Supermana, pomaga Ruthye zemścić się na zabójcy jej ojca, Kremie.

eprasa.pl 37b976a8ff

wtorek



Mission: Impossible – Rogue Nation

GODZ. 20.00 PARAMOUNT NETWORK Tom Cruise po raz piąty w roli Hunta. Stawia czoło terrorystom realizującym zbrodniczy plan.



Gorący towar

GODZ. 21.00 POLSAT FILM Służbistka z FBI i przebojowa policjantka muszą zjednoczyć siły w jednej akcji. Zgrany duet tworzą Sandra Bullock i Melissa McCarthy.



Błąd

GODZ. 20.00 C+ PREMIUM Trzymające w napięciu losy lekarki, która walczy o prawdę i swoją zawodową przyszłość. Na pierwszym planie Elizabeth Banks.



Wielki mur

GODZ. 22.50 POLSAT Łucznik William dołącza do armii, która się mierzy z krwiożerczymi monstrami. Spektakularne dzieło Yimou Zhanga, twórcy „Hero".

środa



Misery

GODZ. 22.20 TVP HD Psychopatyczna fanka znęca się nad pisarzem, by zmienić losy książkowych postaci. Adaptacja prozy Stephena Kinga. Oscar dla Kathy Bates.



7 uczuć

GODZ. 20.00 KINO POLSKA Dziewiąta odsłona perypetii Adasia Miauczyńskiego. Powraca on do czasów dzieciństwa, wspomina kolegów, nauczycieli i rodziców.



Różyczka 2

GODZ. 20.00 TVP KULTURA Europosłanka odkrywa rodzinny sekret. Wikła się w rozgrywkę, w której ważną rolę odegra m.in. szukający odkupienia esbek.



Hellboy

GODZ. 20.00 PARAMOUNT NETWORK Sprowadzony przez nazistów demon staje się sojusznikiem aliantów. Na motywach komiksu Mike'a Mignoli.

czwartek



Paranoja

GODZ. 22.20 TVP HD Pracownik branży technologicznej zostaje wplątany w rywalizację korporacji. Za kamerą Robert Luketic, twórca „Legalnej blondynki".



Magic Mike: Ostatni taniec

GODZ. 20.00 TVN FABUŁA Trzecia odsłona perypetii striptizera. 40-letni tancerz porzucił karierę w branży. Milionerka składa mu propozycję nie do odrzucenia.



Aviator

GODZ. 20.00 PARAMOUNT NETWORK Uhonorowana pięcioma Oscarami historia burzliwego życia Howarda Hughesa. W miliardera wciela się Leonardo DiCaprio.



Kraven Łowca

GODZ. 23.45 POLSAT FILM Losy komiksowego antybohatera – jednego z antagonistów Spider-Mana. Wykorzystuje on swoją nadludzką moc do walki z porywaczem brata.

piątek



Podejrzana

GODZ. 20.05 TVP KULTURA Detektyw Jang Hae-joon ulega fascynacji wdową, która może być zamieszana w zbrodnię. Złota Palma w Cannes za reżyserię.



Czarna owca

GODZ. 20.00 TVN FABUŁA Członkowie rodziny Gruzów stają na życiowym rozdrożu. Los każdego poddaje innej próbie. Połączenie humoru i gorzkich obserwacji.



Matki równoległe

GODZ. 22.30 TVP KOBIETA Na porodówce splatają się losy kobiet z różnych światów, które czeka samotne rodzicielstwo. Nominacja do Oscara dla Penélope Cruz.



Dredd

GODZ. 22.20 PARAMOUNT NETWORK Egzekutor wpada w pułapkę zastawioną przez gangsterów. Adaptacja komiksu „2000 AD" i remake filmu z 1995 roku.

eprasa.pl 37b976a8ff

SERIALE

ŚLEDZTWA W SANDOMIERZU, Krakowie i na wrzosowiskach, kolejny rozdział romansu z kryminałem w tle oraz spotkanie z Chyłką.

NOWY SEZON



Jo nie będzie dane w spokoju cieszyć się urokami macierzyństwa.

PO POWODZI

KRYMINALNY Od wydarzeń z poprzedniego sezonu minął rok. Córeczka Jo i Pata (Sophie Rundle, Matt Stokoe) obchodzi właśnie pierwsze urodziny. Trudno jednak skupić się na świętowaniu, gdy na pobliskich wrzosowiskach co chwila odkrywane są kolejne zwłoki, a w okolicy szaleją pożary... Młodym rodzicom spokoju nie daje też sprawa Mackiego (Nicholas Gleaves), który nadal wymyka się sprawiedliwości. Mają nadzieję, że prywatne śledztwo pomoże im znaleźć przeciwko niemu niepodważalne dowody. Swoje dochodzenie muszą ukrywać nie tylko przed przełożonym, ale i przed Molly, u której mieszka teraz Jo. **JK**



Czy mordercą może być jeden z miejscowych rolników?



Znajomości Molly (Lorraine Ashbourne) okażą się kluczowe podczas śledztwa w sprawie morderstw.

→ **PO POWODZI 2 PT 2.10 godz. 21.00 BBC FIRST**



Anna Potaczek wie, że każdy szczegół może okazać się ważny.

DETEKTYWI

KRYMINALNY Większość mieszkańców bloku woli nie interesować się kobietą, która znalazła schronienie w ich piwnicy. Tylko pewna nastolatka dostrzega w niej osobę potrzebującą pomocy. Gdy staje się świadkiem napaści na bezdomną i jej porwania, natychmiast zgłasza się do Anny Potaczek i Katarzyny Kowalik. Początkowo jedyny trop wydaje się mało znaczący – to wizytówka ortodontyty znaleziona w rzeczach zaginionej. W klinice detektywki odkrywają jednak coś zaskakującego: lekarz nie jest dla poszukiwanej przypadkowym człowiekiem, lecz... jej mężem. Dlaczego więc kobieta mieszkała w piwnicy, a on stanowczo zapewnia, że nic go z nią nie łączy? **MAM**

→ **DETEKTYWI PO 28.09 godz. 17.55 TVN**

CHYŁKA – KASACJA

KRYMINALNY Kolejna wspólna sprawa Chyłki i Zordona (Magdalena Cielecka, Filip Pławiak) dotyczy Piotra Langera jr. (Jakub Gierszał), syna znanego biznesmena (Artur Żmijewski). W jego mieszkaniu znaleziono zmasakrowane zwłoki; w dodatku z ustaleń policji jasno wynika, że oskarżony spędził z ciałami ostatnich dziesięć dni. Wina chłopaka wydaje się oczywista, Joanna jest jednak zdeterminowana, żeby oczyścić swojego klienta ze wszystkich zarzutów. Niestety, ten uparcie odmawia zeznań... Od czasu premiery „Kasacji" Langer doczekał się własnego serialu. Teraz mamy okazję przypomnieć sobie początki jego „kariery". **JK**

→ **CHYŁKA – KASACJA ND 27.09 godz. 23.05 METRO**

OD 1. ODCINKA



FOT.: MATERIAŁY PRASOWE (3)

eprasa.pl 37b976a8ff



Gdy Hubert w otoczeniu bliskich świętuje swoje urodziny, zjawiają się policjanci, by zabrać Bartka na przesłuchanie.

ZDRADA

KRYMINALNY Patryk (Dawid Ogrodnik) już wie, że Julia (Anna Karczmarczyk) zdradza go z Kamińskim (Paweł Małaszyński). Dla prokuratora to podwójny cios – nie tylko został oszukany przez żonę, ale jej romans może zaszkodzić jego karierze. Wysocki stawia partnerce ultimatum – albo zostaje z rodziną i kończy romans, albo opuszcza dom. Tymczasem Hubert (Piotr Polk) zleca morderstwo prostytutki, która zapewniła jego synowi, Bartkowi (Dobromir Dymecki), alibi na noc zabójstwa Karolczaka. Gdy w willi Huberta trwa jego przyjęcie urodzinowe, do drzwi pukają policjanci Balcerek (Mikołaj Krawczyk) i Michta (Olga Sarzyńska). **BD**

→ **ZDRADA CZ 1.10 godz. 21.40 POLSAT**



Komu zależy na skompromitowaniu jednego z kandydatów na prezesa zarządu spółdzielni?

OJCIEC MATEUSZ

KRYMINALNY W spółdzielni mieszkaniowej „Nasza Młodość" trwają wybory na prezesa zarządu. Kandydatami na to stanowisko są: właściciel lokalnej telewizji Radosław Narski oraz działacz społeczny Erwin Rosoń. Tuż po zakończeniu ciszy wyborczej do sieci trafia kompromitujący film z Rosoniem w roli głównej. Mężczyzna wygrywa głosowanie, jednak z powodu zawału serca trafia do szpitala, a jego sztab zgłasza na policję sfałszowanie nagrania. Tymczasem brutalnie pobity zostaje rolnik, zagorzały sympatyk Narskiego. Dochodzenie z udziałem księdza Mateusza (Artur Żmijewski) wykazuje, że te zagadkowe wydarzenia ściśle się ze sobą łączą. **PM**

→ **OJCIEC MATEUSZ CZ 1.10 godz. 20.30 TVP 1**

TeleKamery

TELE TYGODNIA 2026

29. EDYCJA

Zapraszamy do głosowania na telekamery.pl w dniach 14 września – 9 października 2026

AKTORKA	AKTOR	SERIAL
Barbara Bursztynowicz	Ireneusz Czop	Czarna śmierć
Paulina Gałązka	Piotr Cyrwus	Drelich
Katarzyna Herman	Konrad Eleryk	Heweliusz
Anna Karczmarczyk	Tomasz Kot	Młode gliny
Joanna Kulig	Maciej Musiał	Ołowiane dzieci
Magdalena Różczka	Filip Pławiak	Piekło kobiet
Anna Maria Sieklucka	Piotr Polak	Przepis na zbrodnię
Agata Turkot	Michał Sikorski	Szpital św. Anny
Justyna Wasilewska	Borys Szyc	The Office PL 5
Zofia Zborowska-Wrona	Tomasz Ziętek	Zajazd. Będzie się działo

ABY PRZEJŚĆ BEZPOŚREDNIO NA STRONĘ Z GŁOSOWANIEM ZESKANUJ KOD QR:

Regulamin głosowania jest dostępny na stronie www.telekamery.pl oraz w siedzibie Organizatora. Każdy numer telefonu bierze udział tylko raz w losowaniu nagród.

Weź udział w Plebiscycie. Czekają nagrody!

Albatros travel
1x WYCIECZKA 2-OSOBOWA: OSLO, BERGEN I NORWESKIE FIORDY
WARTOŚĆ NAGRODY: 12 000 zł

4x ZESTAW ZEGARKÓW: DAMSKI ELIXA I MĘSKI AZTORIN
Nagrodę ufundowała firma: APART.pl
WARTOŚĆ ZESTAWU: 1680 zł

4x GŁOŚNIK JBL XTREME 5 Z MOCNYM BRZMIENIEM JBL PRO SOUND I TECHNOLOGIĄ AI SOUND BOOST
WARTOŚĆ: 1499 zł

1x T TABLET 2 WARTOŚĆ: 1299 zł
1x T PHONE 3 WARTOŚĆ: 849 zł
1x TELEWIZOR HISENSE 55" 55E7Q QLED 60HZ 4K
WARTOŚĆ: 1649 zł
MAGENTA TV

2x NAGRODA 1000 zł
UFUNDOWAŁA MARKA HORTEX
SPONSOR TELEKAMER TELE TYGODNIA 2026
Hortex

5x VOUCHER DO WYKORZYSTANIA NA STRONIE COSTWAY.PL
COSTWAY
WARTOŚĆ: 500 zł

WYDARZENIE WSPÓŁTWORZĄ

SPONSORZY: Hortex, JBL, APART.pl
SPONSOR STATUETEK: APART.pl
PARTNERZY PLEBISCYTU I GALI: BYD, Albatros, COSTWAY, WINGS, tubądzior, N°31
PARTNERZY MEDIALNI: RMF, Radio Media Outdoor

Zwycięzca jest zobowiązany do zapłacenia 10% podatku od nagrody, której wartość przekracza 2000 zł. Zdjęcia nagród są poglądowe.

REKLAMA

eprasa.pl 37b976a8f

ROZRYWKA

MISTRZYNI CUKIERNICTWA w kulinarnym show, odwiedziny u rolników, piosenki Rodowicz, sceniczne przebieranki i nowe wnętrza.



Uczestnicy będą musieli odtworzyć monoporcje autorstwa Justyny Sekundy (zdj.)

MASTERCHEF

TALENT SHOW W najbliższym odcinku uczestnicy zmierzą się z prawdziwym wyzwaniem architektury smaku – monoporcjami, czyli efektownymi deserami przygotowywanymi dla jednej osoby. Słodkim sprawdzianem dowodzić będzie gość specjalny, mistrzyni cukiernictwa premium Justyna Sekunda, która była uczestniczką 8. edycji. Choć nie wygrała show, pojawiła się w 13. sezonie jako ekspert! – W 2019 roku „MasterChef" był dla mnie początkiem, a 5 lat później wróciłam do tej samej kuchni już jako autorytet. Zaproszenie mnie do obecnej, jubileuszowej edycji, to dla mnie najpiękniejszy dowód, że czasem koniec jednego rozdziału jest dopiero początkiem całej historii – przyznała. **BD**

→ **MASTERCHEF ND 27.09 godz. 19.45 TVN**



Wcześniej w odcinku uczestnicy stworzą drużyny z influencerami kulinarnymi, m.in. Szymonem Czerwińskim (na zdj. z pr.)



PREMIERA

NOWA SZELĄGOWSKA

PORADNIKOWY Jedna prowadząca, osiem odcinków i… tysiące szalonych pomysłów, które wnoszą do programu jego bohaterowie. W nowym formacie Dorota Szelągowska nie tylko remontuje domy i mieszkania, ale przede wszystkim podpowiada, jak przez najbliższe otoczenie możemy wyrazić własną osobowość. Tu nie ma miejsca na nudne i zachowawcze rozwiązania! Każdy odcinek to nowa metamorfoza, ale i inna historia – uczestnicy przez odmienione wnętrze chcieli podkreślić przełomowy moment w swoim życiu. – To jest program o spełnianiu marzeń. I o tym, że te marzenia mogą być totalnie odjechane – zapowiada gospodyni. **JK**

→ **NOWA SZELĄGOWSKA ND 27.09 godz. 17.55 TVN**

TWOJA TWARZ BRZMI ZNAJOMO

TALENT SHOW Po pierwszych odcinkach widać, że uczestnicy 23. edycji programu Polsatu coraz lepiej radzą sobie z trudnymi zadaniami, odkrywając przed jury i widzami niezwykłe umiejętności. Dla wielu zaskoczeniem są występy Idy Nowakowskiej, która dopiero w „Twoja Twarz Brzmi Znajomo" pokazała swoją wokalną pasję. Tancerka i prezenterka w każdy występ wkłada ogrom pracy i serce, ale nie ukrywa, że za każdym razem, gdy wychodzi na scenie, towarzyszy jej wielka trema. Tej jesieni stoi przed nią znacznie więcej wyzwań. Dołączyła do „halo tu polsat", a już wkrótce zobaczymy ją także w teleturnieju „Hitster. Muzyczna gra przebojów". **MJ**



→ **TWOJA TWARZ BRZMI ZNAJOMO PT 2.10 godz. 19.55 POLSAT**

FOT.: MATERIAŁY PRASOWE (8), AKPA

eprasa.pl 37b976a8ff

TASKMASTER

ROZRYWKOWY W dziesięć minut zorganizować idealną pierwszą randkę? Przygotować egzotyczną kanapkę (a potem ją zjeść)? Większość z nas po usłyszeniu takiego polecenia wpadłaby w panikę, ale uczestnicy show są gotowi na wszystko. – Czuję się tu jak ryba w wodzie. Jak dziecko w piaskownicy. Po co się stresować? Życie jest za krótką przygodą, żeby poddawać się takim emocjom jak stres – mówi Wiolka Walaszczyk, jedna z pięciu gwiazd mierzących się zadaniami Taskmastera. A jego asystent, Czarek Sikory, z uśmiechem podpowiada, jak można przygotować się do programu: – Wyspać się trzeba. To jedyne przygotowanie. **JK**

→ **TASKMASTER PO 28.09 godz. 21.30 TVN**



Stand-uperka Wiolka okazuje się kobietą wielu talentów!



– Trzeciego dnia nagrań w studiu Żabson zapytał mnie: „Czarek, czy to jest program komediowy?" – wspomina Czarek Sikora.



Marzeniem gwiazdy jest, żeby jej kreacje trafiły na wystawę i mogła je podziwiać szeroka publiczność.

SZANSA NA SUKCES. OPOLE 2027

TALENT SHOW Ma w dorobku ponad 2 tysiące piosenek, a przed każdym koncertem sama decyduje, które z nich zaśpiewa. Agnieszka Osiecka – legendarna autorka tekstów i prywatnie przyjaciółka naszej gwiazdy – powiedziała kiedyś, że Maryla Rodowicz ma unikatowy, jedyny w swoim rodzaju głos. Na każdy jej występ czekamy z ciekawością, między innymi dlatego, że zawsze zaskakuje szaloną kreacją. W przyszłym roku będzie świętować 60-lecie pracy artystycznej, a już w najbliższą niedzielę z jej repertuarem zmierzą się uczestnicy programu „Szansa na sukces. Opole 2027". **MJ**

→ **SZANSA NA SUKCES. OPOLE 2027 ND 27.09 godz. 15.10 TVP 2**

ROLNIK SZUKA ŻONY

REALITY SHOW Justyna, Mariusz, Wiktor, Karol i Łukasz przygotowują się do ważnego wydarzenia – odwiedzin wybranych przez siebie kanydatów i kandydatek w swoich gospodarstwach. Z niecierpliwością wypatrują przyjazdu zaproszonych osób, licząc, że wspólny czas pozwoli im zbudować bliższą relację. Emocje rosną z każdą chwilą, a pierwsze spotkania przynoszą niespodzianki, ale i spięcia. Okazuje się, że oczekiwania wybierających i wybranych nie do końca odpowiadają rzeczywistości. Szczególnie że ci drudzy muszą też zaskarbić sobie sympatię rodzin rolników. W trudnych momentach pomaga Marta Manowska. **EGP**

→ **ROLNIK SZUKA ŻONY ND 27.09 godz. 21.25 TVP 1**



Kandydatki muszą zaprezentować się z jak najlepszej strony.

eprasa.pl 37b976a8ff

WYSOKA CENA gwiazdorskiej sławy, przyszłość zbrojnych starć, zabójcza moc jadowitych zwierząt.

DOKUMENT



Matthew Perry zmarł w wieku 54 lat. To był szok dla fanów jego talentu.

MATTHEW PERRY I KETAMINOWA KRÓLOWA

PRZERWANE ŻYCIE Dokument odtwarza ciąg zdarzeń, które w październiku 2023 roku doprowadziły do śmierci Matthew Perry'ego, gwiazdy popularnego amerykańskiego serialu „Przyjaciele". W centrum historii pojawia się Jasveen Sangha, dilerka narkotyków nazywana przez prokuratorów „Ketaminową Królową" – podczas przeszukania jej domu znaleziono m.in. 79 fiolek ketaminy. W związku ze sprawą Perry'ego została skazana na 15 lat więzienia. Równolegle zapadł wyrok wobec asystenta aktora, Kennetha Iwamasy: 41 miesięcy więzienia, dozór i grzywna. Produkcja odsłania kulisy hollywoodzkiej sieci dostaw narkotyków i cenę uzależnienia. **MP**

→ **MATTHEW PERRY I KETAMINOWA KRÓLOWA**
ŚR 30.09 godz. 21.00 BBC BRIT



Jasveen Sangha – to głównie ją prokuratorzy obwinili o śmierć aktora i sprzedawanie narkotyków gwiazdom kina.



ZABÓJCZE ROBOTY: PRZYSZŁOŚĆ WOJNY

NOWA RZECZYWISTOŚĆ Jak wyglądają europejskie laboratoria, w których powstaje nowa generacja uzbrojenia? We francuskiej firmie Arquus trwają końcowe testy autonomicznego konwoju: pojazdy same planują trasę, utrzymują szyk i dostarczają zaopatrzenie bez udziału kierowców, ograniczając ryzyko dla żołnierzy. Niedaleko Bordeaux startup Icarus Swarms pracuje nad rojami dronów, które dzięki algorytmom dzielą zadania, wymieniają dane i uderzają jednocześnie, przeciążając obronę przeciwlotniczą. Film poszerza perspektywę o globalny wyścig zbrojeń – od pocisków hipersonicznych po broń laserową. **MP**

→ **ZABÓJCZE ROBOTY: PRZYSZŁOŚĆ WOJNY**
CZ 1.10 godz. 22.15 TVP DOKUMENT

NAJGROŹNIEJSZE ZWIERZĘTA ŚWIATA...

BEZWZGLĘDNA NATURA Jadowite zwierzęta wykorzystują swój jad w walce o przetrwanie. W dokumentalnej serii przyjrzymy się, jak działają ich toksyny, a także jak polują te groźne stworzenia – od węża, australijskiego tajpana pustynnego, przez śmiercionośną osę morską (meduzę spotykaną u północnych wybrzeży Australii oraz w tropikalnych wodach przybrzeżnych Oceanu Indyjskiego i Spokojnego), aż po niewielkiego stożka, jednego z najbardziej jadowitych ślimaków świata. Potrafi on porazić ofiarę w mgnieniu oka, a jego jad mógłby zabić 700 osób! **MP**

→ **NAJGROŹNIEJSZE ZWIERZĘTA ŚWIATA... ŚR 30.09 godz. 19.00 NATIONAL GEOGRAPHIC WILD**



FOT.: ADOBE STOCK (2), MAT. PRASOWE (2)

eprasa.pl 37b976a8ff

REKLAMA



TAJEMNICZY ZESPÓŁ JELITA DRAŻLIWEGO:

MITY, FAKTY I AKTUALNE ODKRYCIA

Biegunka, bóle brzucha, wzdęcia. Wielu Polaków od czasu do czasu cierpi na jeden lub kilka z tych objawów. Jeśli jednak dolegliwości jelitowe pojawiają się regularnie, najczęściej mamy do czynienia z zespołem jelita drażliwego (IBS). Czym właściwie jest to schorzenie? Eksperci w dziedzinie zdrowia jelit sprawdzili fakty!

Mit 1: Jelito drażliwe to choroba XXI wieku

Zespół jelita drażliwego nie jest bynajmniej nową chorobą cywilizacyjną ani modnym zjawiskiem. Już Hipokrates, często opisywał ponad 2000 lat temu pacjenta z dolegliwościami brzusznymi, zmienionym rytmem wypróżnień, wzdęciami i nagłym parciem na stolec — krótko mówiąc: z typowymi objawami jelita drażliwego.

Mit 2: Jelito drażliwe — wszystko to tylko wyobraźnia?

Choć jelita i psychika są ze sobą ściśle powiązane, zespół jelita drażliwego nie jest wytworem wyobraźni. Nawracające objawy wynikają z rzeczywistych, chorobowych zmian zachodzących w organizmie. Same dolegliwości mogą nie wydawać się dramatyczne osobom postronnym, jednak znacząco obniżają jakość życia pacjentów — zwłaszcza gdy pojawiają się regularnie i w najmniej odpowiednich momentach.

Mit 3: Przyczyna zespołu jelita drażliwego jest nieznana

Obecnie naukowcy zakładają, że częstą przyczyną przewlekłych dolegliwości jelitowych jest uszkodzona bariera jelitowa. Nawet niewielkie jej naruszenia wystarczają, aby patogeny i szkodliwe substancje przenikały do ściany jelita. W efekcie dochodzi do podrażnienia jelitowego układu nerwowego, co prowadzi do nawracających biegunek, często połączonych z bólami brzucha, wzdęciami, a czasem również zaparciami.[1]

Co naprawdę może pomóc osobom z zespołem jelita drażliwego?

Niemiecki zespół badawczy postanowił znaleźć sposób, by pomóc osobom cierpiącym na jelito drażliwe. Wspólnie z włoskim naukowcem już ponad 10 lat temu rozpoczęli poszukiwania skutecznego rozwiązania.

Z czasem natrafili na wyjątkowy szczep bakterii — B. bifidum MIMBb75. Jego unikalną cechą jest zdolność fizycznego przylegania do komórek nabłonka jelitowego — niczym plaster na ranie.
Pomysł badaczy brzmiał: czy pod takim „plasterkiem" bariera jelitowa może się zregenerować, a w konsekwencji dolegliwości jelitowe ulec złagodzeniu?
Aby sprawdzić tę hipotezę, przeprowadzili dwa badania o najwyższym standardzie metodologicznym, w których oceniali skuteczność szczepu B. bifidum MIMBb75 zarówno w formie żywej, jak i inaktywowanej cieplnie. Wyniki były imponujące: w obu badaniach jednoznacznie potwierdzono skuteczność szczepu w łagodzeniu objawów zespołu jelita drażliwego.[2,3]

Od pomysłu do produktu

Szczep B. bifidum MIMBb75, w jeszcze bardziej udoskonalonej, inaktywowanej cieplnie formie, jest dostępny wyłącznie w wyrobie medycznym Kijimea IBS PRO. Preparat ten należy obecnie do najczęściej sprzedawanych produktów na dolegliwości jelita drażliwego w całej Europie.[4]
Kijimea IBS PRO jest dostępny bez recepty w aptekach, można go również wygodnie zamówić bezpośrednio u producenta na stronie www.kijimea.pl.

Nowość

Dla Twojej apteki: Kijimea IBS PRO

- ✓ Z unikalnym szczepem bakterii B. bifidum HI-MIMBb75
- ✓ Na dolegliwości jelita drażliwego, takie jak biegunka, ból brzucha czy wzdęcia
- ✓ Skuteczność w IBS potwierdzona klinicznie[5]



SYNformulas GmbH
Am Haag 14 • 82166 Gräfelfing • Niemcy
Tel.: +48 2230 77116 • info@kijimea.pl • www.kijimea.pl

(GTIN 4260344399437)

[1]Wood JD. Effects of bacteria on the enteric nervous system: implications for the irritable bowel syndrome. J Clin Gastroenterol. 2007;41 (Suplement 1): S7–S19. doi:10.1097/MCG.0b013e31802f1331. • [2]Guglielmetti S, Mora D, Gschwender M, Popp K. Randomised clinical trial: Bifidobacterium bifidum MIMBb75 significantly alleviates irritable bowel syndrome and improves quality of life – a double-blind, placebo-controlled study. Alimentary pharmacology & therapeutics. 2011;33(10):1123-1132. doi: org/10.1111/j.1365-2036.2011.04633.x. [3,5]Andresen V, Gschossmann J, Layer P. Heat-inactivated Bifidobacterium bifidum MIMBb75 (SYN-HI-001) in the treatment of irritable bowel syndrome: a multicentre, randomised, double-blind, placebo-controlled clinical trial. Lancet Gastroenterol Hepatol. 2020;5(7):658-666. doi:10.1016/S2468-1253(20)30056-X. • [4]Insight Health, MAT 01/24, u.a. DE, AT, ES, IT. • Zdjęcie ma charakter ilustracyjny.

To jest wyrób medyczny. Używaj go zgodnie z instrukcją używania lub etykietą.

eprasa.pl 37b976a8ff



LIGA NARODÓW

IANIS HAGI jest synem Gheorghe Hagiego, słynnego piłkarza, a teraz selekcjonera rumuńskiej kadry.

VIKTOR GYÖKERES był autorem gola, który dał Szwecji wygraną z Polską (3:2) i awans do MŚ.

JAKUB KIWIOR od początku sezonu stanowi jeden z filarów defensywy FC Porto.

SZWECJA – POLSKA

PRZED NAMI m.in. kolejne testy kadry Jana Urbana w Lidze Narodów, finał Speedway Grand Prix w Toruniu oraz mecz o złoto siatkarskich ME.

PIŁKA NOŻNA Spotkanie z Bośnią i Hercegowiną na PGE Narodowym było dla Biało-Czerwonych przetarciem przed konfrontacją z teoretycznie najsilniejszym przeciwnikiem w grupie B4 Ligi Narodów. Podopieczni Jana Urbana mają ze Szwedami rachunki do wyrównania. Po porażce w finale baraży nasi piłkarze mogli tylko z zazdrością śledzić poczynania ekipy Trzech Koron podczas mundialu w Meksyku, Kanadzie i USA. Viktor Gyökeres i spółka nie zrobili furory za wielką wodą. Na mistrzostwach świata ograli Tunezję 5:1, potem ulegli Holandii takim samym stosunkiem bramek i zremisowali 1:1 z Japonią. Z turniejem Szwedzi pożegnali się natomiast już na starcie fazy pucharowej, przegrywając 0:3 z Francją. Patrząc na te wyniki, Biało-Czerwoni nie powinni obawiać się Skandynawów. Szczególnie że najprawdopodobniej zagrają z nami osłabieni absencją kontuzjowanego Anthony'ego Elangi. Napastnik Newcastle Utd był jednym z piłkarzy, który wpisał się na listę strzelców w marcowym meczu Szwecji z Polską (3:2). Jeśli tym razem Orły wrócą z delegacji do Solny z tarczą, zrobią ogromny krok w kierunku powrotu do dywizji A Ligi Narodów, a także podbudują morale przed spotkaniem z Rumunią (PT 2.10 godz. 20.35 TVP 1) i rewanżowym starciem z Bośnią i Hercegowiną (PO 5.10 godz. 20.35 TVP 1).

→ **SZWECJA – POLSKA PO 28.09 godz. 20.35 TVP 1**



BARTOSZ ZMARZLIK walczy o swój siódmy tytuł indywidualnego mistrza świata.

GRAND PRIX POLSKI

ŻUŻEL Obfite opady deszczu sprawiły, że przedostatnia runda cyklu Speedway Grand Prix, w Vojens, zakończyła się już po części zasadniczej. Skorzystał na tym Robert Lambert, który wyprzedził Bartosza Zmarzlika, wysuwając się na prowadzenie w klasyfikacji generalnej. Polak wciąż może jednak odwrócić losy wyścigu o indywidualne mistrzostwo świata. Na toruńskiej Motoarenie nasz najlepszy żużlowiec musi gonić Roberta Lamberta, a na dodatek uważać na atak ze strony Brady'ego Kurtza. Australijczyk również pozostaje w grze o triumf w tegorocznej odsłonie SGP.

→ **GRAND PRIX POLSKI W TORUNIU SO 26.09 godz. 18.30 EUROSPORT 3**

MISTRZOSTWA ŚWIATA – MONTREAL 2026

KOLARSTWO W dwóch poprzednich edycjach czempionatu złoty medal w wyścigu ze startu wspólnego padł łupem Tadeja Pogačara. Niestety, wypadek Słoweńca na trasie tegorocznej Vuelty wykluczył go z walki o kolejną obronę tytułu. Faworytem do przejęcia schedy po zawodniku grupy UAE Team Emirates wydaje się Remco Evenepoel. Niedawne Grand Prix Montrealu dowiodło jednak, że podczas kanadyjskich mistrzostw faworytowi mogą zagrozić choćby Isaac del Toro czy Paul Seixas. Polskim kibicom pozostaje trzymać kciuki za jak najlepszą postawę Biało-Czerwonych z Michałem Kwiatkowskim na czele.

→ **MŚ – MONTREAL 2026 ND 27.09 godz. 15.00 EUROSPORT 1**



MICHAŁ KWIATKOWSKI wygrał wyścig ze startu wspólnego na MŚ w 2014 roku.

FOTO: MATERIAŁY PRASOWE

eprasa.pl 37b976a8ff

LIGA NARODÓW

ANGLIA – HISZPANIA

PIŁKA NOŻNA Synowie Albionu wciąż czekają na sukces na miarę swojego triumfu w mistrzostwach świata sprzed sześćdziesięciu lat. Wyspiarze ukończyli tegoroczny mundial z brązowym medalem, pokonując Francję w meczu okraszonym dziesięcioma golami (6:4). Wcześniej dwa razy z rzędu ocierali się o prymat na Starym Kontynencie. W rozegranym w Londynie finale Euro 2020 Harry Kane i spółka ulegli Włochom po serii rzutów karnych. Z kolei w kolejnej edycji turnieju tytuł mistrzowski sprzątnęła im sprzed nosa reprezentacja Hiszpanii (2:1). Mecz pierwszej kolejki Ligi Narodów to dla Anglików okazja, by odpłacić się rywalom za tę bolesną porażkę. Nie będzie to jednak łatwe zadanie. La Furia Roja przybędzie na Wembley w roli urzędującego mistrza Europy, a zarazem świeżo upieczonego czempiona globu. Podopieczni selekcjonera Luisa de la Fuente pozostają niepokonani od czerwca 2025 roku, kiedy musieli uznać wyższość Portugalczyków w finale Ligi Narodów. W fazie grupowej piątej odsłony rozgrywek świetną passę Hiszpanów spróbują przerwać nie tylko Anglicy, lecz także Chorwaci oraz Czesi.

→ **ANGLIA – HISZPANIA**
SO 26.09 godz. 20.35
TVP SPORT



FERRAN TORRES był bohaterem finału ostatniego mundialu.

JUDE BELLINGHAM utrzymuje formę, którą imponował podczas MŚ.



BIAŁO-CZERWONI rozpoczęli zmagania w fazie pucharowej meczem z Łotwą.

MISTRZOSTWA EUROPY

MECZ FINAŁOWY

SIATKÓWKA Finał 34. czempionatu Starego Kontynentu zostanie rozegrany w Unipol Forum w Assago, a jego stawką będzie nie tylko złoty medal, ale też kwalifikacja do olimpiady w Los Angeles. Początek turnieju pokazał, że finaliści poprzednich mistrzostw, Polacy i Włosi, są w formie i mogą znów zmierzyć się w najważniejszym meczu rozgrywek. Biało-Czerwoni liczyli na dwunasty medal ME i trzeci z najcenniejszego kruszcu. Ekipa z Półwyspu Apenińskiego, współgospodarz turnieju, walczyła o szesnasty krążek, ósmy złoty. Trzy lata temu musiała zadowolić się srebrem, a plany pokrzyżowali jej Biało-Czerwoni. Czy historia się powtórzy?

→ **MECZ FINAŁOWY SO 26.09 godz. 20.45 POLSAT SPORT 1**

WTA

TURNIEJ W PEKINIE

TENIS Tegoroczny US Open wywołał efekt domina, który doprowadził do przetasowań w czołówce światowych list. Po porażce w finale z Jeleną Rybakiną Aryna Sabalenka musiała ustąpić Kazaszce miejsca w fotelu liderki, w którym zasiadała nieprzerwanie od października 2024 roku. W cieniu gry o tron Iga Świątek skupia się na utrzymaniu miejsca w top 10 rankingu WTA. W realizacji celu pomogłoby jej nawiązanie do sukcesu sprzed trzech lat, kiedy dopisała do swojego CV jedyny jak dotąd triumf w China Open. Oprócz Raszynianki na kortach National Tennis Center w Pekinie sprawdzą się także jej rodaczki – Magdalena Fręch i Maja Chwalińska.

→ **TURNIEJ W PEKINIE ŚR 30.09 godz. 07.00 C+ SPORT 2**



IGA ŚWIĄTEK powraca do rywalizacji w światowym tourze po nieudanym dla niej US Open.

eprasa.pl 37b976a8ff

TYDZIEŃ SPORTU NA ŻYWO

TRANSMISJE OD SOBOTY 26 WRZEŚNIA DO PIĄTKU 2 PAŹDZIERNIKA Zaplanuj z nami cały tydzień sportowych emocji!

PIŁKA NOŻNA

LIGA NARODÓW

SO Słowenia – Szkocja
14.50 POLSAT SPORT 3

SO Anglia – Hiszpania
20.35 POLSAT SPORT 3; TVP SPORT

ND Serbia – Holandia
17.50 POLSAT SPORT 1

ND Dania – Walia
17.50 POLSAT SPORT 3

ND Norwegia – Portugalia
20.35 POLSAT SPORT 2

ND Niemcy – Grecja
20.35 POLSAT SPORT 1

PO Rumunia – Bośnia i Hercegowina
20.35 POLSAT SPORT 3

PO Szwecja – Polska
20.35 TVP 1; TVP SPORT HIT



PO Turcja – Włochy
20.35 POLSAT SPORT 2

PO Belgia – Francja
20.35 POLSAT SPORT 1

WT Hiszpania – Chorwacja
20.35 POLSAT SPORT 1; TVP SPORT

WT Szkocja – Szwajcaria
20.35 POLSAT SPORT 3

WT Czechy – Anglia
20.35 POLSAT SPORT 2

CZ Dania – Portugalia
20.35 POLSAT SPORT 3

CZ Grecja – Holandia
20.35 POLSAT SPORT 2

CZ Niemcy – Serbia
20.35 POLSAT SPORT 1

PT Belgia – Turcja
20.35 POLSAT SPORT 2

PT Francja – Włochy
20.35 POLSAT SPORT 1

PT Polska – Rumunia
20.35 TVP 1; TVP SPORT

ELIMINACJE ME U-21

ŚR Polska – Szwecja
17.55 TVP SPORT

INNE DYSCYPLINY

FORMUŁA 1

SO GP Azerbejdżanu ELEVEN SPORTS 1
12.55 Wyścig

PT GP Bahrajnu ELEVEN SPORTS 1
6.25 1. sesja treningowa

PT GP Bahrajnu ELEVEN SPORTS 1
9.55 2. sesja treningowa

FUTSAL

SO Futsal Ekstraklasa TVP SPORT
12.55 Mecz: Legia – Wiara Lecha Poznań

KOLARSTWO

SO CRO Race EUROSPORT 1
13.00 5. etap
Reprezentanci Polski

ND CRO Race EUROSPORT 1
13.00 6. etap
Reprezentanci Polski

ND MŚ – Montreal EUROSPORT 1
15.00 Wyścig ze startu wspólnego
Reprezentanci Polski

PO Tour of Langkawi EUROSPORT 2
8.00 2. etap

ŚR Tour of Langkawi EUROSPORT 2
7.20 4. etap

KOSZYKÓWKA MĘŻCZYZN

SO Superpuchar Polski POLSAT SPORT 2
16.30 Mecz: Legia – Energa Trefl Sopot

SO Superpuchar Polski POLSAT SPORT 2
19.15 Mecz: Dziki Warszawa – Zastal

ND Superpuchar Polski POLSAT SPORT 2
17.30 Mecz finałowy

PT PLK POLSAT SPORT 2
20.15 Mecz: Trefl Sopot – Dziki Warszawa

PIŁKA NOŻNA KOBIET

ND ORLEN Ekstraliga TVP SPORT
12.40 Mecz: Czarni Antrans Sosnowiec – KS Uniwersytet Jagielloński

ND Mistrzostwa świata U-20 – Polska 2026 TVP SPORT
17.50 Mecz finałowy

PIŁKA RĘCZNA MĘŻCZYZN

SO LOTTO Superliga POLSAT SPORT 3
18.00 Mecz: KGHM Chrobry Głogów – PGE Wybrzeże Gdańsk

ND LOTTO Superliga POLSAT SPORT 2
15.00 Mecz: Ostrovia – Industria Kielce

SIATKÓWKA KOBIET

SO Giganci Siatkówki TVP SPORT
15.25 Mecz o 3. miejsce

SO Giganci Siatkówki TVP SPORT
17.55 Mecz finałowy

PT TAURON Liga POLSAT SPORT 1
17.30 Mecz: NETLAND MKS Kalisz – PGE Budowlani Łódź

PT TAURON Liga POLSAT SPORT 3
20.00 Mecz: UNI Opole – Chemik Police

SIATKÓWKA MĘŻCZYZN

SO ME 2026 POLSAT SPORT 1
15.45 Mecz o 3. miejsce

SO ME 2026 POLSAT SPORT 1
20.45 Mecz finałowy HIT

CZ PLS 1. liga POLSAT SPORT 3
17.30 Mecz: MCKiS Jaworzno – Lechia Tomaszów Mazowiecki

SNOOKER

PO Shenzhen Open EUROSPORT 1
13.30 1. dzień

WT Shenzhen Open EUROSPORT 1
13.30 2. dzień

ŚR Shenzhen Open EUROSPORT 1
13.30 3. dzień

CZ Shenzhen Open EUROSPORT 1
13.30 4. dzień

PT Shenzhen Open EUROSPORT 1
13.30 Mecz ćwierćfinałowy

SPORTY WALKI

SO Babilon MMA 60 w Skierniewicach SUPER POLSAT
20.00 Walka: K. Głowacki – C. G. de Oliveira

TENIS

SO Turniej WTA w Singapurze CANAL+ SPORT 2
8.30 Mecz półfinałowy gry pojedynczej

SO Puchar Billie Jean King – półfinał POLSAT SPORT 1
11.00 Mecz gry pojedynczej

SO Turniej WTA w Singapurze CANAL+ SPORT 2
12.00 Mecz półfinałowy gry pojedynczej

SO Puchar Lavera EUROSPORT 2
14.00 2. dzień

SO Puchar Lavera EUROSPORT 1
20.15 2. dzień

ND ATP w Chengdu POLSAT SPORT 3
7.00 Ćwierćfinał gry pojedynczej

ND Turniej WTA w Singapurze CANAL+ SPORT 2
11.00 Mecz finałowy gry pojedynczej

ND Puchar Billie Jean King – finał POLSAT SPORT 1
13.00 Mecz gry pojedynczej

ND Puchar Lavera EUROSPORT 2
13.00 3. dzień

ND ATP w Chengdu POLSAT SPORT 2
13.00 Ćwierćfinał gry pojedynczej

PO ATP w Chengdu POLSAT SPORT 2
11.00 Mecz półfinałowy gry pojedynczej

PO ATP w Chengdu POLSAT SPORT 2
13.00 Mecz półfinałowy gry pojedynczej

WT ATP w Chengdu POLSAT SPORT 2
13.00 Mecz finałowy gry pojedynczej

ŚR ATP w Tokio POLSAT SPORT 2
6.00 Mecz 1. rundy gry pojedynczej

ŚR ATP w Pekinie POLSAT SPORT 1
7.00 Mecz 1. rundy gry pojedynczej

ŚR WTA w Pekinie CANAL+ SPORT 2
7.00 Mecz 1. rundy gry pojedynczej
Świątek, Chwalińska



CZ ATP w Tokio POLSAT SPORT 2
6.00 Mecz 1. rundy gry pojedynczej

CZ ATP w Pekinie POLSAT SPORT 1
7.00 Mecze 1. i 2. rundy

CZ WTA w Pekinie CANAL+ SPORT 2
7.00 Mecz 1. rundy gry pojedynczej

CZ ATP w Tokio POLSAT SPORT 2
4.00 Mecz 2. rundy gry pojedynczej

PT WTA w Pekinie CANAL+ SPORT 2
5.00 Mecz 1. rundy gry pojedynczej

PT ATP w Tokio POLSAT SPORT 2
6.00 Mecz 2. rundy gry pojedynczej

PT ATP w Pekinie POLSAT SPORT 1
7.00 Mecz 2. rundy gry pojedynczej

PT WTA w Pekinie CANAL+ SPORT 2
7.00 Mecz 2. rundy gry pojedynczej

ŻUŻEL

SO Grand Prix Polski EUROSPORT 3
18.30 10. runda
Reprezentanci Polski

ND PGE Ekstraliga CANAL+ SPORT
19.15 Mecz barażowy

PT Indywidualne ME TVP SPORT
16.55 4. runda w Pardubicach
Reprezentanci Polski

– zawody z udziałem Polaków

eprasa.pl 37b976a8ff

KOLAGENCITO

– dobry wybór każdego dnia!

Postaw na KolagenCito - wysokiej jakości kolagen i witamina C w jednym!



Produkt wzbogacony z kolagenem i witaminą C dla osób, które chcą świadomie dbać o swoją codzienną dietę. Wygodna forma miękkich pastylek sprawia, że KolagenCito możesz mieć zawsze przy sobie. KolagenCito – dobry wybór! To produkt stworzony z myślą o osobach, które cenią doświadczonego producenta, wygodną formę oraz znane składniki. KolagenCito zawiera kolagen oraz odpowiednią ilość witaminy C, która pomaga w prawidłowej produkcji kolagenu, w celu zapewnienia prawidłowego funkcjonowania skóry, kości, chrząstki, dziąseł oraz naczyń krwionośnych.

Dzięki praktycznej formie miękkich pastylek nie wymaga rozpuszczania ani przygotowywania. Wystarczy ssać do 3 pastylek dziennie – wygodnie w domu, w pracy, w podróży czy podczas aktywnego dnia. To prosty sposób na wzbogacenie codziennej diety o kolagen i witaminę C. Ponadto witamina C pomaga w prawidłowym funkcjonowaniu układu odpornościowego oraz w ochronie komórek przed stresem oksydacyjnym. W nowoczesnej formie KolagenCito to twój codzienny przyjaciel. KolagenCito to także doskonały pomysł na praktyczny i wartościowy prezent dla bliskiej osoby, która dba o zdrowy styl życia i świadome odżywianie. Eleganckie opakowanie produktu sprawia, że będzie trafionym upominkiem na wiele okazji.

Produkt jest chroniony prawem patentowym na świecie, co potwierdza jego oryginalność i wyjątkowy charakter. Wybierając KolagenCito, sięgasz po produkt opracowany z myślą o wzbogaceniu diety i codziennym komforcie stosowania.

KolagenCito – wygoda i sprawdzone składniki każdego dnia.

Kupisz w aptekach i sklepach zielarskich.

Producent: Reutter GmbH Dystrybutor: P.P.H.U. IZAKPOL ul. Dąbrowskiego 5 96-300 Żyrardów, izakpol@go2.pl

eprasa.pl 37b976a8ff

NETFLIX, HBO MAX, DISNEY+ I INNE



SERIAL THRILLER

ZMORA

Do rodzinnego Torunia wraca Kama Kossowska (Magdalena Cielecka). Jej powrót nie wszystkim jest na rękę – tym bardziej że dziennikarka zaczyna pracę nad programem telewizyjnym o zaginięciach sprzed lat. Jedna ze spraw dotyczy zniknięcia jej przyjaciela z dzieciństwa, Piotrka. Wznowione po dekadach śledztwo prowadzi komisarz Tomasz Korcz (Piotr Żurawski). Im więcej tropów i akt sprawdzają wspólnie Korcz i Kossowska, tym wyraźniej widzą, jak wiele zamieciono w tej sprawie pod dywan. Serial na podstawie kryminału Roberta Małeckiego.

HBO max →PREMIERA 2.10



SERIAL DRAMATYCZNY

NA WSCHÓD OD EDENU

Ponad 45 lat po premierze miniserialu z Jane Seymour w roli Cathy Ames czas na nową interpretację powieści Johna Steinbecka z 1952 roku. Tym razem w czarującą, lecz bezwzględną Cathy, której losy splatają się z braćmi Adamem (Christopher Abbott) i Charlesem (Mike Faist) Traskami, wciela się Florence Pugh. Pozbawiona sumienia i empatii Ames od najmłodszych lat krzywdziła innych i manipulowała otoczeniem, zwłaszcza mężczyznami. Nieświadomi tych toksycznych zachowań bracia Traskowie ulegają jej urokowi, po czym obaj zostają przez nią wykorzystani.

NETFLIX →PREMIERA 1.10



SERIAL THRILLER

AMERICAN HOSTAGE

Ceniony reporter radiowy z Indianapolis, Fred Heckman (Jon Hamm), rozważa przyjęcie posady w Nowym Jorku. Wszystko zmienia się jednak, gdy w jego mieście dochodzi do wstrząsających wydarzeń. Zdesperowany klient banku, Tony Kiritsis (Giovanni Ribisi), po odmowie udzielenia kolejnej pożyczki bierze zakładnika. Co więcej, Kiritsis nie zgadza się na negocjacje z policją – chce rozmawiać wyłącznie z Heckmanem. Stawia przy tym pewien warunek – rozmowa ma być nadawana na żywo na antenie. Serial oparty jest na prawdziwej historii.

HBO max →PREMIERA 21.09



SERIAL THRILLER

OSTATNIA ZAGADKA

Gdy nagła burza odcina od świata grupę zamożnych turystów w kurorcie na wyspie w pobliżu Majorki, sprawy przyjmują nieoczekiwany obrót. Wkrótce jedna z turystek zostaje znaleziona martwa. Od tej chwili każdy z trzynaściorga przebywających w hotelu gości staje się podejrzany – w tym spędzający wakacje w Hiszpanii słynny aktor Benjamin Basil (Jose Coronado). Jako że kiedyś Basil wcielił się w Sherlocka Holmesa, postanawia podjąć się przeprowadzenia amatorskiego śledztwa. Szybko przekonuje się, że morderca prowadzi z nim grę w kotka i myszkę.

NETFLIX →PREMIERA 25.09



KOMEDIODRAMAT

NIEDOSZŁA PANNA MŁODA

Tego Gemma (Aisling Bea) nie mogła przewidzieć, planując swój ślub. Gdy jej narzeczony Nathan umiera tuż przed ceremonią, wszystko wymyka się spod kontroli. Zrozpaczona kobieta początkowo chce odwołać uroczystość – bo jaki sens ma ślub bez pana młodego? Wkrótce jednak, pod naciskiem przyszłej szwagierki i za sprawą wyjątkowo absurdalnego splotu wydarzeń, Gemma podejmuje zaskakującą decyzję: ceremonia się odbędzie. Aby zrealizować swój plan, niedoszła panna młoda musi zmierzyć się z oporem rodziny, przeszkodami prawnymi oraz oburzeniem opinii publicznej.

CANAL+ →PREMIERA 22.09

eprasa.pl 37b976a8ff



DRAMAT

WARTOŚĆ SENTYMENTALNA

Kiedy po rozstaniu z żoną Gustav Borg (Stellan Skarsgård) wyjechał z Norwegii, jego dorastające córki miały do niego ogromny żal. Przeżywający kryzys twórczy reżyser wykorzystał rozpad małżeństwa jako pretekst, by odciąć się od własnych korzeni. Po latach Gustav nieoczekiwanie znów pojawia się w życiu swoich córek. I to nie sam, lecz w towarzystwie hollywoodzkiej gwiazdy (Elle Fanning). Film Joachima Triera, nagrodzony Oscarem oraz Złotym Globem, przeszedł do historii również jako jeden z najbardziej oklaskiwanych tytułów na festiwalu w Cannes.

HBO max → JUŻ DOSTĘPNY

ANIMOWANY

TOY STORY 5

Dzielny kowboj znów staje w obronie porzuconych zabawek. Tym razem Chudy, jego przyjaciel Buzz Astral, Jessie i reszta ekipy mają wyjątkowo trudne zadanie. Do pokoju ośmioletniej Bonnie wkracza bowiem złowroga technologia. Nowa zabawka – tablet Lilypad, przypominający żabę – szybko zdobywa sympatię dziewczynki, budząc nieufność jej dotychczasowych ulubieńców. Czy zderzenie tradycji i elektroniki zakończy się przyjaźnią, czy rozpeta wojnę zabawek? Reżyserem 5. części kultowej animacji jest Andrew Stanton („Gdzie jest Nemo?",„WALL•E").

Disney+ → PREMIERA 23.09





SERIAL HORROR

MOI SMUTNI ZMARLI

Buenos Aires. Emerytowana lekarka Ema (Mercedes Morán) od czasu śmierci matki stara się trzymać z dala od ludzi. Wszystko zmienia się, gdy przyjeżdża do niej dawno niewidziana siostrzenica Julie (Dolores Fonzi), a w sąsiedniej dzielnicy Piedrabuena dochodzi do brutalnego, potrójnego morderstwa nastolatków. Wkrótce mają miejsce niepokojące zjawiska, a na jaw wychodzi, że Julie ma ten sam dar co Ema – potrafi komunikować się ze zmarłymi. Tylko że w przeciwieństwie do swojej ciotki nie boi się z niego korzystać.

NETFLIX → PREMIERA 24.09

SERIAL KOMEDIOWY

INNY ŚWIAT

Jak to jest wrócić do szkoły po... 39 latach? Przekonują się o tym Whitley (Jasmine Guy) i Dwayne (Kadeem Hardison), bohaterowie przebojowej serii komediowej z lat 80. Tym razem naukę w Hilman College zaczyna bowiem ich najmłodsza córka, Deborah Wayne (Maleah Joi Moon). Na kampusie dziewczyna poznaje innych afroamerykańskich studentów, w tym m.in. Rashidę Duvall (Alijah Kai) – pierwszą w rodzinie studentkę kryminologii, utalentowanego sportowca Shaquille'a Johnsona (Cornell Young IV) i pochodzącą z prowincji religijną Hazel Henry (Kennedi Reece).

NETFLIX → PREMIERA 24.09



KOMEDIA ROMANTYCZNA

THE LOVE HYPOTHESIS



Ambitna doktorantka Olive (Lili Reinhart) skupia się na swojej naukowej karierze. Ale gdy odkrywa, że najlepsza przyjaciółka zakochała się w obiekcie jej wieloletnich marzeń, traci zdrowy rozsądek. Aby pokazać, że już jej nie zależy na Jeremym (Nicholas Duvernay), spontanicznie całuje budzącego respekt profesora Adama Carlsena (Tom Bateman). Na tym się nie kończy. Olive i Adam postanawiają udawać związek, by sprawdzić swoje hipotezy na temat miłości. Problem się pojawia, gdy granica między udawanym uczuciem a tym, co w sercu, zaczyna się zacierać.

prime video → PREMIERA 23.09



CHCESZ WIEDZIEĆ WIĘCEJ? CZYTAJ NETFLIM

POD REDAKCJĄ JOANNY PASZTELAŃSKIEJ FOT.: MAT. PRASOWE (10), MAT. REDAKCYJNE

eprasa.pl

ZNIKNIĘCIE DYREKTORA
Kłótnia Mariusza i Aleksandra ma tragiczny finał. Morderca robi wszystko, żeby zatrzeć ślady.



20.50 TVP 2

→ Piotrek i Andrzej martwią się o Adama. Postanawiają szybko interweniować, gdy ich kolega ponownie wpada w tarapaty.

M jak miłość

OBYCZAJOWY PO Olek zjawia się w domu nocą kompletnie pijany. Aneta robi mu wyrzuty. Tymczasem Mariusz u Sowińskiego zaciera ślady zbrodni. Następnego dnia personel kliniki zauważa, że dyrektor zniknął. Kasia proponuje mężowi wyjazd do USA. Marcin wraca do pracy detektywa. WT Werner po rozstaniu z Sylwią pogrąża się w kryzysie. Budzyńscy próbują wesprzeć przyjaciela, nawet gdy ten niszczy ich randkę. Następnego dnia koledzy prawnika tracą cierpliwość i urządzają na Deszczowej małą interwencję. Magda jest mile zaskoczona nagłym przyjazdem Julii z córkami.

HD POLSKA 2026 ▶60 min



18.05 Klan
TVP 1 TELENOWELA

PO Jerzy i Mariola chwalą Oskara za organizację winobrania. Brajan zastaje w domu Darka. Uświadamia mu, że za często odwiedza Czesię. WT Dominika wypytuje Mariolę o relację z Oskarem. Agnieszka martwi się o córkę. Po kolejnej rozmowie z Zosią jedzie do Pragi. ŚR Wiga szykuje uroczystą kolację na powrót Pawełka i Toli z Bieszczad. Wraz ze Skoczkami nie mogą się już doczekać. CZ Tola i Pawełek szykują się do inauguracji roku akademickiego. Oskar wyznaje Marioli miłość. PT Agnieszka informuje telefonicznie Janusza, że planuje razem z Zosią odwiedziny u rodziców Jaromira.

HD POLSKA 2026 ▶35 min



18.00 Pierwsza miłość
POLSAT OBYCZAJOWY

PO Jolka widzi Kingę i Janka w czułym uścisku. Obiecuje, że nikomu nic nie powie. Ewa umawia się z Łucją na spotkanie. Sądzi, że kobieta coś ukrywa. WT Alan towarzyszy Hubertowi i Erykowi podczas zakupów. Dowiaduje się, że ma rozmowę kwalifikacyjną za godzinę. ŚR Jolka oznajmia Tomkowi, że nie zamieszka w kawalerce. Chłopak próbuje porozumieć się z Kingą. Stawiają twarde warunki. CZ Bartek budzi się w dawnym domu. Emilka robi mu śniadanie, lecz on w pośpiechu wychodzi. PT Jurek pomaga Jadzi w opiece nad Anusią. Nieoczekiwanie u kobiety zjawia się z Waldek z bukietem kwiatów.

HD POLSKA 2026 ▶50 min



20.25 Komisarz Alex 26
TVP 1 KRYMINALNY

SO Ginie ceniony dziennikarz, 44-letni Jan Szczęsny. Policjanci wszczynają śledztwo. Sprawdzają tematy, którymi mężczyzna zajmował się tuż przed tragedią i przesłuchują jego znajomych. Pomoc w tej sprawie oferuje Wojciech Sznajder, znany terapeuta.

HD POLSKA 2026 ▶60 min



16.00 Zajazd. Będzie się działo 2
STOPKLATKA OBYCZAJOWY

PO-CZ Do zajazdu przyjeżdżają na urlop zakonnice – Małgosia, Kamila i Ewa. Pierwsza z nich spotyka dawną miłość. Pojawia się też specjalista do spraw restrukturyzacji, który ma skontrolować firmę znajomej Wioli. Próbuje wciągnąć ją w spisek.

HD POLSKA 2026 ▶60 min



16.50 Szpital św. Anny
TVN OBYCZAJOWY

PO-PT Marta i Tomek pomagają kobiecie, która cierpi na urojenia. Bartek próbuje wpłynąć na Kaśkę, by się nie wyprowadzała. Maciek z Olkiem mają zamieszkać z nią w jej nowym domu. Kiedy Alicja nie dzwoni do syna, rozgoryczony chłopiec zmienia zdanie.

HD POLSKA 2026 ▶65 min



16.55 Gliniarze. Śląsk
POLSAT KRYMINALNY

PO-PT Bankomaty na Śląsku stają się celem przestępców, którzy używają materiałów wybuchowych nieznanego pochodzenia. Trop prowadzi do handlarzy bronią. Gutek i Kowalski zajmują się śmiercią emerytki. Ciało znaleziono w splądrowanym mieszkaniu.

HD POLSKA 2026 ▶65 min

NIE PRZEGAP!



20.25 Gra z Cieniem 2
TVP 1 KRYMINALNY

ND Kosek tropi Helenę i wchodzi w ryzykowny układ z łódzkim półświatkiem. Porada podejmuje śmiertelnie niebezpieczną próbę wyniesienia z gabinetu majora Opałki tajnych ksiąg lotów.

HD POLSKA 2026 ▶60 min



21.00 Apollo w ogniu: Apollo Has Fallen
C+ PREMIUM SENSACYJNY

PO Zara jest o krok od ujawnienia swojej tożsamości. Zamierza skonfrontować się z kretem w Londynie. Liczy, że uda się jej uniknąć aresztowania i zdobyć potrzebne informacje.

HD WLK. BRYT./FRANCJA 2026 ▶50 min



20.30 Felicita
TVP 1 OBYCZAJOWY

WT, ŚR Stella i Francesca są zaniepokojone stanem Marco po rozwodzie. Ten oferuje Zośce pomoc. Wpada na pomysł, aby Giulia przyjechała z Nico do Warszawy. Oliwia martwi się o Davide.

HD POLSKA/WŁOCHY 2026 ▶35 min



21.40 Zdrada
POLSAT KRYMINALNY

CZ Patryk stawia żonie ultimatum. Joachim, zaufany człowiek Huberta, dostaje zadanie specjalne. Paweł jest w szoku, gdy się o tym dowiaduje. Podczas urodzin jego teścia do drzwi puka policja.

HD POLSKA 2023 ▶75 min

eprasa.pl 37b976a8ff

OD 26 WRZEŚNIA DO 2 PAŹDZIERNIKA 2026



19.00 Lombard. Życie pod zastaw 19
TV PULS

OBYCZAJOWY PO Marcin razem z mamą Ewą sprzedają planszówki. Roman przynosi do wyceny gadżety. Łandę i Michała nachodzi Jędrzej. WT W lombardzie zjawia się klient Osiek na nietypowym rowerze, co budzi zmieszanie Moczynosa. Wraca też Natalia. ŚR Sąd odbiera Magdzie 8-letniego syna i umieszcza go w rodzinie zastępczej. Kobieta podejmuje walkę o odzyskanie praw do dziecka. CZ Jacek i Oliwia podczas randki nad rzeką widzą mafijną egzekucję. Mężczyzna gubi dokumenty. PT Skradziony Januszowi rower trafia do lombardu. Poszkodowany postanawia zaprowadzić porządek.

HD POLSKA 2026 ▶60 min



19.00 Policjantki i Policjanci
TV 4

OBYCZAJOWY PO Pod skałkami na górskim szlaku zbieracz butelek znajduje ranną dziewczynę. Białach i Bachleda rozpoczynają śledztwo. WT Szulc i Sołtys badają włamanie do domu adwokata. Skradziono pieniądze, biżuterię, zegarki i wino należące do mafijnego bossa. ŚR Pijani nastolatkowie potrącili kobietę, która wybiegła na drogę. Obrażenia ofiary wskazują na jej wcześniejsze pobicie. CZ Białach i Bachleda trafiają na sprawę związaną z porachunkami pseudokibiców. Plotka nakręca konflikt. PT Do komendy przychodzi Eugeniusz z ładunkiem wybuchowym przy ciele. Żąda spotkania z Kostyrą.

HD POLSKA 2026 ▶60 min



20.05 Barwy szczęścia
TVP 2

OBYCZAJOWY PO Grzelakowie zostają pozwani przez pana Bogumiła, który po zatruciu grzybami żąda od nich 100 tysięcy złotych odszkodowania. WT Aldona i Borys chcą ustalić wysokość rekompensaty dla klienta. Ten awanturuje się w sklepie. Amelia jest zawiedziona postawą Bruna. ŚR Zaangażowanie Mariusza w pomoc Jance irytuje Kasię. Hubert upewnia się, że Lucyna nie była z nim szczera. CZ Kasia i Łukasz konsultują się w sprawie Ksawerego. Ten dowiaduje się, że urodził się dzięki in vitro. PT Pyrkowie wciąż są wstrząśnięci po ujawnieniu intrygi Wilka i kłamstw Lucyny. Na Zacisznej interweniuje policja.

HD POLSKA 2026 ▶35 min



20.15 Na Wspólnej
TVN

OBYCZAJOWY PO Igor wciąga Leona w akcję przeciw dilerowi Julki. Chłopak spotyka się z przestępcą, by nagrać transakcję. Ilona i Baliszewski spierają się z Mileną o lokal na dachu. WT Seba jedzie z Agnieszką i Heblem na mecz do poprawczaka. Tomek znika przed rozgrywką i spóźnia się na spotkanie. Okazuje się, że okradziono drużynę gości. ŚR Córka Grega wyznaje Weronice, że to ona dźgnęła ojca nożem. Agnieszka słyszy, jak Ryszard każe Sebie obserwować Tomka. CZ Żaba odkrywa, że to Olszewska doprowadziła do cofnięcia Tomkowi zgody na pracę poza ośrodkiem. Zrywa umowę z kobietą.

HD POLSKA 2026 ▶35 min



20.05 Uroczysko
TV 4

KRYMINALNY PO-CZ Funkcjonariusze szukają zaginionej Wiktorii, a do komendy zgłaszają się kolejne kobiety przyznające się do tej samej zbrodni. Walicki wie, że któraś z nich kłamie. Śledczy badają też śmierć 18-letniego ministranta po romantycznym spotkaniu.

HD POLSKA 2026 ▶35 min



20.40 Sprawiedliwi – Wydział Kryminalny
TV 4

KRYMINALNY PO-CZ W tartaku policja znajduje odciski poszukiwanego Szymona Czyża, który rok wcześniej napadł na kantor gangstera Damiana Karasia. Wach i Kujawińska próbują go schwytać, gdy dochodzi do brutalnego morderstwa właściciela obiektu.

HD POLSKA 2026 ▶60 min



21.40 Sprawiedliwi. Trójmiasto
TV 4

KRYMINALNY PO-CZ Berg i Pietras prowadzą śledztwo w sprawie gwałtu na 15-letniej Sylwii. Osica i Serafin badają sprawę makabrycznej przesyłki zostawionej Elżbiecie Waleckiej. Podejrzenie pada na brutalnego męża kobiety, byłego komandosa.

HD POLSKA 2026 ▶65 min



21.50 Na sygnale
TVP 2

FABULAR.-DOKUM. PO-ŚR Wiktor ponownie trafia na Milenę, która po upadku rani się w rękę i zaczyna krwawić z dróg rodnych. Banach pilnie wiezie ją do szpitala. Zespół Góry jedzie do rzekomego zawału u kobiety. Pomocy potrzebuje także jej mąż, u którego rozwija się sepsa.

HD POLSKA 2026 ▶30 min



20.10 Edukacja XD
ALE KINO+

KOMEDIOWY ŚR W Pałacu Kultury i Nauki ma dojść do sprzedaży Polski Żydom lub ewentualnie odwrotnej transakcji. Malcolmowi, Stomilowi i ich towarzyszom depczą jednak po piętach wierzyciele Remika.

HD POLSKA 2025 ▶65 min



20.50 Na dobre i na złe
TVP 2

OBYCZAJOWY ŚR Falkowicza niepokoi związek Matyldy z ratownikiem Darkiem. Postanawia otwarcie porozmawiać z partnerem córki. Po spotkaniu wpada w panikę, podejrzewając, że dziewczyna jest w ciąży.

HD POLSKA 2026 ▶60 min



20.30 Ojciec Mateusz 35
TVP 1

KRYMINALNY CZ Ktoś umieszcza w sieci kompromitujące nagranie z kandydatem na prezesa spółdzielni mieszkaniowej. Dochodzi też do pobicia rolnika. Sprawy są powiązane. Do śledztwa dołącza Mateusz.

HD POLSKA 2026 ▶55 min



22.25 Czas niedokonany
TVP 1

SENSACYJNY CZ W 1977 roku śmierć Stanisława Pyjasa stawia krakowskich bohaterów przed decyzjami, które zaważą na ich życiu. W 2019 roku umierający ojciec Adama zdobywa się na poruszające wyznanie.

HD POLSKA 2024 ▶60 min

eprasa.pl 37b976a8ff

Warto zobaczyć

12.25 POLSAT
Jak wytresować smoka 2
ANIMOWANY Drago chce skłócić przedstawicieli ras ludzkiej i smoczej. Czkawka i Szczerbatek krzyżują mu plany. *Reż.: Dean DeBlois, D: Grzegorz Drojewski, Danuta Stenka USA/Indie 2014* **145 min ▶ do godz. 14.50**

12.35 TVP 1
Vera Cruz
WESTERN Rok 1866, Meksyk. Były major wojsk Południa i bandyta Joe eskortują hrabinę Duvarre, która przewozi do Vera Cruz złoto. *Reż.: Robert Aldrich, A: Gary Cooper, Burt Lancaster, Denise Darcel USA 1954* **110 min ▶ do godz. 14.25**

13.40 TVP KULTURA
Sztuczki
KOMEDIODRAMAT Stefek i jego siostra mieszkają z matką. Chłopiec wierzy, że zdoła sprawić, by ojciec, który ich porzucił, wrócił do domu. *Reż.: Andrzej Jakimowski, A: Ewelina Walendziak, Damian Ul, Tomasz Sapryk Polska 2007* **110 min ▶ do godz. 15.30**

15.45 TVN
Chłopiec z burzy
PRZYGODOWY Emeryt opowiada wnuczce o swoim dzieciństwie. Dorastał na australijskim wybrzeżu. Zaopiekował się osieroconymi pelikanami. *Reż.: Shawn Seet, A: Finn Little, Jai Courtney, Geoffrey Rush Australia 2019* **130 min ▶ do godz. 17.55**

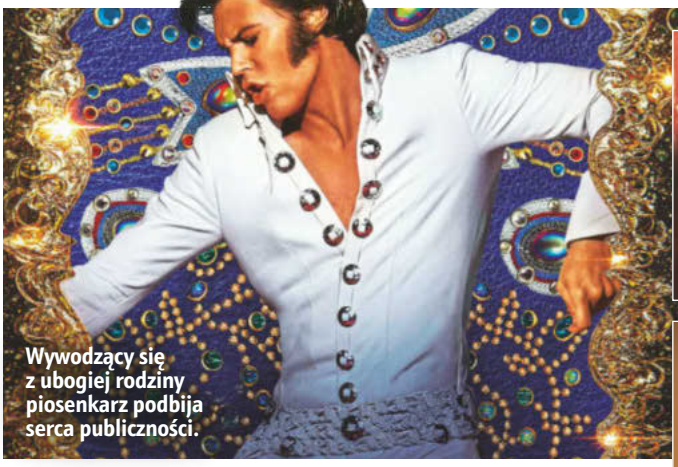
15.55 STOPKLATKA
Najczarniejsza godzina
HORROR SF Moskwa. Programiści z USA stają się świadkami inwazji obcych. Celem najeźdźców jest zagłada Ziemi. *Reż.: Chris Gorak, A: Emile Hirsch, Max Minghella, Joel Kinnaman USA/Rosja 2011* **110 min ▶ do godz. 17.45**

18.20 HBO
Kot w butach: Ostatnie życzenie
ANIMOWANY Awanturnik musi przejść na emeryturę po utracie ośmiu żyć. Gwiazdka może odwrócić jego los. *Reż.: Joel Crawford, Januel Mercado, D: Wojciech Malajkat, Monika Dryl USA/Japonia 2022* **100 min ▶ do godz. 20.00**

20.00 KINO POLSKA
Kamerdyner
HISTORYCZNY Mateusz po śmierci matki trafia do arystokratycznej rodziny ojca. Wraz z wybranką staje w obliczu dziejowych wydarzeń. *Reż.: Filip Bajon, A: Anna Radwan, Janusz Gajos, Anna Radwan Polska 2018* **180 min ▶ do godz. 23.00**

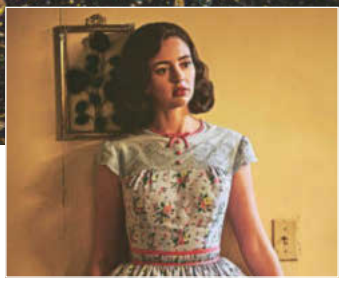
23.00 ALE KINO+
Inni ludzie
OBYCZAJOWY Warszawa. Zbuntowany trzydziestolatek Kamil spotyka się ze studentką i romansuje z mężatką. Ich życie obserwuje Jezus. *Reż.: Aleksandra Terpińska, A: Jacek Beler, Sonia Bohosiewicz, Lech Dyblik Polska/Francja 2021* **125 min ▶ do godz. 1.05**

→ filmowe hity



Wywodzący się z ubogiej rodziny piosenkarz podbija serca publiczności.





21.35 TVN
Elvis
BIOGRAFICZNY **Opowieść o karierze króla rock and rolla i jego trudnej współpracy z menedżerem.**

HIT DNIA Rok 1997. Śmiertelnie chory Tom Parker wspomina swoją znajomość ze słynnym artystą, którego był menedżerem. Jest połowa lat 50., gdy Parker po raz pierwszy spotyka Elvisa Presleya. Szybko dostrzega ogromny potencjał wokalisty i przekonuje go, by oddał mu na wyłączność kontrolę nad swoją karierą. Początkowo współpraca układa się dobrze i dzięki Parkerowi Presley i jego rodzice mogą zapomnieć o ubóstwie, z którym dotąd się zmagali. Po kilku latach Elvis zaczyna dotkliwie odczuwać negatywne strony umowy. Menedżer podejmuje bowiem za niego wszelkie decyzje, także te dotyczące repertuaru. Narastający konflikt wybucha, gdy Parker zabrania muzykowi wyruszyć w światową trasę koncertową. Na dodatek także w małżeństwie Elvisa z Priscillą nie układa się najlepiej. HD **195 min ▶ do godz. 0.50**

USA/Australia 2022 **Reż.:** Baz Luhrmann **Wyst.:** Austin Butler, Tom Hanks, Olivia DeJonge, Alton Mason



20.00 TVN 7
Top Gun
SENSACYJNY Zdolny pilot Maverick (Tom Cruise) zostaje wysłany na szkolenie do elitarnej jednostki lotniczej. Rywalizuje z Tomem (Val Kilmer) o tytuł przyznawany najlepszemu absolwentowi i względy instruktorki Charlotte.

Reż.: Tony Scott Wyst.: Kelly McGillis
USA 1986 HD **145 min ▶ do godz. 22.25**



22.00 POLSAT
Jeden gniewny człowiek
THRILLER Los Angeles. H (Jason Statham) rozpoczyna pracę w firmie zajmującej się przewozem cennych ładunków. Musi wytropić weteranów z Afganistanu, którzy odpowiadają za napady na konwoje.

Reż.: Guy Ritchie Wyst.: Holt McCallany
USA 2021 HD **160 min ▶ do godz. 0.40**



20.00 TV PULS
Alarum
SENSACYJNY Szpiedzy Joe (Scott Eastwood) i Lara (Willa Fitzgerald) po ślubie rezygnują z ryzykownej pracy. Ich spokój kończy się, gdy Joe przejmuje skradziony dysk. Jego byli szefowie wysyłają za nim zabójcę.

Reż.: Michael Polish Wyst.: Sylvester Stallone
USA 2025 HD **120 min ▶ do godz. 22.00**



22.00 TV PULS
Demaskator
THRILLER Rządowy agent do zadań specjalnych Travis (Liam Neeson) wpada na trop tajnego programu FBI wymierzonego w obywateli USA. Próbuje odkryć prawdę. Ściąga wielkie niebezpieczeństwo na siebie i swoją rodzinę.

Reż.: Mark Williams Wyst.: Taylor John Smith
Australia 2022 HD **120 min ▶ do godz. 0.00**



20.00 HBO
Czas kruka
OBYCZAJOWY Po niespodziewanej śmierci ukochanej żony młody ojciec (Benedict Cumberbatch) zostaje sam z dwoma synami. Przełomem w życiu pogrążonej w żałobie rodziny okazuje się pojawienie się tajemniczego kruka.

Reż.: Dylan Southern Wyst.: David Thewlis
Wlk. Bryt. 2025 HD **95 min ▶ do godz. 21.35**



22.25 TVN 7
Diuna: Część druga
SCIENCE FICTION Paul Atryda (Timothée Chalamet), ocalały z rzezi dokonanej przez Harkonnenów, chroni się wśród wędrownego ludu Fremenów. Biorą go oni za wybrańca. Tymczasem baron przeprowadza kolejne ataki.

Reż.: Denis Villeneuve Wyst.: Zendaya
USA 2023 HD **205 min ▶ do godz. 1.50**

Oznaczenia: P! Premiera w TV HD Program także w standardzie HD
prasa.pl 27h37ea.pdf

→ filmowe hity



Lucjan liczy, że wkrótce wróci do swojego domu. Edward wie, że to płonne nadzieje.

22.40 TVP 1 Cisza nocna

HORROR Emerytowany aktor musi zamieszkać w domu opieki. Odkrywa mroczny sekret tego miejsca.

HIT DNIA Lucjan ma prawie osiemdziesiąt lat. Tęskni za zmarłą żoną i karierą na deskach teatru. Mieszka z synem, który proponuje seniorowi, aby na czas remontu przeniósł się do domu opieki. Emeryt czuje się nieswojo w nowym miejscu, mimo że w placówce pracuje uprzejmy personel, a inni pensjonariusze wydają się sympatyczni. Przytłacza go atmosfera zbliżającej się śmierci. Pewnej nocy pod wpływem opowieści współlokatora, Edwarda, Lucjan schodzi do piwnic. Odkrywa tajemnicze przejście do równoległego świata. HD 125 min ▶ do godz. 0.45

Polska 2024 **Reż.:** Bartosz M. Kowalski **Wyst.:** Maciej Damięcki, Zdzisław Wardejn, Włodzimierz Press, Joanna Balasz

→ sport



12.55 ELEVEN SPORTS 1 Grand Prix Azerbejdżanu

FORMUŁA 1 LIVE Piętnasty wyścig w tegorocznym cyklu odbędzie się na ulicznym torze w Baku. O trzecie zwycięstwo z rzędu i dziewiąte w sezonie zawalczy Andrea Kimi Antonelli. Włoch pewnie zmierza po swój premierowy tytuł mistrza F1. HD 125 min ▶ do godz. 15.00



20.00 SUPER POLSAT Babilon MMA 60

SPORTY WALKI LIVE Podczas gali w Skierniewicach weteran polskiego MMA Rafał Błachuta zmierzy się z Domem Norkusem. W klatce pojawi się też Krzysztof Głowacki. Rywalem byłego mistrza świata w boksie będzie Cally de Oliveira. HD 240 min ▶ do godz. 0.00

→ rozrywka



16.00 C+ PREMIUM Kaśka Sochacka – „Ta Druga na Bis" (Live)

KONCERT Zapis wyjątkowej sesji studyjnej wokalistki, której twórczość wymyka się klasyfikacjom. Melomani usłyszą nowe aranżacje piosenek, łączące elementy popu, muzyki alternatywnej i poezji śpiewanej. HD 50 min ▶ do godz. 16.50



19.45 TVN Azja Express

REALITY SHOW Uczestnicy docierają do Surabai. Para z immunitetem ma szansę zrelaksować się w kompleksie basenów rytualnych świątyni Candi Jolotundo. Reszta śmiałków walczy o przetrwanie na trasie do mety w Madiun. HD 110 min ▶ do godz. 21.35



20.00 STOPKLATKA Szybcy i martwi

WESTERN Dziki Zachód. Sadystyczny bogacz John Herod (Gene Hackman) organizuje krwawy turniej rewolwerowców w miasteczku Redemption. Pragnąca się na nim zemścić Ellen (Sharon Stone) bierze udział w zawodach.

Reż.: Sam Raimi Wyst.: Russell Crowe
USA 1995 HD 130 min ▶ do godz. 22.10



21.00 C+ PREMIUM Nie ma duchów w mieszkaniu na Dobrej

OBYCZAJOWY Benek (Bartłomiej Deklewa) i jego troje rodzeństwa wchodzą w dorosłość. Lęki oraz życiowe rozterki komplikują łącząca ich dotychczas relację.

Reż.: Emi Buchwald Wyst.: Tymoteusz Rożynek
Polska 2025 HD 90 min ▶ do godz. 22.30



20.35 TVP SPORT Anglia – Hiszpania

PIŁKA NOŻNA LIVE Wielki hit Ligi Narodów, a zarazem rewanż za finał Euro 2024. Wówczas w Berlinie górą była drużyna La Furia Roja (2:1). Czy w tym spotkaniu na Wembley Synowie Albionu zdołają odegrać się na Laminie Yamalu i spółce? HD 175 min ▶ do godz. 23.30



20.30 TVP 2 The Voice of Poland 17

WIDOWISKO Podczas kolejnych „Przesłuchań w ciemno" Michał Szpak, Kuba Badach, Tomson i Baron oraz Edyta Bartosiewicz staną przed trudnymi wyborami. Prowadzą Paulina Chylewska i Maciej Musiał. HD 75 min ▶ do godz. 21.45



22.30 TVP KOBIETA Cwaniaki z Hollywood

KOMEDIA KRYMINALNA Producent filmowy (Robert De Niro) zginie, jeśli nie spłaci długu u gangstera. Chce doprowadzić do śmierci aktora (Tommy Lee Jones) na planie i zgarnąć miliony z polisy.

Reż.: George Gallo Wyst.: Robert De Niro
USA 2020 HD 110 min ▶ do godz. 0.20



22.45 TVP KULTURA Kos

HISTORYCZNY Rok 1794. Generał Kościuszko (Jacek Braciak) planuje powstanie przeciw Rosjanom. W tym czasie Ignac (Bartosz Bielenia), nieślubny syn szlachcica, ucieka z cennym dokumentem. Ściga go okrutny brat.

Reż.: Paweł Maślona Wyst.: Michał Czernecki
Niemcy 2023 HD 130 min ▶ do godz. 0.55



20.45 POLSAT SPORT 1 Mistrzostwa Europy 2026

SIATKÓWKA LIVE Unipol Forum w Assago będzie areną meczu o złoty medal 34. czempionatu Starego Kontynentu. W finale poprzednich ME Polska ograła Włochy 3:0. Obie drużyny dobrze rozpoczęły tegoroczny turniej. HD 135 min ▶ do godz. 23.00

→ dokument



20.00 FOKUS TV Świat z góry. Zamki

REPORTAŻ Podniebna podróż nad najpiękniejszymi zamkami Europy. Dzięki ujęciom z dronów widzowie ujrzą twierdze, pałace oraz fortece z nieznanej im dotąd perspektywy. HD 60 min ▶ do godz. 21.00

eprasa.pl 37b976a8ff

TVP 1 HD DVB T2

5.15 **Wykrywacz kłamstw** – program publicystyczny
5.30 **Pytanie dnia** – pr. publicyst.
5.55 **Oko na świat** – magazyn
6.20 **Balans bieli** – program religijny
7.00 **Transmisja mszy świętej z Sanktuarium Matki Bożej na Jasnej Górze**
7.40 **Rok w ogrodzie** (1184) – magazyn
8.05 **Rok w ogrodzie extra** (457) – magazyn
8.20 **Pełnosprawni** (671) – magazyn dla niepełnosprawnych
8.50 **Ranczo 2** (15): Gmina to ja – serial obyczajowy, Polska 2007
9.50 **Felicita** (7-9) – serial obyczajowy, Polska/Włochy 2026
11.25 **Ojciec Mateusz 21** (272) – serial kryminalny, Polska 2019
12.20 **Dobre strony** (2) – cykl felietonów
12.35 **Gwiazdy w południe: Vera Cruz** FILM – western, USA 1954, reż. Robert Aldrich, wyk. Gary Cooper, Burt Lancaster, Denise Darcel, Cesar Romero, 110 min
14.25 **Okrasa łamie przepisy** – mag.
15.00 **Rolnik szuka żony 13** (3) – telenowela dokum., Polska 2026
16.00 **Zaraz wracam 3** (146, 147) TVP VOD – serial obyczajowy, Polska 2026
17.00 **Teleexpress, pogoda**
17.30 **Ojciec Mateusz 35** (453) – serial kryminalny, Polska 2026
18.20 **Przed ekranem** – magazyn
18.40 **Jaka to melodia?** – teleturniej muzyczny
19.30 **Program informacyjny 19.30**
19.55 **Pytanie dnia** – pr. publicyst.
20.05 **Sport, pogoda**

TVP 2 HD DVB T2

5.20 **Barwy szczęścia** (3402, 3403) – serial obyczajowy, Polska 2026
6.30 **M jak miłość** (1941) – serial obyczajowy, Polska 2026
7.30 **Pytanie na śniadanie – pobudka** – magazyn
7.55 **Pytanie na śniadanie** – magazyn
11.15 **Super Gary. Gotuj z Bosacką!** (4) – magazyn kulinarny
12.00 **W poszukiwaniu dobrego filmu** – magazyn filmowy
12.35 **Informacje kulturalne**
13.00 **Panna młoda** (207) – serial obyczajowy, Turcja 2024
14.00 **Familiada** – teleturniej
14.35 **Koło fortuny** – teleturniej
15.15 **Szansa na sukces. Opole 2027** (3): Kuba Badach – widowisko
16.20 **Na dobre i na złe** (998): Świat powinien się skończyć – serial obyczajowy, Polska 2026
17.20 **Panna młoda** (208) – serial obyczajowy, Turcja 2024
Hancer ujawnia domownikom wszystko, czego dowiedziała się o Yoncy. Nusret próbuje zapanować nad emocjami spiskowców. Beyza trafia z ojcem do aresztu.
18.15 **Omnibus – szybcy i mądrzy** (44) – teleturniej
19.10 **Słowo na niedzielę**
19.25 **Rodzinka.pl** (315, 316): Restrukturyzacja; Urodzinki – serial komediowy, Polska 2026
W domu Boskich trwają przygotowania do tajemniczej imprezy. Osoba, której to wydarzenie dotyczy najbardziej, stanowczo sprzeciwia się celebracji. Natalia nie zamierza odpuścić.

POLSAT HD DVB T2

4.40 **Disco Gramy**
5.25 **Telezakupy TV Okazje**
6.00 **Nowy dzień z Polsat News**
8.00 **halo tu polsat** – magazyn
12.00 **Shrek ma wielkie oczy** – film animowany, USA 2010
12.25 **Jak wytresować smoka 2** FILM – film animowany, USA/Indie 2014, reż. Dean DeBlois, 145 min
Mija pięć lat od zawarcia pokoju między wikingami z Berk a skrzydlatymi stworami. Czkawka i Szczerbatek trafiają do niezwykłej lodowej krainy. Żyją tam dzikie smoki, a także tajemniczy jeźdźiec. Z jego pomocą chłopak próbuje powstrzymać żądnego władzy Drago, który chce skłócić przedstawicieli ras ludzkiej i smoczej.
14.50 **Zaginiony świat: Park jurajski** FILM – film przygodowy, USA 1997, reż. Steven Spielberg, wyk. Jeff Goldblum, Pete Postlethwaite, Richard Schiff, Peter Stormare, 160 min
Mija kilka lat od eksperymentów z przywróceniem do życia dinozaurów. John Hammond ponownie zaprasza na wyspę Iana Malcolma i Sarah Harding. O istnieniu zwierząt dowiaduje się Ludlow. Chce schwytać dinozaury i zarobić na nich fortunę.
17.30 **Awantura o kasę** – teleturniej
18.50 **Wydarzenia**
19.15 **Prezydenci i premierzy** (468) – program publicystyczny
19.25 **Wypasiona kuchnia** (27) – program rozrywkowy
19.35 **Sport, pogoda**

TVN HD DVB T2

5.40 **Uwaga!** – magazyn reporterów
5.55 **Ukryta prawda** (1487) – serial paradokumentalny, Polska 2023
6.50 **Kobieta na krańcu świata** (4) – serial dok., Polska 2026
7.45 **Dzień Dobry TVN** – magazyn
11.30 **Dobrze zrobione w domu** (6) – magazyn poradnikowy
11.35 **Na Wspólnej** (4280-4283) – serial obyczajowy, Polska 2026
13.35 **Kobieta na krańcu świata** (2) – serial dok., Polska 2026
W Seulu Martyna Wojciechowska spotyka Eunju Kim, działaczkę praw człowieka. W dzieciństwie widziała ona publiczne egzekucje, a po śmierci ojca uciekła z Korei Północnej z matką i siostrą.
14.10 **MasterChef** (3) – program rozrywkowy
Czworo uczestników jedzie do Neapolu. Poznaje lokalne tradycje m.in. w L'Antica Pizzeria da Michele. Gościem odcinka jest Massimo Bottura.
15.45 **Chłopiec z burzy** – film FILM przygodowy, Australia 2019, reż. Shawn Seet, wyk. Finn Little, Jai Courtney, Geoffrey Rush, Erik Thomson, 130 min
Emerytowany biznesmen opowiada wnuczce o czasach swojego dzieciństwa. Jako chłopiec mieszkał z ojcem na australijskim wybrzeżu. Pewnego dnia znalazł trzy osierocone pelikany, którymi się zaopiekował.
17.55 **Taskmaster** (4) – program rozrywkowy
19.00 **Fakty, sport i pogoda**

20

KRYMINALNY



20.25 Komisarz Alex 26 (324) TVP VOD – Polska 2026

Ginie ceniony dziennikarz. Policjanci wszczynają śledztwo. Sprawdzają tematy, którymi mężczyzna zajmował się tuż przed tragedią i przesłuchują jego znajomych, próbując odtworzyć ostatnie dni ofiary. Niespodziewanie pomoc w tej wyjątkowo trudnej sprawie oferuje terapeuta Wojciech Sznajder.

21.25 **Gala wręczenia nagród 51. Festiwalu Polskich Filmów Fabularnych w Gdyni** – widowisko
22.40 P! **Cisza nocna** FILM – horror, Polska 2024, reż. Bartosz M. Kowalski, wyk. Maciej Damięcki, Zdzisław Wardejn, Włodzimierz Press, Anna Nehrebecka, 125 min
0.45 **Morderstwa w Montauban** FILM – film kryminalny, Francja 2024, reż. Muriel Aubin, wyk. Hubert Delattre, Déborah Krey, Lionnel Astier, Ahmed Hammadi Chassin, 100 min
2.25 **Jaka to melodia?** – teleturniej muzyczny
3.25 **Film dokumentalny**
4.20 **Zakończenie**

WIDOWISKO



20.30 The Voice of Poland 17 (5, 6): Przesłuchania w ciemno

Michał Szpak, Kuba Badach, Tomson i Baron oraz Edyta Bartosiewicz staną przed kolejnymi trudnymi wyborami, oceniając potencjał uczestników rywalizacji jedynie na podstawie głosu. Nie obędzie się bez dyskusji. Wokalistów wspiera publiczność. Ania Karwan ponownie jest trenerką The Voice Comeback Stage powered by Orange.

23.00 **Program rozrywkowy**
23.25 **51. Festiwal Polskich Filmów Fabularnych w Gdyni – studio festiwalowe** – cykl reportaży, Polska 2026
23.45 **Postaw na milion** – teleturniej
0.45 **Dzień dobry, kocham Cię** FILM – komedia romantyczna, Polska 2014, reż. Ryszard Zatorski, wyk. Aleksy Komorowski, Barbara Kurdej-Szatan, Paweł Domagała, Olga Bołądź, 100 min
2.25 **Prawo Bronxu** FILM – dramat kryminalny, USA 1993, reż. Robert De Niro, wyk. Robert De Niro, Chazz Palminteri, Lillo Brancato, Francis Capra, 120 min
4.25 **Zakończenie**

ROZRYWKOWY

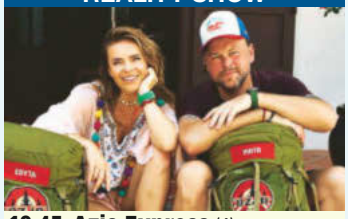


19.55 Kabaret na żywo. Młodzi i Moralni (4)

W nowej edycji programu ma być więcej scenek z codziennego życia, a mniej polityki. Robert Górski i Robert Korólczyk w cyklu „Fachowcy" portretują ludzi pracujących w różnych branżach. Powrócą skecze o polskiej rodzinie, próbującej odnaleźć się w czasach poprawności politycznej.

22.00 **Jeden gniewny człowiek** FILM – thriller, USA/Wielka Brytania 2021, reż. Guy Ritchie, wyk. Jason Statham, Holt McCallany, Rocci Williams, Josh Hartnett, 160 min
Los Angeles. H zatrudnia się w firmie przewożącej cenne ładunki. Ma wytropić ludzi odpowiedzialnych za napady na konwoje. Zlecenie jest jego szansą na zemstę.
0.40 **Ghost Rider** FILM – thriller, USA/Australia 2007, reż. Mark Steven Johnson, wyk. Nicolas Cage, Eva Mendes, Peter Fonda, 140 min
3.00 **Telefon** FILM – thriller, USA 2002, reż. Joel Schumacher, wyk. Colin Farrell, Kiefer Sutherland, Forest Whitaker, Radha Mitchell, 115 min

REALITY SHOW



19.45 Azja Express (4)

Edyta Herbuś i Piotr Bukowiecki oraz pozostali śmiałkowie kontynuują szalony wyścig przez Azję. Po drodze mierzą się z kolejnymi wymagającymi zadaniami, zmagając się przy tym z nieznośnym upałem i presją czasu. Nad przebiegiem rywalizacji czuwa prowadząca Izabella Krzan.

21.35 **Elvis** FILM HIT DNIA – dramat biograficzny, USA/Australia 2022, reż. Baz Luhrmann, wyk. Austin Butler, Tom Hanks, Olivia DeJonge, Helen Thomson, 195 min
Historia króla rock and rolla ukazana z perspektywy jego wieloletniego menedżera, Toma Parkera. Osiem nominacji do Oscara.
0.50 **Nostalgia anioła** FILM – dramat obyczajowy, USA/Wielka Brytania/Nowa Zelandia 2009, reż. Peter Jackson, wyk. Mark Wahlberg, Susan Sarandon, Stanley Tucci, Saoirse Ronan, 165 min
3.35 **Uwaga!** – magazyn reporterów
3.55 **Młode gliny** (21) – serial kryminalny, Polska 2026
4.55 **Nauka jazdy 6** (12) – program rozrywkowy

eprasa.pl 37b976a8ff
P! Premiera w TV

TVN 7 HD DVB T2

4.55 Szkoła (482) – serial paradokumentalny, Polska 2017

5.55 Wiza na miłość: pierwsze spotkanie (25) – program rozrywkowy

6.45 Nowe Zwariowane Melodie (46) – serial animowany, USA 2018

7.00 Liga potworów – FILM animowany, USA 2022, reż. Hamish Grieve, 125 min

9.05 The Floor (9, 10) – teleturniej

10.20 Ukryta prawda (1547) – serial paradokumentalny, Polska 2023

11.20 Mówię Wam 5 (6) – program kulturalny

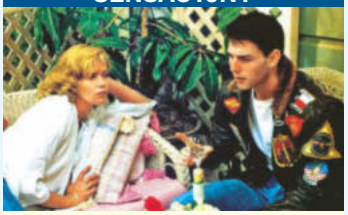
12.35 Ukryta prawda (1548, 1549) – serial paradokumentalny, Polska 2023

14.40 Szpital św. Anny (65, 66) – serial obyczajowy, Polska 2025

16.45 Detektywi (130): 30 sekund – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2024

17.50 Vabank 2, czyli riposta FILM – komedia sensacyjna, Polska 1984, reż. Juliusz Machulski, wyk. Jan Machulski, Leonard Pietraszak, Witold Pyrkosz, Ewa Szykulska, 130 min
W wyniku misternej intrygi uknutej przez Kwintę Kramer trafia do więzienia. Poznaje tam Sztyca, który proponuje mu swoją pomoc w wydostaniu się na wolność. Akcja kończy się powodzeniem. Teraz uciekinier może zająć się przygotowaniem zemsty. Postanawia zwabić byłego kasiarza w pułapkę.

SENSACYJNY



20.00 Top Gun FILM – USA 1986, 145 min

Młody pilot Pete „Maverick" Mitchell zostaje wysłany na szkolenie do elitarnej jednostki lotniczej w Kalifornii. Rywalizuje o miano najlepszego absolwenta. Między nim a instruktorką Charlotte rodzi się uczucie. Wkrótce w ośrodku dochodzi do tragedii.

22.25 Diuna: Część druga FILM – film s.f., USA/Kanada/Jordania 2023, reż. Denis Villeneuve, wyk. Timothée Chalamet, Zendaya, Rebecca Ferguson, Javier Bardem, 205 min
Ocalały Paul Atryda chroni się wśród Fremenów. Przywódca społeczności, Stilgar, nabiera przekonania, że to wybraniec, którego nadejście jest przepowiadane od pokoleń. Tymczasem baron Harkonnen przeprowadza kolejne ataki.

1.50 72 godziny FILM – dramat sensacyjny, USA/Francja/Serbia 2014, reż. McG, wyk. Kevin Costner, Amber Heard, Hailee Steinfeld, Connie Nielsen, 140 min

4.10 Fachowcy (7) – serial paradokumentalny, Polska 2017

TV PULS HD DVB T2

6.00 Kobra – oddział specjalny (14-16): Karambol; Motyw; Długa droga – serial sensacyjny, Niemcy 2020

9.00 Taki jest świat 11 (38) – program informacyjny
Anna Bogusiewicz podsumowuje kluczowe wydarzenia minionego tygodnia z kraju i ze świata. Wyjaśnia, jak wpływają na codzienne życie Polaków, co pozwala lepiej zrozumieć bieżącą sytuację.

9.25 Boso przez świat: Polowanie – cykl reportaży, Polska 2009
Podróżnik pokaże polowanie na anakondę, największego węża Ameryki Południowej. Pojawi się też relacja z połowu pirani w dorzeczu Amazonki. Na koniec degustacja lokalnego przysmaku – mięsa żółwia.

10.00 Lombard. Życie pod zastaw 14 (751, 753, 755, 757, 759) – obycz., Polska 2024
Urzędniczka Lucyna odwiedza Marię, która mieszka z córką w lokalu socjalnym. Przejęta ich sytuacją, postanawia zakupić im piec olejowy. Klient przychodzi do lombardu Barskiego z samurajskim mieczem.

15.00 Lombard. Życie pod zastaw 19 (1025-1029) – serial obyczajowy, Polska 2026
Olga przed laty upozorowała własną śmierć, by uciec od agresywnego męża. Podejrzewa, że w niebezpieczeństwie jest jego druga żona. W lombardzie kupuje gaz pieprzowy i kamerkę.

SENSACYJNY



20.00 Mocne sobotnie kino: Alarum FILM – USA 2025, 120 min

Szpiedzy Joe i Lara zakochują się w sobie podczas wspólnej misji. Po ślubie rezygnują z pracy, w której niejednokrotnie narażali swoje życie. Ich spokój kończy się, gdy Joe przejmuje skradziony dysk. Jego byli szefowie wysyłają za nim zabójcę na zlecenie, Chestera, z zadaniem eliminacji rzekomego zdrajcy oraz odzyskania dysku.

22.00 Demaskator FILM – thriller, Australia/Chiny/USA 2022, reż. Mark Williams, wyk. Liam Neeson, Aidan Quinn, Taylor John Smith, Emmy Raver-Lampman, 120 min
Agent specjalny Travis Block wpada na trop tajnego programu FBI wymierzonego w obywateli Stanów Zjednoczonych. Z pomocą dziennikarki Miry Jones próbuje dotrzeć do prawdy. Ściąga na siebie kłopoty.

0.00 Snajper: Samotna misja FILM – thriller, USA 2022, reż. Oliver Thompson, wyk. Chad Michael Collins, Ryan Robbins, Sayaka Akimoto, Josh Brener, 125 min

2.05 Zobacz to! – pr. powtórkowe

PULS 2 HD DVB T2

5.50 Ale numer! 19 (3) – program rozrywkowy

6.35 Smerfy (64, 65) – serial animowany, Belgia 1988

7.35 Pingwiny z Madagaskaru 2 (3, 4) – serial animowany, USA 2010-2012

8.35 Przygody Kubusia Puchatka FILM – film animowany, USA 1977, reż. John Lounsbery, 85 min

10.00 Mavka i strażnicy lasu FILM – film animowany, Ukraina 2023, reż. Oleksandra Ruban, 125 min

12.05 Wojciech Cejrowski. Boso – Meksyk/Paragwaj (10, 11) – serial dokumentalny, Polska 2015

13.10 Gwiazdy Mazurskiej Nocy Kabaretowej (6, 7) – program rozrywkowy

15.25 Najpiękniejsze baśnie: Kraina obfitości FILM – baśń filmowa, Niemcy 2016, reż. Carsten Fiebeler, wyk. Björn Böske, Judith Engel, Klara Deutschmann, Heikko Deutschmann, 75 min

16.40 Zaczarowany nos FILM – film familijny, Słowacja/Czechy 2016, reż. Stanislav Párnický, wyk. Kristína Kanátová, Vladislav Plevčík, Anna Javorková, Ivan Romančík st., 140 min
Księżniczka Diana pragnie znaleźć miłość. Aby dowiedzieć się, czy książę Filip jest tym jedynym, decyduje się użyć zaklęcia. Dzięki niemu zyskuje wyjątkową zdolność rozpoznawania ludzkich intencji. Okazuje się jednak, że nie zawsze magia pomaga w życiu.

ANIMOWANY



19.00 Pasmo superanimacji: Pinokio. Prawdziwa historia FILM – Rosja 2021, 120 min

Drewniany pajacyk ma dość życia pod czujnym okiem Dżepetta. Dołącza do wędrownego cyrku, gdzie poznaje Bellę. Gdy się w niej zakochuje, postanawia dołożyć starań, by stać się prawdziwym człowiekiem.

21.00 Naga broń: Z akt Wydziału Specjalnego FILM – komedia kryminalna, USA 1988, reż. David Zucker, wyk. Leslie Nielsen, Priscilla Presley, Ricardo Montalban, George Kennedy, 95 min

22.35 Purpurowe rzeki 2: Aniołowie Apokalipsy FILM – thriller, Francja/Włochy/Wielka Brytania 2004, reż. Olivier Dahan, wyk. Jean Reno, Christopher Lee, Camille Natta, Johnny Hallyday, 120 min

0.35 Wstydliwe choroby: XXL 2 (2) – serial dokumentalny, Wlk. Bryt.

3.00 Lombard. Życie pod zastaw 6 (280, 281) – serial obyczajowy, Polska 2020

5.00 Kręcimy z gwiazdami 3 (7) – program rozrywkowy

NETFLIX



DOMEK NA PRERII

Charles Ingalls (Luke Bracey) wraz z żoną i córkami walczy o przetrwanie na odludnych stepach amerykańskiego pogranicza. Pionierzy uczą się życia w zgodzie z naturą i poznają rządzące nią surowe prawa. Najnowsza ekranizacja autobiograficznego cyklu książek autorstwa Laury Ingalls Wilder.

►serial obycz. (8 odc.), USA 2026



STRANGER THINGS 5

Mike (Finn Wolfhard), Will (Noah Schnapp) i pozostali członkowie grupy próbują odnaleźć sens po dramatycznych wydarzeniach. Muszą podjąć wysiłek, by się zjednoczyć i pokonać Vecnę (Jamie Campbell Bower). Ten jednak zniknął, a jego plany pozostają nieznane. Ostatnia część popularnego cyklu.

►serial fantasy (8 odc.), USA 2025



KOLORY ZŁA: CZERŃ

Prokurator Leopold Bilski (Jakub Gierszał) zostaje karnie przeniesiony do miasteczka na Kaszubach. Poznaje pisarkę Julię (Marianna Zydek). Niebawem znika jej syn. Śledztwo ujawnia, że mieszkańcy skrywają mroczne tajemnice. Bilski odkrywa, że zagrożenie może czaić się bliżej, niż przypuszczał.

►dram. krym., Polska 2026; 109 min



NIKT TEGO NIE CHCE 2

Agnostyczka Joanne (Kristen Bell) i rabin Noah (Adam Brody) zakochali się w sobie, mimo że pochodzą z odmiennych światów. Teraz decydują się być razem i połączyć swoje rodziny. Szybko okazuje się, że nie będzie łatwo pokonać różnice, które wciąż się ujawniają. Zakochanych czeka trudna próba.

►serial obycz. (10 odc.), USA 2025

STACJE FILMOWE I SERIALOWE

AXN HD

6.30 **Smerfy:** FILM **Poszukiwacze zaginionej wioski** – film animowany, USA/Hongkong 2017, reż. Kelly Asbury, 90 min
8.00 **FBI 6** (1) – serial kryminalny, USA 2024, wyk. Missy Peregrym, Zeeko Zaki
9.00 **FBI: Most Wanted 5** (4) – serial kryminalny, USA 2024
10.00 **Rekrut: FBI** (9-13) – serial kryminalny, USA 2022-2023
14.55 **CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas** (4-8) – serial kryminalny, USA/Kanada 2000

TVP SERIALE HD

5.25 **Na sygnale** (916, 917) – serial fab.-dokum.
6.25 **Czarne chmury** (6) – serial przyg., Polska
7.30 **Na sygnale** (918-922) – serial fab.-dokum.
10.15 **Ranczo 2** (26) – serial obyczajowy, Pol. 2007
11.15 **Na dobre i na złe** (997) – serial obyczajowy, Pol. 2026
12.15 **Rodzinka.pl** (314, 315) – serial kom.
13.30 **Ojciec Mateusz 34** (436, 437) – serial kryminalny, Pol. 2025
15.30 **Komisarz Alex 26** (323) – krym., Pol. 2026
16.30 **Ranczo 3** (27) – serial obyczajowy, Pol. 2008
17.30 **Czarne chmury** (7) – serial przyg., Polska

TVP KULTURA DVB T2

9.40 **Wspomnienia** FILM **z Francji** – komediodramat, Francja 1975, 110 min
11.30 **Kosmos 1999** (33)
12.35 **Hollywoodzki remake** (4) – dok., Fr.
13.40 **Sztuczki** FILM – komediodramat, Polska 2007, 110 min
15.30 **Nad Niemnem** (1)
16.35 **Tamte lata, tamte dni** – magazyn kult.
17.15 **Gwiazda szeryfa** FILM – western, USA 1957, 105 min
19.00 **51. Festiwal Polskich Filmów Fabularnych w Gdyni – studio festiwalowe** (11) – cykl reportaży, Pol.

ALE KINO+ HD

6.30 **Polska z góry 2** (11) – serial dok., Pol. 2018
7.00 **Przybieżeli** – film krótkometraż.
7.55 **Minari** – dramat obyczajowy, USA 2020, 140 min
10.15 **Indiana Jones. Ikona popkultury** – film dokum., Fr. 2023
11.30 **41 dni nadziei** FILM – dramat przyg., USA/Islandia/Hongkong 2018, 120 min
13.30 **Trzy dni Kondora** FILM – dramat sensacyjny, USA 1975, 140 min
15.50 **Patience 2** (5, 6) – serial kryminalny
18.05 **Dream Scenario** FILM – horror komediowy, USA 2023, 125 min

CANAL+ PREMIUM HD

12.35 **Łapu capu** – program rozrywkowy
12.50 **Miss Potter** FILM – dramat biograf., USA/Wielka Brytania 2006, 90 min
14.20 **Cudowne życie** FILM – komediodramat, Fr./Kanada 2025, 100 min
16.00 **Kaśka Sochacka – „Ta Druga na Bis" (Live)** – koncert
16.50 **Tożsamość Bourne'a** FILM – thriller, USA/Niemcy/Czechy 2002, 115 min
18.45 **Hollywood Buzz** – magazyn filmowy
19.10 **Trzej muszkieterowie** FILM – kostium., Niemcy/Francja/Wielka Brytania 2011, 110 min

HBO HD

9.05 **Horton słyszy** FILM **Ktosia** – film anim., USA 2008, 85 min
10.30 **Prawdziwy ból** FILM – komediodramat, USA 2024, 90 min
12.00 **Jak wytresować smoka 3** FILM – film animowany, USA/Japonia 2019, 105 min
13.45 **Królestwo niebieskie** FILM – dramat hist., USA/Hiszp./Wlk. Bryt. 2005, 140 min
16.05 **Bohemian Rhapsody** FILM – dramat biograf., Wlk. Bryt./USA 2018, 135 min
18.20 **Kot w butach: Ostatnie życzenie** FILM – film anim., USA/Japonia 2022, 100 min

20

SENSACYJNY



20.00 **Adrenalina** – USA/ FILM Wielka Brytania 2006, 110 min

Zabójca Chev dowiaduje się, że wstrzyknięto mu truciznę. Umrze, jeśli rytm jego serca spadnie. Wyrusza na poszukiwanie antidotum.

21.50 **Snajper 2** – film sens., FILM USA 2002, 105 min
23.35 **Dorwać Cartera** FILM – film sensacyjny, USA 2000, 130 min
1.45 **Uprowadzona 3** FILM – film sens., Fr./Hiszp./USA 2014, 130 min
3.55 **Rekrut 5** (9) – krym.
4.50 **Rekrut: FBI** (9)

WOJENNY



18.30 **Stawka większa niż życie** (4) – Pol. 1968

Hans Kloss wyjeżdża do Stambułu, aby zlikwidować agenta wywiadu brytyjskiego. Na miejscu kontaktuje się z madame Rose, członkinią siatki wywiadowczej.

19.55 **Ojciec Mateusz 34** (438-440) – krym., Pol.
22.50 **Ranczo 3** (28, 29) – serial obycz., Polska
0.45 **Komisarz Alex 26** (323) – krym., Pol. 2026
1.35 **Ojciec Mateusz 35** (452) – krym., Pol. 2026
2.30 **PitBull** (30) – sens.
3.30 **Trzeci oficer** (5)

WIDOWISKO



19.30 **Gala wręczenia nagród 51. Festiwalu Polskich Filmów Fabularnych w Gdyni**

W konkursie głównym znalazły się takie filmy jak: „Ojczyzna" Pawła Pawlikowskiego, „Mniej obcy" Kristoffera Rusa czy „Dobry chłopiec" Jana Komasy.

22.45 **Kos** – dramat hist., FILM Niemcy/Szwecja/Polska 2023, 130 min
0.55 **Wieczór kinomana**
1.05 **Pachnidło: Historia mordercy** FILM – dram. kostium., Niem./Fr./Hiszp. 2006, 155 min

DRAMAT BIOGRAFICZNY



20.10 **Rebeliant** – USA FILM 2016, 170 min

Trwa wojna secesyjna. Były żołnierz Armii Konfederacji, farmer Newton Knight, staje na czele buntowników. Walczy o niepodległy stan, w którym wszyscy byliby sobie równi.

23.00 **Inni ludzie** – dramat FILM obyczajowy, Polska/Francja 2021, 125 min
1.05 **Igrając z ogniem** FILM – thriller, Francja/Belgia 2023, 105 min
2.50 **Król** (5) – serial sens.
4.05 **Moje stare**
4.35 **Warsaw Story**
5.05 **Sortownia** (5)

OBYCZAJOWY



21.00 P! **Nie ma duchów w mieszkaniu na Dobrej** – Polska FILM 2025, 90 min

Czworo wchodzącego w dorosłość rodzeństwa mierzy się z lękami i życiowymi rozterkami. Stawiając czoło kolejny problemom, próbują nie zatracić łączącej ich więzi.

22.30 **7 snajperów** FILM – thriller, Australia/Wielka Brytania/USA 2026, 90 min
0.00 **Zdążyć przed śmiercią** FILM – western, USA 2025, reż. Ned Crowley, 105 min

DRAMAT OBYCZAJOWY



20.00 P! **Czas kruka** – Wielka FILM Brytania 2025, 95 min

Po śmierci żony młody ojciec zostaje sam z dwoma synami. Przełomem w życiu pogrążonej w żałobie rodziny staje się pojawienie się tajemniczego kruka.

21.35 **Wartość sentymentalna** FILM – dramat psycholog., Norwegia/Niemcy/Dania 2025, 130 min
23.45 **Frendo** FILM – horror, USA/Luksemburg/Wielka Brytania 2025, 95 min
1.20 **Joe Baby** – thriller, FILM USA 2024, 85 min

AXN WHITE

6.20 **Wszystkie drogi** FILM **prowadzą do Rzymu** – komedia romantyczna, Włochy/USA 2015, 90 min
7.50 **Detektyw Murdoch 8** (13-17) – serial kryminalny
13.10 **Unforgettable: Zapisane w pamięci** (17-21) – krym.
18.00 **Dowody zbrodni 2** (2-6)
23.00 **Autor widmo** – thriller, FILM 2010, 160 min
1.40 **Książę i ja** – komedia FILM romant., 2004, 130 min
3.50 **Złe mamuśki 2: Jak** FILM **przetrwać święta** – komedia, 2017, 105 min
5.35 **Blok promocyjny AXN White**

AXN BLACK

6.20 **CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 8** (5, 6) – krym.
7.50 **Drużyna A 2** (12-15) – serial sensacyjny, USA
12.00 **Gwiezdne wrota 7** (19-22) – serial s.f., USA/Kan.
16.00 **Gwiezdne wrota 8** (1) – serial s.f., USA/Kan. 2004
17.00 **MacGyver 5** (7-10) – serial akcji, USA 2020-2021
21.00 **Drużyna A 2** (12-15) – serial sensacyjny, USA
0.55 **CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 8** (5, 6) – krym.
2.50 **MacGyver 5** (7-9) – serial akcji, USA 2020-2021
5.25 **Blok promocyjny AXN Black**

WARNER TV

10.40 **Sok z żuka** – horror FILM komediowy, 1988, 110 min
12.30 **Skazani na Shawshank** FILM – dramat sensacyjny, USA 1994, 170 min
15.20 **Godziny szczytu** – kom. FILM sens., USA 1998, 110 min
17.10 **Akademia policyjna 4:** FILM **Patrol obywatelski** – komedia, USA 1987, reż. Jim Drake, 100 min
18.50 **Raport Pelikana** – film FILM sensacyjny, 1993, 170 min
21.40 **Ocean's Eleven:** FILM **Ryzykowna gra** – komedia sensacyjna, USA/Australia 2001, 140 min
0.00 **Hannibal** (11, 12) – krym.

POLSAT SERIALE HD

6.00 **Gliniarze** (391-393) – serial paradokumentalny, Polska
9.00 **Poirot** (10, 1) – serial kryminalny, Wielka Brytania
11.10 **Doktor Martin** (44-47) – serial obyczajowy, Wielka Brytania 2013
15.10 **Świat według Kiepskich** (233, 234, 172) – serial komediowy, Polska
17.05 **Gliniarze** (666-670) – serial paradokumentalny, Polska
22.00 **Czarna lista 2** (26-30) – serial kryminalny, USA
2.50 **Święty** (251, 252) – serial komediowy, Polska 2022
4.00 **48h. Zaginieni** (232, 233) – serial kryminalny, Polska

CANAL+ FILM HD

7.25 **Mikołaj i ekipa** – anim., FILM Hiszpania/Kan. 2024, 90 min
8.55 **Dog Man** – film FILM animowany, 2025, 90 min
10.25 **Łapu capu** – pr. rozrywk.
10.30 **Zgred** – dramat obycz., FILM Polska 2025, 85 min
11.55 **Kiedy nadchodzi jesień** FILM – dramat obyczajowy, Francja 2024, 100 min
13.35 **Jutro będzie nasze** FILM – komediodramat, Włochy 2023, 115 min
15.30 **Być kochaną** – dramat FILM obyczajowy, Norwegia/Szwecja 2024, 100 min
17.10 **Wicked** – musical, USA/FILM Kanada/Islandia 2024, reż. Jon M. Chu, 165 min
19.55 **Łapu capu** – pr. rozrywk.
20.00 **Quebonafide: Północ/** FILM **Południe** – musical, Polska 2025, reż. Sebastian Pańczyk, 70 min
21.10 **Everest** – film katastrof., FILM Wielka Brytania/USA/Islandia 2015, 120 min
23.10 **Pewnego razu w Paryżu** FILM – komediodramat, Francja/Belgia 2025, 125 min
1.15 **Utrata równowagi** FILM – dramat psychologiczny, Polska 2024, 100 min
2.55 **Polana pośród brzeziny** FILM – dramat obyczajowy, Fr./Pol./Niemcy 2003, 90 min
4.25 **Cudownie ocalony** FILM – kom. obycz., 2004, 95 min

CANAL+ SERIALE HD

9.50 **Polska z góry. Zamki, dworki, pałace 2** (9, 10) – serial dokumentalny, Pol.
10.50 **The Office PL 5** (4-6) – serial komediowy, Polska
12.25 **Wszystkie kolory świata** (3, 4) – serial dokumentalny, Fr. 2025
14.30 **Premiera: Naruto 5** (21-23) – serial anime, Japonia 2004-2005
16.05 **Łapu capu** – program rozrywkowy
16.25 **Hot Roads – Najniebezpieczniejsze drogi świata 4** (3, 4) – serial dokumentalny, Niemcy 2024
18.25 **The Office PL 2** (1-3) – serial komediowy, Polska
20.00 **Premiera: S.W.A.T.** (9, 10) – serial sensacyjny, USA 2017
21.35 **Ekspedycja XD** (5) – serial komediowy, Polska 2026
22.00 **Kontyngent** (1, 2) – serial wojenny, Szwecja 2025
23.35 **Scarlet Hill** (5, 6) – serial kryminalny, Wietnam 2022
1.35 **Miłość, seks & pandemia** (4) – serial obyczajowy, Polska 2021
2.25 **Mały Zgon** – serial kryminalny, Polska 2020
4.30 **Hollywood Buzz** – magazyn filmowy
5.05 **Miasta rytm** (10) – serial dokumentalny, Polska 2020

CANAL+ 360 HD

6.00 **13 posterunek 2** (25, 26) – serial komediowy, Polska
7.15 **8 wspaniałych** (6) – dok.
8.00 **Manny Pacquiao: niepokonana siła**
9.20 **Polska z góry: Stadiony 2** (1) – dok., Pol.
10.00 **Zholowani: ciężarówki w opałach 7** (8) – dok.
11.00 **Koleją przez świat 4** (2)
12.00 **Stalowe bestie z demobilu** (9) – dok.
13.55 **Z archiwów historii** (2)
15.00 **Koleją przez świat 5** (1, 2) – serial dok., Wlk. Bryt.
17.00 **Lotniskowce na wojnie** (2) – dok., Wlk. Bryt. 2018
18.00 **Porzucone konstrukcje** (4) – serial dok., Wlk. Bryt.
19.00 **Na krawędzi możliwości** (11, 12) – dok.
20.00 **Speedshop: warsztat marzeń** (3) – serial dokum.
21.15 **Okręty wojenne** (8) – dok.
22.10 **Porzucona Ameryka** (5) – serial dokumentalny, USA
23.05 **Co poszło nie tak 5** (3) – serial dok., Wlk. Bryt. 2025
0.10 **Klopp: transfer stulecia** (1) – dok., Wlk. Bryt. 2020
1.05 **Projekt Fighter** (4)
2.10 **Polska z góry: Stadiony 2** (3) – dok., Pol.
2.45 **Łowcy tajemnic Bałtyku** (2) – serial dok., Polska 2020
3.45 **Pogotowie remontowe Wieśka 3** (11, 12) – mag.
4.55 **Mam zamek** (6, 7) – dok.

HBO 2 HD

14.05 **Najlepiej, jak potrafisz** FILM – komediodramat, USA 2025, 100 min
15.45 **Wielka mała koza** – film FILM animowany, USA/Brazylia/Japonia 2026, 95 min
17.20 **Więzień labiryntu:** FILM **Próby ognia** – thriller, USA 2015, reż. Wes Ball, 130 min
19.30 **Strefa interesów** – dram. FILM hist., USA/Wielka Brytania/Polska 2023, 100 min
21.10 **Ciche miejsce 2** – horror, FILM USA 2020, 95 min
22.45 **The Pitt 2** (10) – obycz.
23.25 **Latarnie** (6) – serial s.f.
0.25 **Queer** – dramat obycz., FILM Włochy/USA 2024, 135 min

HBO 3 HD

9.45 **Batman: Początek** – film FILM sensacyjny, 2005, 135 min
12.00 **Franczyza** (5, 6) – kom.
12.55 **Sound of Metal** – dramat FILM obyczajowy, 2019, 115 min
14.50 **Marsjanin** – film s.f., FILM USA/Wielka Brytania/Jordania 2015, 140 min
17.10 **Twórca** – thriller s.f., USA FILM 2023, 130 min
19.20 **Dzikie łowy** – film FILM przygodowy, Nowa Zelandia 2016, 100 min
21.00 **Lady** (1-4) – serial krym.
0.15 **Oddaj ją** – horror, FILM 2025, 105 min
2.00 **Schowek 234** – thriller, FILM USA 2024, 90 min

eprasa.pl 37b976a8ff

P! Premiera w TV

STACJE FILMOWE I SERIALOWE

POLSAT FILM HD

8.00 **Sąsiedzi** (27, 28) – serial animowany
8.20 **Był sobie kosmos** (10-12) – anim., Francja
10.00 **Paddington 2** – film familijny, USA/Wlk. Bryt./Fr. 2017, 130 min
12.10 **Powrót do przyszłości 3** – komedia s.f., USA 1990, 150 min
14.40 **Men in Black: International** – komedia s.f., Chiny/USA 2019, 140 min
17.00 **Minionki 2: Wejście Gru** – film animowany, USA/Fr. 2022, 110 min
18.50 **Wielki mur** – film fantasy, USA/Chiny/Hongkong 2016, reż. Yimou Zhang, 130 min
21.00 **Sobotni superhit: Inferno** – USA/Węgry 2016, 155 min

Ceniony badacz symboli, prof. Robert Langdon, staje się celem tajemniczych prześladowców. Musi pokrzyżować ich zbrodniczy plan. Pomaga mu Sienna.

23.35 **Sisu** – dramat wojenny, Finlandia/Wielka Brytania/USA 2022, reż. Jalmari Helander, 110 min
1.25 **Ślad** (74, 75, 58, 59) – serial krym., Polska
5.20 **Na ratunek 112** (941) – serial paradokum.

COMEDY CENTRAL HD

6.00 **Tata ma plan** (3-7) – kom., USA 2016
8.30 **Teoria wielkiego podrywu 5** (7-18) – serial komediowy, USA 2011-2012
13.30 **Przyjaciele** (5-10) – serial komediowy, USA 1994-1996
Phoebe i Chandler chcą jednocześnie zakończyć swoje związki. Joey zostaje dublerem Ala Pacino.
16.30 **Duchy** (7, 8) – serial fantasy, Wielka Brytania/USA 2021
Ekipa dokumentalistów ma nakręcić w rezydencji odcinek serii o głupich okolicznościach śmierci.

TVN FABUŁA HD

5.05 **Szkoła** (860)
6.00 **Superbohaterowie** (4) – program kult.
6.30 **Top 100: filmy wszech czasów** (10)
7.00 **Seriaale kultowe** (12) – program kult.
7.10 **Lekarze 3** (10-13)
11.10 **Jak rozmawiać z psem** – komedia, Chiny/USA/Wielka Brytania 2020, 105 min
12.55 **Akademia Pana Kleksa** – film fantasy, Polska 2023, 170 min
15.45 **Faceci od kuchni** – kom., Francja/Hiszp. 2012, 115 min
17.40 **Nieoczekiwana zmiana miejsc** – komedia, USA 1983, 140 min
20.00 **Top Gun: Maverick** – USA 2022, 165 min

Pete Mitchell służy w lotnictwie marynarki od 30 lat. Zostaje wezwany do legendarnej szkoły. Musi przygotować nowe pokolenie pilotów do niezwykle trudnej misji.

22.45 **Galimatias, czyli kogel-mogel 2** – komedia obyczajowa, Polska 1989, 125 min
0.50 **Na skraju załamania** – thriller, USA/Wielka Brytania 2024, 135 min
3.05 **Po pierwsze kino 3** (14) – pr. rozrywk.

13 ULICA

6.00 **Morderstwa w górach Vercors** – film kryminalny, Francja 2019, reż. Thierry Binisti, wyk. Hélene Seuzaret, Nicolas Gob, Dounia Coesens, Marie Guillard, 115 min
7.55 **Bez śladu 2** (12-16) – serial kryminalny, USA 2003-2004
12.25 **Kasandra 5** (2, 3) – serial kryminalny, Francja 2021
16.25 **Astrid i Raphaëlle 2** (7, 8) – serial kryminalny, Francja/Belgia/Szwajcaria 2019
18.55 **Prosto w serce** (3, 4) – serial kryminalny, Francja/Belgia 2022
21.05 **Prawo i porządek Toronto: Zbrodniczy zamiar** (4) – Kan. 2024

Detektywi z Toronto prowadzą dochodzenie w sprawie morderstwa dziennikarza. Śledczy trafiają wkrótce w sam środek zażartej kampanii o urząd burmistrza.

22.00 **Zabójstwo w Valbonne** – dramat kryminalny, Francja 2022, 120 min
0.00 **Windykatorzy** – film sensacyjny, USA 2020, reż. Jesse V. Johnson, wyk. Scott Adkins, 125 min

KINO POLSKA

6.00 **Och! Kabaret 3** (7, 8) – program rozrywkowy
7.45 **Polska Kronika Filmowa** – serial dok.
8.15 **Reksio** (37, 38) – serial animowany
8.40 **Bolek i Lolek** (1, 2) – serial animowany
9.00 **Siedem życzeń** (1, 2) – serial przygodowy
11.05 **Poszukiwany, poszukiwana** – komedia, 1972, 115 min
13.00 **Chłopi** (1/2, 2-ost.) – film obyczajowy, 1973, 235 min
16.55 **Kingsajz** – komedia, 1987, 155 min
19.30 **Ranking naj polskiego kina** (1) – program rozrywkowy
20.00 **Kamerdyner** – 2018, 180 min

Kaszuby, początek XX wieku. Mateusz po śmierci matki trafia do zamożnej rodziny ojca. Doświadcza wielu upokorzeń. Jego sytuację komplikuje romans z Maritą.

23.00 **Dzień świra** – komediodramat, 2002, reż. Marek Koterski, 115 min
0.55 **Dług** – dramat sens., 1999, 130 min
3.05 **Cicha noc** – dramat obycz., 2017, 145 min
5.30 **Fuck them all** – etiuda filmowa, 2025

STOPKLATKA DVB T2

6.00 **Komisarz Rex 7** (13-15) – serial krym.
9.00 **Komisarz Rex 8** (1) – krym., Niem./Austria
10.00 **Hudson i Rex 4** (11, 12) – krym., Kan.
12.00 **Kryminalne zagadki Mazur** (5) – serial kryminalny, Niemcy
14.00 **Przetrwać w dziczy: kraina słoni** – film przygodowy, Kanada/RPA 2017, 115 min
15.55 **Najczarniejsza godzina** – horror s.f., USA/Rosja 2011, reż. Chris Gorak, wyk. Emile Hirsch, 110 min
17.45 **Tunel** – thriller, USA 1996, reż. Rob Cohen, wyk. Sylvester Stallone, 135 min

THRILLER



KOMEDIA



SENSACYJNY



KRYMINALNY



DRAMAT HISTORYCZNY



WESTERN



17.30 **Nieoczekiwana zmiana miejsc** – USA 1983, 150 min

Dwaj bogacze zawierają zakład. W efekcie ich manipulacji złodziejaszek i biznesmen zamieniają się rolami.

20.00 **Kosmiczna załoga** – komedia s.f., USA 1999, 130 min
22.10 **The Office PL 3** (11, 12) – serial kom.
23.30 **Comedy Club** (6)
0.05 **Miasteczko South Park 9** (3-6)
2.00 **Pracoholicy 4** (11-13)
4.00 **Śmieszniej nie będzie 6** (11-14)

20.00 **Szybcy i martwi** – USA/Japonia 1995, 130 min

Rządzący miasteczkiem Redemption psychopatyczny Herod organizuje turniej rewolwerowców. Pragnąca się na nim zemścić Ellen bierze udział w zawodach.

22.10 **Następne 48 godzin** – komedia sensacyjna, USA 1990, 115 min
0.05 **Nienawistna ósemka** – western, USA 2015, 225 min
3.50 **Nazywam się Steve McQueen** – film dokum., Kanada 2013

CINEMAX HD

12.10 **Sprzątaczka**
12.25 **Znajomy dotyk** – film obyczajowy, 2024, 90 min
13.55 **Małpiarnia** – komediodramat, Izrael/Włochy 2023, 130 min
16.05 **Dosięgnąć kosmosu** – film obycz., 1999, 105 min
17.50 **Challengers** – dramat obyczajowy, 2024, 130 min
20.00 **Do szpiku kości** – thriller, USA 2010, reż. Debra Granik, 100 min
21.40 **Steve Jobs** – dramat biograficzny, Wielka Brytania/USA 2015, 120 min
23.40 **Stoker** – dramat psycholog., 2013, 100 min

POLSAT COMEDY CENTRAL EXTRA HD

8.30 **Świat według Kiepskich** (8-12, 1) – serial komediowy
11.30 **Młody Sheldon 5** (20-22)
13.00 **Młody Sheldon 6** (1-3)
14.30 **Święty** (13-17) – kom., Pol.
17.00 **Piękni i bezrobotni** (10)
17.30 **Świat według Kiepskich** (8-12, 1, 2) – serial kom., Pol.
21.00 **Co ludzie powiedzą?** (6)
21.40 **Co ludzie powiedzą? 2** (1, 2) – kom., Wlk. Bryt. 1991
23.05 **Jedną nogą w grobie 6** (2, 3) – kom., Wlk. Bryt. 1994
0.30 **Czarna Żmija** (2-4) – kom.
2.30 **Śmieszniej nie będzie 3** (19, 20) – program rozrywk.
3.30 **Śmieszniej nie będzie 4** (1) – program rozrywkowy

SCI FI

6.00 **Czarodziejki** (21, 22)
7.50 **Czarodziejki 2** (1-7)
14.30 **Most do Terabithii** – film familijny, USA 2007, reż. Gabor Csupo, 120 min
16.30 **Push** – thriller s.f., USA/Kanada/Wielka Brytania 2009, 135 min
18.45 **Trzej muszkieterowie** – film kostium., Niem./Fr./Wlk. Bryt. 2011, 135 min
21.00 **Pompeje** – film katastroficzny, Kanada/Niemcy/USA 2014, 130 min
23.10 **Zapowiedź** – thriller, 2009, 150 min
1.40 **Bibliotekarze 3** (6-10) – serial przyg., USA 2016

FX HD

8.15 **CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku** (11, 12)
10.05 **Z archiwum X** (1-3) – s.f.
12.55 **The Mandalorian** – s.f.
14.45 **Poznaj mojego tatę** – kom., USA 2000, 130 min
16.55 **Królestwo niebieskie** – dramat hist., USA/Hiszp./Wlk. Bryt. 2005, 185 min
20.00 **Obcy: Ziemia** (7, 8) – s.f.
21.55 **Poznaj moich rodziców** – kom., USA 2004, 140 min
0.15 **Anakonda** – thriller, USA/Brazylia/Peru 1997, 105 min
2.00 **Zakłamanie 2** (2) – obycz.
3.05 **Tropiciel** (7) – serial krym.
4.05 **CSI: Kryminalne zagadki Miami** (6) – serial krym.

FILMBOX+ ONE HD

10.55 **Vera 6** (1) – serial krym.
13.25 **Bitwa o Anglię** – dramat wojenny, 1969, 150 min
15.55 **Dobry rok** – komediodramat, USA/Wlk. Bryt. 2006, 140 min
18.15 **Flintstonowie** – komedia, USA 1994, reż. Brian Levant, 105 min
20.00 **Vera 6** (3) – serial krym.
22.40 **Polowanie na „Czerwony Październik”** – film sensacyjny, 1990, 230 min
2.30 **Pocałunek śmierci** – dramat kryminalny, USA 1995, 130 min
4.40 **Bonanza** – serial obycz.

ROMANCE TV HD

15.15 **Statek marzeń – Walvis Bay** – film obyczajowy, Niemcy 2023, 110 min
17.05 **Inga Lindström: Decyzja podjęta nad rzeką** – film obyczajowy, Niemcy 2005, 110 min
18.55 **Falk** (7) – serial kom., Niem.
20.00 **Lost w Fusecie – Ślad cieni, część 2** – film krym., Niemcy 2024, 115 min
21.55 **Ucieczka przez Piekielną Dolinę** – film kryminalny, Niemcy/Austria 2019, 115 min
23.50 **Käthe i ja: W cieniu ojca** – dramat obyczajowy, Niemcy 2021, 115 min

CINEMAX 2 HD

15.15 **50 pierwszych randek** – komedia romantyczna, USA 2004, 100 min
16.55 **Młode serca** – film obycz., Bel./Hol. 2024, 100 min
18.35 **Wróbel w kominie** – film obyczajowy, Szwajcaria 2024, 115 min
20.30 **Omaha** – film obyczajowy, USA 2025, reż. Cole Webley, wyk. John Magaro, Molly Belle Wright, 85 min
21.55 **Lady Bird** – komediodramat, USA 2017, 95 min
23.30 **Manchester by the Sea** – dramat obyczajowy, USA 2016, 135 min

VIASAT EPIC DRAMA HD

6.00 **Panna Scarlet 5** (3-6) – serial kryminalny, USA
10.15 **Panna Scarlet 6** (1) – krym., USA/Wlk. Bryt.
11.20 **Agenci NCIS 18** (3-7)
15.55 **Panna Marple: Noc w bibliotece** – film kryminalny, 2004, 120 min
17.55 **Poirot 8** (1) – serial krym.
20.00 **Detektyw Murdoch 19** (16) – krym., Kan./Wlk. Bryt.
21.00 **Inspektor Ricciardi 2** (1)
23.15 **Hiszpańska księżniczka 2** (4)
0.30 **Panna Scarlet 5** (3-6)
4.15 **Panna Scarlet 6** (1)
5.10 **Detektyw Murdoch 19** (16) – krym., Kan./Wlk. Bryt.

NOVELAS+ HD

5.00 **Opowieść o wyspie** (46-50) – telenowela, Turcja 2021, wyk. Ayça Aysin Turan
10.00 **Róże i grzechy** (68-72) – telenowela, Turcja 2025
15.00 **Domenica Montero** (31-35) – telenowela, Meksyk 2025, wyk. Angelique Boyer
20.00 **Sieroty ziemi** (33, 34) – telenowela, Brazylia 2019, wyk. Julia Dalavia
22.00 **Sidła namiętności** (7-11) – telenowela, Meksyk 2007, wyk. Susana González
3.00 **Sieroty ziemi** (33, 34) – telenowela, Brazylia 2019, wyk. Julia Dalavia

FX COMEDY HD

10.00 **Sposób użycia 6** (11-15)
12.30 **Wszyscy kochają Raymonda 7** (23, 24)
13.30 **Wszyscy kochają Raymonda 8** (1-9) – kom.
18.00 **Epoka lodowcowa 3: Era dinozaurów** – film animowany, USA/Wielka Brytania/Kan. 2009, 120 min
20.00 **Noc w muzeum** – film przygodowy, USA/Wielka Brytania 2006, 130 min
22.10 **Zakonnica w przebraniu 2: Powrót do habitu** – kom., USA 1993, 125 min
0.15 **Wszyscy kochają Raymonda 8** (10-13) – serial komediowy, USA

FILMBOX+ HITS HD

10.55 **Melodia wiatru** – dramat obycz., Boliwia 2019, 90 min
12.25 **Niewygodna prawda** – thriller, USA 2018, 115 min
14.20 **Szef** – komedia, USA 2014, reż. Jon Favreau, 125 min
16.25 **Linoleum** – komediodram., USA 2022, 115 min
18.20 **El camino** – dramat obyczajowy, 2008, 100 min
20.00 **Oficer i szpieg** – dramat biograficzny, Włochy/Francja 2019, 140 min
22.20 **Powodzenia, Leo Grande!** – komediodramat, 2022, 110 min
0.10 **Londyn w ogniu** – film sensacyjny, 2016, 110 min

PARAMOUNT NETWORK HD

11.20 **Mali agenci 3: Trójwymiarowy odjazd** – film przyg., 2003, 100 min
13.00 **Wasabi: Hubert zawodowiec** – film sens., Fr./Jap. 2001, 120 min
15.00 **Marley i ja** – komedia, USA 2008, reż. David Frankel, 165 min
17.45 **Top Gun** – film sensacyjny, USA 1986, 135 min
20.00 **Top Gun: Maverick** – film sensacyjny, 2022, 170 min
22.50 **Pszczelarz** – thriller, USA/Wlk. Bryt. 2024, 125 min
0.55 **Zrodzony w ogniu** – dramat sensacyjny, USA/Wlk. Bryt. 2013, 150 min

DVB T DVB T2 – stacje dostępne za darmo w naziemnej telewizji cyfrowej

eprasa.pl 37b976a8ff

STACJE SPORTOWE

EUROSPORT 1 HD
- 7.00 **Biegi górskie:** GT World Series – Pitztal – podsumowanie
- 7.30 **Biegi górskie:** GT World Series – Sierre-Zinal – podsumowanie
- 8.00 **Biegi górskie:** GT World Series – Myoko – podsumowanie
- 8.30 **Tenis:** Puchar Lavera – 1. dzień
- 12.00 **Kolarstwo:** Mistrzostwa świata – Montreal 2026
- 13.00 **Kolarstwo:** CRO
- LIVE Race – 5. etap
- 15.00 **Kolarstwo kobiet:**
- LIVE Mistrzostwa świata – Montreal 2026 – wyścig ze startu wspólnego

POLSAT SPORT 1 HD
- 6.00 **Siatkówka mężczyzn:** ME 2026 – półfinał
- 8.00 **Siatkówka mężczyzn:** ME 2026 – półfinał
- 10.00 **Magazyn Polskiego Sportu** – mag.
- 11.00 **Tenis:** Puchar Billie
- LIVE Jean King – półfinał – mecz gry pojedynczej
- 13.00 **Tenis:** Puchar Billie
- LIVE Jean King – półfinał – mecz gry pojedynczej
- 15.00 **Siatkówka**
- LIVE **mężczyzn:** ME 2026 – mecz o 3. miejsce
- 18.30 **Siatkówka**
- LIVE **mężczyzn:** ME 2026 – studio

CANAL+ SPORT HD
- 6.00 **Premier League Stories** (5) – mag.
- 6.40 **Piłka nożna:** PKO BP Ekstraklasa: Motor Lublin – Górnik Zabrze
- 9.00 **Premier League: The Big Interview** (6) – magazyn piłkarski
- 9.30 **LaLiga Highlights:** 7. kolejka
- 10.00 **Boks:** Walka o pas
- LIVE IBF World w Fuji – waga junior musza: T. Simsri – M. Vicelles
- 16.15 **Premier League Stories** (5) – magazyn piłkarski
- 17.00 **Hit the Mic – Zostań komentatorem!** – reality show
- 17.45 **Turbokozak** (2) – magazyn piłkarski

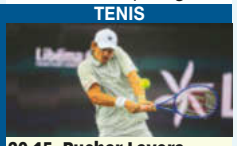
TVP SPORT DVB T2 HD
- 8.30 **Piłka nożna:** Liga Narodów: Polska – Bośnia i Hercegowina
- 10.45 **Strongman:** Finał Pucharu Polski Strongman Tyberian Team – Męcinka 2026
- 11.40 **Orlen Lang Team Race – Bytów** – fel.
- 12.05 **Zagrajmy to po swojemu** – film dokum., Polska 2025
- 12.55 **Futsal:** FOGO Futsal
- LIVE Ekstraklasa: Legia – Wiara Lecha Poznań
- 15.10 **Siatkówka kobiet:**
- LIVE LOTTO Giganci Siatkówki – mecz o 3. miejsce
- 17.55 **Siatkówka kobiet:**
- LIVE LOTTO Giganci Siatkówki – finał

ELEVEN SPORTS 1 HD
- 7.50 **Formuła 2:** Grand Prix Azerbejdżanu
- 8.55 **Formuła 2:** Grand
- LIVE Prix Azerbejdżanu
- 10.05 **Formuła 1**
- 11.00 **Formuła 1:** Grand
- LIVE Prix Azerbejdżanu – parada kierowców
- 11.30 **Formuła 1:** Grand Prix
- LIVE Azerbejdżanu – studio
- 12.55 **Formuła 1:** Grand
- LIVE Prix Azerbejdżanu
- 15.00 **Formuła 1:** Grand Prix
- LIVE Azerbejdżanu – studio
- 16.00 **Formuła 1:** Grand Prix Azerbejdżanu
- 18.00 **Piłka nożna:** Liga niemiecka: Bayer 04 Leverkusen – RB Lipsk
- 20.00 **Bundesliga Special Show** (3) – magazyn piłkarski

DISCOVERY CHANNEL HD
- 6.00 **Budowa na końcu świata 8** – serial dok.
- 7.00 **Klan z Alaski** – dok.
- 8.00 **Kwatery Hitlera** (2)
- 9.00 **Ocalić dom: Interwencja** – dok.
- 11.00 **Od samochodu do domu 3** – mag.
- 12.00 **Kroniki policyjne: Szwecja 2** – dok.
- 13.00 **Złomowisko PL 5** (11, 12) – serial dok.
- 15.00 **Nic do zgłoszenia** (6) – serial dok., Pol. 2019
- 16.00 **Bracia Collins biorą się do roboty** (9)
- 17.00 **Ciężarówką przez Route 66** (6) – dok.
- 18.00 **W dżungli z Edem Staffordem** (6) – dok.
- 19.00 **Fani czterech kółek: w trasie 2** – dok.

20

TENIS



20.15 Puchar Lavera
LIVE – 2. dzień

Na początku września Alex De Minaur zajmował siódme miejsce w rankingu ATP. Australijczyk to obok Bena Sheltona drugi najwyżej notowany zawodnik drużyny Reszty Świata.

- 0.00 **Tenis:** Puchar Lavera – 2. dzień
- 1.30 **Tenis:** Puchar Lavera – 2. dzień
- 3.30 **FIA World**
- LIVE **Endurance Championship:** Wyścig 6-godzinny w Fuji

SIATKÓWKA MĘŻCZYZN



20.45 Mistrzostwa
LIVE **Europy 2026** – finał

Przed trzema laty Biało-Czerwoni cieszyli się z tytułu mistrzów Europy. W decydującym spotkaniu pokonali reprezentację Włoch.

- 23.00 **Siatkówka**
- LIVE **mężczyzn:** Mistrzostwa Europy 2026 – studio
- 0.00 **Siatkówka mężczyzn:** Mistrzostwa Europy 2026 – mecz finałowy
- 2.00 **Sporty walki:** UFC
- LIVE Fight Night: Raul Rosas Jr – Raoni Barcelos

MAGAZYN PIŁKARSKI



19.00 Premier League Review

Podsumowanie ostatniej kolejki ligi angielskiej, skróty meczów i przypomnienie wszystkich bramek.

- 20.00 **Boks:** BKFC 94:
- LIVE Manchester: Darren Till – Yoel Romero
- 0.15 **Sporty walki:** ONE Friday Fights 172
- 1.30 **Ligomistrzowe historie** (5) – mag.
- 2.40 **Piłka nożna:** PKO BP Ekstraklasa – mecz: Korona Kielce – Raków
- 5.00 **Champions Pack** – magazyn piłkarski

PIŁKA NOŻNA



20.15 Liga Narodów:
LIVE Anglia – Hiszpania

Synowie Albionu nie mają dobrych wspomnień z ostatniego meczu z La Furia Roja. Przegrali z nią 1:2 finał mistrzostw Europy w 2024 roku.

- 23.30 **Sportowy wieczór**
- 0.05 **Piłka nożna kobiet:** MŚ U-20 – Polska 2026 – mecz o 3. miejsce
- 2.15 **Sporty walki:** Oktagon 94 we Frankfurcie nad Menem
- 4.25 **Boks:** Gala w Las Vegas – podsumowanie

PIŁKA NOŻNA



20.40 Liga włoska – mecz: Juventus – Atalanta

Bianconeri przystąpili do konfrontacji z Bergamczykami podrażnieni sensacyjną porażką 2:3 z Sassuolo.

- 22.40 **Bundesliga Clubs**
- 0.00 **Serie A** – mag.
- 0.40 **F2: Chasing the Dream** – mag. motor.
- 1.00 **Ligue 1 Show** (5)
- 1.40 **Najszybsze gole Bundesligi** – mag.
- 2.00 **Piłka nożna:** Liga włoska – mecz: Monza – US Sassuolo Calcio
- 4.00 **Bundesliga Dino** – film dokumentalny

DOKUMENTALNY



20.00 W oku cyklonu (5) – 2026

Kamery rejestrują groźne zjawiska w czasie rzeczywistym, pokazując ich przebieg oraz skutki. Widzowie mogą obserwować, jak żywioł wymyka się spod kontroli.

- 21.00 **Najniebezpieczniejszy zawód świata 22** – dok.
- 22.00 **Alaska: przetrwać na krańcu świata** – dok., USA
- 23.00 **Gwiezdne bitwy**
- 0.00 **Tajemnice Alaski**
- 1.00 **Poszukiwacze przeklętego złota 5**

EUROSPORT 2 HD
- 10.00 **Kolarstwo:** CRO Race – 4. etap
- 11.00 **Motocross:** Mistrzostwa świata w Hidden Valley – 2. wyścigi w klasie MX2 i MXGP
- 12.00 **Tenis:** Puchar Lavera – 1. dzień i dzień,
- 14.00 **Tenis:** Puchar
- LIVE Lavera – 2. dzień
- 18.00 **Golf:** President's
- LIVE Cup – 3. dzień
- 1.00 **Żeglarstwo:** SailGP w Genewie
- 2.00 **Biegi górskie:** GT World Series – Pitztal
- 2.30 **Biegi górskie:** GT World Series – Sierre-Zinal

POLSAT SPORT 2 HD
- 6.00 **Siatkówka mężczyzn:** Mistrzostwa Europy 2026
- 8.30 **Piłka nożna:** Liga Narodów
- 11.00 **Piłka nożna:** LN
- 13.00 **Siatkówka mężczyzn:** Mistrzostwa Europy 2026
- 16.30 **Koszykówka**
- LIVE **mężczyzn:** Superpuchar Polski: Legia – Trefl
- 19.15 **Koszykówka mężczyzn:**
- LIVE Superpuchar Polski: Dziki Warszawa – Zastal
- 21.30 **Piłka nożna:** LN
- 23.00 **Piłka nożna:** LN
- 1.00 **Sporty walki:** FEN
- 3.30 **FIA WEC:** Wyścig
- LIVE 6-godzinny w Fuji

CANAL+ SPORT 2 HD
- 8.30 **Tenis:** Turniej WTA
- LIVE w Singapurze – mecz półfinałowy gry pojedynczej
- 11.00 **8 wspaniałych** (1) – dok.
- 12.00 **Tenis:** Turniej WTA
- LIVE w Singapurze – półfinał
- 14.30 **Tenis:** Turniej WTA w Singapurze – półfinał
- 17.00 **Tenis:** Turniej WTA w Singapurze – półfinał
- 19.30 **Tenis:** Turniej WTA w Singapurze – półfinał
- 22.00 **Tenis:** Turniej WTA w Singapurze – półfinał
- 0.30 **Tenis:** Turniej WTA w Singapurze – półfinał
- 3.00 **Piłka nożna:** PKO BP Ekstraklasa

EXTREME CHANNEL HD
- 6.00 **X Games – Aspen 2020**
- 8.00 **WWE Classic Gold**
- 9.00 **KPW Kombat TV** (21)
- 10.00 **AEW: PAN PAWŁOWSKI x PAUL WIGHT** (1)
- 11.00 **WWE Highlights** (34)
- 11.30 **WWE Classic Gold**
- 12.00 **LoW – Legacy of Wrestling** (4)
- 14.30 **WWE Highlights** (20, 56)
- 15.30 **WWE Classic Gold** (3)
- 16.00 **New Japan Pro-Wrestling** (55)
- 20.00 **AEW Dynamite** (2638)
- 22.00 **New Japan Pro-Wrestling** (55)
- 2.00 **WWE Highlights**
- 3.00 **X Games – Aspen 2020**

ELEVEN SPORTS 2 HD
- 12.00 **Piłka nożna:** Liga niemiecka: Bayer – Lipsk
- 14.00 **Piłka nożna:** Liga włoska: AS Roma – Inter
- 16.00 **Piłka nożna:** Liga niemiecka: Stuttgart – BVB
- 18.00 **Piłka nożna:** Liga niemiecka: Bayern – Union
- 20.00 **Piłka nożna:** Liga włoska: Milan – Lecce
- 22.00 **GP Confidential** – mag.
- 22.40 **Full Impact Serie A** (5)
- 23.20 **Bundesliga Clubs** – mag.
- 23.40 **Bundesliga Clubs** – mag.
- 0.00 **Piłka nożna:** Liga francuska: Monaco – Lens
- 2.00 **Najlepsi napastnicy Bundesligi lat 90.** – mag.

DISCOVERY LIFE HD
- 10.30 **Kosmetyczne rewolucje**
- 11.15 **Mistrzowie porządku 2**
- 12.15 **Szalone domy Ameryki 2** (2) – pr. rozr.
- 12.45 **Powrót doktora Szczyta**
- 14.45 **Bez tabu. Gry – dziecięcy nałóg** (2)
- 15.45 **Szpital** (380-383) – serial paradokum., Polska
- 19.45 **Historie wielkiej wagi 10** (2) – serial dokum.
- 21.45 **Obsesyjna miłość sióstr**
- 22.45 **Śmierć Diany: dwa śledztwa** (2) – serial dok.
- 23.45 **Sekrety chirurgii** (13)
- 0.45 **Sekrety lekarzy** (5, 6)
- 2.45 **Eks-tra zmiana** (2) – rozr.
- 3.45 **19+** (22, 23) – paradok., Pol.

POLSAT SPORT FIGHT HD
- 12.50 **Sporty walki:** One Punch V w Piotrkowie Trybunalskim – waga ciężka: Andrzej Sabaciński – Jan Pelak
- 14.35 **Boks:** Rocky Boxing Night w Koszalinie – waga ciężka: K. Meyna – A. Kownacki
- 17.05 **Strzelnica Renaty Mauer** (5) – pr. sportowy
- 17.45 **Triathlon:** Zawody World
- LIVE Triathlon Championship Series w Pontevedra – wyścig kobiet
- 19.00 **Sporty walki:** Babilon
- LIVE MMA 60 w Skierniewicach – walka: Krzysztof Głowacki – Cally Gibrainn de Oliveira

POLSAT SPORT 3 HD
- 6.00 **Piłka nożna**
- 7.00 **FIA World Endurance**
- LIVE **Championship:** Wyścig 6-godzinny w Fuji – kwalifikacje
- 11.00 **Piłka nożna**
- 13.00 **Tenis:** Puchar Billie Jean
- LIVE King – mecz gry podwójnej
- 14.50 **Piłka nożna:** LN – mecz:
- LIVE Słowenia – Szkocja
- 18.00 **Piłka ręczna mężczyzn:**
- LIVE LOTTO Superliga: Chrobry – Wybrzeże
- 20.35 **Piłka nożna:** LN – mecz:
- LIVE Anglia – Hiszpania
- 23.00 **Piłka nożna**
- 1.00 **Sporty walki:** Babilon MMA

CANAL+ SPORT 5 HD
- 12.45 **Piłka nożna:** PKO BP Ekstraklasa – mecz: Widzew Łódź – Wieczysta Kraków
- 15.15 **Premier League Stories** (5) – magazyn piłkarski
- 15.45 **LaLiga Highlights** – mag.
- 16.15 **Strongman:** Puchar Polski – Nowy Tomyśl 2026
- 17.25 **Speedway+** – mag.
- 18.00 **Żużel:** PGE Ekstraliga – mecz o 3. miejsce
- 21.00 **Żużel:** PGE Ekstraliga – finał
- 0.00 **LaLiga Highlights** – mag.
- 0.40 **Strongman:** Puchar Polski – Nowy Tomyśl 2026
- 1.45 **Piłka nożna:** PKO BP Ekstraklasa – mecz: Wisła Kraków – Śląsk Wrocław

ELEVEN SPORTS 4 HD
- 13.30 **Najlepsze gole VfL Wolfsburg** – mag. piłkarski
- 13.45 **Najlepsze gole Bayernu Monachium** – mag.
- 14.00 **Piłka nożna:** Liga niemiecka – mecz: FC Schalke 04 – SV 07 Elversberg
- 16.00 **Piłka nożna:** Liga francuska: Olympique Marsylia – PSG
- 18.00 **Serie A** (1, 5) – mag.
- 19.00 **Bundesliga Weekly** (6)
- 19.30 **Full Impact Serie A** (5)
- 20.00 **Piłka nożna:** Liga portugalska: Porto – Benfica
- 22.00 **Piłka nożna:** Liga włoska: Udinese – Cagliari

ELEVEN SPORTS 3 HD
- 11.25 **Birds of paradise** – dok.
- 12.00 **Piłka nożna:** Liga włoska: Bologna – Torino
- 14.00 **Piłka nożna:** Liga francuska: Monaco – Lens
- 16.00 **RC Lens – Sekrety sukcesu** – reportaż
- 17.40 **Pewnego razu w Gruzji – historia Khvichy Kvaratskheliі** – film dok.
- 18.00 **Piłka nożna:** Liga włoska: Venezia – Lazio
- 20.00 **Piłka nożna:** Liga niemiecka: Schalke – Elversberg
- 22.00 **Piłka nożna:** Liga francuska: OGC Nice – Lille
- 0.00 **Legendy Bundesligi**

CANAL+ DOKUMENT HD
- 10.05 **Polska z góry 7** (7-9)
- 11.40 **Wszystkie kolory świata 7** – serial dok., Fr.
- 12.40 **Wszystkie kolory świata** – serial dok., Fr.
- 13.40 **Życie lwów** – film dokum.
- 14.40 **Yintah** – film dok., Kan.
- 16.50 **Prost** (3, 4) – serial dok., Fr.
- 18.00 **Rozmowa z rekinem**
- 19.00 **Piękni, silni i zdrowi**
- 20.00 **Chiny z Benem Foglem** (3) – film dokum., Wlk. Bryt.
- 21.40 **KarakoRun** – film dokum.
- 22.40 **2000 metrów do Andrijiwki** – film dok.
- 0.40 **Morze Południowochińskie. Kolejny punkt zapalny?** – film dokum., Fr.

eprasa.pl 37b976a8ff

P! Premiera w TV

STACJE POPULARNONAUKOWE

DISCOVERY SCIENCE HD

6.00 **Autostrada spotkań z UFO** – serial dok.
8.00 **Zoom na architekturę** – serial dokumentalny
10.00 **Jak to jest zrobione?** – dok.
12.00 **Zwykłe rzeczy – niezwykłe wynalazki** – dok.
14.00 **Tajemnice lądowania na Księżycu** (3, 4) – serial dokumentalny
16.00 **Autostrada spotkań z UFO** – serial dok.
18.00 **Jak to jest zrobione?** – serial dokumentalny, Kanada
20.00 **Największe paranormalne zagadki** – serial dok.

ID HD

6.00 **Cień wątpliwości** – serial dokumentalny
8.00 **Krótkie życie, niewyjaśniona śmierć** – serial dok.
10.00 **Śledztwo w sieci** – serial dokumentalny
12.00 **Zaginieni** – serial dokumentalny, USA
14.00 **Karnawał zbrodni** – serial dokumentalny
16.00 **Koleżanki na zabój** – dok., USA 2023
17.00 **Koleżanki na zabój 2** – serial dok., USA
18.00 **Morderstwo na bagnach** – serial dokumentalny, USA
20.00 **Sprawa dla medium i detektywa 10** – serial dok., USA

NATIONAL GEOGRAPHIC HD

6.00 **Najniebezpieczniejsze drogi Europy** (3, 4) – serial dok., Norwegia 2022
8.00 **Katastrofy pod lupą** (5, 6) – serial dok., USA
10.00 **Katastrofa w przestworzach** (9, 11-13, 1) – serial dokumentalny, Kanada
16.00 **Morskie megamaszyny** (7) – dok., Kan. 2025
17.00 **Wielkie konstrukcje III Rzeszy** (6) – serial dok., Wlk. Bryt.
18.00 **Nazistowscy dyplomaci** – film dokum., Francja 2025
19.00 **Śladami tajemnic: Wenecja** – film dokum., Francja 2025

FOKUS TV DVB T2

6.00 **Wehikuł czasu** (926)
6.05 **48h. Zaginieni** (64) – serial krym., Polska
7.00 **Rolnicy. Podlasie** (35, 36) – serial dok.
9.00 **Wielkie wycieczkowce** (1, 2)
11.00 **Architektura z odzysku** (3) – dok.
12.00 **Straż graniczna 9** (6, 7) – dok., Wlk. Bryt.
13.00 **Rolnicy. Podlasie** (3-5) – serial dokum.
16.00 **Podróże Gienka i Jastrzębia 2** (3, 4)
17.00 **Podróże z Danem Snowem 2** (4) – dok.
18.00 **Najniebezpieczniejsze drogi do szkoły: Brazylia** – film dok., Niem. 2022
19.00 **Jak to wyjaśnić?** (8)

TVP HISTORIA DVB T2

9.20 **Syzyfowe prace** (2)
10.25 **Odnaleźć zaginione** (8) – serial dokum., Pol.
10.55 **Wszystkie kolory świata** – dok., Francja
12.00 **Tutanchamon: życie, śmierć i dziedzictwo** (3)
13.00 **Plaże Europy** (1)
14.00 **Ex Libris** – magazyn
14.30 **Generał Nil** FILM – dramat biograficzny, Polska 2009, 135 min
16.45 **Królowe, które zmieniły świat** (3)
17.40 **Na kłopoty... Bednarski** (4) – krym.
18.50 **Obłoki śmierci. Bolimów 1915**
20.05 **Największe tajemnice monarchii** (4) – dok.

HISTORY HD

10.10 **Wojny magazynowe 17** (4)
11.10 **Niewyjaśnione tajemnice wszechświata** (1)
12.05 **Starożytni kosmici 14** (6) – dok.
13.05 **Jak to wyjaśnić: tajemnice UFO** (4)
14.00 **Niewyjaśnione tajemnice świata 3** (11) – serial dok., USA
14.55 **Gwiazdy lombardu 25** (24)
15.45 **Gwiazdy lombardu 13** (5, 7, 8)
17.10 **Dziki Zachód: legenda Siedzącego Byka** (1) – serial dok.
19.05 **Starożytni kosmici 16** (8, 17) – serial dokumentalny

DOKUMENTALNY



22.00 Klątwa Trójkąta Bermudzkiego

Zespół specjalistów przygląda się sprawom zaginięć osób w regionie Trójkąta Bermudzkiego. Wielu okolicznych mieszkańców jest przekonanych, że ma z tym związek... morski potwór.

0.00 **Na tropie legendarnych potworów** – serial dokumentalny, USA
2.00 **Tajemnice Alaski** – serial dokumentalny
4.00 **Zwykłe rzeczy – niezwykłe wynalazki** – dok.

REALITY SHOW



21.00 Nawiedzona Szkocja

Łowcy duchów są w przeklętym zamku w Glencoe, w którym ród Campbellów zamordował z zimną krwią trzydziestu członków klanu MacDonaldów podczas snu.

23.00 **Nawiedzone miasteczko 2** – dok.
1.00 **Nawiedzona Szkocja**
2.00 **Sprawa dla medium i detektywa 10**
3.00 **Nawiedzona Szkocja**
4.00 **Wyrok do podważenia 5**

DOKUMENTALNY



20.00 Grecja: Miejsce pełne tajemnic (1)

Archeolodzy wykorzystują nowoczesną technologię, aby zbadać historię wojny trojańskiej i sprawdzić, czy nowe znaleziska pozwolą zrekonstruować wydarzenia inspirowane mitem.

21.00 **Odkopać historię** (5, 6) – serial dokum.
23.00 **Ciemna strona świata** (1, 5) – dok.
1.00 **Złapać przemytnika** (6) – serial dok., USA
2.00 **Wyprawa na dno** (5, 6) – serial dok., USA
4.00 **Wojna koreańska** (2)

DOKUMENTALNY



20.00 Świat z góry. Zamki (1) – Hiszpania 2025

Podniebna podróż nad najpiękniejszymi zamkami Europy. Dzięki ujęciom z dronów widzowie obejrzą średniowieczne twierdze.

21.00 **Mroczne tajemnice templariuszy** (4) – dok., USA 2017
22.00 **Wygrać z żywiołem** (7) – dok., Wlk. Bryt.
23.00 **Poza kontrolą: Prom kosmiczny Columbia** – film dokum., Francja 2017
0.00 **Przestępcze podziemie** (9) – dok.

DRAMAT HISTORYCZNY



21.10 Czarne złoto FILM – Francja/Włochy/Katar 2011, 135 min

Rejon Zatoki Perskiej, lata 30. XX w. Syn sułtana bierze ślub z córką emira. Małżonkowie postanawiają zażegnać konflikt pomiędzy ich ojcami, którego źródłem są złoża ropy.

23.25 **Zaginiony w akcji** FILM – film sensacyjny, USA 1984, rez. Joseph Zito, 115 min
1.20 **Historia w postaciach zapisana** – cykl dok.
3.30 **Na kłopoty... Bednarski** (4) – krym.

DOKUMENTALNY



21.00 Starożytni kosmici: najlepsze historie (8) – 2022

Twórcy programu przyglądają się przerażającym nagraniom, które mogą stanowić dowód na istnienie duchów, cienistych postaci oraz istot pozaziemskich.

23.00 **Niewyjaśnione tajemnice świata 5** (5, 6) – serial dok., USA
0.50 **Tom Hanks: II wojna światowa** (14) – serial dokum.
1.50 **Dziki Zachód: legenda Siedzącego Byka** (1) – serial dok.

DISCOVERY HISTORIA HD

8.00 **Poszukiwacze kamieni szlachetnych** (6) – dok.
9.00 **Prawda czy legenda**
10.00 **Łowcy klasyków** – rozr.
12.00 **Podziemne sekrety**
13.00 **Skarby z szopy** (9, 10)
14.00 **Kings of Cash** (4) – dok.
15.00 **Zoom na architekturę**
17.00 **Łowcy staroci** (14, 15)
19.00 **Wrzesień '39** (18, 19)
20.00 **Dżungla złota** – serial dok.
21.00 **Spotkania z obcymi: fakty czy mity** – dok., USA
22.00 **Miasteczko demonów**
23.00 **Lata 80. Dekada zbrodni**
1.00 **Akta ekspedycji** – dok.
2.00 **Lotniskowiec HMS Ark Royal** (6) – serial dok., USA

PLANETE+ HD

13.35 **W obronie rodziny** – dok.
14.40 **Najdziksze ostępy Europy 2** (3, 4) – serial dok.
17.00 **Planeta ciągłych przemian 2** (2) – dok.
18.05 **Dokąd dzisiaj? 4** (52, 53)
18.40 **Polska z góry. Zamki, dworki, pałace 3** (6, 7)
19.40 **Denzel Washington. Afroamerykanin wzorcowy** (1) – film dok.
20.50 **Ciekawy przypadek Brada Pitta** – dok., Francja
22.00 **AC/DC – Forever Young**
23.10 **Opowiedz nam, Iggy**
0.20 **Wino dla nazistów. Cierpki smak kolaboracji** – dok., Francja

NATIONAL GEOGRAPHIC WILD HD

11.00 **Mądrość słonia** – dok.
12.00 **Critter Fixers – zwierzęcy cudotwórcy** (10) – serial dokumentalny
13.00 **Niezwykłe stworzenia Australii** – dok., Wlk. Bryt.
14.00 **Sekretne życie ośmiornic** (2) – serial dok.
15.00 **Chiny: ukryte królestwa**
16.00 **Tajemnice dzikiej Azji** (1)
17.00 **Podejrzane na safari**
19.00 **Zwierzęta zombie** (1)
20.00 **Europa z powietrza** (3)
21.00 **Walki zwierząt** (5) – dok.
22.00 **Śmierć przychodzi po zmroku** (1) – serial dok.
23.00 **Europa z powietrza** (1)
0.00 **Niezwykły dr Pol** (4, 5)

POLSAT VIASAT NATURE HD

6.00 **Umysł drapieżcy** (1-3)
9.00 **Rekiny: wojna płci** – dok.
10.05 **Potwory z głębin** (1)
11.00 **Słowenia: raj dzikiej przyrody** – dok., Wlk. Bryt.
12.05 **Podwodne miasto** (1-4)
16.30 **Małpie życie 14** (13-16)
18.35 **Tajemniczy świat dźwięków z Davidem Attenborough** (1, 2) – dok.
20.30 **Robale ekstremalne** (1, 2) – serial dok., Australia
22.50 **Umysł drapieżcy** (1-4)
2.45 **Rekiny: wojna płci** – dok.
3.40 **Robale ekstremalne** (1, 2) – serial dok., Australia
5.35 **Teksas: na ratunek aligatorom** (7) – serial dok.

BBC EARTH HD

9.55 **Dzika Wielka Brytania**
11.05 **Przez nieznaną Afrykę**
12.05 **W okowach mrozu 5**
17.10 **David Attenborough i cuda natury 4** (5) – dok.
17.45 **Dziki połów** (2) – dok.
18.40 **Planety** (3) – serial dokum.
19.45 **Zjawiskowa Ziemia** (4)
20.55 **Życie na pustkowiu: powroty** (3) – serial dok.
21.55 **W okowach mrozu: Odwilż** (5) – serial dok.
22.55 **Dzika Wielka Brytania**
0.00 **Cała prawda o kosmetykach** – dok.
1.10 **Krótka kronika dłuższego życia** (4) – dok.
2.10 **Królestwo zwierząt** (6)

ANIMAL PLANET HD

11.00 **Weterynarz z Gór Skalistych** – serial dok.
13.00 **Alaska: przetrwać na krańcu świata** – dok.
15.00 **Jawai: wzgórza leopardów** – film dokum.
16.00 **Słodkie czworonogi** (1)
17.00 **Cztery kąty, cztery łapy**
18.00 **Nietypowi pupile** – dok.
19.00 **Jak to robią zwierzęta?**
20.00 **Na tropie dzikich zwierząt 3** (7, 8) – dok.
21.00 **Nowojorskie Zoo – Bronx** – serial dok., USA
22.00 **Projekt akwarium** – dok.
23.00 **Człowiek w roli ofiary**
1.00 **Na tropie wymarłych gatunków** – serial przyrod.

TVP DOKUMENT HD

12.05 **Saga prastarej puszczy**
13.05 **Podróże Małej i Dużej 6**
13.30 **Tacy byliśmy**
14.05 **Przybysze wśród zwierząt** – film dokum., Fr.
15.05 **Rybołów – drapieżca znad wody** – film dokum.
16.05 **Inne światy** (1) – dok., Fr.
17.10 **Podróżnicy – odkrywcy**
18.10 **Sanatorium miłości 4** (8)
19.05 **Paul Newman – niespokojny duch**
20.10 **My Sunnyside** – film dok.
21.50 **Etgar Keret. To się zdarzyło naprawdę**
23.10 **Dziecko z pyłu** – film dok.
0.55 **Fascynujące migracje** (2)
1.55 **Przyrodnik na tropie** (26)

POLSAT DOKU HD

6.00 **Święty** (217-222) – kom.
9.00 **Wojny kontenerowe**
10.00 **Niezwykłe konstrukcje**
11.10 **Jak to wyjaśnić?** (5, 6)
13.00 **Maszyny bojowe** (7, 8)
15.00 **Poszukiwacze historii**
15.20 **Świat z góry** (1, 2) – dok.
17.45 **Wiewiórka – pani lasu**
18.50 **Bajeczne żaby** – film dok.
19.50 **Najniebezpieczniejsze drogi do szkoły** (7, 8) – dok.
22.00 **Wygrać z żywiołem** (7, 8)
0.05 **Poszukiwacze historii**
2.25 **Kołowrotek** (174) – mag.
3.05 **Tajna historia XX wieku**
4.05 **Łowca pedofilów**
5.05 **Policjanci** (26, 27) – dok.

POLSAT VIASAT EXPLORE HD

6.05 **Australijscy łowcy bydła 2** (3) – dok., Australia
6.35 **Królowie klasycznych aut** (1-5) – dok., Wlk. Bryt.
11.15 **Australijscy poszukiwacze złota 8** (9-13) – serial dok., Australia
16.10 **Złoto Jukonu 4** (11) – dok.
18.00 **Złoto Jukonu 5** (2) – serial dokumentalny, Kanada
21.00 **W okowach mrozu 4** (13, 14) – serial dok., USA
23.00 **Najcięższe więzienia Ameryki** (5) – serial dok.
23.55 **Bohaterowie z St. John's** (6-10) – dok., Kan.
3.45 **Bohaterowie z St. John's 2** (1-3) – dok., Kan.

POLSAT VIASAT HISTORY HD

8.20 **Naziści: korzenie zła**
12.20 **Największe oszustwa II wojny światowej** (1-4)
16.40 **Tajemnice Adriatyku**
18.40 **Cesarstwo Rzymskie: mity i fakty** (3, 4) – dok.
21.00 **Projekt Manhattan: w kolorze** – film dokum.
22.05 **Naziści, U-booty i bitwa o Atlantyk** (1, 2) – film dok.
0.35 **Najważniejsze wydarzenia II wojny światowej w kolorze** (8-10) – serial dokumentalny
3.20 **II wojna światowa: cena imperium** (1, 2) – dok.
5.10 **Najgroźniejsi ludzie Hitlera** (5) – serial dokum.

CI POLSAT HD

14.10 **Zbrodnia: oszukać prawdę** (10) – serial dok.
15.05 **To wszystko przez ciebie** (4) – serial dokum.
16.00 **Dowody zbrodni: ślady DNA** (9) – serial dok., USA
17.00 **Morderca babcie** (6)
18.00 **Specjaliści od zbrodni** (2, 1) – serial dokumentalny
19.00 **Miss America: Mroczne sekrety** (3) – serial dok.
20.00 **Zabójcze wakacje** (9)
21.00 **Morderca na pokładzie 2** (19) – dok.
22.00 **Stalker: 12 lat koszmaru** (1) – film dokum., USA 2025
23.55 **Sekstaśmy, o których mówił cały świat** (4)

TRAVEL CHANNEL HD

8.05 **Dziwaczne potrawy: Smakowite miasta** (6-9)
10.10 **Niezwykłe Stany Prokopa** (4, 6) – pr. rozr.
12.15 **Baseny z rozmachem**
14.20 **Ciężarówką przez Stany**
15.55 **Człowiek kontra jedzenie** (8-11) – mag.
18.00 **Dziwaczne potrawy: Smakowite miasta**
20.05 **Nagi instynkt przetrwania** (11, 13)
22.10 **Sprawa dla medium i detektywa** (1, 2) – dok.
0.15 **Egzotyczne wakacje na każdą kieszeń. Dubaj**
1.20 **Hotelowe rewolucje** (10-12) – serial dokum., USA

DVB T DVB T2 – stacje dostępne za darmo w naziemnej telewizji cyfrowej

eprasa.pl 37b976a8ff

STACJE OGÓLNOTEMATYCZNE

TVP POLONIA

13.15 **Jak to się mówi, czyli Kasia u Bralczyka** (70)
13.45 **Echo serca** (14)
14.35 **Na sygnale** (667, 668)
15.35 **Okrasa łamie przepisy** – mag. kulin.
16.05 **Europa da się lubić – nowe pokolenie** (3) – program rozrywk.
17.00 **Teleexpress**
17.25 **M jak miłość** (1932)
18.20 **Alternatywy 4** (3)
19.10 **Lato z Radiem i Telewizją Polską**
19.20 **Powstanie Warszawskie dzień po dniu** (57)
19.30 **Program informacyjny 19.30**
19.55 **Pytanie dnia** – publ.
20.05 **Sport, pogoda**

TVP ROZRYWKA

9.25 **Koło fortuny** (2053)
10.05 **Tańcząca ze światem – Chorwacja** (1)
10.40 **Szansa na sukces. Opole 2027** (1)
11.45 **To jest grane – wakacyjnie** (105)
12.20 **Prywatne życie zwierząt 15** (3)
12.55 **Daję słowo – Maciej Orłoś 2** (43)
13.55 **Postaw na milion**
15.45 **Moje przeboje** (14)
16.20 **Jeden z dziesięciu**
17.35 **Koło fortuny** (2054) – teleturniej
18.15 **Szansa na sukces. Opole 2027** (2)
19.20 **Europa da się lubić – nowe pokolenie** (3) – program rozrywk.

POLSAT CAFÉ

6.00 **Komisarz Mama** (21) – serial krym., Polska
7.05 **Demakijaż** (169) – program rozrywkowy
7.30 **Drugie życie sukni ślubnej** (22) – pr. rozr.
8.00 **Bogaty dom – biedny dom** (124, 125, 160) – reality show
11.00 **Nasz nowy dom** (304) – reality show
12.00 **Shopping Queens. Królowe Zakupów** (79-81) – pr. rozrywk.
15.00 **Kolacja w ciemno** (57-59) – pr. rozrywk.
18.00 **Nasz nowy dom** (305, 306) – reality show, Polska
20.00 **Zdrady** (5, 6) – serial paradokum.

TV 4 DVB T2

6.00 **Łowcy skarbów. Kto da więcej?** (215)
7.00 **Galileo** (1156, 1157)
9.05 **#Jesteśmy dla dzieci** – magazyn
9.30 **A na obiad...** (3)
9.35 **Galileo** (1158, 1210, 1211)
12.45 **Mini Galileo** (47)
13.00 **Hot Shots! 2**
FILM – komedia sensacyjna, USA 1993, 115 min
14.55 **Policjantki i Policjanci** (1441-1444) – obycz.
19.00 **Wypasiona kuchnia** (26) – pr. rozrywk.
19.05 **Policjantki i Policjanci** (1445) – serial obycz., Polska
20.05 **A na deser...** (13) – magazyn kulinarny

TTV HD DVB T2

10.05 **Gogglebox. Przed telewizorem 19** (4)
11.05 **Nic do zgłoszenia 6** (4) – serial dokum., Pol.
12.05 **Zakup w ciemno extra 3** (15)
12.35 **Zakup w ciemno 8** (14-16) – reality show
15.45 **Express** – pr. inform.
16.05 **Idź na całość 3** (3)
17.05 **Usterka 14** (33) – serial fab.-dokum.
17.45 **Express** – pr. inform.
18.00 **Pogoda, sport**
18.10 **Zakup w ciemno extra 3** (14)
18.45 **Kochaj albo wróć** (4)
19.45 **Express** – pr. inform.
20.00 **Zakup w ciemno 7** (3) – reality show
21.00 **Gogglebox. Przed telewizorem 19** (4)

TVN STYLE HD

6.00 **Ugotowani w parach** (12)
6.55 **Co za tydzień** – mag.
7.35 **Dobrze zrobione w domu** (4) – mag.
7.45 **Dzień Dobry TVN**
11.30 **Jestem z Polski 9** (13) – serial dokum.
12.30 **Jestem z Polski** (14)
13.30 **Jestem z Polski 9** (15-ost.) – serial dok.
14.30 **Do zobaczenia 2** (9)
15.00 **Bitwa o gości** (8)
16.00 **Ostre cięcie** (8-ost.)
17.00 **Zgłoś remont 11** (9)
18.00 **Mniej znaczy więcej. Live Better for Less** (3) – mag.
18.35 **Ugotowani w parach** (12)
19.35 **Kuchenne rewolucje** (4, 5)

20

KRYMINALNY



20.20 Archiwista (3) – Polska 2020

Strączek chce wykorzystać daną mu władzę. Wzywa do siebie Zuzę i Henryka, by przekazać im, że archiwum zostanie zamknięte.

21.10 **Wielki Polonez Es – dur op. 22 – Michał Basista** – widowisko
21.25 **Gala wręczenia nagród 51. Festiwalu Polskich Filmów Fabularnych w Gdyni** – widowisko
22.35 **Dobry żart** (14) – rozr.
23.00 **Stawka większa niż życie** (4)

ROZRYWKOWY



20.25 62. KFPP w Opolu – KabareTYM (1, 2)

W hołdzie Stanisławowi Tymowi wystąpią Katarzyna Zielińska, Jacek Fedorowicz, Artur Andrus, Andrzej Poniedzielski, Wiktor Zborowski oraz popularne grupy kabaretowe.

22.30 **Postaw na milion** – teleturniej
23.30 **Jaka to melodia?**
0.25 **Koło fortuny** (2054, 2030) – telet.
1.55 **Kabaret. Super Show Dwójki** (3)
3.00 **Kabaret Letnią Porą** (49) – pr. rozrywk.
4.00 **Do śmiechu!** (19)

DOKUMENTALNY



22.05 Więzienie kobiet (26, 27) – Polska 2023

Kulisy codziennego życia w zakładzie karnym. Więźniarki zostały skazane za różne przestępstwa. Mimo to starają się normalnie żyć i celebrować ważne chwile.

23.00 **Gry małżeńskie** (194, 195) – reality show, Polska
1.05 **Więzienie kobiet** (138-141) – serial dokumentalny, Polska
3.00 **Zdrady** (170-172) – serial paradokumentalny, Polska 2021

KRYMINALNY



20.20 Sprawiedliwi – Wydział Kryminalny (1052-1055) – Pol. 2026

Wach oraz Kujawińska badają sprawę dwóch ciał w lesie, w tym zaginionego przedsiębiorcy związanego z agencją Madame. Sprawdzają pensjonat obok miejsca zbrodni.

0.20 **Gwiazdy Kabaretu** (183, 182) – pr. rozr.
2.25 **STOP Drogówka**
3.25 **Lubię disco!** (267)
4.25 **Top 10 – lista przebojów** – pr. muz.
5.30 **Telezakupy TV Okazje** – mag. rekl.

SERIAL



22.00 Damy i wieśniaczki. PL 6 (14) – Polska 2022

Julia z Tarnowa opuści apartament w Warszawie i zasmakuje życia na wsi, gdzie mieszka Jolanta z 7-letnim synem. Dama zmierzy się m.in. z kiszeniem kapusty.

23.00 **Gogglebox. Przed telewizorem 21** (1)
0.00 **Gogglebox. Przed telewizorem 25** (4)
1.20 **Diabelnie boskie** (4)
1.50 **Zapukaj do moich drzwi** (147) – telen.
2.50 **Drugie serce** (3) – telen., Turcja 2025
3.55 **Detektywi** (119)

REALITY SHOW



21.40 Top Model (4) – Pol.

Rozpoczyna się zacięta rywalizacja. Jurorzy, którym przewodzi Joanna Krupa, oceniają uczestników i decydują, kto odpadnie. Gospodynią programu jest Klaudia El Dursi.

23.05 **Nagi raj. Wielka Brytania 2** (4) – reality show
0.10 **Dziewice** (4)
1.10 **Pani gadżet erotycznie** (4) – mag.
1.45 **Apetyt na miłość** (6)
2.50 **Dieta czy cud?** (1, 2)
4.15 **Wiem, co kupuję** (1)
4.45 **Wiem, co jem na diecie** (2) – mag.

TVP HD HD

6.55 **Ranczo 4** (50) – obycz., Pol.
7.55 **Rodzinka.pl** (95, 96)
8.55 **Ojciec Mateusz 3** (31, 32)
10.45 **Czy wiesz, że?** (308)
11.20 **Na sygnale** (812, 813)
12.25 **Ojciec Mateusz 12** (157)
13.20 **Komisarz Alex 23** (292)
14.15 **Ranczo 3** (33, 34) – obycz.
16.10 **Postaw na milion** – telet.
17.10 **Okrasa łamie przepisy**
17.45 **Makłowicz w podróży**
18.20 **Ojciec Mateusz 31** (400)
19.20 **Ranczo 9** (107-109)
22.20 **Na granicy** – thriller,
FILM Polska 2016, 110 min
0.10 **Glina 2** (18-20) – krym., Pol.
3.10 **Władza** – thriller, USA
FILM 2013, 120 min

TVS HD

7.05 **Klachy i Lachy** – pr. rozr.
7.40 **Koncert życzeń**
9.25 **Muzyczne dzień dobry**
10.05 **Przy muzyce po Śląsku**
11.00 **Klachy i Lachy** – pr. rozr.
11.20 **Koncert Gwiazd TVS – Rozgrzewka**
12.35 **Przy muzyce po Śląsku**
13.35 **Klachy i Lachy** – pr. rozr.
14.00 **Szlagierowa lista** – muz.
16.00 **Koncert życzeń**
17.45 **Przy muzyce po Śląsku**
18.25 **Śląska karuzela** – muz.
19.55 **Hansi Hinterseer zaprasza** – pr. rozrywk.
22.05 **Koncert w TVS** – pr. muz.
23.45 **Szlagierowa lista** – muz.
1.40 **Program muzyczny**

ZOOM

8.00 **Jakubiak rozgryza Polskę 2** (6-8) – mag. kulin.
9.35 **Wojciech Cejrowski – boso przez świat**
12.55 **Sensacje XX wieku**
15.15 **Czterej pancerni i pies** (5, 6) – wojenny, Pol. 1966
17.35 **Jaś Fasola** (4, 5) – kom.
18.50 **MasterChef: Czechy 7** (3)
20.05 **Igrzyska śmierci:**
FILM **Kosogłos. Część 2** – dramat s.f., USA/Niemcy 2015, 175 min
23.00 **Adam szuka Ewy VIP. Holandia** (2) – pr. rozrywk.
0.00 **Magia nagości. Polska 5**
1.05 **Magia nagości. Najsmaczniejsze kąski**

TLC HD

11.00 **Rodzina Chantel 3**
12.00 **Ekstremalne choroby**
13.00 **Historie wielkiej wagi: Brazylia 2** – reality show
14.00 **Wiza na miłość: Wielka Brytania 3** – reality show
17.00 **Podwójne życie żon** (1)
18.00 **Wiza na miłość 12** (18)
20.00 **Baylen – życie na głos 3** (15) – serial dokumentalny
21.00 **Design w australijskim stylu** – program rozrywk.
22.00 **Kamera, akcja, wpadka!**
23.00 **ER: Caught On Camera** – serial dokumentalny, USA
0.00 **Dr Pryszczylla 4** – dok.
1.00 **Baylen – życie na głos 3** (15) – serial dokumentalny

C+ KUCHNIA HD

14.35 **Domowa piekarnia Kucharskiego 5** (1, 2)
15.30 **Nie bój ryby!** (10) – mag.
16.00 **Jamie: uczta za mniej** (3)
16.55 **Jamie Oliver: gotuj sezonowo** (8) – mag. kulin.
17.55 **Kulinarne wędrówki Gordona i przyjaciół – Hiszpania** (2) – dok.
18.45 **Czego nie jeść** (4) – dok.
19.50 **Poza Bali: podróż do serca Indonezji** (1)
20.50 **Włoska uczta** (7, 8) – dok.
21.50 **James Martin: hiszpańska przygoda** (5)
22.45 **Tajemnice indyjskich smaków** (7) – serial dok.
0.15 **Nie bój ryby!** (12) – mag.

TVN TURBO HD

9.00 **Uwaga! Oszust: Ściema z ogłoszenia** (3) – pr. rozr.
9.30 **Po raz trzeci! Sprzedane**
10.15 **Moto kombat** (3) – mag.
11.00 **Ciężarówką przez pół świata** (3) – pr. rozrywk.
12.00 **Mobilni mechanicy** (5)
12.45 **Wojny samochodowe**
15.45 **Uwaga! Oszust: Ściema z ogłoszenia** (3, 15) – rozr.
16.45 **Zawodowi handlarze** (3)
17.30 **Jeździć, obserwować** (3)
18.15 **Z drugiej ręki** (3) – mag.
19.00 **Mobilni mechanicy** (7, 8)
20.30 **Zawodowi handlarze**
22.00 **Naprawy nie do naprawy** (6, 8) – mag.
23.30 **The Grand Tour** (3) – mag.

NOWA TV DVB T

7.30 **Interwencja – taka jest Polska** (576) – mag.
8.20 **Frieren. U kresu drogi**
9.30 **Dragon Ball Super** (46-54)
14.00 **Co ludzie powiedzą?** (5, 6) – kom., Wlk. Bryt. 1990
15.20 **Co ludzie powiedzą? 2** (7) – serial kom., Wlk. Bryt.
16.00 **Miodowe lata** (119-122)
20.05 **Poirot 8** – serial kryminalny
0.00 **Ślad** (86) – krym., Pol. 2019
1.00 **Łowca pedofilów**
3.00 **TV okazje** (24, 25)
3.50 **Wehikuł czasu** (926, 925)
4.00 **Daleko od noszy – szpital futpolowy** (39, 40) – serial kom., Polska
5.00 **Pod lupą** (7, 8) – magazyn

METRO

7.00 **Gorączka złota 12** (22, 23)
8.55 **Klan z Alaski** (14-16)
11.55 **Złomowisko PL 5** (7, 8)
13.55 **Makłowicz w drodze 4**
15.05 **Farma Clarksona 2** (1)
16.10 **Azja Express** (3)
17.55 **Kryminalni** (11, 12) – krym.
20.00 **Miss agent** – komedia
FILM sens., USA 2000, 135 min
22.15 **Reminiscencja** – film s.f.,
FILM USA 2021, reż. Lisa Joy, 140 min
0.35 **Kuba Wojewódzki** (4)
1.40 **Szpital** (915) – paradok.
2.35 **Szkoła** (642) – paradok.
3.35 **Nowa Maja w ogrodzie 2** (28) – mag.
4.05 **Szpital** (904) – paradok.

ANTENA HD DVB T2

9.00 **Niezwykły dr Pol** (26-30)
13.55 **Australijscy poszukiwacze złota 6**
17.00 **Co Polak potrafi na drodze? 2** (4) – pr. rozr.
18.00 **77 TV 5** (29) – pr. rozrywk.
19.00 **77 TV 6** (5) – pr. rozrywk.
20.00 P! **Morderstwa we Francji – Batz** – film krym., Fr./Szwajcaria 2015, 120 min
22.00 P! **Sekret siostry** – dramat kryminalny, USA 2018, reż. D.J. Viola, 110 min
23.50 **Whitney Houston: zawsze będę cię kochać** – dramat biograficzny, USA 2015, 105 min
1.35 **Zagłada Ziemi** – film dok.

WP DVB T

12.15 **Pokochaj lub sprzedaj 6**
13.10 **Pokochaj lub sprzedaj Quebec 3** (12)
14.10 **Pokochaj lub sprzedaj Vancouver** (6) – dok., Kan.
15.05 **Policjanci z sąsiedztwa 3** (6, 7)
17.00 **Pogoda**
17.05 **Policjanci z sąsiedztwa 3** (8, 9)
19.00 **Policjanci w akcji 2** (4) – serial obycz., Polska 2026
20.00 **Policjanci z sąsiedztwa 3** (10) – dok.
21.00 **Strażacy z sąsiedztwa 2**
21.50 **Pogoda**
22.00 **Mistrzowie Kabaretu 2**
23.00 **Mistrzowie Kabaretu 5**

C+ DOMO HD

13.10 **Cudotwórcy: zakochaj się w swoim domu na nowo** (13) – dok., Kan.
14.10 **Wielkie projekty: Australia 12** (3) – dok.
15.20 **Gardeners' World 16** (25)
16.30 **Tomasz Pągowski. Remont u Ciebie 9** (4)
17.00 **Kupione i co dalej? 4**
18.00 **Daleko od miasta 16**
19.00 **Dom w miesiąc** (1, 2)
20.00 **Generalna odbudowa** (1)
21.00 **Wielkie projekty: Nowa Zelandia 10** (3) – dok.
22.00 **W mieście czy na wsi?**
22.50 **Luksusowa ucieczka 8**
23.55 **Wielkie projekty: Australia 10** (7) – dok.

HGTV HD

15.35 **Polowanie na ogród 7**
16.40 **Polowanie na ogród 6** (6)
17.15 **House Hunters – Poszukiwacze domów 3** (9, 10) – pr. rozr.
18.20 **House Hunters – Poszukiwacze domów 4** (1) – pr. rozrywk.
18.55 **Weekendowa metamorfoza 2** (2) – rozr.
19.50 **Weekendowa metamorfoza 6** (4) – rozr.
20.45 **Weekendowa metamorfoza** (4) – pr. rozr.
21.40 **Mieszkanie na miarę 2** (4) – program rozrywkowy
22.35 **Mieszkanie na miarę** (1)
23.35 **Aloha, nowy dom! 2**

eprasa.pl 37b976a8ff

P! Premiera w TV

POLSAT 2 HD

5.50 **Wydarzenia**
6.30 **Bogaty dom – biedny dom** (112) – reality show
7.30 **Ewa gotuje** (574, 575) – magazyn kulinarny
8.30 **Z klimatem i z pasją** (252) – pr. publicyst.
9.00 **Dlaczego ja?** (1448-1452) – serial paradokum.
14.00 **Sekrety rodziny** (200) – serial paradokum., Pol. 2021
15.05 **Więzienie kobiet** (130-133) – serial dokumentalny, Polska
17.00 **Nasz nowy dom** (364) – reality show
18.10 **Sekrety rodziny** (13, 14) – serial paradokum., Pol. 2018

SUPER POLSAT DVB T2

6.05 **Wydarzenia**
6.40 **SuperLudzie 2** (22) – serial dok., Pol. 2018
7.15 **Była sobie Ziemia** (12-16) – anim., Francja
9.50 **Artur ratuje**
FILM **Gwiazdkę** – film anim., Wielka Brytania/USA 2011, 120 min
11.50 **Świat według Kiepskich** (564-569) – kom., Pol. 2019-2020
14.55 **SuperMarket Chef** (4) – reality show
15.25 **Serca dwa** (10) – dok.
16.00 **Złomiarze** (17) – serial dokumentalny, Polska
17.00 **Świat według Kiepskich** (570, 571, 574, 575)
19.00 **Kolacja w ciemno** (4) – program rozrywk.

TV 6 DVB T

6.00 **Jeźdźcy smoków: Na końcu świata** (24) – serial anim., USA 2015-2018
7.30 **Gru, Dru i Minionki**
FILM – film animowany, USA 2017, reż. Kyle Balda, 110 min
9.20 **Cobra Kai** (14-17) – serial przygodowy
12.00 **Strażnik Teksasu** (9, 10) – serial sensacyjny, USA 1999
13.55 **Poirot** – serial krym., Wielka Brytania 1996
16.20 **Columbo** (47, 48) – serial kryminalny, USA 1978
20.00 **CSI: Kryminalne zagadki Miami** (209, 210) – serial kryminalny, USA 2011

BBC FIRST HD

6.00 **Z pamiętnika położnej 13** (7, 8)
7.50 **Co ludzie powiedzą? 4** (5)
8.30 **Shakespeare i Hathaway: Prywatni detektywi** (9, 10) – serial krym.
10.30 **Morderstwa w Midsomer 6** (1, 2)
12.35 **Ojciec Brown 10** (10)
13.35 **Ojciec Brown 11** (1, 2) – krym., Wlk. Bryt.
15.35 **Shakespeare i Hathaway: Prywatni detektywi 2** (1, 2)
17.35 **Z pamiętnika położnej 11** (4) – serial obyczajowy
18.50 **Śmierć z dala od palm 3** (2) – krym.

TVP ABC DVB T2

9.30 **Domisie** – dla dzieci
10.00 **Cześć, czy mogę Cię zjeść?** (76) – mag.
10.20 **Bolek i Lolek wyruszają w świat** (1, 2) – anim., Pol. 1968
10.45 **Reksio** (53, 54)
11.00 **Pająk Lucas 2** (27)
11.15 **Świnka Peppa 4**
11.30 **Pszczółka Maja**
11.55 **Strażak Sam 8** (1, 2)
12.25 **Domisie** – dla dzieci
12.55 **Halo, halo!** (33)
13.00 **Kocie kalamburki**
13.05 **Hulahoo**
13.20 **Ptyś i Bill** (15, 16)
13.50 **Odo** (79) – serial anim.
14.05 **Nawet nie wiesz, jak bardzo Cię kocham** (1, 2) – anim.
14.30 **Świnka Peppa**
14.45 **Kid Lucky** (1, 2)

TVN 24 HD

6.00 **Serwis informacyjny, Prognoza pogody**
9.50 **Kadr na Kino** – mag.
10.00 **Serwis informacyjny, Prognoza pogody**
15.30 **Ranking Mazura** – program inform.
16.00 **Fakty po południu** – program inform.
18.00 **Dwie strony** – pr. inf.
19.05 **Kadr na Kino** – magazyn filmowy
19.15 **Serwis informacyjny**
19.25 **Fakty po Faktach** – program informacyjny Dziennikarze prowadzący główny serwis informacyjny stacji wraz z zaproszonymi gośćmi komentują czołowe wydarzenia.

KOMEDIODRAMAT



20.10 **Na ringu z rodziną**
FILM – Wielka Brytania/USA/Meksyk 2019, 140 min

Paige i jej brat marzą o karierze zawodowych wrestlerów. Dziewczyna dostaje się do programu WWE. Tam poznaje m.in. Dwayne'a „The Rocka" Johnsona.

22.30 **Bejbis** – komedia,
FILM Polska 2022, 145 min
0.55 **Bad Boys for Life**
FILM – komedia sens., USA/Meksyk 2020, 155 min
3.30 **SuperLudzie** (30) – serial dok., Pol. 2018
4.05 **Wydarzenia**
4.45 **Interwencja** – mag.

SPORTY WALKI



20.00 **Babilon MMA 60 w Skierniewicach**
LIVE – walka: Krzysztof Głowacki – Cally Gibrainn de Oliveira

Były mistrz świata w boksie, Krzysztof Głowacki, zmierzy się w formule MMA z Callym de Oliveirą. Dla „Główki" będzie to już piąty pojedynek w tej dyscyplinie.

0.00 **Pewnego razu**
FILM **w Meksyku: Desperado 2** – film sens., USA/Meksyk 2002, 130 min
2.10 **Backdoor. Wyjście awaryjne** (6) – kom.

KRYMINALNY



21.55 **Kości** (179, 180) – USA 2014

Pierwsza dama prosi FBI o przeprowadzenie śledztwa w sprawie zwłok znalezionych w założonym przez nią miejskim ogrodzie. Szczątki są w stanie rozkładu.

23.50 **Chłopak**
FILM **z sąsiedztwa** – thriller, USA 2015, reż. Rob Cohen, wyk. Jennifer Lopez, Ryan Guzman, 110 min
1.40 **Kochane pieniądze** (14-17) – paradok., Pol.
5.45 **Telezakupy TV Okazje** – mag. rekl.

KRYMINALNY



19.55 **Śmierć pod palmami 11** (4)

Sierżant Cassell zdobywa nowe dowody. Trop prowadzi ją z powrotem do Saint Marie. Kobieta poznaje nowe fakty dotyczące przeszłości swojego pracodawcy.

21.00 **Lynley** (2) – krym.
22.00 **Milczący świadek 24** (9, 10)
0.15 **Po powodzi** (6)
1.15 **Śmierć z dala od palm 3** (2) – krym.
2.20 **Milczący świadek 24** (9, 10)
4.15 **Śmierć pod palmami 11** (4)

EDUKACYJNY



15.20 **Zwierzaki Czytaki** (262)

Zbliża się Dzień Jagodowa, dlatego u Michała pojawia się burmistrz z prośbą o przygotowanie wyjątkowego wydarzenia z tej okazji.

15.35 **Lassie i przyjaciele**
16.05 **Ricky Zoom** (1, 2)
16.35 **44 Koty** (1, 2) – anim.
17.05 **Kosmo-kumple**
17.30 **Super Wings**
18.00 **Opowieści z zielonego lasu**
18.30 **The Garfield Show**
19.00 **Dolina Muminków**
19.25 **Ernest i Celestyna**
19.35 **Tyciaki**

MAGAZYN REPORTERÓW



20.00 **Superwizjer**

Dziennikarze przybliżają problemy, które bulwersują Polaków. Ujawniają skandale i afery gospodarcze.

21.00 **Ranking Mazura**
21.30 **Serwis informacyjny, Prognoza pogody**
22.00 **Szkło kontaktowe**
23.00 **Dzień po dniu** – mag.
0.00 **Fakty po Faktach**
0.40 **Superwizjer** – mag.
1.45 **Nic do zgłoszenia**
2.40 **Nowa Maja w ogrodzie** – mag.
3.00 **Akademia ogrodnika** – mag.
3.05 **Fakty po Faktach**

POLSAT PLAY HD

9.10 **Poszukiwacze historii**
10.05 **Einsatzgruppen – nazistowskie brygady śmierci** (3, 4) – serial dok.
12.05 **Superdziała – ostatnia nadzieja Hitlera** – dok., Fr.
13.10 **Droga Adolfa Hitlera** (1, 2) – film dokum., Fr. 2018
15.35 **Tajna historia XX wieku**
16.00 **Pociągi** (1, 2) – serial dok.
17.00 **Polacy za granicą** (157)
18.05 **Rolnicy – Tak się żyje u nas na wsi** (58-60, 225)
20.05 **Wakacje z Bałtykiem**
22.00 **Polacy za granicą**
0.05 **Łowca pedofilów**
2.00 **Jedziemy na ryby!**
4.00 **Starożytni kosmici**

FOOD NETWORK HD

12.20 **Kuchnia jak u mamy**
13.30 **W kuchni szefa** (7, 8)
14.35 **Molly gotuje na farmie 12** (2, 3) – mag.
15.40 **Kobieta na Dzikim Zachodzie** (7, 8) – mag.
16.45 **Szef Jet: przepis na Azję**
17.50 **Dziecięce mistrzostwa wypieków: słodkie duety** (5) – magazyn kulin.
18.50 **Uczta w hotelu grozy** (1)
20.20 **Makłowicz w drodze** (2)
20.55 **Magda gotuje internet**
21.25 **Kuchenne rewolucje**
23.35 **Halloweenowe wyzwanie ciasteczkowe** (5, 6) – mag.
1.45 **Halloweenowe wojny**

POLSAT RODZINA HD

9.35 **JesteśmyDlaDzieci**
9.55 **Bogaty dom – biedny dom** (120, 121)
11.55 **Rodzina zastępcza** (40-43) – serial kom., Polska
14.05 **Największe statki świata** (3, 4) – serial dok.
16.00 **Świat z góry** (4, 5) – dok.
17.10 **Wypasiona kuchnia** (24)
17.15 **Pingwiny z Madagaskaru** (26, 1)
18.10 **Co ludzie powiedzą?** (28, 30, 29) – serial kom.
20.05 **Miodowe lata** (118, 1)
22.00 **Rycerz króla Artura**
FILM – film przygodowy, USA 1995, 165 min
0.45 **Historia broni** (10) – dok.

BBC LIFESTYLE HD

11.25 **Najdroższe brytyjskie domy 2** (2) – reality show
12.30 **Niezwykłe hotele bez tajemnic 4** (1) – serial dok.
13.30 **Mistrzowie szycia 6**
15.45 **Zapraszam do stołu: Wielka porcja 19** (1)
17.40 **Najlepszy konsultant ślubny** (4) – pr. rozrywk.
18.55 **Na bogato: sekrety pierwszej klasy** (3) – dok.
19.55 **Wielkie amerykańskie wypieki 5** (5, 6) – pr. rozr.
22.00 **Seks i miłość dookoła świata – Christiane Amanpour** (1) – serial dok.
23.00 **Seks-notowania** (1)
0.05 **Wstydliwe choroby 8**

NICK JR. HD

15.59 **Świnka Peppa 2** (23-26)
16.15 **Świnka Peppa 3** (6)
16.30 **Dora 4** (10) – serial anim.
17.00 **Pan Krokodyl** (9) – anim.
17.30 **Barbapapa i jego rodzinka 2** (16) – anim., Fr.
18.00 **Rubble i jego ekipa 3** (9)
18.30 **Psi Patrol** (13) – anim.
19.00 **Santiago z mórz** (2)
19.30 **Przygody Misia Paddingtona** (12) – anim.
19.59 **Świnka Peppa** (27)
20.04 **Świnka Peppa 7**
20.31 **Świnka Peppa** (44)
20.36 **Świnka Peppa 8** (28, 29)
20.45 **Świnka Peppa** (48)
21.00 **Barbapapa i jego rodzinka 2** (22-24) – anim.

POLSAT NEWS HD

14.55 **Pogoda**
15.00 **W rytmie dnia – serwis informacyjny**
15.30 **Sport, pogoda**
15.50 **Wydarzenia 15:50**
16.30 **Czysta Polska** – pr. inf.
17.00 **W rytmie dnia – serwis informacyjny**
17.30 **Na miejscu zbrodni**
18.00 **W rytmie dnia – serwis informacyjny**
18.35 **Debata polityczna** – publ.
19.15 **Prezydenci i premierzy**
19.50 **Dobry wieczór, Polsko**
21.50 **Wydarzenia wieczorne**
22.30 **Dzień na świecie** – pr. inf.
23.30 **Wydarzenia 24** – pr. inf.
0.00 **Prezydenci i premierzy**

TVP KOBIETA DVB T2

13.00 **Tajemnice samolotów prezydenckich** – film dok.
14.00 **Rodzinka.pl** (192, 193)
15.00 **Tańcząca ze światem – Maroko** (1) – magazyn
15.30 **Ojciec Mateusz 13** (167, 168) – krym., Pol. 2015
17.25 **Książę William. Życie w fotografiach** – film dok.
18.30 **Piknik Country 2026** (3)
19.30 **Miłość i nadzieja** (376) – telenowela, Turcja 2022
20.30 **Wichrowe wzgórze** (357)
21.30 **Na tropach przeszłości** (1) – serial kryminalny, Fr.
22.30 **Cwaniaki z Hollywood**
FILM – kom. krym., USA/Wielka Brytania 2020, 110 min

E! ENTERTAINMENT HD

10.35 **Z kamerą u Kardashianów** (11, 12)
12.25 **Tyler Henry – medium z Hollywood** (2) – pr. rozr.
14.15 **Plastyczna fuszerka**
16.05 **Z kamerą u Kardashianów** (13, 14)
18.00 **Oglądaj na żywo, co się dzieje!** – program rozrywk.
18.30 **Tyler Henry – medium z Hollywood** (7, 8) – rozr.
20.30 **Plastyczna fuszerka**
22.30 **Z kamerą u Kardashianów** (1, 2)
0.30 **Oglądaj na żywo, co się dzieje!** – program rozrywk.
1.00 **Tyler Henry – medium z Hollywood** (2) – pr. rozr.

TV TRWAM DVB T

17.30 **Przełamując bariery**
17.55 **Poczet wielkich Polaków** – pr. hist.
18.00 **Anioł Pański**
18.05 **Informacje dnia**
18.15 **Rozmowy niedokończone** – pr. publ.
19.30 **Manna z Nieba**
19.45 **Modlitwa** – religijny
20.00 **Informacje dnia**
20.20 **Różaniec**
20.50 **Kartka z kalendarza – powstanie warszawskie** – pr. eduk.
21.00 **Apel Jasnogórski**
21.20 **Informacje dnia**
21.40 **Polski punkt widzenia**
22.00 **Warto być ojcem** – mag.

BBC BRIT HD

11.45 **Czy picie skraca życie?**
12.50 **48 godzin do zwycięstwa** (1) – dok.
13.55 **Cuda inżynierii 3** (5, 6)
16.00 **Rejs na koniec świata**
17.00 **Robota dla twardzieli: Guy Martin w akcji** (3)
17.55 **Czy picie skraca życie?**
19.00 **48 godzin do zwycięstwa** (1) – dok.
20.00 **Najpotężniejsze maszyny 3** (6) – serial dok.
21.00 **Jak powstaje samochód 2** (2) – dok.
22.00 **Rejs na koniec świata**
23.00 **Ben Fogle na Cyprze**
0.30 **Erekcyjne oszustwo: pigułki Stiff Nights** – dok.

MINI MINI+ HD

13.21 **Kicia Kocia** (2, 3) – anim.
13.37 **Robotkowo** (7, 8) – anim.
13.55 **Moje urodziny** – dla dzieci
14.00 **Bing 2** (13, 14) – anim.
14.20 **Blaze i megamaszyny 3**
14.45 **Looloo Kids** (51) – anim.
15.01 **Gazu, pieski, gazu! 2** (6)
15.28 **Kicia Kocia 2** (9, 10)
15.45 **Jeżyk Happy** (4, 5) – anim.
16.02 **Marta mówi** (34) – anim.
16.30 **Zouk** (49, 50) – serial anim.
16.56 **Ciekawski George 7**
17.50 **Moje urodziny** – dla dzieci
17.55 **Dora poznaje świat 8**
19.40 **Smerfy** (33) – serial anim.
20.08 **Cloudy & Stormy** (5-8)
20.35 **Dolina Muminków 4** (4)
21.01 **Wierszyki domowe** (14)

TVP 3 DVB T2

11.55 **Pierwsza Druga w Trójce**
12.05 **Między polem a domem**
12.35 **Rączka gotuje**
13.10 **Regiony na TAK**
13.30 **Program lokalny**
15.00 **Koronka do Miłosierdzia Bożego** – program religijny
15.20 **Między polem a domem**
15.50 **Antenowe remanenty**
17.30 **Program lokalny**
20.00 **Dziennik regionów** – inf.
20.15 **Regiony na TAK** – mag.
20.30 **O milimetr** – magazyn
21.00 **Program lokalny**
22.00 **Dziennik regionów** – inf.
22.30 **Kryminalna siódemka** – magazyn

STACJE DZIECIĘCE

STACJE INFORMACYJNE

20

DVB T DVB T2 – stacje dostępne za darmo w naziemnej telewizji cyfrowej

eprasa.pl 37b976a8ff

Warto zobaczyć

13.05 POLSAT
Kraina lodu
ANIMOWANY Księżniczka Elsa ma moc zamrażania przedmiotów. Niechcący pogrąża swój kraj w wiecznej zimie. Jej siostra próbuje to odwrócić. *Reż.: Chris Buck, Jennifer Lee, D: Anna Cieślak, Lidia Sadowa*
USA 2013 **150 min ▶ do godz. 15.35**

14.10 TVP HISTORIA
Czarne złoto
HISTORYCZNY Rejon Zatoki Perskiej, lata 30. Syn sułtana bierze ślub z córką emira. Oboje chcą zapobiec konfliktowi między ich ojcami. *Reż.: Jean-Jacques Annaud, A: Tahar Rahim, Mark Strong, Antonio Banderas*
Francja/Wł. 2011 **135 min ▶ do godz. 16.25**

14.25 TVP KULTURA
Paryżanka
OBYCZAJOWY Brigitte, córka znanego polityka, pragnie uwieść współpracownika swojego ojca. Jej zachowanie doprowadza do skandalu. *Reż.: Michel Boisrond, A: Brigitte Bardot, Charles Boyer, Noël Roquevert*
Fr./Wł. 1957 **100 min ▶ do godz. 16.05**

15.50 TVN
Wojna z dziadkiem
KOMEDIA Po śmierci żony Ed zamieszkuje z córką oraz jej rodziną. Zajmuje pokój wnuka. Niezadowolony nastolatek wypowiada seniorowi wojnę. *Reż.: Tim Hill, A: Robert De Niro, Uma Thurman, Oakes Fegley*
USA/Wlk. Bryt. 2020 **125 min ▶ do godz. 17.55**

17.35 TVN 7
San Andreas
KATASTROFICZNY Trzęsienia ziemi zmieniają kolejne amerykańskie miasta w gruzowiska. Doświadczony pilot helikoptera usiłuje ocalić córkę. *Reż.: Brad Peyton, A: Dwayne Johnson, Alexandra Daddario*
USA 2015 **145 min ▶ do godz. 20.00**

18.00 TV PULS
Był sobie pies
FAMILIJNY Golden retriever zaprzyjaźnia się z Ethanem. Po latach sędziwy pies odchodzi. To nie koniec jego przygód. Odradza się jako owczarek. *Reż.: Lasse Hallström, A: Dennis Quaid, Peggy Lipton, KJ Apa*
USA/Indie 2017 **120 min ▶ do godz. 20.00**

20.00 STOPKLATKA
Ludzie honoru
SENSACYJNY Dwaj żołnierze zostają oskarżeni o zabójstwo kolegi z bazy. Ich obrońcy odkrywają, że ofiarę dręczono na rozkaz przełożonych. *Reż.: Rob Reiner, A: Tom Cruise, Jack Nicholson, Demi Moore*
USA 1992 **170 min ▶ do godz. 22.50**

22.25 TVP HISTORIA
Generał Nil
BIOGRAFICZNY Rok 1947. Generał Emil Fieldorf, bohater AK, wraca z łagru na Uralu do Polski. Pada ofiarą komunistycznego reżimu. *Reż.: Ryszard Bugajski, A: Olgierd Łukaszewicz, Magdalena Emilianowicz*
Polska 2009 **135 min ▶ do godz. 0.40**

→ filmowe hity



Podwodną łódź atakuje bestia. Nurek Taylor miał okazję walczyć z nią już wcześniej.

20.00 TVN 7
Meg
SCIENCE FICTION W głębinach czai się prehistoryczne monstrum. Grupa śmiałków musi ocalić załogę łodzi.

HIT DNIA
W ramach międzynarodowego programu obserwacji podmorskich naukowcy eksplorują okolice Rowu Mariańskiego. Niespodziewanie ich łódź zostaje zaatakowana przez gigantyczne stworzenie, które setki lat temu uznano za wymarłe. Statek ulega awarii i osiada na dnie. Oceanograf Zhang wzywa na ratunek doświadczonego nurka, byłego żołnierza Jonasa Taylora. Mężczyzna już kiedyś stawił czoło morskiej bestii, jednak nikt nie wierzył w jego opowieść. Teraz po raz drugi decyduje się zmierzyć ze swoimi lękami i zaryzykować życie w potyczce z potworem, by ocalić uwięzioną ekipę. Dodatkową motywacją jest fakt, że w głębinach utknęła jego była żona. W nierównej walce z potężnym megalodonem Taylor i jego zespół są zmuszeni zastosować niekonwencjonalne metody działania. HD **155 min ▶ do godz. 22.35**

USA/Chiny 2018 **Reż.:** Jon Turteltaub **Wyst.:** Jason Statham, Li Bingbing, Ruby Rose, Rainn Wilson



20.00 TVP KULTURA
Siedem lat w Tybecie
BIOGRAFICZNY Heinrich Harrer (Brad Pitt) wyrusza w Himalaje. Gdy wybucha II wojna światowa, alpiniści zostają internowani. Harrerowi udaje się uciec do Tybetu. Tam poznaje on Dalajlamę.
Reż.: Jean-Jacques Annaud Wyst.: Brad Pitt
USA 1997 HD **145 min ▶ do godz. 22.25**



20.00 TV PULS
Agent
SENSACYJNY Żona Benjamina (Aaron Eckhart), kierownika placówki CIA w Budapeszcie, ginie w zamachu. Mężczyzna zamierza dotrzeć do sprawców. Razem z agentką Krystyną Kowerski wpada na trop spisku.
Reż.: Jesse V. Johnson Wyst.: Olga Kurylenko
USA 2024 HD **125 min ▶ do godz. 22.05**



20.00 HBO
Lodowy szlak: Zemsta
THRILLER Mike McCann (Liam Neeson) udaje się do Nepalu, by rozsypać prochy brata na Mount Evereście. Podczas podróży do obozu autobusem pełnym turystów, musi stawić czoło najemnikom.
Reż.: Jonathan Hensleigh Wyst.: Bingbing Fan
USA 2025 HD **110 min ▶ do godz. 21.50**



22.35 TVN 7
Godziny szczytu
KOMEDIA SENSACYJNA Córka chińskiego konsula w USA zostaje porwana. Jej ojciec chce, aby sprawą zajął się zaufany policjant z Hongkongu, Lee (Jackie Chan). Przybyszowi pomaga gadatliwy Carter (Chris Tucker).
Reż.: Brett Ratner Wyst.: Julia Hsu, Tzi Ma
USA 1998 HD **120 min ▶ do godz. 0.35**



22.40 POLSAT
Erin Brockovich
OBYCZAJOWY Lata 90., Los Angeles. Erin (Julia Roberts) pracuje jako sekretarka w kancelarii prawniczej. Znajduje dokumenty świadczące o tym, że potężny koncern zatruwa środowisko. Sprawa trafia na wokandę.
Reż.: Steven Soderbergh Wyst.: Julia Roberts
USA 2000 HD **170 min ▶ do godz. 1.30**



22.45 TVP 1
Miłość i turbulencje
KOMEDIA ROMANTYCZNA Prawnik Antoine (Nicolas Bedos) leci do Paryża. Miejsce obok zajmuje jego była dziewczyna Julie (Ludivine Sagnier). Dawni kochankowie zyskują okazję do rozliczenia się ze swoją przeszłością.
Reż.: Alexandre Castagnetti Wyst.: Kelly Kopen
Francja 2013 HD **110 min ▶ do godz. 0.35**

Oznaczenia: P! Premiera w TV HD Program także w standardzie HD
Archiwum 27.09.2018

→ filmowe hity



Kinga i Jacek próbują odnaleźć się w gąszczu kościelnych przepisów.

21.25 TVN — Rozwodnicy

KOMEDIODRAMAT Zwykła formalność okazuje się zawiłą procedurą. Dwoje ludzi czeka cenna życiowa lekcja.

HIT DNIA

Mijają dwie dekady od rozstania Kingi i Jacka. Oboje na nowo ułożyli sobie życie. Mężczyzna rozpoczyna jednak starania, aby Kościół unieważnił ich związek małżeński. Byłych partnerów czekają niełatwe spotkania z duchownymi, którzy zadają im niewygodne pytania o przyczyny rozpadu krótkotrwałej relacji. Każde kolejne spotkanie zmusza Kingę oraz Jacka do refleksji. Procedura wprowadza spore zamieszanie w życiu niedoszłych rozwodników oraz ich bliskich. Staje się przyczyną wielu nieprzewidzianych sytuacji. HD 125 min ▶ do godz. 23.30

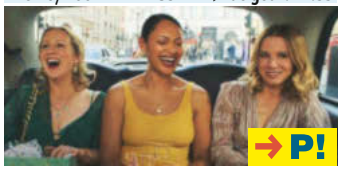
Polska 2024 **Reż.:** Michał Chaciński, Radosław Drabik **Wyst.:** Magdalena Popławska, Wojciech Mecwaldowski



20.40 TVP 2 — Rozgrywka

SENSACYJNY Włamywacz Nick (Robert De Niro) chce zmienić swoje życie. Ulega jednak namowom przyjaciela, który proponuje mu kradzież dzieła sztuki. W ryzykownym przedsięwzięciu pomaga mu Jack (Edward Norton).

Reż.: Frank Oz Wyst.: Angela Bassett
Niemcy 2001 HD 135 min ▶ do godz. 22.55



22.55 TVP 2 — Ludzie, których nie cierpimy na weselach

KOMEDIA Alice (Kristen Bell) razem z bratem i matką udaje się do Londynu na ślub swojej zamożnej, przyrodniej siostry. To dla nich okazja na uzdrowienie relacji.

Reż.: Claire Scanlon Wyst.: Annie McGrath
USA 2022 HD 110 min ▶ do godz. 0.45



22.05 TV PULS — Pakt z mordercą

THRILLER Lucas (Sam Worthington) to profesjonalny zabójca działający na zlecenie. Pewnego razu nie wywiązuje się w pełni z zadania, narażając się mocodawcom. Postanawia pomóc swej niedoszłej ofierze, Elli (Odeya Rush).

Reż.: Jonathan Mostow Wyst.: Allen Leech
USA 2017 HD 110 min ▶ do godz. 23.55



23.30 TVN — Na twoim miejscu

KOMEDIA Pracownik korporacji Krzysiek (Miron Jagniewski) i przedszkolanka Kasia (Paulina Gałązka), rodzice Tadzia, w magiczny sposób zamieniają się ciałami. Zaczynają rozumieć siebie nawzajem i doceniać swoje starania.

Reż.: Antonio Galdamez Munoz Wyst.: Jan Frycz
Polska 2023 HD 130 min ▶ do godz. 1.40

→ sport



13.00 POLSAT SPORT 1 — Puchar Billie Jean King – finał

TENIS LIVE Pora na najważniejszą rywalizację w 63. edycji Pucharu Billie Jean King. Do turnieju finałowego w Shenzhen w roli obrończyni tytułu przystąpiła reprezentacja Włoch na czele z Jasmine Paolini. Walczyła ona o siódmy triumf w rozgrywkach. HD 120 min ▶ do godz. 15.00



15.00 EUROSPORT 1 — MŚ – Montreal 2026

KOLARSTWO LIVE Na koniec MŚ odbędzie się wyścig ze startu wspólnego. Kolarze przejadą 273,7 km, w tym 12 okrążeń na trasie znanej z Grand Prix Cycliste de Montréal. Wyzwanie podejmie np. Remco Evenepoel i Michał Kwiatkowski. HD 420 min ▶ do godz. 22.00



17.30 POLSAT SPORT 2 — Superpuchar Polski

KOSZYKÓWKA LIVE Decydujący mecz turnieju w Sosnowcu. O pierwsze trofeum w tym sezonie zawalczą zwycięzcy sobotnich spotkań półfinałowych: Legia – Trefl Sopot oraz Dziki Warszawa – Zastal Zielona Góra. HD 120 min ▶ do godz. 19.30



20.35 POLSAT SPORT 2 — Norwegia – Portugalia

PIŁKA NOŻNA LIVE

Rewelacja tegorocznego mundialu kontra triumfator poprzedniej edycji Ligi Narodów. Portugalczycy spróbują przerwać passę gospodarzy, którzy są niepokonani u siebie od marca 2024 r. HD 115 min ▶ do godz. 22.30

→ rozrywka



16.35 TVN STYLE — Teraz one

LIFESTYLE Małgorzata Tomaszewska, Aleksandra Rogowska-Lichnerowicz i Żaneta Rosińska komentują najgorętsze tematy, którymi aktualnie żyją media oraz internauci. Nie zabraknie informacji na temat premierowych produkcji oraz wydarzeń ze świata sportu. HD 35 min ▶ do godz. 17.10



17.35 TVP 1 — Daję słowo – Maciej Orłoś 2

TALK-SHOW Tym razem gościem odcinka jest Robert Gawliński. W rozmowie prowadzący oraz artysta poruszają najważniejsze wątki z życia i kariery muzyka. Spotkanie ma formę swobodnego wywiadu. HD 65 min ▶ do godz. 18.40



19.55 POLSAT — Dancing with the Stars. Taniec z gwiazdami

WIDOWISKO Jasper Sołtysiewicz ma za sobą trudny start w programie, ale pokazał wolę walki. Wraz z Darią Sytą przygotowuje się pod okiem choreografa do kolejnego występu. HD 165 min ▶ do godz. 22.40

→ dokument



21.00 NATIONAL GEO. — Górnicy z Chile: wyścig z czasem

REPORTAŻ W 2010 roku 33 górników zostało uwięzionych ponad 800 m pod pustynią. Walczyli o życie w nieludzkich warunkach. Zorganizowano brawurową akcję ratunkową. HD 60 min ▶ do godz. 22.00

eprasa.pl 37b976a8ff

TVP 1 HD DVB T2

5.00 Sprawdzamy – magazyn
5.25 Sprawa dla reportera – magazyn interwencyjny
6.20 Słownik polsko@polski (694) – talk-show prof. Jana Miodka
6.50 Słowo na niedzielę
7.00 Transmisja mszy świętej z Sanktuarium Bożego Miłosierdzia w Krakowie-Łagiewnikach
8.00 Tydzień – magazyn rolniczy
8.30 Pociąg do Polski (4) – dok., Pol.
9.05 U Pana Boga w ogródku (4) – serial komediowy, Polska 2008
9.55 Ojciec Mateusz 21 (273) – serial kryminalny, Polska 2019
10.55 Komisarz Alex 26 (324) – serial kryminalny, Polska 2026
11.55 Między ziemią a niebem – magazyn
12.00 Anioł Pański
12.15 Między ziemią a niebem – magazyn
12.45 Taize. Dom serca – reportaż, Polska 2026
13.05 BBC w Jedynce: Ssaki (1) – serial dok., Wielka Brytania 2024
14.10 Rolnik szuka żony. Odwiedziny (3) – pr. rozrywk.
14.35 Lalka (4) – serial obycz., Pol. 1977
16.00 Zaraz wracam 3 (148, 149) – serial obyczajowy, Polska 2026
17.00 Teleexpress, pogoda
17.35 Daję słowo – Maciej Orłoś 2 (44): Robert Gawliński – talk-show
18.40 Jaka to melodia? – teleturniej muzyczny
19.30 Program informacyjny 19.30
19.55 Pytanie dnia – program publicystyczny
20.05 Sport, pogoda

TVP 2 HD DVB T2

4.40 Barwy szczęścia (3404-3406) – serial obyczajowy, Polska 2026
6.25 M jak miłość (1942) – serial obyczajowy, Polska 2026
7.30 Pytanie na śniadanie – pobudka – magazyn
7.55 Pytanie na śniadanie – magazyn
11.00 Jak to się mówi, czyli Kasia u Bralczyka (71) – magazyn kulturalny
11.35 The Voice of Poland 17 (5, 6): Przesłuchania w ciemno – widowisko
Gwiazdą wydania jest ikona polskiej sceny muzycznej. Uczestnicy mierzą się z wybranymi hitami z bogatego repertuaru artystki, znanymi od lat wszystkim Polakom – „Małgośką", „Niech żyje bal", „Remedium", „Sing-Sing" czy „Ale to już było".
14.00 Familiada – teleturniej
14.35 Koło fortuny – teleturniej
15.10 Szansa na sukces. Opole 2027 (4): Maryla Rodowicz – widowisko
16.10 Europa da się lubić – nowe pokolenie (4) – program rozrywkowy
Sześcioro uczestników z różnych krajów, którzy związali swoje życie z Polską, bierze udział w pełnych humoru konkurencjach testujących wiedzę, błyskotliwość i refleks.
17.10 Tak to leciało! (89) – teleturniej muzyczny
18.10 Omnibus – szybcy i mądrzy (45) – teleturniej
19.10 Kocham Cię, Polsko! (3) – program rozrywkowy

POLSAT HD DVB T2

4.55 Disco Gramy
5.40 Telezakupy TV Okazje
6.00 Nowy dzień z Polsat News
8.00 halo tu polsat – magazyn
Reportaże, spotkania z gwiazdami i porady na dobry początek dnia. W tym sezonie nie brakuje nowych cykli, np. „Rodzicielstwa bez lukru" prowadzonego przez aktorkę Marię Konarowską.
11.30 Kevin sam w domu – po raz czwarty – komedia, USA 2002, reż. Rod Daniel, wyk. Mike Weinberg, French Stewart, Jason Beghe, Joanna Going, 95 min
Kevin jedzie na święta do rezydencji nowej narzeczonej ojca. Zostaje sam w ogromnym domu. Nie wie, że złodziej Marv ze swoją wspólniczką Verą planuje włamanie do posiadłości.
13.05 Kraina lodu – film animowany, USA 2013, reż. Chris Buck, 150 min
Księżniczka Elsa ma moc zamrażania przedmiotów. Pewnego dnia niechcący sprawia, że podłoga w sali balowej pokrywa się lodem. Zrozpaczona ucieka. Nie wie, że w ten sposób pogrążyła kraj w wiecznej zimie. Siostra Anna pragnie ją odnaleźć.
15.35 Twoja Twarz Brzmi Znajomo (229) – program rozrywkowy
17.30 Awantura o kasę – teleturniej
18.50 Wydarzenia
19.15 Wypasiona kuchnia (28) – program rozrywkowy
19.20 Sport, pogoda
19.35 Być Gwiazdą (4) – magazyn kulturalny

TVN HD DVB T2

5.40 Uwaga! – magazyn reporterów
5.55 Ukryta prawda (1488) – serial paradokumentalny, Polska 2023
6.50 Kuchenne rewolucje (5): Poznań – Pomylone Gary – program rozrywkowy
7.45 Dzień Dobry TVN – magazyn
11.30 Kobieta na krańcu świata (5) – serial dokumentalny, Polska 2026
12.35 Co za tydzień – magazyn kulturalny
13.05 Azja Express (4) – reality show
14.45 Kuchenne rewolucje (4)
Gosia wraz z narzeczonym Łukaszem prowadzi restaurację Deptak w Wejherowie. Magda Gessler próbuje przywrócić im wiarę w sukces biznesu.
15.50 Wojna z dziadkiem – komedia, FILM USA/Wielka Brytania/Kanada 2020, reż. Tim Hill, wyk. Robert De Niro, Uma Thurman, Oakes Fegley, Jane Seymour, 125 min
Po śmierci żony Ed Marino zamieszkuje z córką i jej rodziną. Zajmuje pokój wnuka, Petera. Chłopiec wypowiada seniorowi wojnę. Planuje z kolegami serię żartów, które uprzykrzą mu życie. Ed nie pozostaje mu dłużny.
17.55 Nowa Szelągowska (1) – program rozrywkowy
Oktawia i Piotr z Ząbkowic Śląskich wraz z dziećmi marzą o mieszkaniu lepiej dopasowanym do rodzinnej codzienności. Do akcji wkracza nie tylko Dorota, lecz także nowa ekipa, gotowa na wnętrzarskie wyzwania.
19.00 Fakty, sport i pogoda

20

KRYMINALNY



20.25 Gra z Cieniem 2 (17) – Polska 2026

Trwa obława na uciekinierki. Kosek bezwzględnie tropi Helenę i wchodzi w ryzykowny układ z łódzkim półświatkiem: oferuje likwidację gangstera w zamian za pomoc w odnalezieniu Bielawskiej i jej syna. Tymczasem Porada podejmuje śmiertelnie niebezpieczną próbę wyniesienia z gabinetu majora Opałki tajnych ksiąg lotów.

21.25 Rolnik szuka żony 13 (4) – telenowela dokumentalna, Pol.
22.20 Rolnik szuka żony. Odwiedziny (4) – pr. rozrywk.
22.45 Zakochana Jedynka: Miłość i turbulencje – komedia FILM romantyczna, Francja 2013, reż. Alexandre Castagnetti, wyk. Ludivine Sagnier, 110 min
0.35 Vera Cruz – western, USA 1954, FILM reż. Robert Aldrich, wyk. Gary Cooper, Burt Lancaster, 105 min
2.20 Jaka to melodia? – telet. muz.
3.15 Hydrozagadka – komedia, FILM Polska 1970, reż. Andrzej Kondratiuk, wyk. Józef Nowak, Wiesław Michnikowski, 75 min
4.30 Zakończenie

SENSACYJNY



20.40 Gwiazdy w akcji: Rozgrywka – Niemcy/USA 2001, 135 min

Nick, specjalista od włamań do sejfów, zamierza zerwać z przestępczą działalnością. Max proponuje mu jednak udział w skoku życia. Zleca kradzież berła francuskich królów. Włamywacz ulega namowom. Jego kompanem zostaje Jack, młody adept złodziejskiego fachu. Wkrótce okazuje się, że partnerzy nie są wobec siebie lojalni.

22.55 P! Ludzie, których nie cierpimy na weselach – komedia, FILM USA 2022, reż. Claire Scanlon, wyk. Cynthia Addai-Robinson, Allison Janney, Kristen Bell, Ben Platt, 110 min
0.45 Będziemy mieszkać razem (4) – serial obyczajowy, Polska 2023
1.45 Carte Blanche – dramat FILM obyczajowy, Polska 2015, reż. Jacek Lusiński, wyk. Andrzej Chyra, Arkadiusz Jakubik, Urszula Grabowska, Tomasz Ziętek, 120 min
3.45 Rodzinka.pl – serial komediowy, Polska 2025
4.15 Zakończenie

ROZRYWKOWY



19.55 Dancing with the Stars. Taniec z gwiazdami (187)

Helena Englert może pochwalić się bardzo udanym startem w programie. Wspólnie z Romanem Osadchiym oczarowała jurorów i widzów m.in. energiczną sambą, uznawaną za jeden z najtrudniejszych tańców latynoamerykańskich, oraz walcem wiedeńskim.

22.40 Erin Brockovich – dramat FILM obyczajowy, USA 2000, reż. Steven Soderbergh, wyk. Julia Roberts, David Brisbin, Dawn Didawick, Albert Finney, 170 min
Lata 90., Los Angeles. Erin pracuje jako sekretarka w kancelarii prawniczej. Znajduje dokumenty świadczące o tym, że potężny koncern zatruwa środowisko, co zagraża zdrowiu i życiu mieszkańców okolicy. Sprawa trafia na wokandę.
1.30 Zła kobieta – komedia, USA FILM 2011, reż. Jake Kasdan, wyk. Cameron Diaz, Lucy Punch, Jason Segel, Justin Timberlake, 110 min
3.20 Świat według Kiepskich (411, 412): Gorzkie gody; Badurka – serial komediowy, Polska 2013

ROZRYWKOWY



19.45 MasterChef (4)

W studiu pojawiają się popularni twórcy kulinarni, tacy jak Adrian Owsianik (Foxx), Sara Moritz czy Ewa Szczęsna. Dobierają się w drużyny z uczestnikami i stają do rywalizacji na najbardziej kreatywne dania. Ich wysiłki ocenia między innymi Pascal Brodnicki.

21.25 P! Rozwodnicy – komediodramat, Polska 2024, FILM reż. Michał Chaciński, wyk. Magdalena Popławska, Wojciech Mecwaldowski, Tomasz Schuchardt, Michalina Łabacz, 125 min
23.30 Na twoim miejscu – komedia, FILM Polska 2023, reż. Antonio Galdamez Munoz, wyk. Paulina Gałązka, Miron Jagniewski, Oliwier Grzegorzewski, Maria Pakulnis, 130 min
1.40 Uwaga! – magazyn reporterów
2.00 Superwizjer – mag. reporterów
2.35 Klara (7, 8) – kom., Polska 2024
4.00 CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 10 (17) – serial kryminalny, USA/Kanada 2010
5.00 Nauka jazdy 6 (13) – program rozrywkowy

eprasa.pl 37b976a8ff
P! Premiera w TV

TVN 7 HD DVB T2

5.00 Szkoła (483) – serial paradokumentalny, Polska 2017
6.00 Wiza na miłość: pierwsze spotkanie (26) – program rozrywkowy
6.55 Nowe Zwariowane Melodie (47, 48) – serial animowany, USA 2018
7.25 Blueback – FILM dramat obyczajowy, Australia 2022, reż. Robert Connolly, wyk. Mia Wasikowska, Albert Mwangi, Ariel Donoghue, Radha Mitchell, 130 min Pasjonatka nurkowania Abby od dzieciństwa przyjaźni się z tropikalną rybą. Dziewczyna wraz z matką angażuje się w walkę o ochronę rafy koralowej. Bezwzględny biznes może zniszczyć środowisko.
9.35 The Floor (11, 12) – teleturniej
10.55 Top Model (4) – reality show
12.30 Ukryta prawda (1550, 1551) – serial paradokumentalny, Polska 2023
14.30 Szpital św. Anny (67, 68) – serial obyczajowy, Polska 2025
16.30 Detektywi (131) – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2024
17.35 San Andreas – FILM dramat katastroficzny, USA 2015, reż. Brad Peyton, wyk. Dwayne Johnson, Carla Gugino, Alexandra Daddario, Ioan Gruffudd, 145 min W Kalifornii dochodzi do trzęsienia ziemi. Kolejne miasta zmieniają się w gruzowiska. Pilot helikoptera ratunkowego i jego żona próbują dostać się do San Francisco, by ocalić córkę.

SCIENCE FICTION



20.00 Meg – FILM USA/Chiny 2018, 155 min

HIT DNIA Naukowcy badają okolice Rowu Mariańskiego. Ich łódź podwodna zostaje zaatakowana przez gigantyczne stworzenie, które uznano za wymarłe setki lat temu. Oceanograf Zhang wzywa na ratunek doświadczonego nurka Jonasa Taylora, który kiedyś starł się z podmorską bestią, jednak wówczas nikt mu nie wierzył.

22.35 Godziny szczytu – FILM komedia sensacyjna, USA 1998, reż. Brett Ratner, wyk. Jackie Chan, Chris Tucker, Ken Leung, Tom Wilkinson, 120 min
0.35 Margaux – FILM horror, USA 2022, reż. Steven C. Miller, wyk. Madison Pettis, Vanessa Morgan, Jedidiah Goodacre, Richard Harmon, 130 min
2.45 Wrota piekieł 3 (7) – serial dokumentalny, USA 2022
3.45 Fachowcy (8) – serial paradokumentalny, Polska 2017
4.25 Dorota was urządzi! (7) – program rozrywkowy, Polska 2016

TV PULS HD DVB T2

6.00 Taki jest świat 11 (38) – program informacyjny
6.40 Kobra – oddział specjalny (1): Stłumiony ból – serial sensacyjny, Niemcy 2021, wyk. Erdogan Atalay, Gizem Emre
7.45 Don Matteo: Boski detektyw 13 (1, 2): Doskonały dzień, część 1; Doskonały dzień, część 2 – serial kryminalny, Włochy 2022, wyk. Terence Hill, Raoul Bova
9.55 Rodzinny interes (1, 2): Ślub; Dobra córka – serial obyczajowy, Polska 2019, wyk. Marek Krupski, Ireneusz Dydliński
11.55 Moje skarby – FILM komedia, Francja 2017, reż. Pascal Bourdiaux, wyk. Reem Kherici, Jean Reno, Camille Chamoux, Pascal Demolon, 115 min
13.50 Goście w Ameryce – FILM komedia, USA/Francja 2001, reż. Jean-Marie Poiré, wyk. Christina Applegate, Jean Reno, Christian Clavier, Tara Reid, 115 min
15.45 Goście, goście 3: Rewolucja – FILM komedia fantasy, Francja/Belgia/Czechy 2016, reż. Jean-Marie Poiré, wyk. Christian Clavier, Jean Reno, Franck Dubosc, Karin Viard, 135 min
18.00 Był sobie pies – FILM film familijny, USA/Indie 2017, reż. Lasse Hallström, wyk. Dennis Quaid, Peggy Lipton, KJ Apa, Bryce Gheisar, 120 min Golden retriever zaprzyjaźnia się z Ethanem. Po latach pies odchodzi. To nie koniec jego przygód. Odradza się jako owczarek.

SENSACYJNY



20.00 Niedziela z gwiazdami: Agent – FILM USA 2024, 125 min

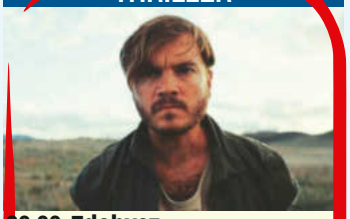
Farrah, żona Bena Malloya, kierownika placówki CIA w Budapeszcie, pada ofiarą zamachu. Agent dowiaduje się, że ukochana nie zginęła przez przypadek. Kobieta była podejrzewana o zdradę. Ben wraca na Węgry, by wyjaśnić sprawę. Z pomocą rosyjskiej agentki wpada na trop spisku.

22.05 Pakt z mordercą – FILM thriller, USA/Hiszpania/Niemcy 2017, reż. Jonathan Mostow, wyk. Sam Worthington, Martin Compston, Tina Maskell, Eben Young, 110 min Stephen Lucas, zabójca na zlecenie, nie wywiązuje się w pełni z zadania, narażając się mocodawcom. Postanawia pomóc swojej niedoszłej ofierze, Elli. Dziewczynie zagraża m.in. bezwzględny Metzger.
23.55 Droga do odkupienia – FILM thriller, Niemcy/USA 2022, reż. Anna Gutto, wyk. Juliette Binoche, Morgan Freeman, Frank Grillo, Hala Finley, 145 min
2.20 Zobacz to! – pr. powtórkowe

PULS 2 HD DVB T2

6.00 Gwiazdy Mazurskiej Nocy Kabaretowej (8) – program rozrywkowy
7.00 Taki jest świat 11 (38) – program informacyjny
7.20 Aukcja w ciemno 2 (16, 17) – serial dokum., USA 2012-2013
8.30 Boso przez świat – cykl reportaży, Polska 2009
10.05 Różowa Pantera kontratakuje – FILM komedia, Wielka Brytania/USA 1976, reż. Blake Edwards, wyk. Peter Sellers, Herbert Lom, Richard Vernon, Briony McRoberts, 145 min
12.30 Zemsta Różowej Pantery – FILM komedia kryminalna, USA/Wielka Brytania 1978, reż. Blake Edwards, wyk. Peter Sellers, Herbert Lom, Burt Kwouk, Robert Webber, 120 min
14.30 Najpiękniejsze baśnie: O zwariowanym królestwie – FILM baśń filmowa, Czechy 2016, reż. Marta Ferencová, wyk. Vladimír Polívka, Aleš Bílík, Denisa Pfauserová, Bolek Polívka, 135 min
16.45 Najpiękniejsze baśnie: O żabie i złotej kuli – FILM baśń filmowa, Niemcy/Czechy 2022, reż. The Chau Ngo, wyk. Jan Liem, Milena Tscharntke, Viet Anh Alexander Tran, Lea Drinda, 120 min
18.45 Najpiękniejsze baśnie braci Grimm: Kopciuszek – FILM film familijny, Niemcy 2011, reż. Uwe Janson, wyk. Aylin Tezel, Barbara Auer, Pheline Roggan, Florian Bartholomäi, 75 min

THRILLER



20.00 Zdobycz – FILM USA 2024, 115 min

Andrew i Sue muszą uciekać z Afryki. Docierają na niewielkie lotnisko, gdzie wraz z kilkorgiem innych pasażerów wsiadają na pokład samolotu pilotowanego przez Gruna. Maszyna rozbija się w kotlinie Kalahari. Ocalali z katastrofy stają się celem dzikich zwierząt.

21.55 Polowanie na „Czerwony Październik” – FILM film sensacyjny, USA 1990, reż. John McTiernan, wyk. Alec Baldwin, Sean Connery, Sam Neill, Scott Glenn, 155 min Radziecki atomowy okręt podwodny szykuje się do udziału w manewrach. Kapitan Ramius chce oddać się w ręce Amerykanów. Sądzą oni, że sowiecki wojskowy ma wrogie zamiary.
0.30 Dzielnica strachu 4 (121, 122): Wdowy; Dzień ojca – serial kryminalny, Polska 2023
3.00 Lombard. Życie pod zastaw 6 (282, 283) – serial obyczajowy, Polska 2020
5.00 Lombard. Życie pod zastaw 11 (561) – serial obyczajowy, Polska 2022

NETFLIX



DŻENTELMENI 2

Eddie (Theo James) chce rozszerzyć swoje wpływy poza Wielką Brytanię. Szybko popada w konflikt z włoską mafią. W obliczu narastającego ryzyka Eddie i Susie (Kaya Scodelario) muszą zdecydować, czy przejąć interes w całości, czy narazić się na niebezpieczeństwo, że zostaną z niczym.

►serial krym. (8 odc.), USA 2026



STO LAT SAMOTNOŚCI 2

Druga odsłona serii skupia się na przyczynach upadku miasteczka Macondo. Konserwatyści, obawiając się rosnącej pozycji pułkownika Aureliana Buendíi, planują zamach na jego życie. José Arcadio Drugi próbuje otworzyć się na świat. Pojawienie się kolei całkowicie zmienia codzienność jego bliskich.

►obycz. (8 odc.), Kolumbia 2026



CZTERY PORY ROKU 2

Anne (Kerri Kenney-Silver), Ginny (Erika Henningsen) oraz ich przyjaciele wyruszają do Włoch. W pogodnym, pełnym humoru klimacie ponownie wychodzą na jaw słabości znajomych, którzy wciąż przeżywają stratę bliskiej osoby. Jednocześnie grupa otwiera się na nowe doświadczenia i przygody.

►serial kom. (8 odc.), USA 2026



W CUDZEJ SKÓRZE

Historia niecodziennej przyjaźni między leśnym zwierzątkiem a majestatycznym ptakiem. Choć w krainie, z której pochodzą, są odwiecznymi wrogami, pewnego dnia niespodziewanie zamieniają się ciałami i podejmują współpracę. Razem przeżywają najbardziej szaloną przygodę swojego życia.

►film anim., USA 2026; 101 min

STACJE FILMOWE I SERIALOWE

AXN HD

6.10 **Wykiwać klawisza** FILM – komedia obyczajowa, USA 2005, reż. Peter Segal, wyk. Adam Sandler, Chris Rock, 110 min
8.00 **Walker: Strażnik Teksasu 3** (1, 2) – serial kryminalny
9.55 **Rekrut: FBI** (14-18) – serial kryminalny
14.55 **CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas** (9-13) – serial kryminalny, USA/Kanada
Ekipa bada okoliczności śmierci pasażera samolotu. Musi ustalić, czy wyłączną przyczyną zgonu mężczyzny był zły stan zdrowia.

TVP SERIALE

5.30 **Czarne chmury** (7) – serial przyg., Polska
6.35 **Na sygnale** (923-926) – serial fab.-dokum.
8.55 **Stawka większa niż życie** (3, 4) – serial wojenny, Polska 1968
11.20 **Czterej pancerni i pies** (14, 15) – wojenny, Pol. 1969
13.35 **Ojciec Mateusz 34** (439, 440) – serial kryminalny, Pol. 2025
15.30 **Komisarz Alex 26** (324) – krym., Pol. 2026
16.30 **Ranczo 3** (30) – serial obyczajowy, Pol. 2008
17.30 **Czterej pancerni i pies** (16, 17) – serial wojenny, Polska
19.50 **Ojciec Mateusz 35** (453) – krym., Pol. 2026

TVP KULTURA DVB T2 HD

9.55 **Kroniki Sherlocka Holmesa** (4) – krym.
11.00 **Kosmos 1999** (34)
12.10 **Scena Młodego Widza: Król Maciuś Pierwszy** – sztuka na podstawie powieści Janusza Korczaka, Polska 2026, reż. Tadeusz Kabicz
13.40 **Koncert**
14.25 **Paryżanka** – dramat FILM obyczajowy, Francja/Włochy 1957, 100 min
16.05 **Nad Niemnem** (2)
17.15 **Niedziela z...** – kult.
18.05 **Gala wręczenia dorocznych Nagród Ministra Kultury i Dziedzictwa Narodowego 2026** – widowisko

ALE KINO+ HD

7.10 **W 80 dni dookoła świata** FILM – film przyg., USA/Niem./Irlandia 2004, 145 min
9.35 **Matthew Perry. Ten, którego zabrakło** – film dokum., Fr. 2024
10.50 **Księżyc nad Karoliną** FILM – dramat obyczajowy, USA/Kanada 2007, 120 min
12.50 **Bracia ze stali** FILM – dramat biograficzny, USA/Wielka Brytania 2023, 155 min
15.25 **Wszyscy wiedzą** FILM – krym., Hiszpania/Fr./Włochy 2018, 155 min
18.00 **Strefa interesów** FILM – dramat historyczny, USA/Wielka Brytania/Polska 2023, 130 min

CANAL+ PREMIUM HD

10.55 **Nowa fala** FILM – dramat biograficzny, Francja/USA 2025, 110 min
12.45 **Być kochaną** FILM – dramat obyczajowy, Norwegia/Szwecja 2024, reż. Lilja Ingolfsdottir, 105 min
14.30 **Ocaleni** FILM – thriller, USA/Kanada 2008, reż. Rodrigo García, 90 min
16.00 **Niemożliwe** FILM – dramat katastroficzny, Hiszp./USA 2012, 110 min
17.50 **Niania w Nowym Jorku** FILM – komedia romantyczna, USA 2007, reż. Robert Pulcini, 105 min
19.35 **Ultimatum Bourne'a** FILM – film sensacyjny, USA/Niemcy 2007, 115 min

HBO HD

9.40 **Warzywne opowieści: Piraci, którzy nic nie robią** FILM – film animowany, USA 2008, 85 min
11.05 **Chórzyści** FILM – dramat historyczny, Wlk. Bryt./USA 2025, 110 min
12.55 **Policzalne** FILM – dramat psychologiczny, Australia 2024, 90 min
14.25 **Nowy początek** FILM – film s.f., USA 2016, reż. Denis Villeneuve, 115 min
16.20 **Jumanji: Następny poziom** FILM – film przygodowy, USA 2019, 120 min
18.20 **Blue Moon** FILM – dramat biograficzny, USA/Irlandia 2025, 100 min

20



SENSACYJNY

20.00 **Snajper 2** FILM – USA 2002, 115 min
Sierżant Beckett jedzie na Bałkany z misją. Ma wyeliminować serbskiego generała oskarżanego o zbrodnie wojenne. Zostaje zdradzony przez swoich mocodawców.
21.55 **Snajper 3** FILM – film sens., USA 2004, 105 min
23.40 **Adrenalina** FILM – film sensacyjny, USA/Wlk. Bryt. 2006, 110 min
1.30 **Po własnych śladach** FILM – film krym., USA 2018, 120 min
3.30 **Agenci NCIS: Hawaje 3** (8) – krym.



KRYMINALNY

20.50 **Ojciec Mateusz 34** (441, 442) – Polska
Fabian domaga się od byłej żony połowy wartości prowadzonej przez nią przychodni. Niebawem kobieta zostaje znaleziona martwa. W śledztwo angażuje się ksiądz.
22.45 **Ranczo 3** (31, 32) – serial obycz., Polska
0.40 **Rodzinka.pl** (315, 316) – kom., Pol.
1.50 **Korona królów. Jagiellonowie** (33, 34) – telen. hist.
2.50 **Krucjata. Prawo serii** (6) – krym., Pol.
3.50 **Londyńczycy 2** (1)



DRAMAT BIOGRAFICZNY

20.00 **Siedem lat w Tybecie** FILM – USA/Wielka Brytania 1997, 145 min
Harrer rusza w Himalaje. Wybucha II wojna światowa. Zbieg okoliczności sprawia, że Austriak poznaje Dalajlamę.
22.25 **Porozmawiajmy szczerze** – mag. kult.
23.05 **Tycjan: imperium barw** – dok., Wł. 2022
0.45 **Uderzenie** – etiuda filmowa, Polska 2020
1.25 **Kos** FILM – dramat hist., Niemcy/Szwecja/Polska 2023, 135 min
3.40 **Niedziela z...**



KRYMINALNY

20.10 **Premiera: Patience 2** (7, 8-ost.) – Belgia/Niemcy/Wielka Brytania 2025
Ekipa prowadzi śledztwo w sprawie śmierci mnicha. Patience i Frankie stają się zakładniczkami Nicoli, która twierdzi, że została niesłusznie oskarżona o morderstwo.
22.25 **Ból i blask** FILM – dramat obyczajowy, Hiszpania 2019, 135 min
0.40 **Chleb i sól** FILM – dramat obyczajowy, Polska 2022, 125 min
2.45 **Król** (6) – serial sens.
4.10 **Moje stare**



SENSACYJNY

21.30 **Niewypowiedziana wojna 2** (6)
Danny jest przekonany, że wie, gdzie może znaleźć dowody korupcji w rządzie. Oddaje stery w ręce Roz, przekazując jej sensacyjne informacje wywiadowcze.
22.20 **Mexicali. Ziemia bezprawia** FILM – dramat sensacyjny, USA 2026, 100 min
0.00 **Piła** FILM – thriller, USA 2004, 100 min
1.40 **Piła 2** FILM – thriller, USA 2005, 90 min
3.10 **To uczucie** – film dokum., Polska 2024



THRILLER

20.00 P! **Lodowy szlak: Zemsta** FILM – USA/Australia 2025, 110 min
Mike McCann udaje się do Nepalu, żeby rozsypać prochy brata na Mount Everreście. Podczas podróży do obozu autobusem pełnym turystów musi stawić czoło grupie najemników.
21.50 **Creed 3** FILM – dramat obyczajowy, USA 2023, 115 min
23.45 **Nocna suka** FILM – komediodramat, USA 2024, 100 min
1.25 **Prawa ludzi** FILM – krym., USA 2024, 95 min

AXN WHITE

6.20 **Smerfy: Poszukiwacze zaginionej wioski** FILM – film animowany, 2017, 90 min
7.50 **Detektyw Murdoch 8** (18) – krym., Wlk. Bryt./Kan.
8.50 **Detektyw Murdoch 9** (1-4) – krym., Wlk. Bryt./Kan.
13.05 **Rekrut 4** (2-6) – krym., USA
18.00 **Dowody zbrodni 2** (7-11)
22.55 **Książę i ja** – komedia romant., 2004, 130 min FILM
1.05 **I że cię nie opuszczę** FILM – melodram., 2012, 130 min
3.15 **Smerfy: Poszukiwacze zaginionej wioski** FILM – film animowany, 2017, 110 min
5.05 **Unforgettable: Zapisane w pamięci** (17) – krym.

AXN BLACK

6.20 **CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 8** (7, 8) – serial kryminalny, USA/Kan. 2007
7.50 **Drużyna A 2** (16-19) – serial sensacyjny, USA
12.00 **Gwiezdne wrota 8** (2-6) – serial s.f., USA/Kan. 2004
17.00 **MacGyver 5** (11-14) – serial akcji, USA
21.00 **Drużyna A 2** (16-19) – serial sensacyjny, USA
0.55 **CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 8** (7, 8) – serial kryminalny, USA/Kan. 2007
2.50 **MacGyver 5** (11-13) – serial akcji, USA
5.30 **Blok promocyjny AXN Black**

WARNER TV

12.45 **Akademia policyjna 4: Patrol obywatelski** FILM – kom., USA 1987, 100 min
14.25 **Superman 4** FILM – przyg., USA/Wlk. Bryt. 1987, 100 min
16.05 **Uwolnić orkę 4: Ucieczka z Zatoki Piratów** FILM – film familijny, USA 2010, reż. Will Geiger, wyk. Bindi Irwin, 125 min
18.10 **Dziedzic maski** FILM – komedia przygodowa, USA/Niemcy 2005, 110 min
20.00 **W samym sercu morza** FILM – film przyg., USA/Australia/Hiszpania 2015, 140 min
22.20 **Chłopcy z ferajny** FILM – dram. gangsterski, 1990, 180 min

POLSAT SERIALE HD

6.00 **Kabaretowa Ekstraklasa** (71) – pr. rozr.
6.05 **Gliniarze** (394-396) – serial paradokumentalny, Pol.
9.05 **Niania** (33-38) – kom., Pol.
12.10 **Miodowe lata** (66-68) – serial komediowy, Polska
14.55 **Co ludzie powiedzą?** (13-15) – serial komediowy
16.55 **Świat według Kiepskich** (23-27, 182) – serial kom.
20.00 **Poirot** (2, 3) – serial krym.
22.10 **Krew** (7, 8) – serial krym.
0.20 **Snajper 3** FILM – film sensacyjny, 2004, 100 min
2.00 **Ślad** (74) – krym., Pol. 2019
3.00 **Święty** (253, 254) – kom.
4.00 **48h. Zaginieni** (234, 235)

CANAL+ FILM HD

6.15 **Nadzieja** FILM – dramat sens., Pol./Niemcy 2006, 100 min
7.55 **Mój jedyny wróg**
8.15 **Wszyscy święci** FILM – film obycz., Polska 2002, 80 min
9.35 **Zwierzaki na ratunek** FILM – film anim., 2024, 85 min
11.00 **Łapu capu** – pr. rozrywk.
11.15 **Ida** FILM – dram. obycz., Polska/Dania/Fr. 2013, 80 min
12.35 **Zapaleńcy. Historia polskiego filmu animowanego**
14.05 **Balony** – film krótkometr.
14.40 **Łapu capu** – pr. rozrywk.
14.55 **Zmiennokształtni 2** FILM – film familijny, Niemcy 2026, 100 min
16.35 **Masz ci los!** FILM – komedia, Polska 2023, 90 min
18.05 **Cudowne życie** FILM – komediodramat, Francja/Kanada 2025, 100 min
19.45 **Łapu capu** – pr. rozrywk.
20.00 **Strefa zagrożenia** FILM – thriller, Wielka Brytania 2025, 100 min
21.40 **Dla niej wszystko** FILM – dramat kryminalny, USA/Francja 2010, 130 min
23.50 **June i John** FILM – thriller, Francja 2025, 95 min
1.25 **Wyrwa** FILM – thriller, Polska 2023, 95 min
3.00 **Moje miasto** – serial dok.
4.05 **Julia wraca do domu** FILM – dramat obycz., Niem./Kanada/Pol. 2002, 115 min

CANAL+ SERIALE HD

9.50 **Naruto 5** (21-23) – serial anime, Japonia 2004-2005
11.20 **Cat's Eyes** (1, 2) – serial przygodowy, Francja 2024
13.30 **Afryka z góry 2** (3) – serial dokum., Wlk. Bryt./Holandia
14.30 **Naruto 5** (24-26) – serial anime, Japonia 2004-2005
16.00 **Making of CANAL+** – magazyn filmowy
16.15 **Hollywood Buzz** – magazyn filmowy
16.45 **The Office PL 2** (9-12) – serial komediowy, Polska
18.55 **To nie jest zagadka kryminalna** (3) – serial kryminalny, Belgia 2025
20.00 **Premiera: S.W.A.T.** (11, 12) – serial sensacyjny, USA 2017
Oddział Harrelsona podejmuje walkę z gangsterami, którzy sprowadzają narkotyki do Los Angeles.
21.35 **Łapu capu** – program rozrywkowy
22.00 **Wartownicy** (5, 6) – serial wojenny, Francja 2023
23.40 **Prosta sprawa** (5, 6) – serial krym., Polska 2024
1.50 **Rum i rewolucja. Historia Hawany** – film dokumentalny
2.40 **Small World** (1-3) – serial sensacyjny, Polska 2021
5.10 **Miasta rytm** (5) – serial dokumentalny, Polska 2020

CANAL+ 360 HD

6.00 **8 wspaniałych** (7) – dok.
6.55 **Lotniskowce na wojnie** (2) – dok., Wlk. Bryt. 2018
8.00 **Okręty wojenne** (8) – dok.
9.00 **Porzucona Ameryka** (5)
10.00 **Stalowe bestie z demobilu** (9) – dok.
12.10 **Piłka nożna:** PKO BP Ekstraklasa – mecz: Wisła Kraków – Śląsk Wrocław
14.20 **Hit the Mic – Zostań komentatorem!**
15.50 **Na krawędzi możliwości** (11, 12) – dok.
16.50 **Speedshop: warsztat marzeń** (3) – serial dokum.
18.05 **Koleją przez świat 3** (5) – serial dok., Wlk. Bryt. 2016
19.00 **Z archiwów historii** (2) – serial dokumentalny, 2025
20.05 **Klopp: transfer stulecia** (1) – dok., Wlk. Bryt. 2020
21.00 **Eksperyment: Odsiadka** (6) – reality show
22.10 **Kiler** – komedia sens., FILM Polska 1997, 130 min
0.20 **Manny Pacquiao: niepokonana siła** – film dokumentalny, 2023
2.00 **Polska z góry: Stadiony 2** (4) – dok., Pol.
2.35 **Łowcy tajemnic Bałtyku** (3) – serial dok., Polska 2020
3.40 **Pogotowie remontowe Wieśka 3** (12) – mag.
4.20 **Pogotowie remontowe Wieśka 4** (1) – mag.
4.55 **Mam zamek** (7, 8) – dok.

HBO 2 HD

13.05 **Spider-Man: Uniwersum** FILM – film anim., 2018, 115 min
15.00 **Szybcy i wściekli: Hobbs i Shaw** FILM – film sensacyjny, USA/Japonia 2019, 130 min
17.10 **Więzień labiryntu: Lek na śmierć** FILM – thriller s.f., USA 2018, reż. Wes Ball, wyk. Dylan O'Brien, Ki Hong Lee, 140 min
19.30 **Wyzwolenie** FILM – dramat biograficzny, 2023, 100 min
21.10 **28 lat później: Świątynia kości** FILM – horror, Wielka Brytania/USA/Kanada 2026, reż. Nia DaCosta, 105 min
22.55 **G20** FILM – film sensacyjny, USA 2025, 105 min

HBO 3 HD

13.05 **Terry Gilliam: Potęga wyobraźni** – dok., Fr. 2024
14.00 **Człowiek z bieguna** FILM – komediodramat, USA 2014, 90 min
15.30 **Twój potwór** FILM – czarna komedia, USA/Wielka Brytania 2024, 100 min
17.10 **Niebo. Rok w piekle** (4) – serial obycz., Polska 2025
17.55 **Tokyo Vice 2** (4) – krym.
18.50 **Druga młodość** (1, 2) – obycz., USA/Wlk. Bryt.
19.55 **Latarnie** (6) – serial s.f.
21.00 **Kocham LA** (5) – kom.
21.30 **Odwilż 3** (2) – krym., Pol.
22.20 **Przymierze** – dramat FILM wojenny, 2023, 120 min

eprasa.pl 37b976a8ff

STACJE FILMOWE I SERIALOWE

POLSAT FILM HD

6.00 **Twoja Twarz Brzmi Znajomo** (195) – program rozrywkowy
8.05 **Sąsiedzi** (3) – anim.
8.20 **Był sobie kosmos** (13-15) – anim., Francja
10.00 **Jeźdźcy smoków na końcu świata** (3-5) – serial anim.
11.30 **Minionki 2: Wejście** FILM **Gru** – film animowany, USA/Fr. 2022, 100 min
13.10 **Ewolucja** – komedia FILM s.f., USA 2001, reż. Ivan Reitman, 135 min
15.25 **Szklana pułapka 4.0** FILM – film sens., USA/Wlk. Bryt. 2007, 155 min
18.00 **Pan i władca:** FILM **Na krańcu świata** – dramat przygodowy, USA 2003, 180 min
21.00 **Klasyczna niedziela: Telefon** FILM – USA 2002, 100 min

Stuart rozmawia z psychopatą. Ten szantażem chce go zmusić, by publicznie przyznał się, że oszukuje swoich klientów oraz zdradza żonę.

22.40 **Gorący towar** FILM – komedia kryminalna, USA 2013, 145 min
1.05 **Ślad** (75, 76) – serial kryminalny, Pol. 2019
3.00 **Gliniarze** (659, 660) – serial paradokumentalny, Polska
5.00 **Na ratunek 112** (941, 942) – paradok.

COMEDY CENTRAL HD

6.00 **Tata ma plan** (8-12) – serial komediowy, USA 2016
8.30 **Teoria wielkiego podrywu 5** (19-24) – serial komediowy, USA 2011-2012
11.10 **Teoria wielkiego podrywu 6** (1-5) – serial komediowy, USA 2012-2013
13.25 **Przyjaciele** (11-13) – serial komediowy
14.50 **Duchy** (7, 8) – serial fantasy, Wlk. Bryt./USA
15.50 **Norbit** FILM – komedia, USA 2007, reż. Brian Robbins, wyk. Eddie Murphy, Thandie Newton, Cuba Gooding Jr., Terry Crews, 125 min

KOMEDIA SF

17.55 **Kosmiczna załoga** FILM – USA 1999, 125 min

Aktora Jasona Nesmitha odwiedzają kosmici. Wierzą, że naprawdę jest on komandorem międzyplanetarnego statku. Proszą go o pomoc.

20.00 **Zostańmy** FILM **przyjaciółmi** – kom. romant., Niemcy/USA/Kanada 2005, 120 min
22.00 **The Office PL 4** (1, 2)
23.05 **Comedy Club** (7, 8)
0.05 **Miasteczko South Park 9** (7-10)
2.00 **Pracoholicy 5** (2-5)
4.00 **Śmieszniej nie będzie 6** (17-20)

TVN FABUŁA HD

5.05 **Szkoła** (1) – serial paradokum., Pol. 2014
6.00 **Seriaale 5** (2) – mag.
6.30 **Najpiękniejsza muzyka filmowa** (2) – program rozrywkowy
6.45 **Lekarze 4** (1-4) – serial obycz., Polska
10.50 **Sonic. Szybki jak** FILM **błyskawica 2** – film przygodowy, USA/Japonia 2022, 160 min
13.30 **Maska** – komedia, FILM USA 1994, reż. Chuck Russell, 135 min
15.45 **Kogel-mogel** FILM – komedia obyczajowa, Polska 1988, 135 min
18.00 **Galimatias, czyli** FILM **kogel-mogel 2** – komedia obyczajowa, Polska 1989, 120 min

SCIENCE FICTION

20.00 **Diuna: Część** FILM **druga** – USA/Kanada/Jordania 2023, 205 min

Paul Atryda, po rzezi dokonanej przez Harkonnenów, chroni się wśród wędrownego ludu Fremenów. Przywódca tej społeczności sądzi, że jest on wybrańcem.

23.25 **Simona Kossak** FILM – dramat biograficzny, Polska 2024, 125 min
1.30 **13 minut** – film FILM katastroficzny, USA/Kanada 2021, 140 min
3.50 **Dziewczyny z Hollywood 3** (16) – program rozrywkowy

13 ULICA

6.05 **Morderstwo** FILM **w Rochefort** – film kryminalny, Francja 2021, reż. Lorenzo Gabriele, wyk. Sara Mortensen, Olivier Sitruk, Elizabeth Bourgine, Frédéric van den Driessche, 115 min
8.00 **Bez śladu 2** (18-21) – serial kryminalny, USA 2003-2004
11.55 **Kasandra 5** (4) – serial kryminalny, Fr.
13.55 **Kasandra 6** (1, 2) – serial kryminalny, Fr.
18.05 **Podróżnik** (3) – serial kryminalny, Fr. 2021
20.00 **Morderstwo** FILM **na klifie** – dramat kryminalny, Francja/Belgia 2015, 120 min

THRILLER

22.00 **Morderstwo** P! **w krainie** FILM **Oléron** – Francja 2018, 125 min

Na cmentarzu znaleziono ciało hodowcy ostryg. Pod zwłokami znajdowała się muszla z imieniem zmarłego. Kapitan Judith i lekarz Vincent badają sprawę.

0.05 **Morderstwo** FILM **w Pont-Aven** – film kryminalny, Francja 2022, 120 min
2.05 **Zabójstwo** FILM **w Valbonne** – dramat kryminalny, Francja 2022, 120 min

KINO POLSKA

6.00 **Och! Kabaret 4** (1, 2) – program rozrywkowy
7.40 **Polska Kronika Filmowa** – serial dok.
8.10 **Reksio** (40, 42) – serial animowany, 1979
8.40 **Bolek i Lolek** (3, 4)
9.00 **Siedem życzeń** (3, 4) – serial przygodowy
11.10 **Pan Kleks** FILM **w kosmosie** (1/2, 2-ost.) – przyg., Pol./Czechosłowacja 1988, 205 min
14.35 **Ranking naj polskiego kina** (2, 3)
15.50 **Nie lubię** FILM **poniedziałku** – kom. obycz., 1971, 150 min
18.20 **Historie miłosne** FILM – film obyczajowy, 1997, 100 min

DRAMAT OBYCZAJOWY

20.00 **Boże Ciało** FILM – 2019, 140 min

Daniel wychodzi z poprawczaka. Zaczyna udawać księdza i zdobywa zaufanie parafian. W okolicy zjawia się jednak dawny znajomy, który grozi mu zdemaskowaniem.

22.20 **Bo we mnie jest** FILM **seks** – film biograf., 2021, 135 min
0.35 **Horror Story** FILM – czarna komedia, 2023, 130 min
2.45 **Obława** – dram. FILM wojenny, 2012, wyk. Maciej Stuhr, 120 min
4.45 **Syn szczęścia**

STOPKLATKA DVB T2

6.00 **Komisarz Rex 8** (1-4) – serial kryminalny, Niemcy/Austria 2004
10.00 **Hudson i Rex 4** (13-15) – serial kryminalny, Kan. 2021
13.00 **Komisarz Rex – Powrót do Wiednia** (5) – krym., Austria/Niem.
15.00 **Fenomen** FILM – komediodramat, USA 1996, reż. Jon Turteltaub, wyk. John Travolta, Kyra Sedgwick, Forest Whitaker, 160 min
17.40 **Dobry rok** FILM – komediodramat, USA/Wielka Brytania 2006, reż. Ridley Scott, 140 min

DRAMAT SENSACYJNY

20.00 **Ludzie honoru** FILM – USA 1992, 170 min

Żołnierze zostają oskarżeni o zabójstwo w bazie w Guantanamo. Ich obrońcy, Daniel Kaffee oraz JoAnne Galloway, odkrywają, że ofiarę dręczono na rozkaz przełożonych.

22.50 **Pocałunek śmierci** FILM – dramat kryminalny, USA 1995, 125 min
0.55 **Igrzyska śmierci: Kosogłos. Część 2** FILM – dramat s.f., USA/Niemcy 2015, 185 min
4.00 **Rachunek szczęścia** – film dok., Pol. 2010
5.50 **Kabaretowe hity** (6)

CINEMAX HD

11.10 **CJ7** – komedia, Hongkong FILM 2008, 85 min
12.35 **Gdyby ulica Beale** FILM **umiała mówić** – dramat obyczajowy, 2018, 115 min
14.30 **Imię** – komedia, Francja/ FILM Belgia 2012, 110 min
16.20 **Good bye, Lenin** FILM – komediodramat, Niemcy 2003, 120 min
18.20 **Dzień Świstaka** – kom., FILM USA 1993, 100 min
20.00 **Raport** – dramat FILM biograficzny, 2019, 120 min
22.00 **Nieznajomy pod** FILM **Wielkim Łukiem** – film biograficzny, 2025, 105 min
23.45 **Fargo 5** (9, 10-ost.) – krym.

POLSAT COMEDY CENTRAL EXTRA HD

6.00 **Graczykowie** (44-48)
8.30 **Świat według Kiepskich** (2-7) – serial kom., Pol. 2016
11.30 **Młody Sheldon 6** (7-12)
14.30 **Święty** (18-22) – kom., Pol.
17.00 **Świat według Kiepskich** (3-10) – serial kom., Polska
21.00 **Co ludzie powiedzą? 2** (3, 4) – kom., Wlk. Bryt. 1991
22.25 **Jedną nogą w grobie 6** (4-6) – serial kom., Wlk. Bryt.
0.30 **Czarna Żmija** (5, 6) – kom.
2.00 **Śmieszniej nie będzie 4** (5-8) – program rozrywkowy
4.00 **Śmieszniej nie będzie 2** (9) – program rozrywkowy
4.30 **Comedy Club 8** (12) – rozr.
5.00 **Comedy Club 9** (1, 2)

SCI FI

6.00 **Czarodziejki 2** (9-18)
15.20 **Bibliotekarz 3: Klątwa** FILM **kielicha Judasza** – film przygodowy, 2008, 115 min
17.15 **Bibliotekarz 2:** FILM **Tajemnice kopalni króla Salomona** – film przygodowy, 2006, 115 min
19.10 **Wyspa fantazji** – horror, FILM USA 2020, reż. Jeff Wadlow, wyk. Maggie Q, 130 min
21.20 **Push** – thriller s.f., USA/ FILM Kanada/Wielka Brytania 2009, 135 min
23.35 **Resident Evil: Witajcie** FILM **w Raccoon City** – horror, Kan./Niemcy 2021, 130 min
1.45 **Bibliotekarze 4** (1-4)

FX HD

8.05 **CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku** (13, 14)
9.55 **Z archiwum X** (4-7) – s.f.
13.35 **The Hunting Party** (10)
14.30 **Karmazynowy przypływ** FILM – thriller, USA 1995, 145 min
16.55 **Dzień Niepodległości** FILM – film s.f., USA 1996, reż. Roland Emmerich, 185 min
20.00 **Patriota** – film sensacyjny, FILM USA 1998, 100 min
21.40 **Obcy: Ziemia** (7, 8) – s.f.
23.35 **Salt** – thriller, USA 2010, FILM reż. Phillip Noyce, 125 min
1.40 **Z archiwum X** (8, 9) – s.f.
3.40 **CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku** (17) – serial krym., USA/Kanada

FILMBOX+ ONE HD

6.00 **Strażnik Teksasu 5** (18-22) – serial sensacyjny
10.55 **Vera 6** (2) – serial krym.
12.50 **Kacper** – film familijny, FILM USA 1995, 125 min
14.55 **Noe: Wybrany przez** FILM **Boga** – dramat przygodowy, 2014, 170 min
17.45 **Zbuntowana** – film s.f., FILM USA 2015, 135 min
20.00 **Vera 6** (4) – serial krym.
22.00 **Hooligans 3** – dram. sens., FILM Wlk. Bryt. 2013, 120 min
0.00 **Suma wszystkich** FILM **strachów** – thriller, Niem./USA/Kan. 2002, 170 min
2.50 **Opętana** – horror, USA FILM 2022, 165 min

ROMANCE TV HD

15.15 **Lost w Fusecie – Ślad** FILM **cieni, część 1** – film krym., Niemcy 2024, 110 min
17.05 **Dwa osły na Sardynii** FILM – komedia romant., Niem./Włochy 2015, 110 min
18.55 **Falk** (8) – serial kom., Niem.
20.00 **Piękna i miliarder** P! **na Bali** – komedia FILM romantyczna, USA 2024, reż. Brian Brough, 115 min
21.55 **Rejs ku szczęściu.** FILM **Podróż poślubna na Jersey** – film obyczajowy, Niemcy/Austria 2012, 115 min
23.50 **Bella Casa** – komedia, FILM Niemcy 2014, 115 min

CINEMAX 2 HD

13.20 **Duse** – film obyczajowy, FILM Wł./Francja 2025, 130 min
15.30 **Dwóch gniewnych ludzi** FILM – kom., USA 2003, 105 min
17.15 **Twarzą w twarz** – obycz., FILM Hiszpania/Bel. 2025, 95 min
18.50 **Pan od muzyki** FILM – komediodramat, Francja/Szwajcaria/Niemcy 2004, 100 min
20.30 **Dunkierka** – film wojenny, FILM Wielka Brytania/Holandia/Francja 2017, 105 min
22.15 **M jak Mabel** – dramat FILM obyczajowy, 2025, 120 min
0.15 **Wszystko będzie** FILM **dobrze** – dramat obyczajowy, 2024, 95 min

VIASAT EPIC DRAMA HD

8.50 **Panna Marple: Noc** FILM **i ciemność** – krym., Wielka Brytania/USA 2013, 115 min
10.45 **Poirot 5** (2-5) – serial krym.
15.15 **Dalgliesh** (2, 3) – krym.
19.05 **Projekt Błękitna Księga 2** (8) – s.f., Kan./USA
20.00 **Rodzina Hardacre'ów** (2) – serial kostium., Wlk. Bryt.
21.00 **Morderstwo w małym mieście 2** (4) – krym., Kan.
21.55 **A.B.C.** (2) – krym., Wlk. Bryt.
22.55 **Rodzina Hardacre'ów** (2)
23.55 **Detektyw Murdoch 17** (15-19) – serial kryminalny
3.50 **Projekt Błękitna Księga 2** (7) – s.f., Kan./USA
4.35 **Rodzina Hardacre'ów** (2)

NOVELAS+ HD

5.00 **Domenica Montero** (31-35) – telenowela, Meksyk 2025
10.00 **Sidła namiętności** (7-11) – telenowela, Meksyk 2007
15.00 **Róże i grzechy** (68-72) – telenowela, Turcja 2025, wyk. Murat Yildirim
20.00 **Sieroty ziemi** (35, 36) – telenowela, Brazylia 2019, wyk. Julia Dalavia
22.00 **Duma i uprzedzenie** (29-33) – telenowela, Brazylia 2018, wyk. Nathalia Dill, Thiago Lacerda
3.00 **Sieroty ziemi** (35, 36) – telenowela, Brazylia 2019, wyk. Julia Dalavia

FX COMEDY HD

5.00 **Jim wie lepiej 4** (11-15)
7.30 **Diabli nadali 4** (20-24)
10.00 **Sposób użycia** (1-5)
12.30 **Wszyscy kochają Raymonda 8** (14-23)
17.30 **Epoka lodowcowa 4:** FILM **Wędrówka kontynentów** – film animowany, 2012, 105 min
19.15 **Wychodne mamusiek** FILM – komedia, USA 2014, reż. Andrew Erwin, 120 min
21.15 **Dorwać byłą** – komedia FILM romant., USA 2010, 135 min
23.30 **Sposób użycia** (1-5)
2.00 **Family Guy: Głowa rodziny 19** (12-16)
4.30 **Jim wie lepiej 4** (10)

FILMBOX+ HITS HD

9.40 **Pokonać górę** – dramat FILM przygodowy, 2024, 110 min
11.30 **Camino** – dramat obycz., FILM Hiszpania 2008, 160 min
14.10 **Belcanto** – melodramat, FILM USA 2018, 110 min
16.00 **Bigger: Historia Joego** FILM **Weidera** – dramat biograficzny, 2018, 120 min
18.00 **Wyścig o życie** – dramat FILM przygodowy, 2023, 120 min
20.00 **Wersal. Prawo krwi** (5, 6)
22.05 **Atomic Blonde** – thriller, FILM 2017, 130 min
0.15 **Autostrada złodziei** FILM – film sens., 2025, 100 min
1.55 **Milczący las** – dramat FILM kryminalny, 2022, 110 min

PARAMOUNT NETWORK HD

9.45 **Marley i ja** – komedia, FILM USA 2008, 155 min
12.20 **Wyścig z czasem** – thriller FILM s.f., USA 2011, 135 min
14.35 **Indiana Jones** FILM **i Królestwo Kryształowej Czaszki** – film przygodowy, USA 2008, 165 min
17.20 **Top Gun: Maverick** – film FILM sensacyjny, 2022, 160 min
20.00 **Tajna baza** – film FILM przygodowy, 2022, 130 min
22.10 **Przetrwanie** – dramat FILM przygodowy, 2011, 140 min
0.30 **Spokojny Amerykanin** FILM – dram. obycz., USA/Niem./Australia 2002, 125 min

eprasa.pl 37b976a8ff

STACJE SPORTOWE

EUROSPORT 1 HD

6.00 FIA World Endurance Championship: Wyścig 6-godzinny w Fuji
10.30 Tenis: Puchar Lavera – 2. dzień
12.00 Kolarstwo: Mistrzostwa świata – Montreal 2026
13.00 Kolarstwo: CRO Race – 6. etap Kibice mogą dopingować zawodników z grupy kolarskiej Wibatech Lubelskie Perła Polski.
15.00 Kolarstwo: Mistrzostwa świata – Montreal 2026 – wyścig ze startu wspólnego

POLSAT SPORT 1 HD

6.00 Siatkówka mężczyzn: Mistrzostwa Europy 2026 – mecz o 3. miejsce
8.30 Siatkówka mężczyzn: Mistrzostwa Europy 2026 – mecz finałowy
11.00 Cafe Futbol – magazyn piłkarski
13.00 Tenis: Puchar Billie Jean King – finał – mecz gry pojedynczej
15.00 Siatkówka mężczyzn: Mistrzostwa Europy 2026 – mecz finałowy
17.50 Piłka nożna: Liga Narodów – mecz: Serbia – Holandia

CANAL+ SPORT HD

6.00 Piłka nożna: PKO BP Ekstraklasa: Jagiellonia Białystok – Legia
8.20 Ekstrapaka: 9. kolejka
9.30 Wysoki Pressing – magazyn sportowy
11.00 Hit the Mic – Zostań komentatorem! – reality show
12.30 Boks: Walka o pas IBF World w Fuji – waga junior musza: Thanongsak Simsri – Mark Vicelles
13.40 Premier League Review: 5. kolejka – magazyn piłkarski
14.45 Żużel: PGE Ekstraliga – mecz finałowy
17.30 Wysoki Pressing – magazyn sportowy

TVP SPORT DVB T2

5.55 Sportowy wieczór – program inform.
6.30 Piłka nożna: Liga Narodów – mecz: Anglia – Hiszpania
8.45 Lekkoatletyka: Maraton Warszawski
11.45 Niezwykłe historie Biało-Czerwonych – cykl reportaży, Pol.
12.10 Polska Liga Żeglarska – mag.
12.40 Piłka nożna kobiet: ORLEN Ekstraliga – mecz: Czarni – KS Uniwersytet Jagielloński
14.55 Piłka nożna: LN: Anglia – Hiszpania
17.00 Zagrajmy to po swojemu – film dokum., Polska 2025

ELEVEN SPORTS 1 HD

6.00 Pewnego razu w Gruzji – historia Khvichy Kvaratskhelii – dok.
6.30 Legendy Bundesligi: Lothar Matthäus
7.00 Piłka nożna: Liga niemiecka: Bayer 04 Leverkusen – RB Lipsk
9.00 Piłka nożna: Liga włoska: Milan – Lecce
11.00 Piłka nożna: Liga włoska: Roma – Inter
13.00 GP Confidential
13.45 Formuła 2: Grand Prix Azerbejdżanu
15.00 Formuła 1: Grand Prix Azerbejdżanu
17.05 Bundesliga Weekly (6) – magazyn piłkarski
17.40 Bundesliga Clubs: Hamburger SV

DISCOVERY CHANNEL HD

6.00 Szczęki w powietrzu: USA – film dokumentalny
7.00 Najniebezpieczniejszy zawód świata 22 – dok.
8.00 Być jak Da Vinci – serial dokum.
9.00 Złomowisko PL 5 (11, 12) – serial dok.
11.00 Kwatery Hitlera (2) – serial dok., Pol. 2019
12.00 Bracia Collins biorą się do roboty (9)
13.00 Ciężarówką przez Route 66 (7) – dok.
14.00 Ocalić dom: Interwencja – dok.
16.00 Zawodowcy: drwale (2) – dok., Pol.
17.00 Nic do zgłoszenia (6) – serial dok., Pol. 2019

KOLARSTWO GÓRSKIE



22.00 PŚ w Whistler LIVE – zjazd kobiet i zjazd mężczyzn

W klasyfikacji najszybszej konkurencji kolarstwa górskiego pierwsze miejsce zajmuje Valentina Höll.

1.15 Cycling Show – magazyn sportowy
1.30 FIA WEC: Wyścig 6-godzinny w Fuji
3.00 Kolarstwo: MŚ – Montreal 2026 – wyścig ze startu wspólnego
5.00 Kolarstwo górskie: Zawody Pucharu Świata w Whistler

PIŁKA NOŻNA



20.35 Liga Narodów: LIVE Niemcy – Grecja

Po nieudanych mistrzostwach świata reprezentanci Niemiec będą chcieli pokazać, że nadal należą do najlepszych drużyn na Starym Kontynencie.

23.00 Siatkówka mężczyzn: Mistrzostwa Europy 2026 – mecz finałowy
1.00 Piłka nożna: Liga Narodów
3.00 Siatkówka mężczyzn: Mistrzostwa Europy 2026

ŻUŻEL



19.15 PGE Ekstraliga LIVE – mecz barażowy

Stawką starcia jest ostatnie wolne miejsce na najwyższym poziomie rozgrywkowym w kolejnym sezonie.

22.00 Boks: BKFC 94: Manchester: Darren Till – Yoel Romero
23.15 Boks: Walka o pas IBF World w Fuji: T. Simsri – M. Vicelles
0.30 LaLiga Highlights
1.00 Ligomistrzowe historie (3) – mag.
2.00 Piłka nożna: PKO BP Ekstraklasa: Lech Poznań – Radomiak

PIŁKA NOŻNA KOBIET



17.50 MŚ U-20 – Polska 2026 LIVE – finał

Przed dwoma laty tytuł mistrzyń świata w tej kategorii wiekowej wywalczyły reprezentantki Korei Północnej.

20.30 Lekkoatletyka: Maraton Warszawski
21.15 Sportowy wieczór
21.45 Piłka nożna: Liga Narodów: Polska – Bośnia i Hercegowina
0.00 Piłka nożna: MŚ 2026 – mecz grupy F: Holandia – Szwecja
2.05 Boks: Gala w Los Angeles – podsumowanie

PIŁKA NOŻNA



18.00 Liga niemiecka: VfB Stuttgart – BVB

Plasujący się tuż nad strefą spadkową Die Roten podejmują wicelidera Bundesligi, który zdobył komplet punktów w trzech pierwszych kolejkach sezonu.

20.00 Ligue 1 Show (5) – magazyn piłkarski
20.40 Piłka nożna: Liga włoska – mecz: ACF Fiorentina – SSC Napoli
22.40 Serie A – mag.
23.20 Bundesliga Special Show (3) – mag.
0.00 Bundesliga Clubs
1.05 GP Confidential

MAGAZYN



18.00 Od samochodu do domu 3

Ant Anstead podejmuje się renowacji trzykołowego BMW Isetta. W warsztacie szybko robi się niebezpiecznie: silnik staje w płomieniach, a hamulce przestają działać.

19.00 Kroniki policyjne: Szwecja 2 – dok.
20.00 Ocalić dom: Interwencja – dok.
22.00 W oku cyklonu (5)
23.00 Kroniki policyjne: Szwecja 2 – dok.
0.00 Nagi instynkt przetrwania: tajemnicza wyspa

EUROSPORT 2 HD

10.45 Kolarstwo: CRO Race – 5. etap
12.00 Tenis: Puchar Lavera – 2. dzień
13.00 Tenis: Puchar Lavera – 3. dzień
21.00 Golf: President's Cup – 4. dzień
0.00 FIA World Endurance Championship: Wyścig 6-godzinny w Fuji
1.30 Kolarstwo: MŚ – Montreal 2026 – wyścig ze startu wspólnego
3.00 Snooker: Turniej British Open – mecz finałowy
5.00 FIA WEC: Wyścig 6-godzinny w Fuji

POLSAT SPORT 2 HD

6.00 FIA World Endurance Championship: Wyścig 6-godzinny w Fuji
11.00 Tenis: Puchar Billie Jean King – mecz finałowy
13.00 Tenis: Turniej ATP w Chengdu – ćwierćfinał
15.00 Piłka ręczna mężczyzn: LOTTO Superliga – mecz: Ostrovia – Industria Kielce
17.00 Koszykówka mężczyzn: Superpuchar Polski – finał
19.30 Koszykówka mężczyzn: Superpuchar Polski – studio
20.35 Piłka nożna: LN – mecz: Norwegia – Portugalia
22.30 Piłka nożna: LN
1.00 Sporty walki: FEN

CANAL+ SPORT 2 HD

6.00 Tenis: Turniej WTA w Singapurze – półfinał
8.30 Tenis: Turniej WTA w Singapurze – półfinał
11.00 Tenis: Turniej WTA w Singapurze – finał
13.30 Tenis: Turniej WTA w Singapurze – półfinał
16.00 Tenis: Turniej WTA w Singapurze – półfinał
18.30 Tenis: Turniej WTA w Singapurze – półfinał
21.00 Tenis: Turniej WTA w Singapurze – półfinał
23.30 Tenis: Turniej WTA w Singapurze – półfinał
2.00 Piłka nożna: PKO BP Ekstraklasa

EXTREME CHANNEL HD

6.00 Action Sports World (1, 2) – magazyn sportowy
8.00 KPW Kombat TV (23)
9.00 AEW: PAN PAWŁOWSKI x PAUL WIGHT (1)
10.00 AEW Dynamite (2638)
12.00 AEW Collision 2 (2638)
14.00 AEW PPV (10)
19.45 WWE Highlights (69)
20.00 New Japan Wrestling – Highlights (15, 19)
21.00 PTW Wrestling (30)
0.00 New Japan Wrestling – Highlights (27, 28)
1.00 WWE Highlights (71, 61)
2.15 WWE Classic Gold (85)
3.00 Action Sports World (19-21) – magazyn sportowy

ELEVEN SPORTS 2 HD

12.00 Piłka nożna: Liga niemiecka: Bayern – Union
14.00 Piłka nożna: Liga włoska: Fiorentina – Napoli
16.00 Piłka nożna: Liga niemiecka: Bayer – Lipsk
18.00 Formuła 1
20.00 Piłka nożna: Liga włoska: AS Roma – Inter
22.00 Bundesliga Weekly (6)
22.40 Bundesliga Clubs – mag.
23.00 Bundesliga Clubs – mag.
23.20 Ligue 1 Show (5) – mag.
0.00 Piłka nożna: Liga francuska: Stade Rennais FC – Olympique Marsylia
2.00 Magazyn piłkarski
2.40 Birds of paradise – dok.

DISCOVERY LIFE HD

10.30 Kosmetyczne rewolucje
11.15 Mistrzowie porządku 2
12.15 Szalone domy Ameryki 2 (3) – pr. rozr.
12.45 Powrót doktora Szczyta
13.45 Historie wielkiej wagi 10 (1) – serial dokum.
15.45 Jak to robią zwierzęta?
16.15 Misja ratunkowa (1, 2)
17.45 Wycieczkowiec (17)
18.45 Nałogowe panny młode
19.45 Salon sukien ślubnych z Tanem France'em (6)
20.45 Poligamista szuka żony
21.45 Chirurgia otyłości (6)
22.45 Historie wielkiej wagi 10 (2) – serial dokum.
0.45 Sekrety lekarzy (6)

POLSAT SPORT FIGHT HD

12.40 Sporty walki: FEN 53 w Lubinie – walka: Cezary Oleksiejczuk – Bauyrzhan Kuanyshbayev
15.00 KOTV Classics (4) – mag.
15.50 Boks: Babilon Boxing Show w Chojnicach – waga półciężka: Paweł Stępień – Szerzod Chusanow
17.45 Triathlon: Zawody World Triathlon Championship Series w Pontevedra – wyścig mężczyzn
20.30 Sporty walki: UFC 329: C. McGregor – M. Holloway 2
20.55 Boks: Rocky Boxing Night w Żukowie: Mateusz Polski – Luis Romero Mendoza

POLSAT SPORT 3 HD

7.00 Tenis: Turniej ATP w Chengdu – ćwierćfinał gry pojedynczej
9.00 Tenis: Turniej ATP w Chengdu – ćwierćfinał gry pojedynczej
11.00 Tenis: Turniej ATP w Chengdu – ćwierćfinał
13.00 Piłka nożna: LN
15.00 Piłka nożna: LN
17.50 Piłka nożna: Liga Narodów: Dania – Walia
20.00 Sporty walki: UFC Fight Night – walka: Raul Rosas Jr – Raoni Barcelos
23.00 Piłka nożna: LN
1.00 Sporty walki: Babilon MMA

CANAL+ SPORT 5 HD

11.05 Premier League: The Big Interview (6) – mag.
11.40 Żużel: PGE Ekstraliga – mecz finałowy
14.30 Żużel: Metalkas 2. Ekstraliga – mecz o 7. miejsce
17.15 LaLiga Highlights – mag.
18.00 Boks: Walka o pas IBF World w Fuji – waga junior musza: Thanongsak Simsri – Mark Vicelles
19.15 Wysoki Pressing – mag.
20.55 Sporty walki: ONE Friday Fights 171
22.00 Żużel: Metalkas 2. Ekstraliga – mecz o 7. miejsce

ELEVEN SPORTS 4 HD

12.00 Legendy Bundesligi – magazyn piłkarski
13.00 Birds of paradise – dok.
13.35 Podróż do świata Calcio
14.00 Piłka nożna: Liga niemiecka: Paderborn – Hoffenheim
16.00 Piłka nożna: Liga francuska: Monaco – Lens
18.00 Bundesliga Clubs – mag.
19.00 Bundesliga Special Show (2) – mag. piłkarski
19.30 Serie A (1) – mag. piłkarski
20.00 Piłka nożna: Liga portugalska – mecz: Sporting CP – FC Arouca
22.00 Piłka nożna: Liga włoska: Frosinone – Como

ELEVEN SPORTS 3 HD

12.00 Piłka nożna: Liga włoska: Udinese – Cagliari
14.00 Piłka nożna: Liga francuska: Olympique Lyon – Stade Rennais FC
16.00 Bundesliga Clubs – mag.
17.00 Full Impact Serie A (5)
17.30 Wywiad z Michałem Skórasiem – wywiad
18.00 Piłka nożna: Liga włoska: Bologna – Torino
20.00 Piłka nożna: Liga niemiecka: Paderborn – Hoffenheim
22.00 Piłka nożna: Liga francuska: Monaco – Lens
0.00 Legendy ligi niemieckiej – magazyn piłkarski

CANAL+ DOKUMENT HD

13.30 Wszystkie kolory świata 7 – serial dok., Fr.
14.30 Matterhorn: Śmiercionośny szczyt
15.30 Lili – film dokum., Pol. 2021
16.50 Prost (5, 6) – serial dok., Fr.
18.00 Agnieszka Radwańska. Anatomia zwycięstwa
19.45 Hot Roads – Najniebezpieczniejsze drogi świata 4
21.45 Oscar Schindler: trudne dziedzictwo – film dok.
22.45 W smartfonach prezydentów – film dok.
23.45 Świat zwierząt: zaskakujące pokrewieństwa – dok.

eprasa.pl 37b976a8ff

P! Premiera w TV

STACJE POPULARNONAUKOWE

DISCOVERY SCIENCE HD

6.00 **Tajemnice lądowania na Księżycu** (1, 2) – serial dokumentalny
8.00 **Zoom na architekturę** – serial dokumentalny
10.00 **Jak to jest zrobione?** – dok.
12.00 **Zwykłe rzeczy, niezwykłe wynalazki 15** – dok.
14.00 **Pogromca mitów w akcji** – serial dok.
16.00 **Jak działa wszechświat?** – dok.
18.00 **Jak to jest zrobione?** – serial dokumentalny, Kanada
20.00 **Megaprojekty generała Franco** (4) – serial dokumentalny

DOKUMENTALNY



21.00 **Wyprawa w nieznane 9**

Josh rozpoczyna wykopaliska przed Skarbcem Faraona w Petrze, próbując odkryć sekrety tego miejsca. Zjeżdża na linie po stromym klifie, wykonując skan fasady.

22.00 **Pojedynki wizjonerów** – dok.
23.00 **Poszukiwacze dinozaurów** – dok.
0.00 **Tajemnice lądowania na Księżycu** (3, 4) – serial dokumentalny
2.00 **Autostrada spotkań z UFO** – serial dok.

ID HD

6.00 **Prawdziwy koszmar z ulicy Wiązów** – serial dokumentalny, USA
8.00 **Ekstremalna kryminalistyka** – serial dokumentalny
10.00 **Dziecko czy oszustka. Przypadek Natalii Grace** – serial dok.
12.00 **Śmierć w cieniu stadionu 4** – serial kryminalny, 2025
14.00 **Kłamstwa żądne krwi** – serial dokum.
16.00 **Zbrodnia w sąsiedztwie 4** – serial dokumentalny
18.00 **Żyjąc z potworem** (18, 12) – serial dokumentalny, USA

DOKUMENTALNY



20.00 **Morderca z kręgu przyjaciół** – USA 2025

Detektywi oskarżają członków obsady o morderstwo. Koledzy z planu odtwarzają krok po kroku momenty, które mogą mieć związek z makabryczną zbrodnią.

21.00 **Morderstwa i taśmy video** – serial dok., USA/Kan. 2021
1.00 **Mój sąsiad morderca** – dok.
3.00 **Zaginieni** – serial dok.
4.00 **Dziecko czy oszustka. Przypadek Natalii Grace** – serial dok.

NATIONAL GEOGRAPHIC HD

8.00 **Ekstremalne zagrożenia** (3, 4)
10.00 **Łowcy huraganów** (1): Dorian – serial dok.
11.00 **Morskie megamaszyny** (7)
12.00 **Eva Zu Beck: Przekroczyć granice** (4) – dok.
13.00 **Odkopać historię** (4)
14.00 **Makro inżynieria** (3)
15.00 **Burzliwa historia Tudorów** (4) – dok.
16.00 **Klucz do przepowiedni** (4)
17.00 **Utracone bomby zimnej wojny** (1, 2) – film dokum., Fr. 2018
19.00 **Śladami tajemnic: Jerozolima**
20.00 **Al-Kaida: Przed 11 września** (3)

DOKUMENTALNY



21.00 **Górnicy z Chile: wyścig z czasem** (1, 2) – Wlk. Bryt./USA

33 górników zostaje uwięzionych około 700 m pod pustynią. Z każdym dniem ich szanse na przetrwanie maleją. Pewne odkrycie zmienia bieg wydarzeń.

23.00 **Katastrofa w przestworzach** (8, 10) – serial dokum.
1.00 **Katastrofa w przestworzach: Raport specjalny** (1) – serial dokum.
2.00 **Alaska: Następne pokolenie** (2, 3)

FOKUS TV DVB T2

6.00 **Wehikuł czasu** (927) – program inform.
6.05 **48h. Zaginieni** (65) – serial krym., Polska
7.00 **Rolnicy. Podlasie** (37, 38) – serial dok.
9.00 **Działkowcy** (3, 4) – serial dok., Pol. 2024
11.00 **Z klimatem i z pasją** (15) – pr. publicyst.
11.30 **Wojny magazynowe 9** (5-9) – reality show
14.00 **Gwiazdy lombardu 25** (25)
15.00 **Poszukiwacze złota w Australii** (5, 6) – serial dok., Australia
17.00 **Rolnicy. Podlasie** (36-39) – serial dok.
21.00 **Wioski wioseczki** (6, 7) – serial dokum.

DOKUMENTALNY



22.00 **Narcos. Francuski łącznik** – Fr. 2025

Marsylia, jedno z największych miast Francji, stała się niebezpiecznym miejscem przez walki handlarzy narkotyków o wpływy. Autorzy ujawniają kulisy biznesu.

23.00 **Najsłynniejsze napady** (1) – serial dokumentalny, USA
0.00 **UFO. Zaginione dowody** (5) – serial dokumentalny, USA
1.00 **Rolnicy. Podlasie** (14-17) – serial dok.
5.00 **Kołowrotek** (2, 3) – magazyn wędkarski

TVP HISTORIA DVB T2

9.10 **Syzyfowe prace** (3)
10.10 **Wojownicy czasu**
10.45 **Wszystkie kolory świata** – dok., Francja
11.45 **Odkryć tajemnicę**
12.45 **Kraina górskich szczytów i rzek**
13.45 **Flesz historii** (780)
14.10 **Czarne złoto** – dram. FILM hist., Francja/Wł./Katar 2011, 135 min
16.25 **Ex Libris** – magazyn
16.50 **Starożytny Egipt – kroniki imperium** (4) – serial dok.
17.50 **Na kłopoty... Bednarski** (5) – krym.
18.55 **Gry wojenne** (1)
20.00 **Otchłań. Narodziny i upadek nazizmu** (3) – serial dok., Niem.
20.55 **Polskie 100 lat**

OBYCZAJOWY



21.25 **Dom pod Dwoma Orłami** (4) – Pol. 2021

Lata 20. Karla odwiedza Peter Litke, który wspiera Lisę w planach studiowania medycyny. Dziewczyna wkrótce pomyślnie zdaje egzamin i zaręcza się z kolegą brata.

22.25 **Generał Nil** FILM – dramat biograficzny, Polska 2009, 135 min
0.40 **O Polskę trzeba walczyć** – film dokum., Polska 1994
1.45 **Na kłopoty... Bednarski** (5) – krym.
2.45 **Boża podszewka** (7, 8) – serial obycz.

HISTORY HD

14.00 **Tajemnice Dolnego Śląska** (3) – dok.
14.25 **David Duchovny: archiwum tajemnic 2** (16) – dok.
15.20 **Starożytni kosmici 18** (8) – dok.
16.10 **Największe tajemnice świata 7** (4) – serial dok., USA
17.10 **Jak Hitler przegrał wojnę** (5, 6) – serial dokum., Australia 2020
19.05 **Starożytni kosmici 16** (10) – serial dokumentalny
20.00 **Tom Hanks: II wojna światowa** (14) – serial dokum.
21.00 **David Duchovny: archiwum tajemnic** (3) – serial dok., USA

DOKUMENTALNY



22.00 **Absurdy przeszłości: historie pełne ryzyka 2** (2)

Dawniej dbanie o urodę było niebezpieczne dla zdrowia, a nawet życia. Twórcy programu przyglądają się m.in. protezom dentystycznym, które groziły eksplozją.

23.00 **Starożytni kosmici 18** (8) – dok.
23.55 **Starożytni kosmici 17** (17) – dok.
0.50 **David Duchovny: archiwum tajemnic** (3) – serial dok., USA
1.50 **Jak Hitler przegrał wojnę** (5, 6) – dok.

DISCOVERY HISTORIA HD

9.00 **Kings of Cash** (4) – dok.
10.00 **Łowcy klasyków** – rozr.
12.00 **Tajemnice starożytnych mumii** – serial dok., USA
13.00 **Skarby z szopy** (11, 12)
14.00 **Wyścigi po antyki** – dok.
15.00 **Zoom na architekturę**
17.00 **Pogromca mitów w akcji** (2) – serial dok.
18.00 **Tajemnice słynnych budowli** (7) – serial dokum.
19.00 **Początki polskiej awiacji** (1, 2) – cykl dokum.
20.00 **Tajemnice oceanów** (1)
22.00 **Akta ekspedycji** – dok.
23.00 **Miasteczko demonów** – serial dokumentalny, USA
1.00 **Dżungla złota** – serial dok.

PLANETE+ HD

13.35 **Natura kontra upał**
14.45 **Najdziksze ostępy Europy 2** (4, 5) – serial dok.
17.00 **Planeta ciągłych przemian 2** (3) – dok.
18.05 **Dokąd dzisiaj? 4** (54, 55)
18.50 **Polska z góry. Zamki, dworki, pałace 3** (8)
19.20 **Polska z góry. Zamki, dworki, pałace 4** (1)
19.45 **Dynastia Nehru-Gandhi** (2) – film dok., Francja 2025
20.55 **Kasparow. Gra o wielką stawkę** – film dokum., Fr.
22.00 **Śmierć na Cyprze** (4)
23.10 **Polując na drapieżców**
0.15 **Ravensbrück. Ostatni świadkowie** – film dok.

NATIONAL GEOGRAPHIC WILD HD

13.00 **Dzika przyroda strefy równikowej** (2) – dok.
14.00 **Sekretne życie pingwinów** (1) – dok.
15.00 **Życie w Karpatach** (3)
16.00 **W królestwie lwa** (3, 4)
18.00 **Królestwo białego wilka** (3) – film dokum., USA 2019
19.00 **Dzikie cuda Europy** (1)
20.00 **Europa z powietrza** (1)
21.00 **Drapieżnik kontra ofiara** (3) – dok., Wlk. Bryt.
22.00 **Wspaniałe Filipiny** (2)
23.00 **Dzika Missisipi** (3) – film przyrodniczy, USA 2011
0.00 **Drapieżnik w raju** (2)
1.00 **Critter Fixers – zwierzęcy cudotwórcy**

POLSAT VIASAT NATURE HD

10.30 **Skrzydła nad wodą**
11.20 **Umysł drapieżcy** (1-4)
15.50 **Rekiny: wojna płci** – dok.
16.55 **Zwierzęta: maszyny doskonałe 2** (5) – dok.
18.00 **Dzikie języki** (5) – dok.
19.10 **Egipt: dolina wielorybów** – film dokum.
20.20 **Śladami wielkiego mamuta** – film dokum., Fr.
21.30 **Podwodne miasto** (1, 2)
23.45 **Pacyfik** (1-4) – dok., Kan.
3.20 **Potwory z głębin** (1) – film dok., Wielka Brytania
4.05 **Egipt: dolina wielorybów** – film dokum.
5.05 **Śladami wielkiego mamuta** – film dokum., Fr.

BBC EARTH HD

10.55 **Niezwykłe wyspy tropikalne** (1) – serial dok.
12.05 **David Attenborough i cuda natury 3** (2) – dok.
12.35 **W okowach mrozu 5** (10)
13.35 **Przez nieznaną Afrykę**
14.35 **Planeta doskonała** (3, 4)
16.40 **Życie na pustkowiu 4**
18.40 **Miłosne rozgrywki zwierząt** (5) – przyrod.
19.45 **Błękitna Planeta 2** (3)
20.55 **Niezwykłe wyspy tropikalne** (1) – serial dok.
22.00 **W okowach mrozu: Odwilż** (6) – serial dok.
23.00 **Przyszłość natury** (4)
0.15 **Fenomeny współczesnego życia 2**

ANIMAL PLANET HD

11.00 **Weterynarz z Gór Skalistych** – serial dok.
13.00 **Alaska: przetrwać na krańcu świata** – dok.
15.00 **Mekka żarłaczy białych**
16.00 **Legenda głębin** – dok.
17.00 **Cztery kąty, cztery łapy**
18.00 **Podwodny świat z bliska** – serial dok., USA
19.00 **Jak to robią zwierzęta?**
20.00 **Zagadki świata zwierząt** – serial dok., USA
21.00 **Nowojorskie Zoo – Bronx** – serial dok., USA
22.00 **Projekt akwarium** – dok.
23.00 **Człowiek w roli ofiary**
1.00 **Supermoce małych stworzeń** (1, 2) – dok.

TVP DOKUMENT HD

15.05 **Borneo – cudowna dżungla** – film dokum.
16.10 **Zdumiewające ciało człowieka** (2) – film dok.
17.10 **Ukryte oblicze** (6) – dok.
18.05 **Sanatorium miłości 4** (9)
19.00 **Ingmar Bergman: Okiem choreografa** – film dokum.
20.00 **Twarze Agaty** – film dok.
21.25 **Barbara Włodarczyk zaprasza** – magazyn
21.35 **Endometrioza – nadzieja na nowe terapie** – film dok., Niem.
22.40 **Tamte lata, tamte dni**
23.15 **My Sunnyside** – film dok.
0.55 **Fascynujące migracje** (3)
1.55 **Przyrodnik na tropie** (27)

POLSAT DOKU HD

9.05 **Wojny kontenerowe** (1)
9.35 **Najniebezpieczniejsze drogi do szkoły: Brazylia** – dok.
10.40 **Najkrwawsze bitwy drugiej wojny światowej** (5, 6) – dok.
13.00 **Słynne ucieczki II wojny światowej** (5, 6) – dok.
14.55 **Poszukiwacze historii**
15.25 **Historia broni** (7, 8) – dok.
17.40 **Prawdziwa historia komunizmu** (1, 2) – dok.
19.25 **Top 10 Największe tajemnice świata**
22.00 **Jak to wyjaśnić?** (7, 8)
23.50 **Poszukiwacze historii**
2.00 **Kołowrotek** (175, 176)

POLSAT VIASAT EXPLORE HD

6.10 **Australijscy łowcy bydła 2** (4) – dok., Australia
6.40 **Drwale z Kolumbii Brytyjskiej 2** (5-8) – dok.
10.30 **Drewno z Kolumbii Brytyjskiej** (1) – dok., Kan.
11.30 **Ostatni kapitanowie**
16.00 **Australijscy poszukiwacze złota 10**
21.00 **W okowach mrozu 4** (15, 16) – serial dok., USA
23.00 **Naziści: ściśle tajna nauka** (7) – serial dok., USA
0.00 **Czarodzieje z kanadyjskich złomowisk 2** (6-12) – dok.
5.30 **Australijscy łowcy bydła 2** (4) – dok., Australia

POLSAT VIASAT HISTORY HD

8.55 **Starożytne superbudowle 3** (5, 6)
11.10 **Wielkie budowle Rzymian** (1-3) – serial dok.
14.35 **Naziści, U-booty i bitwa o Atlantyk** (1, 2) – film dok.
17.05 **Lądowanie w Normandii: Historia żołnierza** (1, 2) – dok.
19.05 **Wiolonczelistka z Auschwitz** – film dokum.
21.00 **Duma i prostytucja**
22.00 **Anna Boleyn i Elżbieta I: królowe-więźniarki**
23.00 **Maria Stuart: listy pisane szyfrem** – dok., Fr.
0.05 **Punkty zwrotne II wojny światowej** (6)

CI POLSAT HD

14.10 **Kobiety z piekła rodem**
15.05 **Morderstwo czy wypadek? 3** (9) – dok.
16.00 **Specjaliści od zbrodni**
17.00 **Nie ma ciała, nie ma zbrodni?** (1) – serial dok.
18.00 **Morderstwo sobotniej nocy 2** (4) – serial dokum.
19.00 **Jedno z nas zabije** (3, 4)
20.00 **Polowanie na pedofila**
21.00 **Absurdalne przestępstwa 4** (1, 2)
22.00 **Protokół zbrodni** (13)
23.00 **Dowody zbrodni: ślady DNA** (7) – serial dok., USA
23.55 **Jak zostałem seryjnym mordercą** (7) – serial dok.
0.50 **Nastoletni mordercy** (1)

TRAVEL CHANNEL HD

6.00 **Tajemnice mrocznych wód** (7, 8) – serial dokum.
8.05 **Smakuj świat z Pascalem** (10, 1-3)
10.15 **Pod okiem kosmitów**
12.15 **Baseny z rozmachem**
13.20 **Etiopia według Jarka Nowaka** – film dok., Pol.
14.25 **Człowiek kontra jedzenie** (25-28) – mag.
16.25 **Kobieta na krańcu świata** (7, 1, 2, 4) – dok.
18.40 **Ciężarówką przez Stany**
21.40 **Pomocy! W moim domu straszy** (14, 15)
23.45 **Sukces nie zna granic**
1.45 **W co wierzą Osbournowie** (2-5)

eprasa.pl 37b976a8ff

STACJE OGÓLNOTEMATYCZNE

TVP POLONIA

12.15 **Między ziemią a niebem** – mag.
12.50 **Słowo na niedzielę**
13.00 **Transmisja mszy świętej z kościoła katedralnego św. Stanisława B. M. i św. Wacława M. w Świdnicy**
14.15 **Nad Niemnem** (1, 2)
16.15 **Największe przeboje** – mag. muz.
17.00 **Teleexpress**
17.25 **M jak miłość** (1933)
18.20 **Kabaretomaniacy**
19.10 **Lato z Radiem i Telewizją Polską**
19.20 **Powstanie Warszawskie dzień po dniu** (58)
19.30 **Program informacyjny 19.30**

TVP ROZRYWKA

9.25 **Koło fortuny** (2054)
10.00 **Tańcząca ze światem – Chorwacja** (2)
10.40 **Szansa na sukces. Opole 2027** (2)
11.45 **Postaw na milion**
13.40 **Prywatne życie zwierząt 15** (4)
14.10 **Super Gary. Gotuj z Bosacką!** (4) – mag.
14.50 **Tak to leciało!** (88)
15.40 **Moje przeboje** (15)
16.20 **Jeden z dziesięciu**
17.35 **Koło fortuny** (2055) – teleturniej
18.15 **Szansa na sukces. Opole 2027** (3)
19.20 **Tygodnik Moralnego Niepokoju – The Best of** (3) – pr. rozr.

POLSAT CAFÉ

6.00 **Komisarz Mama** (22) – serial krym., Polska
7.05 **Demakijaż** (170)
7.35 **Wypasiona kuchnia** (16) – pr. rozrywk.
8.00 **Bogaty dom – biedny dom** (126)
9.00 **Rolniczki** (11, 12)
11.00 **Działkowcy** (17)
12.00 **Bogaty dom – biedny dom** (127, 128)
14.00 **Nasz nowy dom** (307) – reality show
15.05 **Demakijaż** (216)
15.30 **Hell's Kitchen – Piekielna Kuchnia** (49) – reality show
17.00 **Bogaty dom – biedny dom** (129)
18.00 **Nasz nowy dom** (308, 309)

TV 4 DVB T2

6.00 **Łowcy skarbów. Kto da więcej?** (216) – reality show
6.55 **Wielkie tajemnice historii** (9, 10) – dok.
8.45 **A na deser...** (13) – magazyn kulinarny
8.55 **Galileo** (1212, 1213)
10.55 **I że ci nie**
FILM **odpuszczę** – komedia romantyczna, USA 2018, 150 min
13.25 **Obłędny rycerz**
FILM – komedia przyg., USA 2001, 155 min
16.00 **S.W.A.T.: Miasto**
FILM **w ogniu** – film sens., USA 2011, 115 min
17.55 **Uroczysko** (211-214) – serial krym., Polska
20.00 **Wypasiona kuchnia** (27) – pr. rozrywk.

TTV HD DVB T2

12.35 **Gogglebox. Przed telewizorem 25** (4)
13.40 **Damy i wieśniaczki. PL 6** (14) – fab.-dok.
14.40 **Kochaj albo wróć** (4)
15.45 **Express** – pr. inform.
16.05 **Idź na całość 3** (4) – program rozrywkowy
17.10 **Życie na kredycie 9** (7) – reality show
17.45 **Express** – pr. inform.
18.00 **Pogoda, sport**
18.10 **Życie na kredycie 9** (8) – reality show
18.45 **Damy i wieśniaczki. PL 12** (4) – fab.-dok.
19.45 **Express** – pr. inform.
20.00 **Zakup w ciemno 8** (14) – reality show
21.00 **Gogglebox. Przed telewizorem 25** (4) – program rozrywkowy

TVN STYLE HD

5.35 **Tu jest piękniе** – program rozrywkowy
6.20 **MasterChef** (3) – rozr.
7.45 **Dzień Dobry TVN** – magazyn
11.30 **Ostre cięcie** (1) – rozr.
12.30 **Love the Look** (1) – mag. poradnikowy
13.30 **Jestem z Polski 18** (1) – serial dokum., Pol.
14.30 **Jestem z Polski 16** (36, 37) – serial dok.
16.35 **Teraz one** (1) – rozr.
17.10 **Do zobaczenia 3** (1) – mag. poradnikowy
17.45 **Bitwa o gości** (9) – reality show
18.45 **Kuchenne rewolucje** (8, 9) – program rozrywkowy
20.45 **Ostre cięcie** (1) – program rozrywkowy

20

KRYMINALNY



20.20 Komisarz Alex 24 (296) – Polska 2025

Monika angażuje się w pomoc Romie, która poszukuje córki. Alex odnajduje w lesie zakopaną walizkę ze zwłokami dziewczyny. Podejrzany jest były chłopak ofiary.

21.15 **Pod wulkanem**
FILM – dramat obyczajowy, Polska 2024, 110 min
23.05 **Gabi Drzewiecka zaprasza 2** (1)
23.50 **Świat w obłokach – muzyczni spadkobiercy Marka Grechuty**
0.40 **M jak miłość** (1933)

TELETURNIEJ MUZYCZNY



20.00 Jaka to melodia?

Zawodnicy muszą rozpoznać prezentowane fragmenty utworów i podać ich prawidłowe tytuły. Gospodarzem muzycznego show jest Robert Janowski.

21.00 **Kocham Cię, Polsko!** (3) – program rozrywk.
22.35 **Postaw na milion** – teleturniej
0.30 **Koło fortuny** (2055, 2031) – telet.
2.00 **Kabaret. Super Show Dwójki** (4)
3.00 **Kabaret Letnią Porą** (50) – pr. rozrywk.
4.00 **Do śmiechu!** (20)

REALITY SHOW



20.00 Bogate dzieciaki bez kasy (46) – Polska

Wychowywani przez zamożnych rodziców młodzi ludzie zamieszkują z rodzinami, które ledwie wiążą koniec z końcem. Obie strony poznają zupełnie inne życie.

21.00 **Gry małżeńskie** (215) – reality show
22.00 **Kolacja w ciemno** (87) – pr. rozrywk.
23.00 **Gry małżeńskie** (196, 197)
1.05 **Więzienie kobiet** (142, 143, 1, 2) – dok.
3.00 **Zdrady** (173-175) – serial paradok., Pol.

KRYMINALNY



20.05 Sprawiedliwi. Trójmiasto (169-172)

Nowa śledcza Nina Strzelecka prowadzi sprawę zwłok Aliny Ziętek, zaginionej strażniczki parku. Sekcja wykazuje, że została pobita, po czym zakopano ją żywcem.

0.15 **STOP Drogówka**
1.15 **Gwiazdy Kabaretu** (2) – program rozrywk.
1.30 **Wielkie tajemnice historii** (11, 12) – dok.
3.25 **Lubię disco!** (268)
4.25 **Top 10 – lista przebojów** – pr. muz.
5.30 **Telezakupy TV Okazje** – mag. rekl.

DOKUMENTALNY



22.00 Down the road 4 (4) – Polska 2026

Monika Hoffman-Piszora wspiera grupę niezwykłych podróżników, którzy z ograniczonym budżetem przemierzają Tajlandię. Czeka ich wiele wyzwań.

23.00 **Ciężarówką przez Chile** (4) – pr. rozrywk.
0.00 **Nic do zgłoszenia 6** (4) – serial dokum., Pol.
1.00 **Down the road 4** (3)
2.00 **SOS. Ekipy w akcji** (33, 34) – paradok., Pol.
3.55 **Sędzia Anna Maria Wesołowska** (537) – serial fab.-dok., Pol.

DOKUMENTALNY



21.50 Kobieta na krańcu świata (4)

Podróżniczka poznaje dzieci z Republiki Środkowoafrykańskiej, które siłą wcielano do oddziałów zbrojnych. Odwiedza też szkołę muzyczną założoną przez brata Benka.

22.50 **Azja Express** (4) – reality show
0.35 **No to lecę!** (4) – rozr.
1.35 **Dieta czy cud?** (3, 4) – mag. poradnikowy
3.05 **Wiem, co kupuję** (2) – mag. poradnikowy
3.35 **Wiem, co jem i wiem, co kupuję** (2, 3) – mag.

TVP HD HD

8.55 **Ojciec Mateusz 3** (33, 34)
10.45 **Czy wiesz, że?** (309)
11.20 **Na sygnale** (814, 815)
12.25 **Ojciec Mateusz 12** (158)
13.20 **Komisarz Alex 23** (293)
14.15 **Ranczo 3** (35, 36) – obycz.
16.10 **Postaw na milion** – telet.
17.10 **Okrasa łamie przepisy**
17.45 **Makłowicz w podróży**
18.20 **Ojciec Mateusz 31** (401)
19.20 **Ranczo 9** (110-112)
22.20 **Pestka** – dramat
FILM psychologiczny, Polska 1995, 105 min
0.05 **Parada oszustów** (2, 3)
2.05 **Tożsamość zdrajcy**
FILM – sens., Czechy/Szwajcaria/Wlk. Bryt. 2017, 110 min

TVS HD

8.05 **Przy muzyce po Śląsku**
8.35 **Muzyczne dzień dobry**
9.35 **Przy muzyce po Śląsku**
10.50 **Klachy i Lachy** – pr. rozr.
11.25 **Muzyczne podróże Karoliny Treli** – pr. rozr.
12.20 **Hansi Hinterseer zaprasza** – pr. rozrywk.
14.30 **Śląska karuzela** – muz.
16.00 **Koncert życzeń**
17.50 **Szlagierowa lista** – muz.
19.45 **Koncert w TVS** – pr. muz.
21.50 **Rosamunde Pilcher**
FILM **– Oczami miłości** – melodramat, Niemcy/Austria 2002, 105 min
23.35 **Śląska karuzela** – muz.
1.20 **Program kulinarny**

ZOOM

11.45 **Sensacje XX wieku** (29, 30) – program hist.
14.05 **Czterej pancerni i pies** (7, 8) – wojenny, Pol. 1966
16.10 **1920 Bitwa Warszawska**
FILM – dramat wojenny, Polska 2011, 160 min
18.50 **MasterChef: Czechy 7** (4)
20.05 **Dynamo – najlepsze momenty** – film dokum.
21.05 **Kryptonim Banshee**
FILM – thriller, USA 2022, reż. Jon Keeyes, 115 min
23.00 **Magia nagości. Polska – Najsmaczniejsze kąski** (2) – program rozrywkowy
0.00 **Adam szuka Ewy VIP. Holandia** (2) – pr. rozrywk.

TLC HD

8.00 **Sześć razy córka 4** – dok.
10.00 **Wiza na miłość: Romans na Karaibach 3**
11.00 **Dzikusy do wzięcia**
12.00 **Podwójne życie żon** (2)
13.00 **Wiza na miłość – oczami bohaterów 7**
14.00 **Jay i Pamela 2**
15.00 **Nałogowe panny młode**
16.00 **Wiza na miłość: pierwsze spotkanie 8**
20.00 **Podwójne życie żon** (2)
21.00 **Wiza na miłość 12** (19)
23.00 **Ekstremalne choroby** – serial dokumentalny, USA
0.00 **Dr Pryszczylla 4** – dok.
1.00 **Podwójne życie żon** (2)
2.00 **Wiza na miłość 12** (19)

C+ KUCHNIA HD

14.35 **James Martin: hiszpańska przygoda** (6)
15.25 **Jamie Oliver: gotuj sezonowo** (8) – mag. kulin.
16.20 **Włoska uczta** (7, 8) – dok.
17.20 **U sąsiadów w kuchni 16** (3, 4) – serial dokumentalny
18.30 **Jakubiak rozgryza Polskę 2** (3, 4) – mag. kulin.
19.25 **Nie bój ryby!** (10, 11)
20.15 **M jak mięso** (5, 6) – dok.
21.15 **Anthony Bourdain – miejsca nieznane 9** (8)
22.05 **Anthony Bourdain – miejsca nieznane 10** (1, 2) – serial dokumentalny
23.45 **Hongkong od kuchni z Jeremym Pangiem** (6)

TVN TURBO HD

13.15 **Duda kontra Szafrański**
14.00 **Moto kombat** (4) – mag.
14.45 **Zawodowi handlarze** (4)
15.30 **Po raz trzeci! Sprzedane**
16.15 **Uwaga! Oszust: Ściema z ogłoszenia** (4, 16) – rozr.
17.15 **Ciężarówką przez pół świata** (4) – pr. rozrywk.
18.15 **Naprawy nie do naprawy** (4) – mag.
19.00 **Raport końcowy** (837)
19.25 **Wojny samochodowe** (9, 10) – program rozrywk.
21.25 **Zawodowi handlarze** (4)
22.10 **Jeździć, obserwować** (4)
22.55 **Duda kontra Szafrański** (4) – program rozrywkowy
23.40 **Po raz trzeci! Sprzedane**

NOWA TV DVB T

8.20 **Frieren. U kresu drogi**
9.30 **Dragon Ball Super** (55-63)
14.00 **Kabaretowa Ekstraklasa** (16, 17) – rozr.
16.00 **Kabaret na żywo – Klinika Skeczów Męczących** (70) – pr. rozr.
18.00 **Kabaret na dobry wieczór. Paranie-normalni Show** (7, 8) – program rozrywk.
20.00 **Nowa Rewia Kabaretowa** (1) – pr. rozr.
21.00 **Zdrady** (5-8) – paradok.
1.00 **Łowca pedofilów** (199-202) – serial dokum.
3.00 **TV okazje** (26, 27)
3.50 **Wehikuł czasu** (927, 926)

METRO

8.10 **Klan z Alaski** (1) – dok.
9.10 **The Floor** (7, 8) – telet.
10.35 **Step Up 3** – film muzyczny,
FILM USA 2010, 130 min
12.45 **Twarzą w twarz** (4)
13.50 **Diagnoza 4** (3, 4) – obycz.
15.50 **Belle Epoque** (7, 8)
17.50 **Kryminalni** (13) – krym.
18.55 **Kryminalni 2** (1) – krym.
20.00 **Wallander** (4) – krym.
22.05 **Chyłka – Zaginięcie** (7)
23.05 **Chyłka – Kasacja** (1)
0.00 **Zbrodnie z pierwszych stron gazet 6** (16) – dok.
1.00 **Szpital** (913) – paradok.
2.00 **Szkoła** (643) – paradok.
3.00 **Nowa Maja w ogrodzie 2** (28, 29)

ANTENA HD DVB T2

8.10 **Koniec świata na 10 sposobów** (3) – serial dok.
9.10 **Życie po zagładzie ludzkości 3** (23, 24) – dok.
11.05 **Polska. Największe dylematy** (10) – pr. publ.
12.05 **Co Polak potrafi na drodze? 2** (5) – pr. rozr.
13.05 **Detektyw Candice: Niezawodny instynkt 5** (3-6) – serial kryminalny, Fr.
18.00 **77 TV 6** (5) – pr. rozrywk.
19.00 **77 TV 5** (30) – pr. rozrywk.
20.00 **Unforgettable: Zapisane w pamięci** (15-19) – krym.
0.50 **Sekret siostry** – dramat
FILM kryminalny, USA 2018, reż. D.J. Viola, 105 min

WP DVB T

11.05 **Pogoda**
11.10 **Pogromca tajemnic** (9)
12.05 **Świat bez fikcji** (7, 16)
13.05 **Pokochaj lub sprzedaj Vancouver** (7) – dok., Kan.
14.05 **Pokochaj lub sprzedaj Quebec 3** (13)
15.00 **Strażacy z sąsiedztwa 2**
16.00 **Policjanci w akcji 2** (4) – serial obycz., Polska 2026
16.50 **Pogoda**
17.00 **Policjanci z sąsiedztwa 2** (1-5)
21.55 **Pogoda**
22.00 **Mistrzowie Kabaretu 12**
23.00 **1, 2, 3... Kabaret! 4** (8)
0.00 **Mistrzowie Kabaretu 2**
1.00 **Mistrzowie Kabaretu 7**

C+ DOMO HD

12.20 **Ucieczka na wieś 25**
14.10 **Wielkie projekty: Nowa Zelandia 10** (3) – dok.
15.15 **Luksusowa ucieczka 8**
16.15 **W mieście czy na wsi?**
17.15 **Wielkie projekty: Nowa Zelandia** (5) – serial dok.
18.10 **Tomasz Pągowski. Remont u Ciebie 8** (3)
18.35 **Daleko od miasta 16** (7)
19.05 **Ucieczka na wieś 22** (48, 49) – dok., Wlk. Bryt.
21.00 **Pokochaj lub sprzedaj: Wielka Brytania 10** (5)
21.55 **Pomocy! Kupiliśmy wioskę** (4) – serial dokum.
22.50 **Mały metraż w wielkim stylu 2** (7, 8) – serial dok.

HGTV HD

12.05 **Polowanie na ogród 7** (6)
12.40 **Najbrzydsze podwórko w dzielnicy** (7, 8) – pr. rozr.
13.40 **Letnia chata na lata 13**
15.45 **Zgłoś remont 5** (6) – rozr.
16.40 **Weekendowa metamorfoza 2** (3) – rozr.
17.40 **Weekendowa metamorfoza** (6) – pr. rozr.
18.40 **Zgłoś remont** (4) – pr. rozr.
19.40 **House Hunters – Poszukiwacze domów 4** (2-4) – pr. rozr.
21.20 **Pogromcy chaosu** (9)
22.20 **Dorota inspiruje 2** (8)
23.15 **Nowe życie w starym domu: Witajcie we Włoszech** (1, 2) – pr. rozr.

eprasa.pl 37b976a8ff

P! Premiera w TV

STACJE DZIECIĘCE | STACJE INFORMACYJNE

POLSAT 2 HD

5.50 Wydarzenia
6.30 Sekrety rodziny (201) – serial paradokum., Pol. 2021
7.30 Z klimatem i z pasją (251) – pr. publicyst.
8.00 Sekrety rodziny (202) – serial paradokum., Pol. 2021
9.00 Trudne sprawy (962-966) – serial paradokum., Pol. 2020
14.00 Sekrety rodziny (203) – serial paradokum., Pol. 2021
15.05 Więzienie kobiet (134-137) – dok., Pol.
17.00 Nasz nowy dom (365) – reality show
18.10 Sekrety rodziny (15, 16) – serial paradokum., Pol. 2018

SUPER POLSAT DVB T2

6.05 Wydarzenia
6.40 SuperLudzie 2 (23)
7.15 Była sobie Ziemia
9.50 SuperMarket Chef (4) – reality show
10.20 SuperMocni (12)
10.50 Ponad wszystko
FILM – film obyczajowy, USA 2017, 120 min
12.50 Aniołki Charliego
FILM – film sensacyjny, USA/Niemcy 2000, 125 min
14.55 Mr. Deeds
FILM – milioner z przypadku – komedia romant., USA 2002, 125 min
17.00 Świat według Kiepskich (576, 577) – serial kom., Polska
18.00 Moja mama i twój tata (5, 6)

TV 6 DVB T

6.00 Columbo (47, 48) – serial kryminalny, USA 1978
9.35 Poirot – serial kryminalny, Wielka Brytania 1996
12.00 Choć goni nas czas
FILM – komediodramat, USA 2007, reż. Rob Reiner, 120 min
Dwaj śmiertelnie chorzy mężczyźni chcą jak najlepiej wykorzystać chwile, które im pozostały.
14.00 Policjantki i Policjanci (276-279) – serial obyczajowy, Polska 2017
18.00 Strażnik Teksasu (11, 12) – serial sensacyjny, USA 1999

BBC FIRST HD

6.00 Ojciec Brown 11 (3, 4) – serial krym., Wielka Brytania 2024
7.30 Detektyw z Chelsea 3 (4) – serial kryminalny, Wielka Brytania/USA
8.25 Śmierć z dala od palm 3 (2) – serial kryminalny, Wlk. Bryt.
9.30 Duma i uprzedzenie (3, 4) – serial kostium., Wielka Brytania
11.40 Ale akcja! (3-5) – serial obyczajowy
13.35 Morderstwa w Midsomer 6 (3-6) – krym., Wlk. Bryt. 2003
17.50 Z pamiętnika położnej 11 (5) – serial obyczajowy, Wielka Brytania 2022

TVP ABC DVB T2

10.20 Bolek i Lolek wyruszają w świat
10.45 Reksio (55, 56)
11.00 Pająk Lucas 2 (28)
11.15 Świnka Peppa 4
11.30 Pszczółka Maja
11.55 Strażak Sam 8 (3, 4)
12.25 Domisie – dla dzieci
12.55 Halo, halo! (34)
13.00 Zwierzaki Czytaki (262) – program eduk.
13.20 Ptyś i Bill (17, 18)
13.50 Odo (80) – serial anim.
14.05 Nawet nie wiesz, jak bardzo Cię kocham (3, 4) – anim.
14.30 Świnka Peppa
14.45 Kid Lucky (3, 4)
15.15 Ugotuj nam bajkę – program dla dzieci
15.35 Lassie i przyjaciele (2) – serial animowany

TVN 24 HD

6.00 Serwis informacyjny, Prognoza pogody
7.15 Kadr na Kino – mag.
7.30 Serwis informacyjny, Prognoza pogody
10.45 Kawa na ławę – magazyn
11.55 Loża prasowa – publ.
12.50 Dokument w TVN 24
14.00 Serwis informacyjny, Prognoza pogody
15.45 Kadr na Kino – mag.
16.00 Fakty po południu – program inform.
18.00 Serwis informacyjny, Prognoza pogody
18.30 Ranking Mazura – program inform.
19.10 Serwis informacyjny
19.25 Fakty po Faktach – program inform.

KOMEDIA SENSACYJNA



20.20 Bad Boys for Life
FILM – USA/Meksyk 2020, 145 min

Z więzienia ucieka szefowa kartelu narkotykowego. Detektyw Burnett porzuca myśl o przejściu na zasłużoną emeryturę i wraz z partnerem wyrusza za nią w pościg.

22.45 Zabójczy żywioł
FILM – film sensacyjny, USA 2020, 125 min
0.50 Komisarz Mama (17)
1.50 Świat według Kiepskich (23) – kom.
2.15 #Jesteśmy dla dzieci – magazyn
2.45 Oblicza Ameryki

SENSACYJNY



21.00 Świat w płomieniach
FILM – USA 2013, 165 min

John Cale pracuje w Straży Kapitolu. Zabiera swoją córkę na wycieczkę do Białego Domu. Tymczasem grupa groźnych terrorystów przejmuje kontrolę nad budynkiem.

23.45 Creed 2 – dramat
FILM obyczajowy, USA 2018, 160 min
2.25 Backdoor. Wyjście awaryjne (7) – kom.
2.55 Świat według Kiepskich (423, 424)
3.55 Nasz nowy dom (253, 254)

KRYMINALNY



20.00 CSI: Kryminalne zagadki Miami (211, 212) – USA 2011

Z więzienia ucieka Dante, były zawodnik MMA. Planuje zemstę na Loganie, rywalu z ringu, który zeznawał przeciwko niemu. Horatio jednak uprzedza mężczyznę.

21.55 Kości (181, 182)
23.55 Zostań, jeśli kochasz – melodram., USA 2014, 130 min
2.05 Krejzi patrol (35)
2.40 Kochane pieniądze (18-20) – paradok., Pol.
5.45 Telezakupy TV Okazje – mag. rekl.

KRYMINALNY



18.55 Detektyw z Chelsea 3 (4)

Dochodzi do dwóch kolejnych morderstw, a powiązane tropy prowadzą do ambasady USA w Londynie.

19.55 Śmierć pod palmami 11 (5)
21.00 W cieniu podejrzeń (8) – serial sensacyjny
22.00 Line of Duty – Wydział wewnętrzny 3 (4, 5)
0.15 Lynley (2) – krym.
1.15 W cieniu podejrzeń (8) – serial sensacyjny
2.15 Morderstwa w Midsomer 6 (5, 6)

ANIMOWANY



16.05 Ricky Zoom (3, 4) – Wielka Brytania/Chiny 2019-2020

Ricky ma umówione spotkanie u mechanika na wymianę opon. Boi się tej wizyty i stara się jej uniknąć. Jednak jazda na starych oponach okazuje się niebezpieczna.

16.35 44 Koty (3, 4) – anim.
17.05 Robin Hood (27, 28)
17.30 Super Wings
18.00 Opowieści z zielonego lasu
18.30 The Garfield Show
19.00 Dolina Muminków
19.25 Ernest i Celestyna
19.35 Tyciaki

INFORMACYJNY



20.00 W kuluarach

Agata Adamek, Piotr Kraśko oraz Radomir Wit podsumowują najważniejsze wydarzenia minionego tygodnia.

22.00 Szkło kontaktowe
23.00 Dzień po dniu – mag.
0.00 Fakty po Faktach
0.50 Kawa na ławę
2.05 Nowa Maja w ogrodzie – mag.
2.25 Akademia ogrodnika – mag.
2.35 Szkło kontaktowe
3.40 Nic do zgłoszenia – serial dok., Pol. 2025
4.30 Kadr na Kino – mag.
4.40 Kawa na ławę

POLSAT PLAY HD

6.00 Dorwać tuńczyka (3-5)
9.00 Kołowrotek (236) – mag.
9.30 Taaaka ryba (130) – mag.
10.00 Jedziemy na ryby!
12.05 Chłopaki do wzięcia
13.00 Zawód glina (1) – dok.
14.00 Budowlańcy (79, 80)
15.00 Złomiarze (49) – dok., Pol.
16.00 Polacy za granicą
18.05 Górale (222-226, 238)
21.05 Chłopaki do wzięcia (469, 470) – serial dokum.
22.00 Drwale i inne opowieści Bieszczadu (233) – dok.
22.30 Łowca pedofilów (240)
23.00 Siły specjalne – Polska
1.40 Tajna historia XX wieku
4.05 Starożytni kosmici

FOOD NETWORK HD

11.25 Wiem, co jem, i wiem, co kupuję 5 (2) – mag.
12.10 Wiem, co jem (8) – mag.
12.45 Posiekani: gotowanie w dziczy (3) – reality show
13.45 Kuchenne rewolucje
15.50 Kuchnia jak u mamy
17.00 Odkrycia Magdy Gessler
17.35 Magda gotuje internet
18.10 MasterChef (7) – pr. rozr.
19.35 Posiekani (9) – telet. kulin.
20.35 Pokusy wybrzeża (3)
21.40 Miasto smaków Guya Fieriego (14) – reality show
22.40 Posiekani: gotowanie w dziczy (3) – reality show
23.40 Perfekcyjni gospodarze 9 (13, 14)

POLSAT RODZINA HD

14.20 Kultowe pociągi – najwspanialsze podróże koleją – film dok.
15.30 Samochody przywódców – film dok.
16.35 Świat z góry 6 (11, 12)
17.45 Wypasiona kuchnia (25)
17.50 Pingwiny z Madagaskaru (2, 3)
18.50 Spider-Man Uniwersum
FILM – film animowany, USA 2018, 140 min
21.10 Miodowe lata (109) – serial komediowy, Polska
22.00 Twoja Twarz Brzmi Znajomo (188) – pr. rozr.
23.55 Niebezpieczne drogi – Kanada – film dokum., Fr.

BBC LIFESTYLE HD

13.55 Na bogato: sekrety pierwszej klasy (3) – dok.
14.50 Wielkie brytyjskie wypieki 16 (9, 10) – rozr.
16.55 Stacey Dooley wpada na weekend 2 (3) – dok.
17.55 W 80 kilo dookoła świata (3) – dok., Wlk. Bryt.
18.55 Niezwykłe hotele bez tajemnic 4 (2) – serial dok.
19.55 Koreańska uczta Eda i Ryu (4) – dok., Wlk. Bryt.
21.00 Winnice Australii i Gary Barlow (4) – dok., Wlk. Bryt.
22.00 Najlepszy konsultant ślubny (4) – pr. rozrywk.
23.15 Glukozowa Bogini: rewolucja na talerzu (1)

NICK JR. HD

16.00 Świnka Peppa 5 (16)
16.04 Świnka Peppa 2
16.15 Świnka Peppa 3 (7)
16.30 Dora 4 (11) – serial anim.
17.00 Pan Krokodyl (10) – anim.
17.30 Barbapapa i jego rodzinka 2 (15) – anim., Fr.
18.00 Rubble i jego ekipa 3 (10)
18.30 Psi Patrol (14) – anim.
19.00 Santiago z mórz (3)
19.30 Przygody Misia Paddingtona (13) – anim.
19.59 Świnka Peppa (28)
20.04 Świnka Peppa 7 (40-43)
20.36 Świnka Peppa 8 (30, 31)
20.45 Świnka Peppa (50)
21.00 Barbapapa i jego rodzinka (1-3) – anim., Fr.

POLSAT NEWS HD

15.30 Sport, pogoda
15.50 Wydarzenia 15:50
16.30 W rytmie dnia – serwis informacyjny
17.30 Z drugiej strony – publ.
18.35 Debata polityczna – publ.
19.15 Gość „Wydarzeń" – publ.
19.40 Śniadanie Rymanowskiego w Polsat News i Interii
20.45 Pogoda
21.00 Polsat News ujawnia
21.50 Wydarzenia wieczorne
22.30 Dzień na świecie – pr. inf.
23.30 Obraz dnia – serwis informacyjny
0.00 Czysta Polska – pr. inf.
0.30 Pogoda

TVP KOBIETA DVB T2

13.00 Lato z Radiem i Telewizją Polską
14.00 Rodzinka.pl (194, 195)
15.00 Pociąg do Polski – dok.
15.30 Ojciec Mateusz 13 (169, 170) – krym., Pol. 2015
17.25 Magia irańskiego jedwabiu – film dokum.
18.30 Daję słowo – Maciej Orłoś 2 (19) – talk-show
19.30 Miłość i nadzieja (377) – telenowela, Turcja 2022
20.30 Wichrowe wzgórze (358)
21.30 Na tropach przeszłości (2) – serial kryminalny, Fr.
22.30 System – dramat
FILM kryminalny, USA/Wlk. Bryt./Czechy 2015, 150 min

E! ENTERTAINMENT HD

10.35 Z kamerą u Kardashianów (13, 14)
12.25 Tyler Henry – medium z Hollywood (3, 4) – rozr.
14.15 Plastyczna fuszerka
16.05 Z kamerą u Kardashianów (1, 2)
18.00 Oglądaj na żywo, co się dzieje! – program rozrywk.
18.30 Tyler Henry – medium z Hollywood – pr. rozrywk.
20.30 Plastyczna fuszerka
22.35 Z kamerą u Kardashianów (3, 4)
0.30 Oglądaj na żywo, co się dzieje! – program rozrywk.
1.00 Tyler Henry – medium z Hollywood (3, 4) – rozr.

TV TRWAM DVB T

17.55 Poczet wielkich Polaków – pr. hist.
18.00 Anioł Pański
18.05 Informacje dnia
18.15 Rozmowy niedokończone – pr. publ.
19.30 Baśniowy teatr lalek
20.00 Informacje dnia
20.20 Różaniec
20.50 Od Lutra do Marxa – Historia Kościoła (13)
21.00 Apel Jasnogórski
21.20 Informacje dnia
21.40 Retrospekcja – pr. publ.
21.45 Stan bezpieczeństwa państwa – pr. publicyst.
22.00 Mocni Jego mocą
22.30 Muzyczne chwile – kult.

BBC BRIT HD

12.45 Ikony motoryzacji (2)
13.45 Top Gear: zimowe szaleństwa (1) – mag.
14.45 Robota dla twardzieli: Guy Martin w akcji (3)
15.50 Rejs na koniec świata
16.55 Zagubione historie (4)
17.55 Najpotężniejsze maszyny 3 (6) – serial dok.
19.00 Who Wants to Be a Millionaire z Jeremym Clarksonem 5 (6, 7)
21.00 Rejs na koniec świata
22.00 Top Gear: zimowe szaleństwa (2) – mag.
23.00 Robota dla twardzieli: Guy Martin w akcji (3)
0.05 Ikony motoryzacji (2)

MINI MINI+ HD

13.21 Kicia Kocia (4, 5) – anim.
13.37 Robotkowo (9, 10) – anim.
13.55 Moje urodziny – dla dzieci
14.00 Bing 2 (15-17) – serial anim.
14.20 Blaze i megamaszyny 3
14.45 Looloo Kids (52) – anim.
15.01 Gazu, pieski, gazu! 2 (7)
15.28 Kicia Kocia 2 (11, 12)
15.45 Jeżyk Happy (6, 7) – anim.
16.02 Marta mówi (35) – anim.
16.30 Zouk (51, 52) – serial anim.
16.56 Ciekawski George 7
17.50 Moje urodziny – dla dzieci
17.55 Dora poznaje świat 8
19.40 Smerfy (34) – serial anim.
20.08 Cloudy & Stormy (1-4)
20.35 Dolina Muminków 4 (5)
21.01 Wierszyki domowe (15)

TVP 3 DVB T2

11.55 Całkiem niezła historia
12.20 Ktokolwiek widział, ktokolwiek wie
12.55 Piosenka dla Ciebie
14.00 Rączka gotuje – mag.
14.30 Program lokalny
15.00 Koronka do Miłosierdzia Bożego – program religijny
15.20 Program lokalny
19.30 Antenowe remanenty
20.00 Dziennik regionów – inf.
20.10 65 lat Telewizji Kraków
21.10 Program lokalny
22.00 Dziennik regionów – inf.
22.30 Ktokolwiek widział, ktokolwiek wie – mag.
23.00 Kościół z bliska – mag.
23.30 Całkiem niezła historia

DVB T DVB T2 – stacje dostępne za darmo w naziemnej telewizji cyfrowej

eprasa.pl 37b976a8ff

Warto zobaczyć

15.55 ALE KINO+ **Niemożliwe**
KATASTROFICZNY Tajlandia, rok 2004. Fala tsunami uderza w wybrzeże. Turysta Henry rozpoczyna poszukiwania żony i najstarszego syna. *Reż.: Juan Antonio Bayona, A: Naomi Watts, Ewan McGregor, Tom Holland Hiszpania/USA 2012* **130 min ▶ do godz. 18.05**

16.10 FILMBOX+ HITS **Weekend z królem**
BIOGRAFICZNY Lata 30. Angielska para królewska przybywa do USA na spotkanie z Rooseveltem. Weekend obfituje w zabawne momenty. *Reż.: Roger Michell, A: Bill Murray, Laura Linney, Samuel West Wlk. Bryt. 2012* **105 min ▶ do godz. 17.55**

17.55 TVN FABUŁA **Maska**
KOMEDIA Stanley, nieśmiały urzędnik bankowy, znajduje starożytną maskę, która daje mu nadludzkie moce. Próbuje zdobyć wybrankę. *Reż.: Chuck Russell, A: Jim Carrey, Cameron Diaz, Peter Riegert USA 1994* **125 min ▶ do godz. 20.00**

18.00 CINEMAX **Pierwsza krowa**
WESTERN Oregon, XIX w. Chiński imigrant i marzyciel Cookie potajemnie doją należącą do bogacza krowę. Pieką ciastka, które zdobywają uznanie. *Reż.: Kelly Reichardt, A: Alia Shawkat, John Magaro USA 2019* **120 min ▶ do godz. 20.00**

18.10 C+ FILM **L.A.R.P. Miłość, trolle i inne questy**
KOMEDIA Szkolny outsider Sergiusz zakochuje się w nowej koleżance z klasy, Helenie. Wkrótce poznaje jej sekret. *Reż.: Kordian Kądziela, A: Filip Zaręba, Martyna Byczkowska, Filip Łannik Polska 2025* **95 min ▶ do godz. 19.45**

18.30 POLSAT FILM **Wstrząs**
OBYCZAJOWY Neuropatolog odkrywa zależność między urazami u futbolistów a ich skłonnością do depresji. Działacze sportowi chcą go zniszczyć. *Reż.: Peter Landesman, A: Will Smith, Alec Baldwin, Albert Brooks USA/Wlk. Bryt. 2015* **150 min ▶ do godz. 21.00**

20.10 ALE KINO+ **Bandyci**
WESTERN Po zakończeniu wojny secesyjnej grupa farmerów z Liberty wraca do domu. Odkrywają, że miasteczko zajęły oddziały federalne. *Reż.: Les Mayfield, A: Colin Farrell, Scott Caan, Ali Larter, Kathy Bates USA 2001* **125 min ▶ do godz. 22.15**

21.00 POLSAT FILM **Sisu**
WOJENNY Rok 1944. Były żołnierz Korpi znajduje na pustkowiu złoto. Skarb próbują mu odebrać naziści. Nie wiedzą oni, że są bez szans. *Reż.: Jalmari Helander, A: Jorma Tommila, Aksel Hennie, Jack Doolan Finlandia 2022* **110 min ▶ do godz. 22.50**

→ filmowe hity


Ethan zgadza się na układ, od którego zależy jego życie.





21.00 TVN 7 72 godziny

SENSACYJNY Śmiertelnie chory agent musi wypełnić karkołomną misję. W zamian otrzyma nowatorski lek.

HIT DNIA Agent CIA Ethan Renner, specjalista od zwalczania terroryzmu, z zaskoczeniem dowiaduje się, że jest śmiertelnie chory. Chce wykorzystać ostatnie miesiące życia i odbudować zaniedbane relacje z żoną Christine, a także córką Zoey, które porzucił ze względu na niebezpieczne zajęcie. Wcześniejsza emerytura nie jest mu jednak pisana. Z mężczyzną kontaktuje się funkcjonariuszka wywiadu Vivi Delay. Składa koledze po fachu propozycję nie do odrzucenia. Jeżeli w ciągu 72 godzin Ethan namierzy i zlikwiduje nieuchwytnego przestępcę o pseudonimie Wilk, otrzyma eksperymentalny specyfik, który pozwoli mu ocalić życie. Renner zgadza się na układ. Musi pogodzić niebezpieczną misję w Paryżu z opieką nad krnąbrną nastolatką. Pragnąca wolności dziewczyna nie ułatwia ojcu zadania. HD **150 min ▶ do godz. 23.30**

USA/Francja/Serbia 2014 **Reż.:** McG **Wyst.:** Kevin Costner, Amber Heard, Hailee Steinfeld, Connie Nielsen



20.00 TVP KULTURA **Książę przypływów**
OBYCZAJOWY Po próbie samobójczej swojej bliźniaczki Tom Wingo (Nick Nolte) szuka pomocy u psychoanalityczki Susan. Podczas sesji wraca do przeżyć z dzieciństwa. Między dwójką samotnych ludzi rodzi się więź.
Reż.: Barbra Streisand Wyst.: Barbra Streisand
USA 1991 HD **140 min ▶ do godz. 22.20**



20.00 TV PULS **22 kule**
SENSACYJNY Były gangster Charly wiedzie spokojne życie u boku żony i dzieci. Pewnego dnia staje się celem zabójcy. Po rekonwalescencji szuka zemsty. Podejrzewa, że zamach zorganizował jego dawny przyjaciel (Kad Merad).
Reż.: Richard Berry Wyst.: Jean Reno
Francja 2010 HD **155 min ▶ do godz. 22.35**



20.00 STOPKLATKA **Elektra**
PRZYGODOWY Płatna zabójczyni Elektra (Jennifer Garner) jest mistrzynią wschodnich sztuk walki. Jej kolejnym celem są Mark Miller i jego córka. Gdy poznaje ich historię, rezygnuje z wykonania zlecenia. Całą trójkę ścigają ninja.
Reż.: Rob Bowman Wyst.: Goran Višnjić
USA 2005 HD **120 min ▶ do godz. 22.00**



22.35 TV PULS **90 minut do śmierci**
THRILLER Opuszczony szpital ma zostać wyburzony. Szef gangu, który przebywa w więzieniu, ukrył tam trzy miliony dolarów. Pojawiają się chętni na przejęcie fortuny, m.in. Mike (Scott Adkins).
Reż.: Dolph Lundgren Wyst.: Dolph Lundgren
USA 2021 HD **100 min ▶ do godz. 0.15**



22.40 TVN **Godziny szczytu 2**
KOMEDIA SENSACYJNA Inspektor Lee (Jackie Chan) bada sprawę zamachu na ambasadę USA w Hongkongu. Pomaga mu Carter (Chris Tucker), który spędza tu wakacje. Trop prowadzi ich do triady działającej w Las Vegas.
Reż.: Brett Ratner Wyst.: John Lone, Ziyi Zhang
USA 2001 HD **115 min ▶ do godz. 0.35**



23.10 TV 4 **Killerman**
KRYMINALNY Santos razem z Diamondem (Liam Hemsworth) zajmuje się praniem brudnych pieniędzy. Gdy jedna z transakcji nie dochodzi do skutku, chce zainwestować w narkotyki. Przyjaciele wpadają w tarapaty.
Reż.: Malik Bader Wyst.: Emory Cohen
USA 2019 HD **145 min ▶ do godz. 1.35**

Oznaczenia: P! Premiera w TV HD Program także w standardzie HD
Egzemplarz archiwalny

→ filmowe hity



Desperat usiłuje znaleźć dla swoich bliskich miejsca w specjalnych schronach.

20.30 POLSAT

2012

KATASTROFICZNY Przepowiednia Majów o zagładzie zaczyna się spełniać. Bezradni ludzie szukają szansy ocalenia.

HIT DNIA Naukowcy odkrywają, że na Słońcu dochodzi do silnych burz. To zjawisko może przynieść katastrofalne skutki. Badacze o swoich przewidywaniach powiadamiają światowych przywódców. Upływa kilka lat, a część z nich ma już ustalony plan postępowania na wypadek zagłady. Konstruują statki, które w chwili kataklizmu zabiorą na pokład wybrańców. Pisarz Jackson Curtis wpada na trop tajemnicy państwowej. Postanawia za wszelką cenę umieścić we współczesnych arkach własną rodzinę. HD **205 min** ▶ **do godz. 23.55**

USA/Kanada 2009 **Reż.:** Roland Emmerich **Wyst.:** John Cusack, Amanda Peet, Chiwetel Ejiofor, Thandie Newton



21.00 SUPER POLSAT

Aniołki Charliego: Zawrotna szybkość

SENSACYJNY Trzy superagentki, Natalie (Cameron Diaz), Alex (Lucy Liu) i Dylan (Drew Barrymore), szukają obrączek, które pozwalają odkryć tożsamość dawnych świadków koronnych.

Reż.: McG Wyst.: Demi Moore, Robert Patrick
USA 2003 HD **140 min** ▶ **do godz. 23.20**



23.20 SUPER POLSAT

Wrogowie publiczni

GANGSTERSKI Rok 1933. John Dillinger zostaje zwolniony z więzienia. Dokonuje serii napadów na banki. Policja jest bezsilna. Agent Melvin Purvis (Christian Bale) ma za zadanie go schwytać.

Reż.: Michael Mann Wyst.: Johnny Depp
USA 2009 HD **165 min** ▶ **do godz. 2.05**



22.30 TVP KOBIETA

Trzy królowe

KOMEDIA W domu Helen (Ellen Burstyn) wybucha pożar. Na czas remontu postanawia ona przenieść się do ośrodka spokojnej starości. Wkracza w świat ekscentrycznych seniorów, zawiłych układów i skomplikowanych intryg.

Reż.: Michael Lembeck Wyst.: Jane Curtin
USA 2021 HD **105 min** ▶ **do godz. 0.15**



23.55 POLSAT

Koszmarna noc

THRILLER W San Juan Taylor zostaje postrzelona przez dwóch skorumpowanych policjantów, Pierce'a i Tulla. Jako jedyny świadek zbrodni musi walczyć o życie. Wzywa na pomoc porucznika Wakesa (Bruce Willis).

Reż.: Matt Eskandari Wyst.: Nicky Whelan
USA 2019 HD **130 min** ▶ **do godz. 2.05**

→ sport



8.00 EUROSPORT 2

Tour of Langkawi

KOLARSTWO LIVE Drugi etap wyścigu. Kolarze wystartują z Taipingu, a po przejechaniu niemal 146 km przekroczą linię mety zlokalizowaną na szczycie Gunung Jerai. To prawdziwy test możliwości kolarzy. Zmierzą się z nim m.in. Jordan Jegat i Alessandro Romele. HD **90 min** ▶ **do godz. 9.30**



20.35 TVP 1

Szwecja – Polska

PIŁKA NOŻNA LIVE Stawką meczu w Solnie będzie coś więcej niż punkty w fazie grupowej Ligi Narodów. Biało-Czerwoni chcą bowiem odegrać się na ekipie Trzech Koron za porażkę 2:3 w finale baraży o awans do tegorocznego mundialu. HD **160 min** ▶ **do godz. 23.15**



20.35 POLSAT SPORT 1

Belgia – Francja

PIŁKA NOŻNA LIVE Po MŚ stery w reprezentacji Francji przejął Zinedine Zidane. W drugim meczu pod jego wodzą Trójkolorowi zmierzą się w Brukseli z ekipą Czerwonych Diabłów, którą pokonali w pięciu spotkaniach z rzędu. HD **145 min** ▶ **do godz. 23.00**



20.35 POLSAT SPORT 2

Turcja – Włochy

PIŁKA NOŻNA LIVE Batalia w grupie A1 Ligi Narodów ma szczególne znaczenie dla Vincenza Montelli, selekcjonera reprezentacji Turcji, który jest Włochem. Ekipa znad Bosforu dotychczas nie wygrała meczu ze Squadra Azzurra. HD **145 min** ▶ **do godz. 23.00**

→ rozrywka



11.45 TVP 2

Okrasa łamie przepisy

KULINARNY Kucharz odwiedzi Suwalszczyznę. Pokaże trzy regionalne wypieki na kiju: drożdżowe ciasto z konfiturą i ricottą z kandyzowaną skórką limonki, sękacza podanego z sałatką z duszonej jagnięciny oraz ciasto francuskie. HD **40 min** ▶ **do godz. 12.25**



20.50 TVN

The Floor

TELETURNIEJ Trwa rywalizacja pod czujnym okiem Mikołaja Roznerskiego. Nowością w tym sezonie jest możliwość wymiany kategorii. Jednemu z uczestników, Pawłowi, ukradziono ją aż dwukrotnie na przestrzeni kilku odcinków. HD **40 min** ▶ **do godz. 21.30**



22.00 TTV HD

Gogglebox. Przed telewizorem 25

REALITY SHOW Mateusz Borkowski, jego koledzy oraz inni uczestnicy programu z humorem komentują perypetie bohaterów telenowel czy rywalizację w talent show. Nie zabraknie ironii i ciętych ripost. HD **80 min** ▶ **do godz. 23.20**

→ dokument



22.10 POLSAT VIASAT HISTORY

Statua Wolności

HISTORIA Posąg był darem Francji dla nowo powstającego narodu amerykańskiego. Film pokazuje, jak go budowano. Omówione też zostaną idee, które symbolizuje. HD **70 min** ▶ **do godz. 23.20**

eprasa.pl 37b976a8ff

TVP 1 HD DVB T2

5.00 Sprawdzamy – magazyn
5.20 Pytanie dnia – pr. publicyst.
5.40 Reporterzy – mag. reporterów
5.55 Akacjowa 38 (948) – telenowela, Hiszpania 2018
7.00 Transmisja mszy świętej z Sanktuarium Matki Bożej na Jasnej Górze
7.30 Studio Raban – mag.
8.00 Serwis Info – program inform.
8.10 Pogoda Info
8.25 Zaraz wracam 3 (146) – serial obyczajowy, Polska 2026
9.00 Ranczo 2 (16) – obycz., Pol. 2007
10.05 Komisarz Alex 2 (16) – serial kryminalny, Polska 2012
11.00 Ojciec Mateusz 21 (274) – serial kryminalny, Polska 2019
12.00 Serwis Info – program inform.
12.10 Agrobiznes – magazyn rolniczy
12.25 Agropogoda – program inform.
12.35 Rok w ogrodzie extra – mag.
12.50 BBC w Jedynce: Ssaki (1)
14.00 Splątane losy (54) – serial obyczajowy, Turcja 2024
15.00 Serwis Info – program inform.
15.10 Reporterzy – mag. reporterów
15.35 Gra słów. Krzyżówka (1151)
16.00 Dziedzictwo (1038) – serial obyczajowy, Turcja 2020
17.00 Teleexpress, pogoda
17.25 Jaka to melodia? – telet. muz.
18.05 Klan (4742) – telenowela, VOD Polska 2026
18.40 Akacjowa 38 (965) – telenowela, Hiszpania 2018
19.30 Program informacyjny 19.30
19.55 Pytanie dnia – pr. publicyst.
20.10 Sport, pogoda
20.25 Piłka nożna: Liga LIVE Narodów – studio

TVP 2 HD DVB T2

4.35 Na dobre i na złe (943): Mecz – serial obyczajowy, Polska 2025
5.30 M jak miłość (1847) – serial obyczajowy, Polska 2025
6.20 Rodzina (nie od) święta – magazyn religijny
6.50 Barwy szczęścia (3406) – serial obyczajowy, Polska 2026
7.30 Pytanie na śniadanie – pobudka – magazyn
7.55 Pytanie na śniadanie – magazyn
11.45 Okrasa łamie przepisy – magazyn kulinarny
12.25 Koło fortuny – teleturniej
13.15 Panna młoda (208) – serial obyczajowy, Turcja 2024
14.05 Va banque – teleturniej
14.35 Na sygnale (926): Na haju – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2026
15.05 La Promesa – pałac tajemnic (486) – serial obyczajowy, Hiszpania 2024
Martina ucieka z sanatorium. Manuel, wspierany przez Salvadora, stara się zataić nieobecność Curra przed domownikami. Vera wyznaje Lopemu, że jest córką księżnej de Carril. Petra nabiera wkrótce przekonania, że ktoś celowo sprowadził arystokratkę do La Promesy.
16.00 Koło fortuny – teleturniej
16.35 Familiada – teleturniej
17.20 Panna młoda (209) – serial obyczajowy, Turcja 2024
18.15 Va banque – teleturniej
18.50 Jeden z dziesięciu – teleturniej
19.25 Barwy szczęścia (3406) – serial obyczajowy, Polska 2026

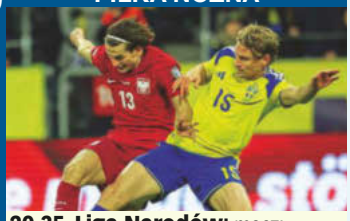
POLSAT HD DVB T2

4.40 Disco Gramy
5.25 Telezakupy TV Okazje – magazyn reklamowy
5.55 Nowy dzień z Polsat News
8.00 Trudne sprawy (760) – serial paradokumentalny, Polska 2018
9.00 Dlaczego ja? (1319) – serial paradokumentalny, Polska 2024
10.05 Wypasiona kuchnia (16) – program rozrywkowy
10.20 Dlaczego ja? (1318, 1320) – serial paradokumentalny, Polska 2024
12.20 Gliniarze. Śląsk (19): Drapieżne żądze – serial kryminalny, Polska 2026
13.20 Gliniarze (980, 981) – serial paradokumentalny, Polska 2024
15.30 Wydarzenia 24
15.50 Pogoda
15.55 Gliniarze (1234) – serial paradokumentalny, Polska 2026
16.55 Gliniarze. Śląsk (20): Plan doskonały – serial kryminalny, Polska 2026
18.00 Pierwsza miłość (4254) – serial obyczajowy, Polska 2026
Jolka zauważa Kingę i Janka w czułym uścisku. Obiecuje, że nikomu nie powie o tym, co widziała. Sekret jej jednak ciąży. Ewa umawia się z Łucją na spotkanie. Zaczyna podejrzewać, że kobieta coś ukrywa.
18.50 Wydarzenia
19.15 Gość „Wydarzeń” – program publicystyczny
19.25 Wypasiona kuchnia (29) – program rozrywkowy
19.35 Sport, pogoda
19.55 Milionerzy – teleturniej

TVN HD DVB T2

5.40 Uwaga! – magazyn reporterów
5.55 Ukryta prawda (1489) – serial paradokumentalny, Polska 2023
6.50 Kuchenne rewolucje (6): Nowy Tomyśl – Oaza Smaku – program rozrywkowy
7.45 Dzień Dobry TVN – magazyn
11.20 Doradca smaku (17) – magazyn kulinarny
11.30 Kuchenne rewolucje (4, 11): Wejherowo – Deptak; Grodzisk Mazowiecki – Orient X-press/ Pełen Rondel – program rozrywkowy
13.40 Ukryta prawda (1636, 1637, 1769) – paradok., Polska
16.50 Szpital św. Anny (150) – serial player obyczajowy, Polska 2026
Marta i Tomek pomagają kobiecie, która cierpi na urojenia. Gdy dołącza do nich mąż pacjentki, ta nie pozwala mu się do siebie zbliżyć. Dzieci też wyraźnie się go boją.
17.55 Detektywi (351) – serial player fabularno-dokumentalny, Polska 2026
Nastolatka prosi Annę i Katarzynę o pilną pomoc w sprawie bezdomnej, koczującej w piwnicy jej bloku. Kobieta została napadnięta i porwana.
18.55 „Lalka” – relacja z premiery (1) – program rozrywkowy
19.00 Fakty
19.30 „Lalka” – relacja z premiery (2) – program rozrywkowy
19.35 Sport, pogoda
19.55 Uwaga! – magazyn reporterów
20.15 Na Wspólnej (4284) – serial player obyczajowy, Polska 2026
20.50 The Floor (17) – teleturniej

PIŁKA NOŻNA



20.35 Liga Narodów: mecz: LIVE Szwecja – Polska

Biało-Czerwoni mają do wyrównania rachunki z ekipą Trzech Koron. To właśnie reprezentacja Szwecji pozbawiła Jakuba Kamińskiego i spółkę marzeń o wyjeździe na tegoroczne mistrzostwa świata. W finale baraży Szwecja pokonała Polaków 3:2.

23.15 Świat bez fikcji: Film dokumentalny
0.25 Balans bieli – program religijny
1.10 Cisza nocna – horror, Polska FILM 2024, reż. Bartosz M. Kowalski, wyk. Maciej Damięcki, Zdzisław Wardejn, Włodzimierz Press, Anna Nehrebecka, 115 min
Prawie 80-letni Lucjan tęskni za zmarłą żoną i karierą na deskach teatru. Mieszka z synem, który proponuje seniorowi, aby na czas remontu przeniósł się do domu opieki. Pewnej nocy emeryt schodzi tam do piwnicy i odkrywa tajemnicze przejście do równoległego świata.
3.05 Film dokumentalny
4.10 Notacje – cykl dokum., Pol. 2007
4.20 Zakończenie

OBYCZAJOWY



20.05 Barwy szczęścia (3407) VOD – Polska 2026

Bruno i Karolina szykują w hotelu inscenizację własnego ślubu. Amelia jest oburzona, gdy dowiaduje się, że wydarzenie to jest tylko wyreżyserowanym spektaklem dla mediów. Grzelakowie zostają pozwani przez Bogumiła. Natalia namawia Borysa do ugody.

20.40 Kulisy serialu „M jak miłość” – cykl felietonów
20.50 M jak miłość (1943) – serial VOD obyczajowy, Polska 2026
21.50 Na sygnale (927): Furia VOD zdradzonej kobiety – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2026
22.20 Berlin Ku'damm 77 (22) – serial obyczajowy, Niemcy 2025
23.20 Matlock (17, 18) – serial kryminalny, USA 2024
1.00 Zaślubiona (4) – serial obyczajowy, Włochy 2022
2.15 Rozgrywka – film sensacyjny, FILM Niemcy/USA 2001, reż. Frank Oz, wyk. Robert De Niro, Edward Norton, Marlon Brando, Angela Bassett, 120 min
4.15 Zakończenie

KATASTROFICZNY



20.30 Megahit: 2012 – USA/ FILM Kanada 2009, 205 min

W 2009 roku naukowcy odkrywają burze na Słońcu. Największe państwa świata ustalają plan na wypadek zagłady. Po trzech latach przepowiednia Majów wieszcząca koniec świata zaczyna się spełniać. Pisarz Curtis dowiaduje się, że dla wybrańców powstały współczesne arki. Pragnie umieścić na nich swoją rodzinę.

23.55 Koszmarna noc – thriller, USA FILM 2019, reż. Matt Eskandari, wyk. Nicky Whelan, Bruce Willis, Tito Ortiz, Texas Battle, 130 min
W San Juan na Portoryko Madison Taylor przypadkowo zostaje postrzelona przez dwóch skorumpowanych policjantów, którzy wcześniej zamordowali śledczego. Ciężko ranna trafia na nocny oddział szpitalny. Jako jedyny świadek zbrodni staje się celem morderców.
2.05 Krwawa profesja – dramat FILM sensacyjny, USA 2002, reż. Clint Eastwood, wyk. Clint Eastwood, Jeff Daniels, Anjelica Huston, Wanda De Jesus, 155 min

ROZRYWKOWY



21.30 Taskmaster (5)

Kazimierz Mazur, Wiolka Walaszczyk i pozostali uczestnicy programu mierzą się z zadaniami bez jednego właściwego rozwiązania. W grze liczą się przede wszystkim spryt, improwizacja i odwaga, a codzienne przedmioty mogą stać się kluczem do sukcesu.

22.40 Godziny szczytu 2 – komedia FILM sensacyjna, USA 2001, reż. Brett Ratner, wyk. Chris Tucker, Jackie Chan, John Lone, Ziyi Zhang, 115 min
0.35 Rozwodnicy FILM – komediodramat, Polska 2024, reż. Michał Chaciński, wyk. Magdalena Popławska, Wojciech Mecwaldowski, Tomasz Schuchardt, Michalina Łabacz, 125 min
2.40 Co za tydzień – magazyn kult.
3.10 Uwaga! – magazyn reporterów
3.30 CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 10 (19) – serial kryminalny, USA/Kanada 2010
4.30 Nauka jazdy 6 (14) – program rozrywkowy
5.00 Zamieszkać na plaży 6 (2) – program rozrywkowy

eprasa.pl 37b976a8ff
P! Premiera w TV

TVN 7 HD DVB T2

5.20 **Ten moment** (51) – serial paradokumentalny, Polska 2015-2016
5.55 **Szkoła** (484-486) – serial paradokumentalny, Polska 2017
8.45 **Ukryta prawda** (1394, 1557, 1558) – serial paradokumentalny, Polska
11.50 **W-11 – Wydział Śledczy** (709-711): Niech mi ktoś pomoże; Trudna miłość; Trucizna – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2010
13.55 **Detektywi** (135) – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2024
15.00 **Szpital św. Anny** (140) – serial obyczajowy, Polska 2026
16.00 **Szpital** (884) – serial paradokumentalny, Polska 2019
17.00 **Sędzia Anna Maria Wesołowska** (563) – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2011
18.00 **Rozwód. Walka o wszystko** (15) – serial paradokumentalny, Polska 2020
U Dominiki zdiagnozowano raka piersi. Guz usunięto, a kobieta jest po drugim cyklu chemioterapii. W tym trudnym czasie odkrywa, że mąż ma kochankę.
19.00 **Ukryta prawda** (1695) – serial paradokumentalny, Polska 2025
Janek poznaje szokującą prawdę o siostrze. Dziewczyna, zamiast pracować jako barmanka, zarabia na życie na kamerkach erotycznych.
20.00 **Hotel Paradise 13** (19) – reality show

TV PULS HD DVB T2

6.00 **Policjanci z Miami 5** (16, 17): Ofiary zbiegu okoliczności; Swobodny lot, część 1 – serial kryminalny, USA 1989
8.00 **Kobra – oddział specjalny** (2, 3): Bez litości; Odlot – serial sensacyjny, Niemcy 2021
10.00 **Zaklinaczka duchów 5** (100) – serial fantasy, USA 2010
11.00 **Kotka** (39) – telenowela, Meksyk 2014
12.00 **Nie igraj z aniołem** (170) – serial obyczajowy, Meksyk 2008
Guz Marichuy okazuje się duży. Juan Miguel robi wszystko, aby uratować ukochaną. Sąd przyznaje Amadorowi opiekę nad Eduarditem. On zostawia dziecko na śmietniku.
13.00 **Wspaniałe stulecie** (12) – serial kostiumowy, Turcja 2013-2014
14.00 **Rodzinny interes** (5): Oldtimer – serial obyczajowy, Polska 2019
15.00 **Lombard. Życie pod zastaw 14** (760, 761) – serial obyczajowy, Polska 2024
17.00 **Rodzinny interes** (6): Brzydkie kaczątko – serial obyczajowy, Polska 2019
Magda otrzymuje zaproszenie na studniówkę od najprzystojniejszego chłopaka w klasie. Fryzjerki robią wszystko, by wyglądała olśniewająco.
18.00 **Lombard. Życie pod zastaw 19** (1029, 1030) – serial obyczajowy, Polska 2026
Dwaj bracia chcą uciec od ojca. Ogrywają seniorów w szachy. Stosują nieuczciwe metody. Wkrótce zostają zdemaskowani.

PULS 2 HD DVB T2

5.50 **Ale numer! 19** (4) – pr. rozrywk.
6.20 **Superthings: Kazoom Power** (14) – serial anim., Hiszpania 2024
6.30 **SamSam: Kosmiczne przygody** (12) – serial anim.
6.45 **Gigantozaur 2** (51) – serial anim.
7.00 **Blaze i Megamaszyny 7** (23) – serial animowany, USA 2022
7.30 **Psi Patrol 6** (4) – serial anim.
7.50 **Dora** (7) – anim., Kan./USA 2024
8.30 **Wielkie przygody małego rekina 2** (4) – serial dla dzieci, USA/Korea Południowa 2023
8.50 **Masza i Niedźwiedź 9** (18-20) – serial animowany, Rosja
9.25 **Świnka Peppa** (14-16) – serial animowany, Wielka Brytania 2004
9.45 **Bing** (19, 20) – serial animowany
10.00 **Jeżyk i Przyjaciele** (7, 6) – anim.
10.35 **Basia 2** (17, 18) – anim., Pol. 2019
11.10 **Gus. Mały – wielki rycerz 2** (1, 2) – serial animowany, Fr. 2021
11.35 **Tomek i przyjaciele: Naprzód lokomotywy! 27** (21, 22) – anim.
12.00 **Psi Patrol 4** (20) – serial anim.
12.35 **Gumisie 6** (2, 3) – serial anim.
13.35 **Smerfy** (66) – serial anim., Belgia
14.00 **Baranek Shaun 6** (16-18) – serial anim., Wielka Brytania
14.35 **Marta mówi** (16) – serial anim.
15.00 **Miraculous: Biedronka i Czarny Kot 6** (5, 6) – anim., Fr./Korea Południowa/Jap. 2025
16.00 **Patryk Rozgwiazda Show** (21, 22) – serial anim., USA 2021
17.00 **SpongeBob Kanciastoporty 9** (199, 200) – anim., USA 2011-2012
18.00 **Pingwiny z Madagaskaru 2** (5, 6) – serial animowany, USA
19.00 **Kacze opowieści** (62, 63) – serial animowany, USA 1987

NETFLIX



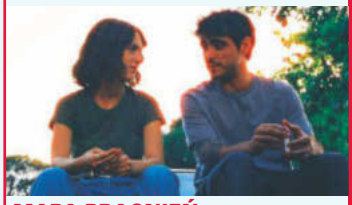
OPONIARZE 3

Nerwowy menedżer Will (Steve Gerben) robi wszystko, by podnieść standard obsługi i uratować podupadającą sieć warsztatów Valley Forge. Jego wysiłki sabotuje bezczelny i leniwy kuzyn Shane (Shane Gillis) oraz reszta załogi. Ich działania prowadzą do serii niezręcznych i absurdalnych starć z klientami.
►**serial kom. (12 odc.), USA 2026**



OBSERWATOR

Dean (Bobby Cannavale) i Nora (Naomi Watts) wprowadzają się wraz z dziećmi do wymarzonego domu na przedmieściach Westfield w New Jersey. Zostają chłodno przyjęci przez sąsiadów. Niebawem ich życie zamienia się w koszmar. Otrzymują złowieszcze listy i orientują się, że ktoś obserwuje każdy ich ruch.
►**serial grozy (7 odc.), USA 2022**



MAPA PRAGNIEŃ

Poruszająca adaptacja powieści Alice Kellen. Greta (Alicia Falcó) opiekuje się chorą na białaczkę siostrą, Lucy. Przed śmiercią dziewczyna pozostawia zestaw wskazówek, które mają pomóc krewnej przeżyć żałobę. Pierwsze zadanie prowadzi do tajemniczego Willa, który może odmienić przyszłość Grety.
►**obycz. (6 odc.), Hiszpania 2026**



NIEWYBRANI

Rosie wraz z mężem Adamem (Asa Butterfield) i córką mieszka w odizolowanej wspólnocie chrześcijańskiej. Gdy w jej życiu pojawia się zbiegły więzień Sam (Fra Fee), zaczyna dostrzegać ograniczenia w społeczności, z którą się związała. Z czasem na jaw wychodzi także mroczna przeszłość przybysza.
►**krym. (6 odc.), Wlk. Bryt. 2026**

DRAMAT SENSACYJNY



21.00 **72 godziny** – USA/Francja/Serbia 2014, 150 min
FILM

HIT DNIA Renner, specjalista od zwalczania terroryzmu, dowiaduje się, że jest śmiertelnie chory. Pragnie odbudować relacje z żoną i córką. Wcześniejsza emerytura nie jest mu jednak pisana. Vivi Delay z CIA składa mu ofertę – jeśli zlikwiduje przestępcę w ciągu trzech dni, otrzyma eksperymentalne lekarstwo.

23.30 **Elvis** – dramat biograficzny, USA/Australia 2022, reż. Baz Luhrmann, wyk. Austin Butler, Tom Hanks, Olivia DeJonge, Helen Thomson, 195 min
FILM
Lata 50. XX w. Tom Parker zostaje menedżerem obiecującego wokalisty. Szybko dostrzega jego potencjał i przekonuje, by oddał mu na wyłączność kontrolę nad swoją karierą. Z czasem wybucha między nimi konflikt.
2.45 **Mówię Wam 5** (6) – program kulturalny
3.55 **Fachowcy** (9) – serial paradokumentalny, Polska 2017
4.30 **Usterka 12** (4) – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2019

SENSACYJNY

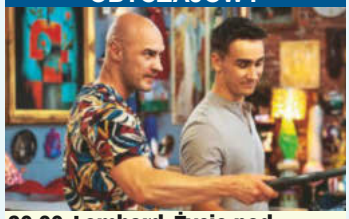


20.00 **Poniedziałki z Jeanem Reno: 22 kule** – Francja 2010, 155 min
FILM

Charly Mattei przed trzema laty zerwał z gangsterskim fachem. Teraz wiedzie spokojne życie u boku żony, z którą wychowuje dwoje dzieci. Pewnego zimowego poranka ktoś strzela do niego na podziemnym parkingu w Marsylii. 22 kule sięgają celu. Mimo poważnych obrażeń Mattei uchodzi z życiem. Po rekonwalescencji postanawia się zemścić.

22.35 **90 minut do śmierci** – thriller, USA 2021, reż. Dolph Lundgren, wyk. Scott Adkins, Dolph Lundgren, Vas Sanchez, Scott Hunter, 100 min
FILM
0.15 **Gotowy na wszystko** – thriller, Francja/Belgia 2018, reż. Julien Leclercq, wyk. Jean-Claude Van Damme, Sami Bouajila, Sveva Alviti, Sam Louwyck, 110 min
FILM
2.05 **Dzielnica strachu 3** (81): Głosy w mojej głowie – serial kryminalny, Polska 2022
3.00 **Lombard. Życie pod zastaw 19** (1025) – serial obyczajowy, Polska 2026
4.00 **Zobacz to!** – pr. powtórkowe

OBYCZAJOWY



20.00 **Lombard. Życie pod zastaw 19** (1019) – Polska 2026

Podczas spotkania przy piwie Tanek daje do zrozumienia Nano, że martwi się o niego. Między kumplami narasta napięcie. Spacerująca po parku wraz z Sebastiankiem Patrycja spotyka Selera. Nie kryje zaskoczenia na jego widok.

21.00 **Dzielnica strachu 4** (122, 123): Dzień ojca; Koszmar z tysiąca i jednej nocy – serial kryminalny, Polska 2023
23.00 **Wstydliwe choroby: XXL 2** (5) – serial dokumentalny, Wielka Brytania
1.00 **Dzielnica strachu 4** (121): Wdowy – serial kryminalny, Polska 2023
2.00 **Lombard. Życie pod zastaw** (37) – serial obyczajowy, Polska 2017
3.00 **Lombard. Życie pod zastaw 6** (288) – serial obyczajowy, Polska 2020
4.00 **Niesamowite!** (17, 18) – serial dokumentalny, Polska 2014
5.00 **Lombard. Życie pod zastaw 11** (562) – serial obyczajowy, Polska 2022

STACJE FILMOWE I SERIALOWE

AXN HD

6.00 **CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas** (4, 5) – serial krym.
7.35 **Ostry dyżur 6** (3, 4) – serial obyczajowy
9.25 **Castle 7** (23) – serial krym., USA 2014-2015
10.25 **Castle 8** (1) – serial krym., USA 2015-2016
11.25 **Rekrut: FBI** (19, 20) – serial kryminalny
13.15 **Agenci NCIS 10** (8, 9) – serial sensacyjny
15.10 **FBI 6** (1, 2) – serial kryminalny, USA 2024
17.10 **CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 9** (1, 2) – serial krym., USA/Kanada 2008
19.05 **Castle 8** (2, 3) – serial krym., USA 2015-2016
21.05 **FBI 6** (2) – serial krym.

TVP SERIALE

8.40 **Komisarz Alex 10** (124) – krym., Pol. 2017
9.30 **Rodzinka.pl** (161)
10.00 **Klan** (1508) – telen.
10.35 **Ranczo 3** (29) – obycz.
11.30 **M jak miłość** (1942)
12.25 **Komisarz Alex 26** (324) – krym., Pol. 2026
13.25 **Kulisy serialu „Ojciec Mateusz"** (18) – cykl felietonów
13.35 **Ojciec Mateusz 34** (443, 444) – krym., Pol.
15.30 **Komisarz Alex 10** (125) – krym., Pol. 2017
16.20 **Na sygnale** (544, 545)
17.25 **Ranczo 3** (31, 32) – serial obycz., Polska
19.30 **Ojciec Mateusz 34** (445) – krym., Pol. 2026
20.30 **Ojciec Mateusz 7** (93) – krym., Pol. 2011

TVP KULTURA DVB T2

8.20 **Tamte lata, tamte dni** – magazyn kult.
9.00 **Przygody pana Michała** (13) – przyg.
9.40 **Człowiek, który** FILM **zdemoralizował Hadleyburg** – kom., Pol. 1967, 40 min
10.20 **Paryżanka** – dramat obyczajowy, Francja/Włochy 1957, 100 min
12.00 **Hollywoodzki remake** (4) – dok., Fr.
13.05 **Co mówią lekarze**
13.45 **Kosmos 1999** (33)
14.45 **Dzieci i ryby** FILM – komedia obyczajowa, Polska 1996, 115 min
16.40 **Rodzina Połanieckich** (1)
18.15 **Dobry tytuł** – mag.
18.55 **Rawhide 3** (71)

ALE KINO+ HD

6.30 **Polska z góry 2** (13) – serial dok., Pol. 2018
7.00 **Kot** – film krótkometr., Pol. 2022
7.20 **Benek** FILM – komediodramat, Polska 2007, 125 min
9.25 **Wolna krowa** – film krótkometraż.
10.00 **Karen Pirie** (2) – krym., Wlk. Bryt. 2022
11.50 **Detektyw Foyle 2** (3) – serial kryminalny
13.55 **Księżyc nad** FILM **Karoliną** – dramat obyczajowy, USA/Kanada 2007, 120 min
15.55 **Niemożliwe** FILM – dramat katastroficzny, Hiszp./USA 2012, 130 min
18.05 **Detektyw Foyle 2** (4) – serial kryminalny

CANAL+ PREMIUM HD

9.00 **Miss mokrego** FILM **podkoszulka** – kom., Polska 2002, 60 min
10.00 **Imagine Dragons: Live at the Hollywood Bowl**
12.10 **Nadzieja** FILM – dramat sensacyjny, Polska/Niemcy 2006, 100 min
13.50 **Joseph i jego dzieci** – film dok., Pol. 2024
14.45 **Zmierzch** FILM – film fantasy, USA 2008, 120 min
16.45 **Balony**
17.15 **Jason Bourne** FILM – thriller, USA 2016, 120 min
19.15 **Łapu capu** – pr. rozr.
19.20 **Kopnięci w czasie** FILM – komedia, Francja/Belgia 2025, 100 min

HBO HD

10.40 **Pies i Robot** FILM – film animowany, Hiszpania/Francja 2023, 105 min
12.25 **Wyśnione piosenki** FILM – dramat obyczajowy, USA 2025, 90 min
13.55 **Rozważni i romantyczni – klub miłośników Jane Austen** FILM – komediodramat, USA 2007, 105 min
15.40 **Lodowy szlak: Zemsta** FILM – thriller, USA/Australia 2025, 110 min
17.30 **Spider-Man: Bez drogi do domu** FILM – film przygodowy, USA 2021, 150 min
20.00 **Latarnie** (7) – serial s.f.
21.00 **Druga młodość** (3)

20

KRYMINALNY



22.05 FBI: Most Wanted 5 (5) – USA 2024

W Pensylwanii uzbrojeni napastnicy porywają grupę licealistów oraz nauczyciela. Ekipa Task Force próbuje uspokoić rodziców.

23.00 **CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 9** (1, 2) – serial krym.
0.50 **Castle 8** (2, 3) – serial krym., USA 2015-2016
2.45 **FBI 6** (2) – serial krym.
3.40 **FBI: Most Wanted 5** (5) – serial kryminalny
4.40 **CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 6** (10) – krym., USA/Kan.

OBYCZAJOWY



21.30 Ranczo 3 (33, 34) – Polska 2008

Lucy i Kusy postanawiają pozostać parą, co wywołuje konflikt z księdzem. Duchowny wyrzuca Amerykankę z domu parafialnego, w którym uczyła angielskiego.

23.30 **Ojciec Mateusz 34** (446) – krym., Pol. 2026
0.25 **Na sygnale** (922-926) – serial fab.-dokum.
3.05 **Londyńczycy** (13) – serial obycz., Polska
3.55 **Klan** (1508) – telenowela, Pol. 2008
4.25 **Rodzinka.pl** (315, 316) – kom., Pol.

DRAMAT OBYCZAJOWY



20.00 Książę przypływów FILM – USA 1991, 140 min

Tom po samobójczej próbie swojej siostry zaczyna uczęszczać do psychoanalityk Susan. Zakochuje się w tej interesującej kobiecie.

22.20 **Siedem lat w Tybecie** FILM – dramat biograf., USA/Wielka Brytania 1997, 145 min
0.45 **Tycjan: imperium barw** – dok., Wł. 2022
2.30 **Ostoja** – dram. obycz., Irl./Pol. 2012, 100 min FILM
4.10 **Dobry tytuł** – mag.
4.50 **Podróże z historią**
5.30 **Teledyski**

WESTERN



20.10 Premiera: Bandyci FILM – USA 2001, 125 min

Farmerzy z Liberty dowiadują się, że potentat kolejowy nabywa prawa do ziemi bez zgody właścicieli. Przeciw niesprawiedliwości buntują się m.in. bracia Jamesowie.

22.15 **Edukacja XD** (7, 8) – serial kom., Pol. 2025
23.30 **Szef roku** FILM – komedia, Hiszpania 2021, 145 min
1.55 **Król** (7) – serial sens.
3.15 **Sweat** – dram. obycz., Pol. 2020, 110 min FILM
5.05 **Sortownia** (7) – psycholog., Pol. 2023

SENSACYJNY



21.00 Apollo w ogniu: Apollo Has Fallen (4) – Wlk. Bryt./Fr.

W Bengazi zakażony wirusem MERS Vincent walczy o życie. Zara jest o krok od ujawnienia swojej tożsamości. Chce skonfrontować się z kretem w Londynie.

21.50 **Dobry chłopiec** FILM – obycz., Polska/Wielka Brytania 2025, 110 min
23.40 **Surfer** FILM – thriller, Australia/USA/Irlandia 2024, 100 min
1.20 **Pokuszenie** FILM – thriller erotyczny, Wielka Brytania 2024, 105 min

OBYCZAJOWY



21.35 Piekło kobiet (4) – Polska 2026

Helena po narkotycznym epizodzie budzi się u Emila. Jej relacja z Maksem budzi coraz większy lęk. Ewa decyduje się na desperacki krok. W gazecie narasta kryzys.

22.25 **Supergirl** FILM – film s.f., USA/Wielka Brytania/Australia 2026, reż. Craig Gillespie, wyk. Milly Alcock, 110 min
0.15 **MaXXXine** FILM – thriller, USA/Wielka Brytania/Nowa Zelandia 2024, reż. Ti West, wyk. Mia Goth, 100 min

AXN WHITE

6.10 **Detektyw Murdoch 8** (14) – krym., Wlk. Bryt./Kan.
6.55 **Dr House 3** (2, 3) – obycz.
8.45 **Napisała: Morderstwo 3** (8, 9) – serial kryminalny
10.50 **Agenci NCIS 19** (15-17)
13.45 **Rekrut 4** (6) – serial krym.
14.45 **Dr House 3** (4, 5) – obycz.
16.45 **Downton Abbey 5** (2, 3)
19.00 **Unforgettable: Zapisane w pamięci** (22-ost.)
20.00 **Dowody zbrodni 2** (12, 13) – serial kryminalny
21.55 **Rekrut 4** (7) – serial krym.
22.55 **Agenci NCIS 19** (15-17)
1.40 **Dowody zbrodni 2** (12, 13) – serial kryminalny
3.25 **Zaklinacze koni 2** (3, 4)

AXN BLACK

8.55 **MacGyver** (17)
9.50 **Zagadki z przeszłości** (9)
10.50 **Gwiezdne wrota** (18, 19)
12.50 **Kobra – oddział specjalny 15** (9) – sens.
13.55 **JAG – Wojskowe Biuro Śledcze 3** (12, 13) – sens.
15.55 **Nieustraszony 4** (5)
17.00 **MacGyver** (18)
17.55 **Zagadki z przeszłości** (10) – przyg., Fr./Niem./Kan.
18.55 **Gwiezdne wrota** (20, 21)
21.00 **Adrenalina** – sens., USA/ FILM Wlk. Bryt. 2006, 115 min
22.55 **Maksimum ryzyka** – film FILM sensacyjny, 1996, 110 min
0.45 **JAG – Wojskowe Biuro Śledcze 3** (12, 13) – sens.

WARNER TV

9.00 **Bajer z Bel-Air 3** (22, 23)
10.00 **Prawo Agaty 7** (6)
11.00 **Pełniejsza chata 3** (16, 17) – serial komediowy
12.00 **Teraz albo nigdy! 2** (8, 9)
14.00 **Bajer z Bel-Air 3** (22-24)
15.25 **Bajer z Bel-Air 4** (1)
15.55 **Pełniejsza chata 3** (16-18)
17.30 **Pełniejsza chata 4** (1)
18.10 **Godziny szczytu** – kom. FILM sens., USA 1998, 105 min
19.55 **Facet z ogłoszenia** FILM – komedia romantyczna, USA 2005, 125 min
22.00 **San Andreas** – dramat FILM katastrof., 2015, 130 min
0.10 **Szeregowiec Benjamin** FILM – kom., USA 1980, 130 min

POLSAT SERIALE HD

6.00 **Gliniarze** (397-399) – serial paradokum., Polska 2019
9.00 **Cobra Kai** (48-50, 1-3) – serial przygodowy, USA
13.05 **Niania** (57-60) – kom., Pol.
15.05 **Świat według Kiepskich** (329-331, 335-337) – kom.
18.05 **Komisarz Mama** (23, 24) – serial kryminalny, Polska
20.05 **Czarna lista 2** (31) – krym.
21.00 **CSI: Kryminalne zagadki Miami** (130) – serial krym.
21.55 **Malanowski i partnerzy** (800-803) – serial fab.-dok.
23.55 **Ślad** (75-77) – serial krym.
2.55 **Święty** (255, 256) – kom.
4.00 **48h. Zaginieni** (236, 237) – serial kryminalny, Polska

CANAL+ FILM HD

6.00 **Łapu capu** – pr. rozrywk.
6.15 **Pan Tadeusz** – kostium., FILM Pol./Francja 1999, 150 min
8.45 **O psie, który jeździł** FILM **koleją 2** – film familijny, Polska 2025, 90 min
10.15 **Łapu capu** – pr. rozrywk.
10.30 **Chopin, Chopin!** – dramat FILM biograf., Pol. 2025, 130 min
12.40 **Być kochaną** – dramat FILM obyczajowy, 2024, 105 min
14.25 **Charlie Chaplin: duch włóczęgi** – film dok., 2024
15.55 **Łapu capu** – pr. rozrywk.
16.10 **Gorzko** – film krótkometr.
16.40 **Miss Potter** – dramat FILM biograficzny, USA/Wielka Brytania 2006, 90 min
18.10 **L.A.R.P. Miłość, trolle i inne questy** – komedia, FILM Polska 2025, 95 min
19.45 **Łapu capu** – pr. rozrywk.
20.00 **Romería** – dramat FILM biograficzny, Hiszpania/Niemcy 2025, 115 min
21.55 **Father Mother Sister** FILM **Brother** – komediodramat, Wielka Brytania/USA/Włochy 2025, 110 min
23.45 **Miasteczko Shelby** FILM **Oaks** – horror, 2024, 90 min
1.15 **Stiller** – dramat FILM obyczajowy, 2025, 95 min
2.50 **The Wasp** – thriller, FILM 2024, 95 min
4.25 **Zapiski śmiertelnika** FILM – komediodramat, Polska 2025, 95 min

CANAL+ SERIALE HD

9.50 **Planeta Singli. Osiem historii** (5) – serial komediowy, Polska 2021
10.50 **Naruto 5** (24-26) – serial anime, Japonia 2004-2005
12.20 **Wszystko, czego nie zdążyliśmy powiedzieć** (1-3) – serial komediowy, Francja 2022
14.10 **Łapu capu** – program rozrywkowy
14.30 **Naruto 5** (21-23) – serial anime, Japonia 2004-2005
16.00 **Making of CANAL+** – magazyn filmowy
16.15 **Cztery pory Igi** (3, 4) – serial dokumentalny, Pol.
18.05 **13 posterunek 2** (40-42) – serial komediowy, Polska 2000
20.00 **Trigger Point: Stan zagrożenia 2** (1, 2) – serial sensacyjny, Wielka Brytania
22.00 **Łapu capu** – program rozrywkowy
22.05 **Oddział dla zuchwałych** (5, 6) – serial wojenny, Wielka Brytania 2022
0.05 **Żmijowisko** (1, 2) – serial kryminalny, Polska 2019
1.55 **Blizna** (7, 8) – serial sensacyjny, Hiszpania 2024
3.45 **Ekspedycja XD** – serial komediowy, Polska 2026
4.40 **Łapu capu** – program rozrywkowy
5.00 **Miasta rytm** (3) – serial dokumentalny, Polska 2020

CANAL+ 360 HD

6.00 **13 posterunek 2** (19, 20) – serial komediowy, Polska
7.10 **Sędziowie 2** (9) – dok.
8.05 **Porzucona Ameryka 4** (2)
9.00 **Wykrywacz historii 6** (1)
10.05 **Koleją przez świat 3** (3)
11.00 **Złombol** (5, 6) – dok., Pol.
13.00 **Porzucone konstrukcje 4** (3) – dok.
13.55 **Zholowani: ciężarówki w opałach 6** (6) – dok.
14.50 **Wykrywacz historii 6** (2)
15.55 **Najbardziej ekstremalne miejsca na świecie 2** (4) – pr. rozr.
16.55 **Mega transporty** (6)
18.00 **Porzucona Ameryka 4** (3)
18.55 **Zholowani: ciężarówki w opałach 6** (4) – dok.
19.50 **Mega transporty** (7)
20.55 **Kryptonim Polska** (1) – serial komediowy, Polska
21.55 **Na krawędzi możliwości** (11, 12) – dok.
22.55 **Porzucone konstrukcje 4** (4) – dok.
23.50 **Koleją przez świat** (5) – serial dok., Wlk. Bryt. 2014
0.50 **Eksperyment: Odsiadka** (6) – reality show
2.00 **Polska z góry: Stadiony 2** (5) – dok., Pol.
2.35 **Łowcy tajemnic Bałtyku** (4) – serial dok., Polska 2020
3.40 **Pogotowie remontowe Wieśka 4** (1, 2) – mag.
4.55 **Mam zamek** (8) – dok.
5.30 **Mam zamek 2** (1) – dok.

HBO 2 HD

16.25 **Happy Feet: Tupot małych stóp 2** FILM – film animowany, Australia 2011, reż. George Miller, 95 min
18.00 **Anakonda** – komedia FILM przygodowa, 2025, 90 min
19.30 **Na arenie** – dramat obycz., FILM Francja 2024, 90 min
21.00 **Sisu: Droga do zemsty** FILM – dramat wojenny, Wielka Brytania/Finlandia/USA 2025, 85 min
22.25 **Nóż w nocnej ciszy** FILM – horror komediowy, USA/Wlk. Bryt./Kan. 2023, 85 min
23.50 **Ciche miejsce: Dzień pierwszy** FILM – horror s.f., USA 2024, 95 min

HBO 3 HD

13.10 **Kung Fu Panda 4** – anim., FILM Chiny/USA 2024, 95 min
14.45 **Królewskie święta** FILM – komedia romantyczna, USA 2023, 85 min
16.10 **Le Mans '66** – dramat FILM biograficzny, USA/Francja 2019, 150 min
18.40 **Wielkie kłamstewka 2** (4) – serial obycz., USA 2019
19.25 **Długa noc** (8) – obycz.
21.00 **Latarnie** (7) – serial s.f.
22.00 **Druga młodość** (3)
22.30 **Piekło kobiet** (4) – obycz.
23.20 **Nie!** – thriller, Japonia/ FILM Kanada/USA 2022, 125 min
1.25 **Lighthouse** – horror FILM psycholog., 2019, 105 min

eprasa.pl 37b976a8ff

STACJE FILMOWE I SERIALOWE

POLSAT FILM HD

6.05 **Górale** (132-134) – serial dokum., Polska
7.30 **Doktor Martin** (12) – serial obyczajowy
8.30 **Przyjaciółki** (247, 248) – obycz., Pol.
10.25 **Świat według Kiepskich** (96, 97, 14, 15, 224, 225, 23) – serial kom., Polska
14.30 **Nadchodzi Polly** FILM – komedia romant., USA 2004, 115 min
16.25 **Wielki mur** – film FILM fantasy, USA/Chiny/Hongkong 2016, reż. Yimou Zhang, wyk. Matt Damon, 125 min
18.30 **Wstrząs** – dramat FILM obycz., USA/Wielka Brytania/Australia 2015, 150 min

COMEDY CENTRAL HD

6.00 **Tata ma plan** (13, 14) – serial komediowy, USA 2016
7.00 **Dwóch i pół 4** (1-4) – serial komediowy, USA 2006
8.55 **Przyjaciele 2** (9, 10, 5-8) – serial komediowy, USA 1996
11.55 **Teoria wielkiego podrywu 9** (20-24) – serial komediowy, USA 2015
14.00 **Teoria wielkiego podrywu 10** (1) – serial komediowy, USA 2016-2017
14.30 **Dwóch i pół 4** (5-8) – serial komediowy
16.30 **Przyjaciele 2** (11-14) – serial komediowy, USA 1996

TVN FABUŁA HD

5.05 **Szkoła** (2) – paradok.
6.00 **Top 100: filmy wszech czasów** (4)
6.30 **Najpiękniejsza muzyka filmowa** (7)
6.45 **Julia** (6, 7) – serial obycz.-kom.
7.45 **Detektywi** (310-313) – serial fab.-dokum.
9.50 **Młode gliny** (16) – serial krym., Polska
10.55 **Lekarze 4** (12)
11.55 **Zapukaj do moich drzwi** (108, 109)
13.55 **Młode gliny** (17)
14.55 **Detektywi** (646, 647)
16.05 **Na Wspólnej** (100, 101) – obycz., Pol.
17.10 **Kino w drodze** (3)
17.45 **Alfabet filmowy** (23)
17.55 **Maska** – komedia, FILM USA 1994, 125 min

13 ULICA

6.25 **Morderstwo na przylądku Finisterre** – krym., Francja 2023, 115 min
8.20 **Motyw 3** (12) – serial kryminalny, Kan. 2015
9.15 **Motyw 4** (1) – serial kryminalny, Kan. 2016
10.10 **Bez śladu 2** (20, 21) – serial kryminalny
12.05 **Kasandra 6** (2) – serial kryminalny, Fr.
14.10 **Zabójstwo w Strasburgu** FILM – thriller, Francja 2016, 120 min
16.10 **Motyw 4** (2, 3) – serial kryminalny, Kan. 2016
18.10 **Bez śladu 2** (22, 23) – serial kryminalny
19.55 **Kasandra 6** (3) – serial kryminalny, Fr.

KINO POLSKA

7.25 **Bolek i Lolek na wakacjach** (11, 12) – serial anim.
7.45 **Przygody Myszki** (11, 12) – serial anim.
8.05 **Siedem życzeń** (5)
9.15 **Tego się nie robi kotu** – krótkometraż.
9.40 **Diabeł** – film krótkometraż., 2022
10.00 **Żegnaj, Ameryko!** FILM – film obycz., Niemcy/Polska 1994, 110 min
11.50 **Papierowe małżeństwo** FILM – kom. obycz., Polska/Wlk. Bryt. 1991, 115 min
13.45 **Quo vadis** (1/2, 2-ost.) FILM – dramat historyczny, 2001, 215 min
17.20 **Czterej pancerni i pies** (2, 3) – wojenny

STOPKLATKA DVB T2

6.00 **Kabaretowe hity** (5)
6.50 **Wojciech Cejrowski – boso przez świat**
7.55 **Robert Makłowicz** (232, 247) – mag. kulin.
9.35 **Pyszne dania w 10 minut z Julią Oleś 2** (16) – magazyn kulin.
9.45 **Górski lekarz** (6, 7) – obycz., Niem./Austria
11.45 **Zagadki kryminalne panny Fisher 2** (13) – serial krym., Australia
12.55 **Zagadki kryminalne panny Fisher 3** (1)
14.00 **Hudson i Rex 4** (11)
15.00 **Zajazd. Będzie się działo 2** (16, 17) – serial obycz., Polska
17.00 **Katastrofy w przestworzach** (1, 10) – serial dokum.

DRAMAT WOJENNY



21.00 Sisu – Finlandia/Wielka Brytania/USA 2022, 110 min FILM

Laponia, 1944 r. Były żołnierz znajduje na pustkowiu złoto. Skarb próbują mu odebrać naziści. Nie wiedzą, z kim mają do czynienia.

22.50 **Życzenie śmierci** FILM – film sensacyjny, USA 2018, 135 min
1.05 **Gliniarze** (659, 660) – serial paradokumentalny, Polska
3.05 **Fala zbrodni** (19, 20) – serial sens., Pol. 2004
5.00 **Na ratunek 112** (942, 943) – paradok.

KOMEDIOWY



18.30 Hoży doktorzy (1, 2) – USA 2001

Młodzi lekarze zaczynają pracę w szpitalu Świętego Serca. J.D. już na początku naraża się cieciowi, a jego przyjaciel Turk jest zauroczony pielęgniarką Carlą.

19.30 **Duchy** (9, 10) – serial fantasy
20.30 **Teoria wielkiego podrywu 10** (2-4)
22.00 **VMA's 2026**
0.05 **Miasteczko South Park 9** (14)
0.30 **Miasteczko South Park 10** (1)
1.00 **Pracoholicy 5** (8, 9)

SENSACYJNY



20.00 Jack Ryan: Teoria chaosu FILM – USA/Rosja/Wielka Brytania 2014, 140 min

Pracujący dla CIA Jack Ryan odkrywa plany oligarchy, który zamierza doprowadzić do upadku USA.

22.20 **Przemytnik** FILM – dramat sensacyjny, USA/Kanada 2018, 140 min
0.40 **Nico: Ponad prawem** FILM – film sensacyjny, USA/Hongkong 1988, reż. Andrew Davis, 125 min
2.45 **Dziewczyny z Hollywood 2** (9)

KRYMINALNY



22.00 Astrid i Raphaëlle 3 (1, 2) – Francja/Bel./Szwajcaria

Pracownica policji pomaga detektyw Raphaëlle Coste w zbadaniu sprawy śmierci znanego astrofizyka. Badacz przed śmiercią miał ujawnić ściśle tajne informacje.

0.15 **Podróżnik** (3) – serial kryminalny, Fr. 2021
2.15 **Motyw 3** (12) – serial kryminalny, Kan. 2015
3.15 **Motyw 4** (1) – krym.
4.10 **Morderstwo na przylądku Finisterre** FILM – krym., Francja 2023, 135 min

SENSACYJNY



20.00 Ostatnia misja FILM – 1999, 125 min

Zawodowy zabójca Andre dowiaduje się, że jest śmiertelnie chory. Wraca do Polski, aby odnaleźć córkę. Jednocześnie przyjmuje swoje ostatnie zlecenie.

22.05 **Lokatorka** FILM – dramat krym., 2021, 155 min
0.40 **Symetria** FILM – dramat obycz., 2003, 130 min
2.50 **Mistyfikacja** FILM – dram. krym., 2010, 135 min
5.05 **Fuck them all** – etiuda filmowa, 2025
5.40 **Sabina** – film krótkometraż., 2022

PRZYGODOWY



20.00 Elektra – USA/Kanada/Szwajcaria 2005, 120 min FILM

Płatna zabójczyni jest mistrzynią wschodnich sztuk walki. Jej kolejnym celem są Mark Miller i jego córka. Gdy poznaje ich historię, rezygnuje z wykonania zlecenia.

22.00 **Ekstradycja 3** (2, 3) – serial sens., Pol. 1998
0.30 **Pulp Fiction** FILM – dramat sensacyjny, USA 1994, 195 min
3.45 **Gangsterzy i filantropi** FILM – sens., Polska 1963, 120 min
5.45 **Zakalec**

CINEMAX HD

12.40 **Kika** FILM – komediodramat, Bel./Francja 2025, 115 min
14.35 **Pocałunek** FILM – dramat obycz., Dania 2022, 110 min
16.25 **Trudny zakład** FILM – komedia, Francja 1997, 95 min
18.00 **Pierwsza krowa** FILM – western, USA 2019, reż. Kelly Reichardt, 120 min
20.00 **Zion** P! FILM – film kryminalny, Francja/Belgia 2025, reż. Nelson Foix, wyk. Sloan Descombes, 100 min
21.40 **Cienka czerwona linia** FILM – film wojenny, USA 1998, 170 min
0.30 **Kiedy nikt nie patrzy** FILM – thriller, USA 2021, 120 min

POLSAT COMEDY CENTRAL EXTRA HD

10.00 **Graczykowie** (49, 50)
11.05 **Daleko od noszy** (21, 22)
12.05 **Młody Sheldon 6** (10-12)
13.25 **Święty** (23, 24) – kom., Pol.
14.25 **Spadkobiercy 2** (3) – rozr.
15.25 **Co ludzie powiedzą? 2** (4) – serial kom., Wlk. Bryt.
16.05 **Jedną nogą w grobie 6** (6) – serial kom., Wlk. Bryt.
16.55 **Czarna Żmija** (6) – kom.
17.35 **Młody Sheldon 6** (13-15)
19.00 **Dwóch i pół 4** (1-4) – kom.
21.00 **Świat według Kiepskich** (11, 12) – serial kom., Polska
22.00 **VMA's 2026** – widowisko
23.50 **Czarna Żmija 2** (1) – kom.
0.30 **Comedy Club 9** (3) – rozr.
1.00 **Spadkobiercy 2** (3) – rozr.

SCI FI

7.00 **Bibliotekarze 4** (5, 6)
9.00 **Medium 6** (14, 15) – krym.
11.00 **Czarodziejki 2** (15-18)
15.00 **Medium 6** (16, 17) – krym.
17.00 **Czarodziejki 2** (19-22) – serial fantasy, USA 2000
21.00 **Szkoła czarownic: Dziedzictwo** FILM – dramat fantasy, USA/Kanada 2020, 120 min
23.00 **Trzej muszkieterowie** FILM – kostium., 2011, 135 min
1.15 **Wojna światów: wyginięcie** FILM – film s.f., USA 2024, 110 min
3.05 **Medium 6** (14, 15) – krym.
5.00 **Sanktuarium: Opowieść czarownicy** (4) – krym.

FX HD

9.00 **CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas** (18) – krym.
10.00 **CSI: Kryminalne zagadki Miami** (7, 8) – serial krym.
11.50 **CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku** (2, 3)
13.50 **FBI 5** (3) – serial kryminalny
14.40 **Agenci NCIS** (14) – sens.
15.35 **CSI: Kryminalne zagadki Miami** (9, 10) – serial krym.
17.25 **Z archiwum X** (10, 11)
19.15 **FBI 5** (5) – serial kryminalny
20.10 **CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku** (4, 5)
22.00 **The Hunting Party** (11)
22.55 **Helikopter w ogniu** FILM – dramat wojenny, USA 2001, 180 min

FILMBOX+ ONE HD

9.45 **Vera 9** (3) – serial krym.
11.45 **Zagadki kryminalne panny Fisher 2** (12) – serial krym., Australia
12.55 **Poirot** – serial kryminalny
15.00 **Strażnik Teksasu 5** (23, 25) – serial sensacyjny
17.05 **Vera 9** (4) – serial krym.
18.55 **Poirot** (9) – serial krym.
20.00 **Uprowadzona 3** – film FILM sensacyjny, Francja/Hiszp./USA 2014, 130 min
22.10 **Nienawistna ósemka** FILM – western, USA 2015, reż. Quentin Tarantino, 225 min
1.55 **Nieuchwytny cel** – film FILM sensacyjny, 1993, 145 min
4.20 **Bonanza** – serial obycz.

ROMANCE TV HD

14.25 **Miłość na horyzoncie** FILM – komedia romantyczna, USA 2024, 115 min
16.20 **Rosamunde Pilcher: Letnie marzenie** FILM – film obyczajowy, Niemcy/Austria 2004, 105 min
18.05 **Górski lekarz** (95) – obycz.
20.00 **Wszystko po połowie** FILM – komedia, Niemcy 2024, 140 min
22.20 **Wszyscy lekko stuknięci** FILM – komedia, Niemcy 2024, 115 min
0.15 **Górski lekarz** (95) – obycz.
2.05 **Wszystko po połowie** FILM – komedia, Niemcy 2024, 130 min

CINEMAX 2 HD

12.55 **Holiday** FILM – komedia romant., USA 2006, 135 min
15.10 **Wybór pianisty** FILM – dramat hist., Francja 2024, 105 min
16.55 **Klik: I robisz, co chcesz** FILM – kom., USA 2006, 110 min
18.45 **Whiplash** FILM – dramat obyczajowy, 2014, 105 min
20.30 **Biegnąc po piasku** FILM – komediodramat, Izrael 2023, 105 min
22.15 **Skąd pochodzimy** FILM – film obycz., 2024, 95 min
23.50 **Listy miłosne** FILM – komediodramat, Francja 2025, 95 min
1.25 **Bez przebaczenia** FILM – thriller, 2024, 105 min

VIASAT EPIC DRAMA HD

8.25 **Detektyw Murdoch 17** (19) – krym., Kan./Wlk. Bryt.
9.20 **Wszystkie stworzenia duże i małe 3** (5) – obycz.
10.20 **Lekarze na start** (46, 47)
11.55 **Panna Scarlet 6** (2, 3)
14.10 **Agenci NCIS 18** (7) – sens.
15.00 **Panna Marple: Morderstwo odbędzie się...** FILM – film krym., USA/Wlk. Bryt. 2005, 130 min
17.10 **Dalgliesh** (2) – serial krym.
19.00 **Agenci NCIS 18** (8) – sens.
19.55 **Poirot 5** (7) – serial krym.
21.00 **Montmartre** (3) – kostium.
22.10 **Sherlock i córka** (8)
23.05 **Poirot 5** (7) – serial krym.
0.15 **Agenci NCIS 18** (8) – sens.

NOVELAS+ HD

9.00 **Miłość w Cabo** (32)
10.00 **Opowieść o wyspie** (50)
11.00 **Sidła namiętności** (11)
12.00 **Duma i uprzedzenie** (33)
13.00 **Róże i grzechy** (72)
14.00 **Domenica Montero** (35, 36) – telen., Meksyk
16.00 **Róże i grzechy** (73)
17.00 **Duma i uprzedzenie** (34) – telenowela, Brazylia 2018
18.00 **Sidła namiętności** (12)
19.00 **Miłość w Cabo** (33)
20.00 **Opowieść o wyspie** (51)
21.00 **Domenica Montero** (36)
22.00 **Róże i grzechy** (73)
23.00 **Duma i uprzedzenie** (34)
0.00 **Sidła namiętności** (12)
1.00 **Miłość w Cabo** (33)

FX COMEDY HD

10.35 **Diabli nadali 5** (1) – kom.
11.05 **Jim wie lepiej 4** (16, 17)
12.00 **Sposób użycia** (6, 7)
13.00 **Wszyscy kochają Raymonda 9** (1-5) – kom.
15.30 **Simpsonowie 36** (3, 8, 10, 9)
17.30 **Jak poznałem waszą matkę** (3-5) – serial kom.
19.00 **Współczesna rodzina 6** (16-19) – serial komediowy
21.00 **Family Guy: Głowa rodziny 19** (17, 18)
22.00 **Ali G** – komedia, Wlk. Bryt./FR. Fr./Niem. 2002, 100 min
23.40 **Simpsonowie 36** (7, 5)
0.40 **Family Guy: Głowa rodziny 19** (11-14)

FILMBOX+ HITS HD

14.20 **Zaginiona** – thriller, USA 2012, 110 min
16.10 **Weekend z królem** FILM – dramat biograf., Wielka Brytania 2012, 105 min
17.55 **Książę i ja** – komedia FILM romantyczna, USA/Czechy 2004, 125 min
20.00 **Powodzenia, Leo Grande!** FILM – komediodramat, Wielka Brytania/USA 2022, reż. Sophie Hyde, 110 min
21.50 **Mechanik: Prawo zemsty** FILM – film sensacyjny, USA 2011, 105 min
23.35 **Historia mojego życia** FILM – dramat obycz., Węgry/Niemcy/Fr. 2021, 180 min

PARAMOUNT NETWORK HD

11.00 **Narzeczona dla geniusza** FILM – komedia romant., USA 1994, 120 min
13.00 **Czarodziejki 4** (17, 18)
15.00 **Dobre rady** FILM – komedia romant., USA 2001, 135 min
17.15 **Mission: Impossible – Ghost Protocol** FILM – film sensacyjny, USA/Czechy/ZEA 2011, 165 min
20.00 **Liberator 2** FILM – film sensacyjny, 1995, 125 min
22.05 **2026 MTV VMA Main Show** – widowisko
0.55 **Indiana Jones i Królestwo Kryształowej Czaszki** FILM – film przyg., 2008, 155 min

DVB T DVB T2 – stacje dostępne za darmo w naziemnej telewizji cyfrowej

eprasa.pl 37b976a8ff

STACJE SPORTOWE

EUROSPORT 1 HD

6.30 **Snooker:** Turniej British Open
8.00 **Snooker:** Shenzhen Open – 1. dzień
LIVE
11.00 **Tenis:** Puchar Lavera – podsumowanie
13.30 **Snooker:** Shenzhen Open – 1. dzień
LIVE
Rusza szósta rankingowa impreza bieżącego sezonu. Snookerzyści rywalizują o nagrody z puli 850 tys. funtów.
17.30 **Kolarstwo:** Mistrzostwa świata – Montreal 2026
18.30 **FIA World Endurance Championship:** Wyścig 6-godzinny w Fuji

POLSAT SPORT 1 HD

6.00 **Siatkówka mężczyzn:** Mistrzostwa Europy 2026
8.30 **Piłka nożna:** Liga Narodów
11.00 **Cafe Futbol** Dziennikarze Polsatu Sport rozmawiają przy kawie ze swoimi gośćmi na tematy związane z piłką nożną.
12.30 **Siatkówka mężczyzn:** Mistrzostwa Europy 2026
15.00 **Piłka nożna:** Liga Narodów
17.50 **Piłka nożna:** Liga Narodów – mecz: Gruzja – Ukraina
LIVE

CANAL+ SPORT HD

6.00 **Liga+ Extra** – magazyn piłkarski
8.15 **Ligomistrzowe historie** (1): Leeds United – magazyn piłkarski
9.00 **Piłka nożna:** Liga hiszpańska – mecz: FC Barcelona – Athletic Club
11.20 **Piłka nożna:** PKO BP Ekstraklasa – mecz: Pogoń Szczecin – Legia Warszawa
13.40 **Ekstrapaka:** 1. kolejka – magazyn piłkarski
14.40 **Ekstraklasa po godzinach** – magazyn piłkarski
15.45 **Wysoki Pressing** – magazyn sportowy

TVP SPORT HD

5.45 **Sportowy wieczór** – program inform.
6.15 **Piłka nożna kobiet:** Mistrzostwa świata U-20 – Polska 2026 – mecz o 3. miejsce
8.25 **Piłka nożna kobiet:** MŚ U-20 – Polska 2026 – finał
10.35 **Piłka nożna:** LN: Anglia – Hiszpania
12.45 **Piłka nożna:** Liga Narodów: Polska – Bośnia i Hercegowina
14.50 **Piłka nożna:** Eliminacje MŚ: Szwecja – Polska
17.00 **Siatkówka kobiet:** LOTTO Giganci Siatkówki – finał
19.00 **Piłka nożna:** Liga Narodów – studio
LIVE

ELEVEN SPORTS 1 HD

6.00 **Werder Double** – film dokumentalny
7.00 **Piłka nożna:** Liga niemiecka – mecz: FC Bayern Monachium – 1. FC Union Berlin
9.00 **Piłka nożna:** Liga włoska – mecz: AS Roma – Inter Mediolan
11.00 **Piłka nożna:** Liga portugalska – mecz: FC Porto – SL Benfica
13.00 **Formuła 2:** Grand Prix Azerbejdżanu
14.00 **Formuła 1:** Grand Prix Azerbejdżanu
16.00 **Piłka nożna:** Liga włoska – mecz: AC Milan – US Lecce
18.00 **Piłka nożna:** Liga niemiecka: Bayer 04 Leverkusen – RB Lipsk

DISCOVERY CHANNEL HD

8.00 **Zoom na architekturę**
9.00 **Parker na złotym szlaku** – serial dok.
10.00 **Wyprawa w nieznane** – dok.
11.00 **Gorączka złota 16**
12.00 **Przemytnicy: na lotnisku** – dok.
13.00 **Awantura o furę**
13.30 **Nagi instynkt przetrwania: nagroda za przeżycie 3** – pr. rozr.
15.00 **Złomowisko PL 9** (16) – serial dokum.
16.00 **Kroniki policyjne: Szwecja 2** – dok.
17.00 **Od samochodu do domu 3** – mag.
18.00 **Przygody truckerki** (2) – serial dokum., Pol.

20

JEŻDZIECTWO



20.00 **Global Champions Tour w Wiedniu**

Za jednego z faworytów zmagań w Austrii uchodzi reprezentujący Belgię Abdel Said.

22.00 **Snooker:** Shenzhen Open – 1. dzień
0.00 **Kolarstwo:** Mistrzostwa świata – Montreal 2026
1.30 **Snooker:** Shenzhen Open – 1. dzień
3.00 **Kolarstwo:** Mistrzostwa świata – Montreal 2026
5.00 **Igrzyska Olimpijskie: Galeria Sław Ateny 2004**

PIŁKA NOŻNA

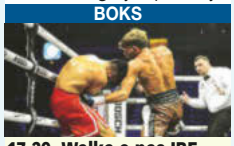


20.35 **Liga Narodów** – mecz: Belgia – Francja
LIVE

Pojedynek zespołów, które dobrze zaprezentowały się na MŚ. Obie reprezentacje musiały jednak uznać wyższość Hiszpanii. Belgowie zostali pokonani przez nich w ćwierćfinale, Francuzi w półfinale.

23.00 **Formuła 1:** Grand Prix Azerbejdżanu
W poprzednim sezonie ze zwycięstwa cieszył się Holender Max Verstappen.
1.00 **Boks**

BOKS



17.30 **Walka o pas IBF World w Fuji:** T. Simsri – M. Vicelles

To już druga obrona pasa przez Thanongsaka Simsriego. Poprzednią, z Sergio Alfonso Mendoza Cordovą, rozstrzygnął w 2. rundzie.

0.30 **Piłka nożna:** PKO BP Ekstraklasa: Lech Poznań – Cracovia
3.00 **Premier League Review:** 5. kolejka – magazyn piłkarski
4.10 **Premier League Stories** (5) – mag.
4.50 **Turbokozak** (2) – magazyn piłkarski

PIŁKA NOŻNA



20.40 **Liga Narodów** – mecz: Szwecja – Polska
LIVE

To właśnie reprezentanci Trzech Koron w marcu pozbawili nas marzeń wyjeździe na mistrzostwa świata. Podopieczni Jana Urbana są żądni rewanżu.

23.50 **Sporty walki:** Oktagon 94 we Frankfurcie nad Menem
2.05 **Boks:** Gala w Londynie – podsumowanie
3.05 **Boks:** Gala w Tokio – waga kogucia: Riku Masuda – Daigo Higa

FORMUŁA 1



20.00 **Grand Prix Azerbejdżanu** – podsumowanie
LIVE

Zaproszeni do studia eksperci omawiają najważniejsze momenty 15. wyścigu sezonu.

20.40 **Piłka nożna:** Liga włoska: Roma – Inter
22.40 **Bundesliga Weekly** (6) – magazyn piłkarski
23.20 **Serie A** – mag.
0.00 **Eleven Top Goals**
1.00 **Moi bohaterowie**
1.40 **Najlepsze gole Schalke 04** – mag.
2.00 **Piłka nożna:** Liga włoska: Monza – Sassuolo

DOKUMENTALNY



19.00 **Nagi instynkt przetrwania 4**

Ava, projektantka mody z Seattle i Larry, ratownik medyczny z Kentucky, przemierzają meksykańską dżunglę. Oboje bardzo boją się o swoje zdrowie.

21.00 **Nic do zgłoszenia** (7)
22.00 **Od samochodu do domu 3** (6) – mag.
23.00 **Kroniki policyjne: Szwecja 2** – dok.
0.00 **Fani czterech kółek: w trasie** (3) – dok.
1.00 **Hotrod wg Kindiga 9** – serial dok.
2.00 **Eurotruckersi 3** (5)

EUROSPORT 2 HD

12.00 **FIA WEC:** Wyścig 6-godzinny w Fuji
13.30 **Kolarstwo górskie:** Zawody PŚ w Whistler – zjazd mężczyzn
14.30 **Kolarstwo:** MŚ – Montreal 2026 – wyścig ze startu wspólnego
16.30 **FIA WEC:** Wyścig 6-godzinny w Fuji
18.30 **Tenis:** Puchar Lavera – 3. dzień
20.00 **Snooker:** Shenzhen Open – 1. dzień
22.00 **FIA WEC:** Wyścig 6-godzinny w Fuji – Wyścig
0.00 **Snooker:** Shenzhen Open – 1. dzień

POLSAT SPORT 2 HD

6.00 **Piłka ręczna mężczyzn:** LOTTO Superliga
8.30 **Tenis:** Puchar Billie Jean King – mecz finałowy
11.00 **Tenis:** Turniej ATP w Chengdu – mecz półfinałowy gry pojedynczej
LIVE
13.00 **Tenis:** Turniej ATP w Chengdu – mecz półfinałowy gry pojedynczej
LIVE
15.00 **Piłka nożna:** Liga Narodów
17.30 **Piłka nożna:** Liga Narodów
20.35 **Piłka nożna:** Liga Narodów: Turcja – Włochy
LIVE
23.00 **Piłka nożna:** LN
1.00 **Sporty walki:** FEN

CANAL+ SPORT 2 HD

6.00 **Tenis:** Turniej WTA w Singapurze – finał
8.30 **Tenis:** Turniej WTA w Singapurze – półfinał
11.00 **Tenis:** Turniej WTA w Singapurze – półfinał
13.30 **Tenis:** Turniej WTA w Singapurze – finał
16.00 **Tenis:** Turniej WTA w Singapurze – półfinał
18.30 **Tenis:** Turniej WTA w Singapurze – półfinał
21.00 **Tenis:** Turniej WTA w Singapurze – finał
23.30 **Tenis:** Turniej WTA w Singapurze – półfinał
2.00 **Piłka nożna:** PKO BP Ekstraklasa

EXTREME CHANNEL HD

9.00 **Liquid Edge** (6)
10.00 **AMA Motocross Series Highlights** (6)
11.00 **X Games – Aspen 2020**
12.00 **Drift Style** (6, 7) – mag.
13.00 **Action Sports World** (22)
14.00 **WWE Highlights**
17.00 **KPW Kombat TV** (24)
18.00 **WWE Highlights** (16, 17)
19.00 **AEW: PAN PAWŁOWSKI x PAUL WIGHT** (1)
20.00 **AEW Collision 2** (2638)
22.00 **LoW – Legacy of Wrestling** (4)
0.30 **WWE Classic Gold**
2.00 **AMA Motocross Series Highlights** (6)
3.00 **Liquid Edge** (6)

ELEVEN SPORTS 2 HD

12.00 **Piłka nożna:** Liga niemiecka – mecz: VfB Stuttgart – BVB
14.00 **Piłka nożna:** Liga włoska – mecz: Juventus FC – Atalanta BC
16.00 **Piłka nożna:** Liga niemiecka: Bayern – Union
18.00 **Formuła 1**
20.00 **Piłka nożna:** Liga włoska: Fiorentina – Napoli
22.00 **Bundesliga Clubs** – mag.
22.20 **Bundesliga Clubs** – mag.
22.40 **Bundesliga Clubs** – mag.
23.00 **Formuła 1:** Grand Prix Azerbejdżanu
23.40 **Najlepsze gole VfL Wolfsburg** – mag. piłkarski

DISCOVERY LIFE HD

10.15 **Nowa Maja w ogrodzie 4** (19, 20)
11.15 **Idealna niania 8** (12)
12.00 **Idealna niania 9** (1)
12.45 **Klinika naturalnego piękna** (8-10)
14.15 **Tajemnice salonów piękności** – pr. rozrywk.
14.45 **Szpital** (574, 575)
16.45 **Idealna niania 8** (5, 12)
18.15 **Idealna niania 9** (1, 2)
19.45 **Beauty ekspert** (1) – mag.
20.15 **Skórze na ratunek 4** (10)
21.15 **Kilogramy do szczęścia**
22.15 **Nie do uwierzenia! 5**
1.15 **Raport Life** (5, 6) – mag.
2.15 **Druga twarz 3** (11) – rozr.
3.15 **Szpital** (468, 469)

POLSAT SPORT FIGHT HD

13.20 **KOTV Classics** (19) – mag.
14.10 **Sporty walki:** UFC Fight Night: Anthony Hernandez – Gregory Rodrigues
16.25 **Boks:** Babilon Boxing Show w Żyrardowie: Paweł Stępień – Łukasz Stanioch
18.50 **Atleci** – magazyn sportowy
19.15 **Sporty walki:** UFC 314 – Alexander Volkanovski – Diego Lopes
20.05 **Boks:** Rocky Boxing Night w Kościerzynie – waga ciężka: K. Meyna – A. Wright
22.40 **Sporty walki:** FEN 55 w Ostródzie – walka: M. Abdurzakov – M. Pietrzak
1.15 **Strzelnica Navala** (6)

POLSAT SPORT 3 HD

6.00 **Piłka nożna:** Liga Narodów
8.30 **Piłka ręczna mężczyzn:** LOTTO Superliga
11.00 **Piłka nożna:** Liga Narodów
13.00 **Piłka nożna:** Liga Narodów
15.00 **Piłka nożna:** LN
17.30 **Piłka ręczna mężczyzn:** LOTTO Superliga
20.35 **Piłka nożna:** LN: Rumunia – Bośnia i Hercegowina
LIVE
22.30 **Sporty walki:** UFC Fight Night – walka: Raul Rosas Jr – Raoni Barcelos
1.30 **Sporty walki:** Babilon MMA

CANAL+ SPORT 5 HD

8.30 **Wysoki Pressing** – mag.
10.15 **Żużel:** Metalkas 2. Ekstraliga – mecz o 7. miejsce
13.15 **LaLiga Highlights** – mag.
13.50 **Premier League: The Big Interview** (6) – mag.
14.25 **Premier League Stories** (5) – magazyn piłkarski
15.00 **Żużel:** PGE Ekstraliga – mecz barażowy
18.00 **Magazyn Metalkas 2. Ekstraliga** – mag.
19.00 **Dart:** World Grand Prix w Leicester
LIVE
0.30 **Piłka nożna:** PKO BP Ekstraklasa – mecz: Pogoń Szczecin – Legia Warszawa

ELEVEN SPORTS 4 HD

12.40 **Podróż do świata Calcio**
13.05 **Najlepsi bramkarze Bundesligi lat 90.** – mag.
13.35 **Pewnego razu w Gruzji – historia Khvichy Kvaratskhelii** – film dok.
14.00 **Goal Arena Bundesligi**
16.00 **Piłka nożna:** Liga francuska: Monaco – Lens
18.00 **Bundesliga Clubs** – mag.
19.00 **Bundesliga Special Show** (3) – mag. piłkarski
19.30 **Ligue 1 Show** (5) – mag.
20.00 **Piłka nożna:** Liga portugalska – mecz: Sporting CP – FC Arouca
22.00 **Piłka nożna:** Liga włoska: Parma – Genoa CFC

ELEVEN SPORTS 3 HD

12.00 **Piłka nożna:** Liga włoska: Bologna – Torino
14.00 **Piłka nożna:** Liga francuska: Olympique Lyon – Stade Rennais FC
16.00 **Bundesliga Weekly** (6)
16.30 **Serie A** – mag. piłkarski
17.00 **AJ Auxerre – Małe miasto, wielki klub**
17.30 **Ligue 1 Show** (5) – mag.
18.00 **Piłka nożna:** Liga włoska: Frosinone – Como
20.00 **Piłka nożna:** Liga niemiecka: Paderborn – Hoffenheim
22.00 **Piłka nożna:** Liga francuska: Olympique Marsylia – PSG

CANAL+ DOKUMENT HD

11.35 **Siedem cudów świata z Bettany Hughes** (1-3)
14.15 **Zapomniane świątynie Tybetu: Królestwo Mustangu** – film dokum.
15.15 **Tybet kontra Chiny**
16.15 **Aria di bravura** – dok.
17.45 **Wschodnia Kanada – mroźna kraina** – dok.
18.35 **Czy AI zabija internet?**
19.35 **Hot Roads – Najniebezpieczniejsze drogi świata 4**
21.35 **Prawdziwa historia szeregowca Ryana**
22.35 **Wcielenie zła: Akta Epsteina** – film dok., 2026
0.15 **Odległości** – film dokum.

eprasa.pl 37b976a8ff

STACJE POPULARNONAUKOWE

DISCOVERY SCIENCE HD

6.00 **Jak to jest zrobione?** (9, 10) – serial dokumentalny
8.00 **Jak działa wszechświat? 6** – serial dokumentalny
11.00 **Pogromca mitów w akcji** – serial dokumentalny, USA
12.00 **Inżynieria ekstremalna** – serial dokumentalny, USA
13.00 **Kosmiczna mapa skarbów** (3): Niebezpieczne wody – serial dokumentalny
15.00 **Jak działa wszechświat?** (8) – serial dokumentalny
18.00 **Jak to jest zrobione?** – serial dokumentalny, Kanada

ID HD

6.00 **Celnicy na straży Europy** (17, 13, 18, 14) – serial dok., Hiszp.
8.00 **Proces na gorąco** – serial dokumentalny
10.00 **Śmierć na drugą zmianę** – serial dok.
11.00 **Śmierć na drugą zmianę 3** – serial dok.
12.00 **Cień wątpliwości** – serial dokumentalny
14.00 **Śledztwo w sieci**
16.00 **Morderstwo na bagnach** – dok.
18.00 **Karnawał zbrodni** – serial dokum., USA
19.00 **Zbrodnie, które zmieniły świat: Patty Hearst** – film dokum., USA 2020
20.00 **Taśmy zbrodni** – serial dokumentalny

NATIONAL GEOGRAPHIC HD

10.00 **Człowiek kontra żywioł** (5, 1) – dok.
12.00 **Katastrofa w przestworzach** (6, 3, 7) – serial dokum.
16.00 **Grecja: Miejsce pełne tajemnic** (4)
17.00 **Najdziwniejsze przedmioty** (10)
18.00 **Krwawe pieniądze: Tajemnice nazistowskiej gospodarki** (2) – film dokum., Francja 2020
19.00 **Zaginione okręty II wojny światowej** (4)
20.00 **Katastrofa w przestworzach** (10) – serial dokum.
21.00 **Górnicy z Chile: wyścig z czasem** (3)

FOKUS TV DVB T2

6.00 **Wehikuł czasu** (928)
6.05 **48h. Zaginieni** (18) – serial krym., Polska
7.00 **Był sobie człowiek**
8.55 **Wehikuł czasu** (928)
9.00 **Starożytni kosmici** (2) – serial dok., USA
10.00 **Gwiazdy lombardu** (23, 24) – reality show
12.00 **Broń w hollywoodzkich filmach** (3, 4) – dok.
13.00 **Poszukiwacze historii** (8, 9) – dok.
14.00 **Apokalipsa: II wojna światowa** (6)
15.00 **Poszukiwacze złota w Australii** (2) – dok.
16.00 **Dorwać tuńczyka** – serial dokumentalny
18.00 **Rolnicy. Podlasie** (25, 26) – serial dok.

TVP HISTORIA DVB T2

6.45 **Było, nie minęło – kronika zwiadowców historii** – mag. hist.
8.40 **Dom** (20) – obycz., Pol.
10.10 **Ex Libris** – magazyn
10.40 **Zagrabiony, odnaleziony, odzyskany**
11.40 **Plaże Europy** (1)
12.40 **Obłoki śmierci. Bolimów 1915**
14.00 **Dom** (21) – obycz., Pol.
15.40 **Sensacje XX wieku**
17.00 **Niezwykłe historie Biało-Czerwonych**
17.25 **Wojenne dziewczyny 2** (21)
18.20 **Ex Libris** – magazyn
18.50 **Polskie Państwo Podziemne 1939-1945**

HISTORY HD

14.00 **Niewyjaśnione tajemnice świata 3** (12) – dok., USA
14.50 **Największe tajemnice świata 7** (18) – serial dok., USA
15.45 **Gwiazdy lombardu 13** (8)
16.15 **Ranczo kosmitów 7** (4) – dok., USA
17.10 **II wojna światowa w kolorze – przełomowe momenty** (8) – dok.
18.10 **Największe tajemnice świata 7** (13) – serial dok., USA
19.05 **Starożytni kosmici 16** (11, 18) – serial dokumentalny
21.00 **Starożytni kosmici 18** (9) – dok.

DOKUMENTALNY



21.00 Jak działa wszechświat?

Między gwiazdami jest wiele rozległej przestrzeni. Najnowsze odkrycia pokazują, że jest to miejsce niezwykłe i wbrew pozorom wcale nie puste.

23.00 **NASA – archiwum tajemnic 4** – serial dok., Wielka Brytania
1.00 **Jak działa wszechświat?** (8) – serial dokumentalny, USA 2019
4.00 **Podziemne sekrety** – serial dokumentalny, USA 2017

DOKUMENTALNY



21.00 Gra na śmierć i życie – USA 2026

Legendarny koszykarz wkrótce po przejściu na emeryturę zostaje zamordowany. Wiadomość o tragedii wstrząsa jego bliskimi i całym środowiskiem sportowym.

22.00 **Podejrzany przy telefonie** – serial dok.
23.00 **Żądza i krew** – dok.
0.00 **Towarzysze w zbrodni** – dok.
1.00 **Gra na śmierć i życie** – serial dok.
2.00 **Taśmy zbrodni**
3.00 **Karnawał zbrodni**
4.00 **Cień wątpliwości**

DOKUMENTALNY



22.00 Premiera: Ikony lotnictwa (9): Beluga – Wielka Brytania 2025

Autorzy omówią historię i innowacje stojące za Airbusem Belugą XL. Okaże się, jak wyglądał rozwój tych gigantycznych transportowców.

23.00 **Katastrofa w przestworzach** (4): Zabójczy szczegół
0.00 **Katastrofa w przestworzach: Raport specjalny** (7)
1.00 **Katastrofa w przestworzach** (2, 3) – serial dok., Kan.
3.00 **Car SOS** (3, 4) – dok.

POPULARNONAUKOWY



20.00 Galileo 34 (7)

Tematem reportażu będzie herbata oraz sposoby jej produkcji. W finale odbędzie się prezentacja przeciwpróchniczych właściwości sera.

21.00 **Supersamoloty bojowe** (4) – serial dokumentalny, USA
22.00 **Okręty wojenne** (5, 6): Mutiny – serial dok., Wielka Brytania
0.00 **Starożytni kosmici** (8) – serial dok., USA
1.00 **Rolnicy. Podlasie** (18-21) – serial dok.
5.00 **Kołowrotek** (4, 5) – magazyn wędkarski

SZPIEGOWSKI



20.00 Zatoka szpiegów 2 (15) – Polska 2025

Franz ukrywa Jadzię u Redlińskiego. Wulf wyrusza ich śladem, próbując zdobyć dokumenty. Niemcy przygotowują zasadzkę. Franz i Johann ratują inżyniera i dziewczynkę.

20.55 **Berlin 1945** (1) – film dokum., Niemcy 2020
22.00 **Otchłań. Narodziny i upadek nazizmu** (4) – serial dok., Niem.
23.00 **Sensacje XX wieku**
0.35 **Encyklopedia II wojny światowej**
1.15 **Zatoka szpiegów 2** (15) – szpiegowski, Pol.

DOKUMENTALNY



22.00 Największe tajemnice świata 7 (4) – USA 2026

Z Luwru znika najsłynniejszy obraz świata. Śledztwo przejmuje detektyw, który odtwarza przebieg kradzieży. Trop prowadzi do grupy podejrzanych, mających motyw i środki, by dokonać skoku.

23.00 **Niewyjaśnione tajemnice świata 4** (7) – serial dok., USA
23.55 **David Duchovny: archiwum tajemnic 2** (16)
0.50 **Starożytni kosmici 16** (18) – dok.

DISCOVERY HISTORIA HD

9.00 **Mikroprzygoda** (6) – dok.
10.00 **Estonia – katastrofa na morzu** (1-5) – serial dok.
15.30 **Estonia. Katastrofa na morzu – nowe fakty**
17.30 **Skarby z szopy** (2) – dok.
18.00 **Łowcy staroci** (14, 15)
20.00 **Miasteczko demonów** – serial dokumentalny, USA
22.00 **Na tropie legendarnych potworów** – serial dok.
0.00 **Przypadki z archiwum 10** – dok.
2.00 **Wrzesień '39** (18, 19)
3.00 **Europejskie bazary** (4)
4.00 **Lotniskowiec HMS Ark Royal** (4) – serial dok., USA
5.00 **Łowcy staroci** (1) – dok.

PLANETE+ HD

12.30 **Niezwykłe podróże koleją** (3) – serial dok., Fr.
13.35 **Targowiska świata** (1)
14.45 **Afryka z góry** (6) – dok.
15.50 **360° Świat bez granic** (8)
16.55 **Świat z góry 7** (4, 5) – dok.
17.55 **Dokąd dzisiaj? 4** (56)
18.15 **Polska z góry: Blokowiska** (4, 5) – dok.
19.10 **Mam zamek 3** (4) – dok.
19.40 **First Person Shooter. Idź, strzelaj, kombinuj**
20.50 **Sapiens. Narodziny sztuki** – film dokumentalny
22.00 **Co kryje „Straż nocna" Rembrandta?** (2) – dok.
23.10 **Planeta Seks** (4) – dok.
0.15 **360° Świat bez granic** (9)

NATIONAL GEOGRAPHIC WILD HD

10.00 **Niezwykły dr Pol** (1)
11.00 **Niezwykły dr Pol** (9)
12.00 **Dzikie, sprytne i zabójcze** (1) – serial dok.
13.00 **Olśniewająca Ameryka**
14.00 **Urodzone w Afryce: Cykl życia** (1) – film dok.
15.00 **Dzikie, sprytne i zabójcze** (1) – serial dok.
16.00 **Dzika Północ Europy** (3)
17.00 **Królowe świata zwierząt** (5) – serial dok.
18.00 **Dzika Japonia** (1) – dok.
19.00 **Wrogi świat** (3) – dok.
20.00 **Pogodowe anomalie** (2)
21.00 **Niezwykły dr Pol**
2.00 **Olśniewająca Ameryka** (1): Potężna Missisipi

POLSAT VIASAT NATURE HD

8.05 **Rzeczne potwory 6** (3)
9.10 **W okowach mrozu 5** (3)
10.15 **Naczelne** (1) – film dokum.
11.30 **Afrykańskie drapieżniki: wielka czwórka** (1) – dok.
12.35 **W okowach mrozu 5** (3)
13.35 **Zabójcza pogoda 2** (1)
14.40 **Rzeczne potwory 6** (3)
15.45 **W okowach mrozu 5** (3)
16.40 **Podwodne miasto** (2)
17.50 **Afrykańskie drapieżniki: wielka czwórka** (1) – dok.
18.55 **Rzeczne potwory 6** (2)
20.00 **W okowach mrozu 5** (4)
20.55 **Naczelne** (1) – film dokum.
22.00 **Lista drapieżników** (2)
23.15 **W okowach mrozu 5** (4)
0.20 **Zabójcza pogoda 2** (1)

BBC EARTH HD

10.25 **Życie na pustkowiu 11**
11.25 **Cała prawda o kaloriach**
12.30 **Wielka australijska przygoda** (5) – serial dok.
13.35 **Planeta Ziemia 2** (3)
14.40 **W okowach mrozu 8** (6)
15.40 **Życie na pustkowiu 11**
16.40 **Przez nieznaną Afrykę**
17.45 **Planeta Ziemia 2** (3)
18.45 **Wielka australijska przygoda** (6) – serial dok.
19.45 **Fenomeny współczesnego życia 2**
20.55 **W okowach mrozu 9**
22.55 **Przez nieznaną Afrykę**
23.55 **Amazonia z Robsonem Greenem** (3) – film dokum.
0.55 **Planeta Ziemia 2** (3)

ANIMAL PLANET HD

13.00 **Irwinowie – następne pokolenie** – serial dok.
14.00 **Resocjalizacja z Pit Bullem 4** – serial dok., USA
15.00 **Kot z piekła rodem**
17.00 **Na krańcu Alaski** – dok.
18.00 **Weterynarz z Gór Skalistych 7** – serial dok.
19.00 **Cztery kąty, cztery łapy**
20.00 **Zwierzęta – czego nie widać** – serial dokum., USA
21.00 **Klan z Alaski** – serial dok.
22.00 **Baseny z rozmachem**
23.00 **Resocjalizacja z Pit Bullem 4** – serial dok., USA
0.00 **Cuda z drewna** – dok.
1.00 **Irwinowie – następne pokolenie** – serial dok.

TVP DOKUMENT HD

15.05 **Sekrety dzikich kwiatów** (6) – serial dok.
16.05 **Owady. Czy czeka nas katastrofa?** – film dok.
17.00 **Weekendowe wypady z Greggiem Wallace'em**
17.55 **Sanatorium miłości 4**
18.55 **Jules Verne i jego podróż dookoła świata**
20.00 **Kości na handel** – dok.
21.05 **Kalendarz przyrody** (11)
22.10 **Barbara Włodarczyk zaprasza** – magazyn
22.15 **Sagrada Familia – wyzwanie dla Gaudiego** – film dok., Fr.
23.25 **Człowiek z blizną: historia Ala Capone**

POLSAT DOKU HD

12.00 **Wojny kontenerowe**
13.05 **Poszukiwacze historii**
14.00 **Bajeczne żaby** – film dok.
15.10 **Poszukiwacze historii**
15.35 **Wygrać z żywiołem** (7, 8)
17.35 **Najniebezpieczniejsze drogi do szkoły** (7, 8) – dok.
19.50 **Titanic – tragiczny błąd**
20.55 **Walka o światową dominację** – film dokum.
22.00 **MH17 – katastrofa, która wstrząsnęła światem** – dok., Wlk. Bryt.
23.00 **Życie na marginesie. W romskich obozowiskach** – film dok.
0.10 **Kroniki Hitlera** (12) – dok.

POLSAT VIASAT EXPLORE HD

13.15 **Królowie klasycznych aut** (4) – dok., Wlk. Bryt.
14.15 **Australijscy poszukiwacze złota 2**
16.10 **Drwal z Vancouver Island** (4) – reality show
17.10 **Zabójczy połów** (4) – dok.
18.10 **Złoto Jukonu 5** (6) – dok.
19.05 **Australijscy poszukiwacze złota 9**
21.00 **Ostatni kapitanowie 2**
22.00 **Nago, samotnie i do domu daleko** (1)
23.00 **Za kratami: najcięższe więzienia na świecie 3**
0.10 **Złoto z mroźnej krainy**
1.00 **Australijscy poszukiwacze złota 5**

POLSAT VIASAT HISTORY HD

10.25 **Największe oszustwa II wojny światowej** (4)
11.30 **Najgroźniejsi ludzie Hitlera** (5) – serial dokum.
12.20 **Starożytne superbudowle 3** (3-6)
16.55 **II wojna światowa: cena imperium** (3) – serial dok.
18.00 **Militarny ranking** (1)
19.10 **Wiolonczelistka z Auschwitz** – film dokum.
21.00 **Linie frontu** (2) – dok.
22.10 **Statua Wolności** – dok.
23.20 **Najgroźniejsi ludzie Hitlera** (6) – serial dokum.
0.15 **Starożytne superbudowle 3** (3-6)
4.05 **Linie frontu** (2) – dok.

CI POLSAT HD

13.15 **Dowody zbrodni 4** (1)
14.10 **Morderstwo w motelu 2**
15.05 **Zbrodnia po angielsku 3**
16.00 **Cyfrowe dowody zbrodni** (10) – serial dok.
17.00 **Pogrzebani za domem 3** (1) – serial dokumentalny
18.00 **Polskie prywatne zbrodnie 2** (4, 5) – dok.
19.00 **Specjaliści od zbrodni**
20.00 **Szokujące morderstwa: Atlanta** (7) – serial dok.
21.00 **Mordercze babcie** (7)
22.00 **Kobiety, które niosły śmierć 13** (6, 7) – dok.
23.55 **Zbrodnia po angielsku**
0.50 **Zbrodnia prawie doskonała 3** (11) – dok.

TRAVEL CHANNEL HD

8.05 **Jak to robią zwierzęta?**
10.10 **Dziwaczne potrawy: Smakowite miasta** (1-4)
12.15 **Remont safari** (4, 5) – rozr.
14.15 **Człowiek kontra jedzenie** (24) – mag. kulin.
14.50 **Nieoczywiste miejsca**
16.55 **Grenlandia – wyspa skarbów** (3, 4) – serial dok.
18.55 **Kamperem przez świat**
21.00 **Sprawa dla medium i detektywa** (9, 10) – dok.
23.05 **Kobieta na krańcu świata** (5-7) – serial dok.
0.50 **Remont safari** (4, 5) – rozr.
2.45 **Grenlandia – wyspa skarbów** (3, 4) – serial dok.
4.50 **Dziwaczne potrawy** (5)

eprasa.pl 37b976a8ff

STACJE OGÓLNOTEMATYCZNE

TVP POLONIA

12.00 **Serwis Info** – pr. inf.
12.10 **Blondynka 6** (75, 76)
13.50 **Zmiennicy** (4) – kom.
15.00 **Serwis Info** – pr. inf.
15.10 **100 pytań do...**
16.00 **Pan Mama** (3) – kom.
16.30 **Barwy szczęścia** (3384) – serial obycz.
17.00 **Teleexpress**
17.20 **Gra słów. Krzyżówka** (1146)
17.50 **Teleexpress Extra**
18.15 **Słownik polsko@polski** (695)
18.45 **Panorama**
19.20 **Powstanie Warszawskie dzień po dniu** (59)
19.30 **Program informacyjny 19.30**
19.55 **Pytanie dnia** – publ.
20.10 **Sport, pogoda**

TVP ROZRYWKA

7.15 **Okrasa łamie przepisy** – mag. kulin.
8.20 **Familiada** – telet.
8.55 **Va banque** (997)
9.25 **Koło fortuny** (2055)
10.05 **Makłowicz w podróży** – mag.
10.45 **Postaw na milion**
12.35 **Familiada** – telet.
13.15 **Janosik** (3) – przyg.
14.05 **Rodzinka.pl** (247, 248) – kom., Pol.
15.10 **Program rozrywkowy**
15.50 **Kocham Cię, Polsko!** (3) – program rozrywk.
17.25 **Va banque** (998) – teleturniej
18.00 **Koło fortuny** (2056)
18.40 **Okrasa łamie przepisy** – mag. kulin.
19.45 **Jaka to melodia?**

POLSAT CAFÉ

6.00 **Demakijaż** (171-173) – program rozrywkowy
7.30 **Przyjaciółki** (36, 37) – serial obyczajowy, Polska 2014
9.30 **Hell's Kitchen – Piekielna Kuchnia** (45, 46) – reality show
12.30 **Oszukane** (30, 31) – serial paradokum., Polska 2016
14.30 **Komisarz Mama** (3) – serial krym., Polska
15.30 **Bogaty dom – biedny dom** (130) – reality show
16.30 **Hell's Kitchen – Piekielna Kuchnia** (36) – reality show
18.00 **Nasz nowy dom** (310, 311) – reality show, Polska

TV 4 DVB T2

6.00 **Strażnik Teksasu** (22, 23) – serial sens.
7.55 **Bogaty dom – biedny dom** (143) – reality show
8.55 **Policjantki i Policjanci** (642-644) – serial obycz., Polska
11.55 **Na ratunek 112** (994, 995) – serial paradokum., Pol. 2025
12.55 **Trudne sprawy** (766-768) – serial paradokum., Pol. 2018
15.55 **Policjantki i Policjanci** (1455) – serial obycz., Polska
17.00 **Trudne sprawy II** (1372) – paradok., Pol.
18.00 **Łowcy skarbów. Kto da więcej?** (448) – reality show

TTV HD DVB T2

10.35 **Detektywi** (124, 346)
12.35 **Zakup w ciemno 5** (12) – reality show
13.35 **Zakup w ciemno 7** (4) – reality show
14.35 **Nic do ukrycia 2** (4)
15.35 **Złomowisko PL 8** (14) – serial dokum.
16.45 **Express** – pr. inform.
16.58 **Pogoda, sport**
17.05 **Zakup w ciemno extra** (34)
17.45 **Życie na kredycie 8** (3, 4) – reality show
18.40 **Gogglebox. Przed telewizorem 21** (3)
19.45 **Express** – pr. inform.
20.05 **Zakup w ciemno 8** (17) – reality show
21.05 **Zakup w ciemno extra 3** (17)
21.45 **Express** – pr. inform.

TVN STYLE HD

5.15 **Tu jest piękniе** (1) – program rozrywkowy
6.00 **I nie opuszczę Cię aż do ślubu** (6, 7) – reality show
7.20 **Co za tydzień** – mag.
7.45 **Dzień Dobry TVN** – magazyn
11.20 **Dobrze zrobione w domu** (4) – mag.
11.30 **Ugotowani 13** (8, 9) – pr. kulin.-rozrywk.
13.30 **Kuchenne rewolucje** (8, 7) – program rozrywkowy
15.35 **Pojedynek na podróże** (3) – program rozrywkowy
16.35 **Mniej znaczy więcej. Live Better for Less** (3, 4) – mag. poradnikowy

20

HISTORYCZNY



20.25 Wojenne dziewczyny (7) – Pol.

Jurek śledzi Marysię, która ma pracować w domu Dietricha. Podejrzewa ją o kolaborację lub romans z Niemcem. Tymczasem ona przeszukuje gabinet pracodawcy.

21.15 **Dom** (3) – obycz., Pol.
22.40 **Moje przeboje** (9)
23.15 **Panorama**
23.45 **Historie z Indii**
0.35 **Moda na język polski** (66) – magazyn
1.00 **Między pamięcią a zapomnieniem** (4)
1.30 **Program informacyjny 19.30**

TELETURNIEJ



20.25 Postaw na milion

W grze bierze udział dwoje bliskich sobie uczestników. Dostają milion złotych. Żeby go nie stracić, muszą odpowiedzieć na osiem pytań. Prowadzi Łukasz Nowicki.

22.10 **Rodzinka.pl** (90) – serial kom., Pol. 2013
22.50 **The Voice of Poland 17** (5, 6)
1.20 **The Voice Comeback Stage Powered by Orange**
1.45 **Koło fortuny** (2032)
2.30 **Kabaretomaniacy**
4.40 **Hity wszech czasów** – mag. muz.

ROZRYWKOWY



20.00 Kolacja w ciemno (58) – Polska

Szukająca miłości bohaterka odcinka dostaje rozmaite wersje menu od pięciu samotnych mężczyzn. Wybiera spośród nich trzy propozycje i spotyka się z ich autorami.

21.05 **Więzienie kobiet** (106, 107) – dok., Pol.
22.05 **Miłość z internetu** (9, 10) – serial dokum.
23.00 **Gry małżeńskie** (198, 199)
1.05 **Więzienie kobiet** (3-6) – serial dokum.
3.00 **Zdrady** (176-178) – serial paradokum.

OBYCZAJOWY



19.00 Policjantki i Policjanci (1456)

Pod skałkami na górskim szlaku zbieracz butelek znajduje nieprzytomną, brutalnie zgwałconą i pobitą dziewczynę.

20.00 **Wypasiona kuchnia**
20.05 **Uroczysko** (277)
20.40 **Sprawiedliwi – Wydział Kryminalny** (1056)
21.40 **Sprawiedliwi. Trójmiasto** (173)
22.45 **Opowiem ci o zbrodni** (4) – dok.
23.10 **Killerman** – dramat FILM kryminalny, USA 2019, 145 min

ROZRYWKOWY



22.00 Gogglebox. Przed telewizorem 25 (5)

Koledzy Jakub Feliński, Krzysztof Ufnal i Konrad Mariański komentują wybrane programy telewizyjne. Okaże się, co ich irytuje, co bawi, a co ekscytuje.

23.20 **Gogglebox. Przed telewizorem 21** (2)
0.20 **Idź na całość 3** (4)
1.20 **Kochaj albo wróć** (4) – serial dok., Pol. 2026
2.20 **Wyburzacze 8** (1, 2)
3.40 **Sędzia Anna Maria Wesołowska 7** (24) – serial fab.-dokum.
4.25 **Nauka jazdy 6** (4)

ROZRYWKOWY



17.40 Kuchenne rewolucje (10-12)

Magda Gessler pomaga ocalić restaurację Gold w Janowie. Prowadzi ją małżeństwo bez doświadczenia w gastronomii. Biznes pochłania ogromne fundusze, a gości brak.

20.50 **Kobieta na krańcu świata** (4) – dok., Pol.
21.50 **Jestem z Polski 9** (13) – serial dokum.
22.50 **Hotel Paradise 13** (19) – reality show
23.45 **Mój sąsiad morderca 10** (2)
0.50 **Apetyt na miłość** (7)
1.50 **Dieta czy cud?** (5, 6)

TVP HD HD

13.20 **Komisarz Alex 23** (294)
14.15 **Ranczo 3** (37, 38) – obycz.
16.00 **Minuta dla Twojego bezpieczeństwa** (7)
16.10 **Gwiazdorska kuchnia Ani 4** (45) – magazyn kulin.
16.40 **Tańcząca ze światem – Jordania** (5) – magazyn
17.10 **Okrasa łamie przepisy**
17.45 **Makłowicz w podróży**
18.20 **Ojciec Mateusz 31** (402)
19.20 **Ranczo 9** (113) – obycz.
20.10 **Rodzinka.pl** (304, 305) – serial komediowy, Polska
21.25 **Ojciec Mateusz 32** (420)
22.20 **Cały ten zgiełk** – musical, FILM USA 1979, reż. Bob Fosse, wyk. Roy Scheider, 135 min

TVS HD

15.45 **Doktor z alpejskiej wioski – nowy rozdział**
16.50 **Wydział kryminalny Kitzbühel** – krym., Austria
17.50 **Doktor z alpejskiej wioski – nowy rozdział**
18.50 **Doktor Kleist – lekarz rodzinny** – serial obycz.
19.50 **Rosamunde Pilcher – Aż po krańce świata** FILM – melodramat, Niemcy 2002, 120 min
21.50 **Rosamunde Pilcher: Pióra na wietrze** FILM – film obyczajowy, Niemcy/Austria 2003, 105 min
23.35 **Doktor z alpejskiej wioski – nowy rozdział**

ZOOM

8.00 **Strażnik Teksasu 3** (15, 16) – serial sensacyjny
10.00 **Kobra – oddział specjalny 24** (16, 17)
12.15 **Lombard Chicago: Wszystko pod zastaw 2**
13.15 **Wojny magazynowe: Kanada** (11, 12)
14.25 **Sensacje XX wieku**
16.45 **Wojciech Cejrowski – boso przez świat**
19.00 **Kobra – oddział specjalny 23** (8, 9) – sens.
21.00 **CSI: Kryminalne zagadki Miami 8** (13, 14) – krym.
23.00 **Magia nagości. Polska 5**
0.05 **Magia nagości. Niemcy**
1.10 **Adam szuka Ewy. Dania**

TLC HD

9.00 **Wiza na miłość 11**
11.00 **Jay i Pamela 2**
12.00 **Wiza na miłość – oczami bohaterów 7**
13.00 **Wiza na miłość: znowu do wzięcia 3**
15.00 **Wiza na miłość: pierwsze spotkanie 8**
16.00 **Historie wielkiej wagi 5**
17.00 **Dr Pryszczylla 4** – dok.
18.00 **Wiza na miłość 11**
20.00 **Wiza na miłość – oczami bohaterów 6**
21.00 **Wiza na miłość 12** (18)
23.00 **Koleżanki na zabój 2**
0.00 **Dr Pryszczylla 4** – dok.
1.00 **Wiza na miłość – oczami bohaterów 6**

C+ KUCHNIA HD

10.40 **U sąsiadów w kuchni 14**
11.50 **Kulisy wielkiej kuchni**
13.45 **Eva Longoria w poszukiwaniu hiszpańskich smaków**
14.40 **U sąsiadów w kuchni 16**
15.45 **Zgrillowani** (2, 3) – mag.
16.40 **Jamie Oliver – łatwe przepisy na co dzień**
18.30 **Kulinarna mapa Wielkiej Brytanii** (8, 9) – serial dok.
19.25 **M jak mięso 2** (6) – dok.
19.50 **Maximum Foodie 4** (8)
20.20 **Gotuj taniej z Jamiem** (6)
21.15 **Anthony Bourdain – miejsca nieznane 11**
23.55 **Top Chef 22** (6)
0.55 **M jak mięso 8** (3, 4) – dok.

TVN TURBO HD

10.20 **Złomowisko PL** (5) – dok.
11.15 **Wojny samochodowe**
12.15 **Naprawy nie do naprawy** (6) – mag.
13.00 **Zawodowi handlarze**
14.30 **Wojny samochodowe**
16.30 **Jeździć, obserwować** (9, 10) – serial dokum., Pol.
18.00 **Raport Turbo** – mag. inf.
18.15 **Wojny samochodowe**
20.15 **Ciężarówką przez pół świata** (4) – pr. rozrywk.
21.15 **Moto kombat** (4) – mag.
22.00 **Raport Turbo** – mag. inf.
22.15 **Po raz trzeci! Sprzedane**
23.00 **Jeździć, obserwować** (4)
23.45 **Naprawy nie do naprawy** (6) – mag.

NOWA TV DVB T

7.30 **Świat według Kiepskich** (269-273) – kom., Pol. 2007
10.00 **Komisarz Mama** (16)
11.00 **Poirot 10** – serial krym.
15.00 **Świat według Bundych 7** (145-150)
18.00 **Całkiem nowe lata miodowe** (4) – kom., Pol.
18.30 **Miodowe lata** (109-111)
21.00 **Zdrady** (66) – paradok., Pol.
22.00 **Ślad** (16, 17, 87) – krym.
1.00 **Łowca pedofilów**
3.00 **TV okazje** (28, 29)
3.50 **Wehikuł czasu** (928, 927)
4.00 **Daleko od noszy – szpital futpolowy** (43, 44) – serial kom., Polska
5.00 **Pod lupą** (2, 3) – magazyn

METRO

10.35 **Sędzia Anna Maria Wesołowska** (471, 472)
12.35 **Szkoła** (637) – paradok.
13.35 **Bez kompleksów** (1)
14.40 **Za głosem serca** (33)
15.50 **Magda M. 4** (4) – obycz.
16.55 **Idź na całość 2** (28) – rozr.
18.00 **Złomowisko PL 5** (7)
19.00 **Kartoteka 8** (3, 4)
21.05 **Kryminalni 2** (5, 6) – krym.
23.15 **Hannibal 2** (6) – krym.
0.20 **Zbrodnie z pierwszych stron gazet 7** (2) – dok.
1.20 **Szpital** (916) – paradok.
2.20 **Szkoła** (644) – paradok.
3.20 **Nowa Maja w ogrodzie 2** (29, 30)
4.25 **Szpital** (914) – paradok.

ANTENA HD DVB T2

12.00 **Wojny kontenerowe 2**
12.55 **Klątwa Wyspy Dębów 5**
13.55 **Australijscy poszukiwacze złota 5**
16.00 **Unforgettable: Zapisane w pamięci** (15) – krym.
16.55 **Detektywi z Bordeaux 7** (6) – serial krym., Fr./Bel.
18.00 **77 TV 2** (6, 7) – pr. rozrywk.
20.00 **Alex Hugo – górski detektyw** (27) – krym., Fr.
22.05 **Detektyw Candice: Niezawodny instynkt 5** (7) – serial kryminalny, Fr.
23.15 **Detektywi z Bordeaux 6** (6) – serial krym., Fr./Bel.
0.25 **Polska. Największe tajemnice 2** (4, 5) – rozr.

WP DVB T

12.00 **Komisarz Cassandre: Zbrodnie w Alpach 2** (4)
14.00 **Pokochaj lub sprzedaj Vancouver 2** (14, 15)
16.00 **Pokochaj lub sprzedaj Quebec** (4) – reality show
16.55 **Pogoda**
17.00 **Niewyjaśnione tajemnice świata 3** (18, 21) – serial dok., USA
19.00 **Makłowicz w podróży**
20.00 **Pogromca tajemnic** (9)
21.00 **Świat bez fikcji** (7, 16)
21.55 **Pogoda**
22.05 **Mistrzowie Kabaretu** (4)
23.00 **Kabaret na żądanie** (13)
0.00 **Mistrzowie Kabaretu 9**
1.00 **Mistrzowie Kabaretu 16**

C+ DOMO HD

13.05 **Pokochaj lub sprzedaj: Wielka Brytania 10** (2)
14.05 **Adres: rezydencje marzeń** (1) – serial dok.
15.00 **Wakacyjne domy na wynajem** (12) – dok.
15.55 **Meblokreacje 2** (9, 10)
16.50 **Gardeners' World 15** (1)
18.00 **Ucieczka na wieś 23** (15)
19.00 **Wielkie projekty: Nowa Zelandia 9** (5) – serial dok.
20.00 **Daleko od miasta 10**
21.00 **Adres: rezydencje marzeń** (2) – serial dok.
21.55 **Wielkie projekty: Nowa Zelandia 10** (3) – dok.
22.50 **W mieście czy na wsi?**
23.40 **Luksusowa ucieczka 8**

HGTV HD

12.35 **Wymarzony dom w 100 dni 6** (8, 9) – pr. rozrywk.
14.30 **Mieszkanie na miarę** (4)
15.20 **Mieszkanie na miarę 4**
16.25 **Polowanie na ogród 8**
18.05 **Najbrzydsze podwórko w dzielnicy** (7, 8) – pr. rozr.
19.05 **Weekendowa metamorfoza 2** (3) – rozr.
20.05 **Zgłoś remont 5** (6) – rozr.
21.00 **Dorota was urządzi!** (8, 9) – program rozrywk.
22.30 **Dobrze zrobione w domu** (2) – mag.
22.40 **House Hunters – Poszukiwacze domów 6** (2-5) – pr. rozr.
0.45 **Kamera, akcja, wpadka!**

eprasa.pl 37b976a8ff

P! Premiera w TV

STACJE DZIECIĘCE | STACJE INFORMACYJNE

POLSAT 2 HD

5.50 Wydarzenia
6.30 Nasz nowy dom (265) – reality show
7.30 Na ratunek 112 (1041, 1042) – serial paradokum.
8.30 Sekrety rodziny (158-160) – serial paradokum., Pol. 2020
11.30 Trudne sprawy (927) – serial paradokum.
12.30 Dlaczego ja? (1464, 1465) – serial paradokum.
14.30 Świat według Kiepskich (400-404) – serial kom., Pol. 2012
17.00 48h. Zaginieni (271, 272) – krym., Pol.
19.00 Gliniarze (1053) – serial paradokum.
20.00 Ślad (45) – krym., Pol.

SUPER POLSAT DVB T2

6.40 Wypasiona kuchnia (20) – pr. rozrywk.
6.50 SuperLudzie Extra (44) – magazyn
7.00 Na ratunek 112 (824, 825) – paradok.
8.00 Doktor Martin (11, 12) – serial obycz.
10.00 Wydarzenia 24 – inf.
10.30 SuperLudzie (4, 5)
11.30 Świat według Kiepskich (364-367)
13.30 Bitwa o palety (13)
14.30 Hell's Kitchen – Piekielna Kuchnia 3 (25)
16.00 Ninja Warrior Polska (35)
17.55 Świat według Kiepskich (464, 465, 578, 579)
20.00 Złomiarze (1) – dok.

TV 6 DVB T

6.00 Więzienie (180, 181) – serial dok., Pol. 2024
6.55 Policjantki i Policjanci (821, 822) – serial obyczajowy, Polska 2021
8.55 Kobra – oddział specjalny (184, 185) – serial sens., Niemcy
11.00 48h. Zaginieni (116-118) – serial kryminalny, Pol. 2022
14.00 Policjantki i Policjanci (1256) – serial obycz., Polska
15.00 Uroczysko (157, 158) – serial kryminalny, Polska 2025
16.00 Kobra – oddział specjalny (186, 187) – serial sensacyjny, Niemcy 2008

BBC FIRST HD

6.00 Z pamiętnika położnej 14 (8)
6.50 Tajemnice Brokenwood 5 (1)
8.40 Lewis 4 (1) – krym.
9.50 Ojciec Brown 5 (7)
10.50 Śmierć pod palmami 11 (5)
11.55 Z pamiętnika położnej 14 (8)
13.00 Tajemnice Brokenwood 5 (2)
15.00 Ojciec Brown 13 (5)
16.00 Lewis 4 (1) – krym.
17.00 My Life is Murder 5 (3) – serial kryminalny
18.00 Morderstwa w Midsomer 20 (5)
19.55 Śmierć pod palmami 11 (6) – krym., Wlk. Bryt. 2021
21.00 Harry Wild 5 (5)

TVP ABC DVB T2

10.20 Bolek i Lolek wyruszają w świat
10.45 Reksio (57, 58)
11.00 Pająk Lucas 2 (29)
11.15 Świnka Peppa 4
11.30 Pszczółka Maja
11.55 Strażak Sam 8 (5, 6)
12.25 Domisie – dla dzieci
12.55 Halo, halo! (35)
13.00 Figu Migu na planecie Czochras (46)
13.20 Ptyś i Bill (19, 20)
13.50 Odo (81) – serial anim.
14.05 Nawet nie wiesz, jak bardzo Cię kocham (5, 6) – anim.
14.30 Świnka Peppa
14.45 Kid Lucky (5, 6)
15.15 Al-chemik (21) – mag.
15.35 Lassie i przyjaciele
16.05 Ricky Zoom (5, 6)

TVN 24 HD

7.30 Rozmowa Piaseckiego – publ.
8.00 Serwis informacyjny, Prognoza pogody
9.55 Biznes – pr. publicyst.
10.00 Serwis informacyjny, Prognoza pogody
10.55 Biznes – pr. publicyst.
11.00 Serwis informacyjny, Prognoza pogody
11.55 Biznes – pr. publicyst.
12.00 Serwis informacyjny, Prognoza pogody
13.55 Biznes – pr. publicyst.
14.00 Serwis informacyjny, Prognoza pogody
14.55 Biznes – pr. publicyst.
15.00 15 na żywo – inf.
16.00 Fakty po południu
18.00 Tak jest – pr. publ.
19.15 Serwis informacyjny
19.30 Fakty po Faktach

PARADOKUMENTALNY



21.00 Gliniarze (983) – Polska 2024

Ktoś strzela do byłego prywatnego detektywa. Życie ratuje mu kamizelka kuloodporna. Adam i Olga odkrywają, że ofiara stara się ukryć pewne fakty z życia.

22.05 Rolnicy – Tak się żyje u nas na wsi (137, 138) – dok., Pol.
23.00 Świat według Kiepskich (451, 452)
0.00 Ślad (87) – krym., Pol.
1.00 Zdrady II (57)
2.05 Wydarzenia
2.45 Interwencja – mag.
3.00 Ewa gotuje (560)

SENSACYJNY



21.00 Aniołki Charliego: Zawrotna szybkość – USA 2003, 140 min

Superagentki – Natalie, Alex i Dylan – muszą odnaleźć tytanowe obrączki, które pozwalają odkryć tożsamość osób objętych Federalnym Programem Ochrony Świadków.

23.20 Wrogowie publiczni – film gangsterski, USA 2009, reż. Michael Mann, 165 min
2.05 Świat według Kiepskich (425-427) – serial kom., Pol. 2013
3.40 Nasz nowy dom (255, 256)

SENSACYJNY



18.05 Strażnik Teksasu (24, 25) – USA

Walker walczy z rosyjską mafią, w której młody gangster próbuje wyprzeć konserwatywnych przestępców. Musi zjednoczyć siły ze strażami prawa z Moskwy.

20.05 CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku (135, 136)
22.00 Mentalista (3)
23.05 Łowca pedofilów (136-139) – dok., Pol.
1.00 Cztery Gwiazdki – komedia, USA/Niemcy 2008, 115 min
2.55 Więzienie (182)

KRYMINALNY



22.00 Dyplomatki (1, 2) – Wlk. Bryt. 2023

W porcie w Barcelonie zostaje znalezione ciało obywatela Wielkiej Brytanii. Konsul Laura Simmonds pomaga ojcu ofiary ustalić prawdę. Jednocześnie sama znajduje się pod presją nowego szefa.

0.00 Zbrodnie Saint-Pierre (8)
0.55 Line of Duty – Wydział wewnętrzny 2 (6)
2.00 Morderstwa w Midsomer 20 (5)
3.30 Ojciec Brown 13 (5) – krym., Wlk. Bryt.

ANIMOWANY



16.35 44 Koty (5, 6) – Włochy 2018

Gabi, kocia reporterka, sieje postrach wśród mieszkańców, bo robi wszystkim zdjęcia w krępujących sytuacjach. Wkrótce zostaje złapana przez kotołapa Brutusa.

17.05 Robin Hood (29, 30)
17.30 Super Wings (121, 122) – anim.
18.00 Opowieści z zielonego lasu
18.30 The Garfield Show
19.00 Dolina Muminków
19.25 Ernest i Celestyna
19.35 Tyciaki
19.45 Wegezaury 2

PUBLICYSTYCZNY



20.00 Kropka nad i

Monika Olejnik prowadzi rozmowy z najważniejszymi postaciami polskiej sceny politycznej na temat bieżących wydarzeń w kraju.

20.30 Czarno na białym
21.00 Polska i świat – inf.
22.00 Szkło kontaktowe
23.00 Dzień po dniu – mag.
0.25 Biznes – pr. publicyst.
0.45 Fakty po Faktach
1.20 Kropka nad i – publ.
1.50 Tak jest – pr. publ.
2.50 Nowa Maja w ogrodzie – mag.
3.10 Akademia ogrodnika – mag.

POLSAT PLAY HD

6.00 Budowlańcy (65) – dok.
6.30 Kołowrotek (223) – mag.
7.00 Dorwać tuńczyka (6, 7)
9.00 Wojny magazynowe
10.00 Wojny kontenerowe (10, 11) – serial dok., USA
11.00 Hardkorowy lombard (67, 66, 68-71) – serial dok.
14.00 Polacy za granicą (57, 58)
16.00 Złomiarze (5, 6) – dok., Pol.
18.05 Poszukiwacze historii (205-207) – serial dok., Pol.
20.00 Złomiarze (39, 49) – dok.
22.00 Siły specjalne – Polska (5, 6) – reality show
1.05 Łowca pedofilów (234, 215-219) – dok., Pol.
4.00 Starożytni kosmici

FOOD NETWORK HD

8.15 Kuchenne rewolucje (5)
9.15 Makłowicz w drodze
11.30 10 zadań specjalnych Michela Morana (2-4)
13.15 Apetyt na miłość (2)
14.15 Akcja: Restauracja! (1)
15.15 24/24 (3) – maraton kulin.
16.50 Kuchenne rewolucje (8)
17.50 Ciasteczkowe dzieła sztuki – film dokum., USA
18.50 Halloweenowe wojny
19.50 Pyszne miejscówki (7)
20.50 Posiekani: gotowanie w dziczy (4) – reality show
21.55 Akcja: Restauracja! (4)
22.55 Posiekani (9) – telet. kulin.
23.55 Symon gotuje w ogrodzie (1-3) – mag.

POLSAT RODZINA HD

10.25 Jeźdźcy smoków na końcu świata
11.55 Rodzina zastępcza (162, 163) – kom., Pol. 2004
13.50 Największe statki świata (5, 6) – serial dok.
15.45 Świat z góry (2, 3) – dok.
16.55 Wypasiona kuchnia (26)
17.05 Pingwiny z Madagaskaru (7-10)
19.00 Rodzina zastępcza (191)
20.00 Całkiem nowe lata miodowe (8, 9) – kom.
21.05 Miodowe lata (56) – kom.
21.55 Nasz nowy dom
23.50 Historia broni (7, 8) – dok.
2.00 Ewa gotuje (501, 502)
3.00 SuperLudzie (35, 36)

BBC LIFESTYLE HD

13.30 Najlepszy konsultant ślubny (4) – pr. rozrywk.
14.45 Wielkie brytyjskie wypieki 5 (2) – pr. rozrywk.
15.50 Zapraszam do stołu: Wielka porcja 20 (2)
17.50 Najpiękniejsze domy: Nowa Zelandia (5) – rozr.
18.50 Mistrzowie szycia 10 (6)
19.55 Wielkie brytyjskie wypieki 5 (3) – pr. rozrywk.
21.00 Hotel Savoy (3) – dok.
22.00 Karaiby: raj miliarderów
23.00 Życie w Monako (2) – film dok., Wielka Brytania 2020
0.05 Ratunek dla skóry 5 (8)
1.00 Wstydliwe choroby: Nastolatki 2 (2) – dok.

NICK JR. HD

16.04 Świnka Peppa 2
16.15 Świnka Peppa 3 (8)
16.30 Dora 4 (12) – serial anim.
17.00 Pan Krokodyl (11) – anim.
17.30 Barbapapa i jego rodzinka 2 (14) – anim., Fr.
18.10 Rubble i jego ekipa (4)
18.30 Psi Patrol (15) – anim.
19.00 Santiago z mórz (4)
19.30 Przygody Misia Paddingtona (14) – anim.
19.59 Świnka Peppa (29)
20.04 Świnka Peppa 7
20.31 Świnka Peppa 2 (43)
20.36 Świnka Peppa 8 (32, 33)
20.45 Świnka Peppa (52)
21.00 Barbapapa i jego rodzinka (6, 8, 9) – anim.

POLSAT NEWS HD

13.55 Pogoda
14.00 W rytmie dnia – serwis informacyjny
14.55 Pogoda
15.00 W rytmie dnia – serwis informacyjny
15.30 Sport, pogoda
15.50 Wydarzenia 15:50
16.30 Punkt widzenia Jankowskiego – pr. publ.
18.00 Najważniejsze pytania
19.15 Gość „Wydarzeń" – publ.
19.50 Debata Gozdyry – publ.
21.50 Wydarzenia wieczorne
22.30 Dzień na świecie – pr. inf.
23.30 Obraz dnia – serwis informacyjny
0.00 Najważniejsze pytania

TVP KOBIETA DVB T2

12.50 Przepis dnia 4 (21) – mag.
13.00 Na dobre i na złe (612)
13.50 Tajemnice samolotów prezydenckich – film dok.
15.00 Rodzinka.pl (301) – kom.
15.30 Ojciec Mateusz 13 (171, 172) – krym., Pol. 2015
17.20 Rajskie zakątki Europy
18.30 Rolnik szuka żony 13 (2)
19.30 Panna młoda (1) – obycz.
20.30 Wichrowe wzgórze (359) – serial obycz., Turcja 2024
21.30 La Promesa – pałac tajemnic (327) – obycz.
22.30 Trzy królowe – komedia, FILM USA 2021, 105 min
0.15 Dzieci w niewoli lajków – film dok., Francja 2024

E! ENTERTAINMENT HD

10.35 Z kamerą u Kardashianów (1, 2)
12.35 Tyler Henry – medium z Hollywood (5, 6) – rozr.
14.35 Plastyczna fuszerka
16.05 Z kamerą u Kardashianów (3, 4)
18.00 Oglądaj na żywo, co się dzieje! – program rozrywk.
18.30 Tyler Henry – medium z Hollywood (11) – pr. rozr.
20.30 Plastyczna fuszerka
22.30 Z kamerą u Kardashianów (5, 6)
0.30 Oglądaj na żywo, co się dzieje! – program rozrywk.
1.00 Tyler Henry – medium z Hollywood (5, 6) – rozr.

TV TRWAM DVB T

16.00 Informacje dnia
16.10 Sanktuaria polskie
16.30 Porady medyczne bonifratrów (48) – med.
17.00 Świadkowie
17.30 Spotkanie Rodziny Radia Maryja – pr. religijny
20.00 Informacje dnia
20.20 Różaniec
20.50 Kartka z kalendarza – powstanie warszawskie – pr. eduk.
21.00 Apel Jasnogórski
21.20 Informacje dnia
21.40 Polski punkt widzenia
22.00 Głos serca (107) – obycz.
22.45 Z wędką nad wodę w Polskę i świat – rozr.

BBC BRIT HD

10.15 Wynalazki, które zmieniły świat (6) – dok.
11.25 Brytyjskie fabryki 2 (2)
12.30 Top Gear 18 (3) – mag.
13.35 Legendarne samoloty gaśnicze: ostatni lot (1)
14.40 Cuda inżynierii 6 (7)
15.45 Who Wants to Be a Millionaire z Jeremym Clarksonem 4 (21)
16.45 Brytyjskie fabryki 2 (2)
17.50 Top Gear 18 (4) – mag.
18.55 Cuda inżynierii 6 (7)
19.55 Brytyjskie fabryki 2 (3)
21.00 Ikony motoryzacji (3)
22.00 Samochód roku (1, 2)
23.05 Top Gear 18 (3) – mag.
0.10 Top Gear 12 (2) – mag.

MINI MINI+ HD

11.25 Baczne oczka (13, 1-3)
11.55 Marta mówi (38, 39)
12.50 Moje urodziny – dla dzieci
12.59 Marta mówi (40, 41)
13.55 Moje urodziny – dla dzieci
14.00 Basia (10-13, 1) – anim.
15.10 Kicia Kocia 2 (5-9) – anim.
15.55 Blaze i megamaszyny 3
16.23 Blaze i megamaszyny 2
17.20 Staś i fajna Babcia (38, 39) – serial animowany
17.50 Moje urodziny – dla dzieci
17.57 Staś i fajna Babcia (40)
18.15 Leśna rodzina. Freya spełnia swoje marzenia
18.40 Dora i przyjaciele 2
19.35 Kicia Kocia 2 (4-8) – anim.
20.25 Mały Charlie (4-8) – anim.

TVP 3 DVB T2

13.00 Agrobiznes
13.20 Agropogoda
13.30 Rozmowy (nie)wygodne
14.10 Inwestujemy w Twoje zdrowie – magazyn
15.00 Koronka do Miłosierdzia Bożego – program religijny
15.20 Serwis Info Dzień – inf.
15.30 Program lokalny
19.30 Dlaczego krowa... – mag.
19.45 Kryminalna siódemka
20.00 Dziennik regionów – inf.
20.13 Gość Regionów – pr. publ.
20.30 Kryminalna siódemka
21.00 Program lokalny
22.00 Dziennik regionów – inf.
22.30 Złoty chłopak (248) – serial obycz., Turcja 2022

DVB T DVB T2 – stacje dostępne za darmo w naziemnej telewizji cyfrowej

eprasa.pl 37b976a8ff

Warto zobaczyć

15.05 TVP KULTURA
Fredek uszczęśliwia świat
KOMEDIA Inżynier konstruuje wynalazek, który wprowadza chaos w spokojne życie mieszkańców Warszawy. *Reż.: Zbigniew Ziembiński, A: Loda Halama, Zbigniew Rakowiecki*
Polska 1936 **95 min ▶ do godz. 16.40**

15.20 POLSAT FILM
Pan i władca: Na krańcu świata
PRZYGODOWY Kapitan Aubrey ściga francuski okręt. Nie zamierza się poddać. Stawia na szali życie załogi i dobre imię. *Reż.: Peter Weir, A: Russell Crowe, Paul Bettany, James D'Arcy*
USA 2003 **195 min ▶ do godz. 18.35**

16.00 ALE KINO+
Marzyłam o Afryce
OBYCZAJOWY Kuki razem z narzeczonym i synkiem wyjeżdża do Kenii. Po śmierci ukochanego sama stawia czoło przeciwnościom. *Reż.: Hugh Hudson, A: Kim Basinger, Vincent Perez, Eva Marie Saint*
USA 2000 **130 min ▶ do godz. 18.10**

17.50 TVN FABUŁA
Tajna baza
PRZYGODOWY Charlie odkrywa pod domem kryjówkę superbohatera. Wraz z przyjaciółmi postanawiają kontynuować jego misję. *Reż.: Henry Joost, Ariel Schulman, A: Owen Wilson, Walker Scobell*
USA 2022 **130 min ▶ do godz. 20.00**

18.00 PARAMOUNT NETWORK
Szkoła stewardes
KOMEDIA Ekspedientka z prowincji marzy o tym, by zostać stewardesą renomowanych linii lotniczych. *Reż.: Bruno Barreto, A: Gwyneth Paltrow, Christina Applegate*
USA 2003 **120 min ▶ do godz. 20.00**

18.10 FILMBOX+ HITS
Magik z Nowego Jorku
KOMEDIODRAMAT Szewc odkrywa tajemnicę rodzinnej firmy. Jej magia pozwala mu poznać życie klientów. *Reż.: Tom McCarthy, A: Elli, Adam B. Shapiro, Evan Neumann*
USA 2014 **110 min ▶ do godz. 20.00**

20.00 C+ PREMIUM
Błąd
OBYCZAJOWY Umiera pacjentka, którą operowali chirurg i stażysta. Lekarka chce dowieść, że do tragedii nie doprowadziła pomyłka kolegi. *Reż.: Christine Jeffs, A: Elizabeth Banks, Matthew Sunderland*
Nowa Zelandia 2024 **105 min ▶ do godz. 21.45**

22.15 TVP KULTURA
Nadzieja
MELODRAMAT Anja ma guza mózgu. Lekarze twierdzą, że pacjentce zostały trzy miesiące życia. Jej małżeństwo przechodzi próbę. *Reż.: Maria Sodahl, A: Andrea Brain Hovig, Stellan Skarsgard*
Norwegia 2019 **135 min ▶ do godz. 0.30**

→ filmowe hity



Ross i jego kompani nie mogą pozwolić, by groźna broń trafiła w niepowołane ręce.

20.30 POLSAT
Niezniszczalni 4
SENSACYJNY **Doświadczeni najemnicy łączą siły z młodymi ryzykantami, aby zapobiec wojnie.**

HIT DNIA Barney Ross, Lee Christmas, Gunner oraz ich kompani tworzą jednostkę specjalizującą się w karkołomnych misjach. Czeka ich kolejne wyzwanie. Pracujący dla CIA Marsh powierza im zadanie pokrzyżowania planów Rahmata, który na zlecenie dyktatora ma wejść w posiadanie broni masowego rażenia w Libii. Rosja dąży do rozpoczęcia konfliktu zbrojnego ze Stanami Zjednoczonymi, co wywoła chaos na świecie. Żeby powstrzymać wroga, do zespołu najemników dołącza młode pokolenie ryzykantów wykorzystujących odmienne style walki oraz metody działania. Pomimo dzielących ich różnic śmiałkowie muszą nauczyć się porozumiewać, by osiągnąć cel. Stawką udanej współpracy jest przyszłość zagrożonej ludzkości. Rozpoczyna się emocjonujący wyścig z czasem. HD **140 min ▶ do godz. 22.50**

USA 2023 **Reż.:** Scott Waugh **Wyst.:** Jason Statham, 50 Cent, Megan Fox, Dolph Lundgren, Sylvester Stallone



20.00 TV PULS
Snajper: Kolejne starcie
THRILLER Oddział Brandona Becketta (Chad Michael Collins) podczas misji w Afryce zostaje ostrzelany. Tylko jemu udaje się ocaleć. Żołnierz postanawia pomścić swoich towarzyszy broni.
Reż.: Claudio Fäh Wyst.: Richard Sammel
RPA 2011 HD **115 min ▶ do godz. 21.55**



22.45 TVN
Diabelska jazda
THRILLER David (Joel Kinnaman) spieszy się do szpitala, aby towarzyszyć żonie podczas porodu. Do jego samochodu nagle wsiada nieznajomy (Nicolas Cage), który grozi mu bronią. Zdesperowany kierowca zaczyna grę o życie.
Reż.: Yuval Adler Wyst.: Cameron Lee Price
USA 2023 HD **105 min ▶ do godz. 0.30**



21.00 TVN 7
Ścigane
SENSACYJNY Sam Carlson (Noomi Rapace) ma ochraniać dziedziczkę fortuny, Zoe (Sophie Nélisse). Zadanie się komplikuje, gdy dochodzi do próby porwania dziewczyny. Aby przetrwać, muszą zabijać podążających ich tropem bandytów.
Reż.: Vicky Jewson Wyst.: Eoin Macken
Wlk. Bryt. 2019 HD **130 min ▶ do godz. 23.10**



22.50 POLSAT
Wielki mur
FANTASY Łucznik William (Matt Damon) wraz z towarzyszem dociera do warowni otoczonej zaporą. Przybysze stają się świadkami ataku siejących spustoszenie stworzeń. Proszą o możliwość przyłączenia się do walki z bestiami.
Reż.: Yimou Zhang Wyst.: Pedro Pascal
USA 2016 HD **130 min ▶ do godz. 1.00**



22.10 TVP 1
W sieci zła
THRILLER Hobbes (Denzel Washington) i Jonesy są świadkami egzekucji zabójcy, którego aresztowali. Kilka dni po śmierci mordercy zostają wezwani na miejsce zbrodni. W trakcie śledztwa dokonują wstrząsającego odkrycia.
Reż.: Gregory Hoblit Wyst.: Donald Sutherland
USA 1998 HD **135 min ▶ do godz. 0.25**



23.10 TV 4
Impas
THRILLER Ron (Bruce Willis) sądzi, że policjanci są odpowiedzialni za śmierć jednego z jego synów i bezprawne uwięzienie drugiego. Wraz z grupą najemników wdziera się na teren zapory wodnej. Grozi zatopieniem miasta.
Reż.: Jared Cohn Wyst.: Patrick Muldoon
USA 2021 HD **130 min ▶ do godz. 1.20**

Oznaczenia: P! Premiera w TV HD Program także w standardzie HD
pobrano 01.07.2024 06:07

→ sport



13.00 POLSAT SPORT 2

Turniej ATP w Chengdu

TENIS LIVE Fani przekonają się, kto zasili grono triumfatorów turnieju w Chengdu, w którym są np. Alexander Zverev i Alejandro Tabilo. Szansę na występ w finale ma m.in. rozstawiony z numerem piątym Hubert Hurkacz. HD 270 min ▶ do godz. 17.30



20.35 POLSAT SPORT 3

Szkocja – Szwajcaria

PIŁKA NOŻNA LIVE Helweci w ostatnich MŚ dotarli do 1/4 finału, potwierdzając swój status w futbolowej hierarchii. Czy sprostają roli faworytów meczu Ligi Narodów na Hampden Park? HD 115 min ▶ do godz. 22.30



20.35 POLSAT SPORT 2

Czechy – Anglia

PIŁKA NOŻNA LIVE Synowie Albionu wrócili z mundialu z brązowym medalem. Ich kolejnym celem jest zawojowanie Ligi Narodów. Przed nimi pierwszy mecz w Pradze od siedmiu lat. Poprzedni przegrali 1:2. HD 145 min ▶ do godz. 23.00



20.40 TVP SPORT

Hiszpania – Chorwacja

PIŁKA NOŻNA LIVE Ten mecz można nazwać rewanżem za finał LN w 2023 r. Wtedy po rzutach karnych wygrali Hiszpanie. To ich pierwszy występ na swoim terenie po triumfie w mistrzostwach świata. HD 170 min ▶ do godz. 23.30

→ rozrywka



20.00 TVN 7

Hotel Paradise 13

REALITY SHOW Jednym z uczestników rywalizacji jest barber Jakub Szypuła, który interesuje się motocrossem. 27-latek podkreśla, że pomimo miłosnego zawodu wciąż wierzy w prawdziwe uczucia. Okaże się, czy któraś z mieszkanek wilii zdoła podbić jego serce. HD 60 min ▶ do godz. 21.00



20.20 TVP KULTURA

Embodying Pasolini

TEATR TV Aktorka Tilda Swinton w ciszy przymierza kolejne kostiumy. Każdy ze strojów, zaprojektowanych przez Danilo Donatiego, odwołuje się do określonego filmu Piera Paolo Pasoliniego z lat 60. i 70. HD 115 min ▶ do godz. 22.15



21.30 TVN

Kuba Wojewódzki

TALK-SHOW W studiu pojawią się kolejne osoby ze świata kultury czy muzyki. W nowym sezonie dziennikarz rozmawiał już z Jackiem Kawalcem, Sebastianem Karpielem-Bułecką, Filipem Chajzerem, Miuoshem czy Ignacym Lissem. HD 75 min ▶ do godz. 22.45

→ dokument



12.55 TVP 1

Osobliwa planeta

NATURA Przedstawione zostaną zaskakującego zachowania zwierząt. Od lotów wiszących ważki po taniec godowy altannika płomiennego, który wykonywany jest w celu przyciągnięcia partnera. HD 65 min ▶ do godz. 14.00

Zamów najbliższe wydania swojego ulubionego tytułu!



Oferta PRENUMERATY

Od teraz możesz kupić **to&owoTV** dla siebie i swoich bliskich bez wychodzenia z domu.
5 wydań za 23,95 zł lub 26 wydań za 124,54 zł

Możesz także zamówić **e-wydanie** na www.czytelnia.pl
– to wygodny i szybki dostęp do najlepszych treści na Twoim smartfonie, tablecie czy komputerze.



Aby zamówić kolejne wydania **to&owoTV**:
→ przez internet: wejdź na **www.czytelnia.pl**
→ telefonicznie (w godz. 8.00 – 17.00):
zadzwoń pod numer:
67 210 86 05, 67 354 16 05
prenumerata@bauer.pl

* Najdogodniejszą formą składania zamówień jest nasz sklep www.czytelnia.pl
* Szacowany czas dostawy: 4 dni od daty ukazania się w kiosku.
* Wysyłka za pośrednictwem Poczty Polskiej listami ekonomicznymi, na terenie Polski. W przypadku wysyłki poza granice kraju do cen prenumeraty doliczamy opłatę pocztową zgodną z aktualnym cennikiem Poczty Polskiej.

eprasa.pl 37b976a8ff

TVP 1 HD DVB T2

4.35 **Wykrywacz kłamstw** – publ.
4.50 **Pytanie dnia** – pr. publicyst.
5.15 **Reporterzy** – mag. reporterów
5.25 **Oko na świat** – magazyn
5.50 **Akacjowa 38** (949) – telenowela, Hiszpania 2018
7.00 **Transmisja mszy świętej z Sanktuarium Matki Bożej na Jasnej Górze**
7.30 **Kościół z bliska** – mag. religijny
8.00 **Serwis Info** – program inform.
8.10 **Pogoda Info**
8.20 **Zaraz wracam 3** (147) – serial obyczajowy, Polska 2026
9.00 **Ranczo 2** (17) – obycz., Pol. 2007
10.00 **Komisarz Alex 2** (17) – serial kryminalny, Polska 2012
11.00 **Ojciec Mateusz 21** (275) – serial kryminalny, Polska 2019
12.00 **Serwis Info** – program inform.
12.10 **Agrobiznes** – magazyn rolniczy
12.30 **Agropogoda** – program inform.
12.40 **Magazyn rolniczy**
12.55 **Natura w Jedynce: Osobliwa planeta** (1) – serial dok., Australia
14.00 **Splątane losy** (55) – serial obyczajowy, Turcja 2024
15.00 **Serwis Info** – program inform.
15.10 **Reporterzy** – mag. reporterów
15.35 **Gra słów. Krzyżówka** (1152)
16.00 **Dziedzictwo** (1039) – serial obyczajowy, Turcja 2020
17.00 **Teleexpress, pogoda**
17.25 **Jaka to melodia?** – telet. muz.
18.05 **Klan** (4743) – telenowela, Polska 2026
18.40 **Akacjowa 38** (966) – telenowela, Hiszpania 2018
19.30 **Program informacyjny 19.30**
19.55 **Pytanie dnia** – pr. publicyst.
20.10 **Sport, pogoda**

TVP 2 HD DVB T2

4.35 **Na dobre i na złe** (944): Najsłabsze ogniwo – serial obyczajowy, Polska 2025
5.35 **M jak miłość** (1848) – serial obyczajowy, Polska 2025
6.20 **Nasza wiara, nasza historia** – reportaż, Polska 2026
6.50 **Barwy szczęścia** (3407) – serial obyczajowy, Polska 2026
7.30 **Pytanie na śniadanie – pobudka** – magazyn
7.55 **Pytanie na śniadanie** – magazyn
11.45 **Rosół polski** (40) – magazyn kulinarny
12.25 **Koło fortuny** – teleturniej
13.15 **Panna młoda** (209) – serial obyczajowy, Turcja 2024
14.05 **Va banque** – teleturniej
14.35 **Na sygnale** (927): Furia zdradzonej kobiety – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2026
15.05 **La Promesa – pałac tajemnic** (487) – serial obyczajowy, Hiszpania 2024
16.00 **Koło fortuny** – teleturniej
16.35 **Familiada** – teleturniej
17.20 **Panna młoda** (210) – serial obyczajowy, Turcja 2024
Dziecko i Beyza przechodzą testy DNA. Sila łączy fakty i rzuca cień podejrzeń na Mukadder.
18.15 **Va banque** – teleturniej
18.50 **Jeden z dziesięciu** – teleturniej
19.25 **Barwy szczęścia** (3407) – serial obyczajowy, Polska 2026
20.05 **Barwy szczęścia** (3408) – serial obyczajowy, Polska 2026
20.40 **Kulisy serialu „M jak miłość”** – cykl felietonów

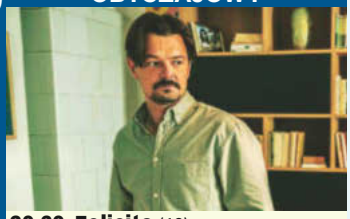
POLSAT HD DVB T2

4.40 **Disco Gramy**
5.25 **Telezakupy TV Okazje** – magazyn reklamowy
6.00 **Nowy dzień z Polsat News**
8.00 **Trudne sprawy** (761) – serial paradokumentalny, Polska 2018
9.05 **Dlaczego ja?** (1321) – serial paradokumentalny, Polska 2024
10.05 **Wypasiona kuchnia** (17) – program rozrywkowy
10.20 **Dlaczego ja?** (1322, 1323) – serial paradokumentalny, Polska 2024
12.25 **Gliniarze. Śląsk** (20): Plan doskonały – serial kryminalny, Polska 2026
13.25 **Gliniarze** (982, 983) – serial paradokumentalny, Polska 2024
15.30 **Wydarzenia 24**
15.50 **Pogoda**
15.55 **Gliniarze** (1235) – serial paradokumentalny, Polska 2026
16.55 **Gliniarze. Śląsk** (21): Najwyższa cena – serial kryminalny, Polska 2026
18.00 **Pierwsza miłość** (4255) – serial obyczajowy, Polska 2026
Alan towarzyszy Hubertowi i Erykowi podczas zakupów. Dowiaduje się, że ma rozmowę kwalifikacyjną za godzinę. Piotrek prosi Melkę, by zrezygnowała z pracy w terenie. Ona jednak nie chce o tym słyszeć.
18.50 **Wydarzenia**
19.15 **Gość „Wydarzeń”** – program publicystyczny
19.25 **Wypasiona kuchnia** (30) – program rozrywkowy
19.35 **Sport, pogoda**
19.55 **Milionerzy** – teleturniej

TVN HD DVB T2

5.40 **Uwaga!** – magazyn reporterów
5.55 **Ukryta prawda** (1490) – serial paradokumentalny, Polska 2023
6.50 **Kuchenne rewolucje** (7): Żnin – Chicken Go – pr. rozrywk.
7.45 **Dzień Dobry TVN** – magazyn
11.20 **Doradca smaku** (18) – magazyn kulinarny
11.30 **Kuchenne rewolucje** (4, 12): Wrocław – Margaret; Gorzów Wielkopolski – Bar Agata/Bar Agata 1965 – pr. rozr.
13.40 **Ukryta prawda** (1638, 1639, 1770) – paradok., Polska
Rodzice Darii rok temu się rozwiedli. Jej siostra zamieszkała z matką, a ona z ojcem i jego partnerką. Parze niedawno urodziło się dziecko. Nastolatka nie akceptuje macochy, a niemowlę ją irytuje. Niebawem Daria poznaje sekret ojca.
16.50 **Szpital św. Anny** (151) – serial obyczajowy, Polska 2026
Na SOR trafiają 5-latek i jego babcia, poszkodowani w wypadku. Bilewicz podejmuje decyzję o natychmiastowej operacji starszej kobiety. Asystuje mu Wroński.
17.55 **Detektywi** (352) – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2026
Anna Potaczek dostaje zlecenie od byłego gangstera, który podejrzewa ukochaną o zdradę. Detektywi rozpoczynają obserwację kobiety.
19.00 **Fakty, sport i pogoda**
19.55 **Uwaga!** – magazyn reporterów
20.15 **Na Wspólnej** (4285) – serial obyczajowy, Polska 2026

OBYCZAJOWY

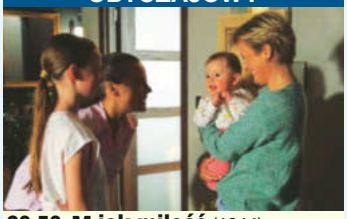


20.30 Felicita (10) – Polska/Włochy 2026

Zośka wciąż stara się rozwiązać zagadkę dotyczącą domu oraz przelewów Kamila do Giulii. Stella i Francesca są zaniepokojone stanem Marco po rozwodzie. Mężczyzna z kolei oferuje Zośce pomoc. Wpada na pomysł, aby Giulia przyjechała z Nico do Warszawy.

21.05 **Sekielski wieczorową porą** (39) – program publicystyczny
22.10 **Kino mocnych wrażeń:**
FILM **W sieci zła** – thriller, USA 1998, reż. Gregory Hoblit, wyk. Denzel Washington, John Goodman, Donald Sutherland, 135 min
0.25 **Miłość i turbulencje**
FILM – komedia romantyczna, Francja 2013, reż. Alexandre Castagnetti, wyk. Ludivine Sagnier, Nicolas Bedos, Jonathan Cohen, 105 min
2.10 **Morderstwa w Montauban**
FILM – film kryminalny, Francja 2024, reż. Muriel Aubin, wyk. Hubert Delattre, Déborah Krey, Lionnel Astier, 100 min
3.50 **Sekielski wieczorową porą** (40) – program publicystyczny
4.40 **Zakończenie**

OBYCZAJOWY



20.50 M jak miłość (1944) – Polska 2026

Werner po rozstaniu z Sylwią pogrąża się w kryzysie. Budzyńscy próbują wesprzeć przyjaciela, nawet gdy ten, kompletnie pijany, niszczy ich randkę. Prawnik znów pakuje się w kłopoty, kiedy poznaje seksowną Oliwię. Magdę zaskakuje nagły przyjazd Julii z córkami. Okazuje się, że kobieta nie jest szczęśliwa w Ukrainie.

21.50 **Na sygnale** (928, 929) – serial fabularno-dokum., Polska 2026
22.55 **Matlock** (19) – serial kryminalny, USA 2024
23.50 **Człowiek z magicznym**
FILM **pudełkiem** – dramat s.f., Polska 2017, reż. Bodo Kox, wyk. Olga Bołądź, Piotr Polak, Sebastian Stankiewicz, Helena Norowicz, 120 min
1.50 **Kim Jo Dzong. Czerwona księżniczka** – film dokumentalny, Francja 2022
2.55 **Akacjowa 38** – telenowela, Hiszpania 2015-2021
3.45 **Rodzinka.pl** – serial komediowy, Polska 2026
4.10 **Zakończenie**

SENSACYJNY



20.30 Niezniszczalni 4
FILM – USA 2023, 140 min

HIT DNIA Najemnicy Barney Ross, Gunner oraz ich kompani specjalizują się w misjach niemożliwych. Muszą powstrzymać Rahmata, który na zlecenie dyktatora ma zdobyć broń masowego rażenia w Libii.

22.50 **Wielki mur** – film fantasy, USA/
FILM Chiny/Hongkong 2016, reż. Yimou Zhang, wyk. Matt Damon, Tian Jing, Willem Dafoe, Andy Lau, 130 min
Łucznik William wraz z towarzyszem dociera do otoczonej zaporą warowni. Na ich oczach dochodzi do ataku niszczycielskich stworzeń. Śmiałkowie postanawiają dołączyć do walki z bestiami. Wojna zadecyduje o przyszłości ludzi.
1.00 **Pierwszy śnieg** – film
FILM kryminalny, Wielka Brytania/USA/Szwecja 2017, reż. Tomas Alfredson, wyk. Michael Fassbender, Rebecca Ferguson, Charlotte Gainsbourg, 155 min
3.35 **Kabaretowa Ekstraklasa** (99) – program rozrywkowy

TELETURNIEJ



20.50 The Floor (18)

W bieżącej edycji programu pojawiły się nowe, zaskakujące kategorie. Uczestnicy mają również szansę trafić na ukryty kwadrat z voucherem o wartości 10 tysięcy złotych. Teleturniej prowadzi Mikołaj Roznerski.

21.30 **Kuba Wojewódzki** (5) – talk-show
22.45 **Diabelska jazda** – thriller,
FILM USA 2023, reż. Yuval Adler, wyk. Nicolas Cage, Joel Kinnaman, Alexis Zollicoffer, Cameron Lee Price, 105 min
David spieszy się do szpitala, by towarzyszyć żonie podczas porodu. Do jego samochodu wsiada nieznajomy, który grozi mu bronią.
0.30 **Superwizjer** – magazyn
1.10 **Uwaga!** – magazyn reporterów
1.30 **CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 10** (20) – serial kryminalny, USA/Kanada 2010
2.35 **Młode gliny** (22, 23) – serial kryminalny, Polska 2026
4.35 **Nauka jazdy 6** (15)
5.05 **Zamieszkać na plaży 6** (4) – program rozrywkowy

eprasa.pl 37b976a8ff

TVN 7 HD DVB T2

5.20 **Ten moment** (52) – serial paradokumentalny, Polska 2015-2016
5.55 **Szkoła** (487-489) – serial paradokumentalny, Polska 2017
8.45 **Ukryta prawda** (1395, 1559, 1560) – serial paradokumentalny, Polska
11.50 **W-11 – Wydział Śledczy** (712-714): Nie potrafię z tym żyć; Diabeł, część 2; Tajemnicza śmierć – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2010
13.55 **Detektywi** (136) – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2024
15.00 **Szpital św. Anny** (141) – serial obyczajowy, Polska 2026
16.00 **Szpital** (885) – serial paradokumentalny, Polska 2019
17.00 **Sędzia Anna Maria Wesołowska** (564) – serial fab.-dok., Polska 2011
18.00 **Rozwód. Walka o wszystko** (16) – serial paradokumentalny, Polska 2020
19.00 **Ukryta prawda** (1696) – serial paradokumentalny, Polska 2025
Po śmierci Jana rodzina poznaje treść testamentu, w którym całość majątku przepisał on córce, pomijając synów.
20.00 **Hotel Paradise 13** (20) – reality show

TV PULS HD DVB T2

6.00 **Policjanci z Miami 5** (17, 18): Swobodny lot, część 1 i 2 – serial kryminalny, USA 1989
8.00 **Kobra – oddział specjalny** (3, 4): Odlot; Tożsamość – serial sensacyjny, Niemcy 2021
10.00 **Zaklinaczka duchów 5** (101) – serial fantasy, USA 2010
11.00 **Kotka** (40) – telenowela, Meksyk 2014
12.00 **Nie igraj z aniołem** (171) – serial obyczajowy, Meksyk 2008
13.00 **Wspaniałe stulecie** (13) – serial kostiumowy, Turcja 2013-2014
14.00 **Rodzinny interes** (6): Brzydkie kaczątko – serial obyczajowy, Polska 2019
15.00 **Lombard. Życie pod zastaw 14** (762, 763) – serial obyczajowy, Polska 2024
17.00 **Rodzinny interes** (7): Mała miss – serial obyczajowy, Polska 2019
W warsztacie dochodzi do kradzieży. Klient ma pretensje, że zginęła kamera z ważnym nagraniem. Ela podejrzewa, że mąż ma coś na sumieniu.
18.00 **Lombard. Życie pod zastaw 19** (1030, 1031) – serial obyczajowy, Polska 2026
Marcin doświadcza nękania ze strony dawnego kolegi. Pewnego dnia oprawca znika. Wkrótce policja puka do drzwi Marcina.

PULS 2 HD DVB T2

6.30 **SamSam: Kosmiczne przygody** (13) – serial anim.
6.45 **Gigantozaur 2** (52) – serial anim.
7.00 **Blaze i Megamaszyny 7** (24)
7.30 **Psi Patrol 3** (5) – serial anim.
7.50 **Dora** (8) – anim., Kan./USA 2024
8.30 **Wielkie przygody małego rekina 2** (5)
8.50 **Masza i Niedźwiedź 9** (21-23)
9.25 **Świnka Peppa** (17-19) – anim.
9.45 **Bing** (21, 22) – serial animowany
10.00 **Jeżyk i Przyjaciele** (8, 7) – anim.
10.35 **Basia 2** (19, 20) – anim., Pol. 2019
11.10 **Gus. Mały – wielki rycerz 2** (2, 3) – serial animowany, Fr. 2021
11.35 **Tomek i przyjaciele: Naprzód lokomotywy! 27** (22, 23) – anim.
12.00 **Psi Patrol 4** (21) – serial anim.
12.35 **Gumisie 6** (3, 4) – serial anim.
13.35 **Smerfy** (67) – serial anim., Belgia
14.00 **Baranek Shaun 6** (19, 20)
14.10 **Baranek Shaun 4** (1) – anim.
14.35 **Marta mówi** (17) – serial anim.
15.00 **Miraculous: Biedronka i Czarny Kot 6** (6, 7) – anim.
16.00 **Patryk Rozgwiazda Show** (22, 23) – serial anim., USA 2021
17.00 **SpongeBob Kanciastoporty 9** (200, 201) – anim., USA 2011-2012
18.00 **Pingwiny z Madagaskaru 2** (7, 8) – serial animowany, USA
19.00 **Kacze opowieści** (63, 64)
20.00 **Lombard. Życie pod zastaw 19** (1020)

NETFLIX



ERIC

Syn Vincenta (Benedict Cumberbatch), twórcy programu dla dzieci, znika w drodze do szkoły. Ojciec ożywia w telewizji potwora z rysunków chłopca. Wierzy, że to pomoże mu wrócić do domu.
▶serial krym. (6 odc.), USA 2024

PREMIERA



MONONOKE – FILM: ROZDZIAŁ 3 – KLĄTWA WĘŻA

W zamku Edo wrą dworskie intrygi. Gniew plotkarzy uaktywnia groźne bóstwo, które ma postać węża. Z mononoke walczy tajemniczy przybysz.
▶film anim., Japonia 2026; 88 min



Reutter

CUKIERKI ALOESOWE – SEKRET URODY, DOBREGO SAMOPOCZUCIA, WZMOCNIENIA ODPORNOŚCI.

W APTEKACH I ZIELARNIACH

REKLAMA

21.00 **Ścigane** – dramat
FILM sensacyjny, Wielka Brytania/USA 2019, 130 min

Wyszkolona do misji antyterrorystycznych Sam dostaje zadanie polegające na zapewnieniu bezpieczeństwa Zoe. Wydaje się, że ochrona bogatej dziedziczki nie jest zbyt trudna dla zaprawionej w bojach funkcjonariuszki. Wszystko się jednak zmienia, kiedy dochodzi do próby porwania jej podopiecznej. Odtąd agentka i przerażona nastolatka muszą zabijać, aby przetrwać.

23.10 **Margaux** – horror, USA 2022,
FILM reż. Steven C. Miller, wyk. Madison Pettis, Vanessa Morgan, Jedidiah Goodacre, Richard Harmon, 130 min
1.20 **Hotel Paradise 13** (19) – reality show
2.20 **Wrota piekieł 3** (8) – serial dokumentalny, USA 2022
3.20 **Fachowcy** (10) – serial paradokumentalny, Polska 2017
3.55 **Usterka 12** (4) – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2019
4.25 **Dorota was urządzi!** (8) – program rozrywkowy

THRILLER



20.00 **Snajper: Kolejne starcie**
FILM – RPA/USA/Niemcy 2011, 115 min

Oddział Brandona Becketta, syna słynnego snajpera, ma uratować Europejczyka osaczonego na farmie w ogarniętym wojną domową Kongu. Podczas akcji żołnierze zostają ostrzelani. Tylko Brandonowi udaje się przeżyć. Postanawia pomścić swoich towarzyszy broni. Zaczyna trening pod okiem Millera, byłego protegowanego swojego ojca.

21.55 **Tajna broń** – film sensacyjny,
FILM USA 1996, reż. John Woo, wyk. John Travolta, Christian Slater, Samantha Mathis, Delroy Lindo, 130 min
0.05 **Żelazny orzeł 3: Asy**
FILM **przestworzy** – film sensacyjny, USA/Wielka Brytania 1992, reż. John Glen, wyk. Louis Gossett Jr., Horst Buchholz, Rachel McLish, Paul Freeman, 125 min
2.10 **Dzielnica strachu 3** (82): Porachunki – serial kryminalny, Polska 2022
3.00 **Lombard. Życie pod zastaw 19** (1026) – serial obyczajowy, Polska 2026
4.00 **Zobacz to!** – pr. powtórkowe

KRYMINALNY

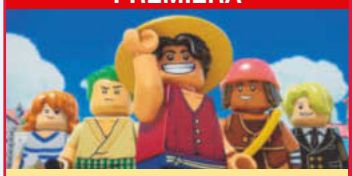


21.00 **Dzielnica strachu 4** (123, 124): Koszmar z tysiąca i jednej nocy; Wszystkie imiona diabła – Polska 2023

Senior zawiadamia policjantów, że w kamienicy słychać tajemnicze krzyki i jęki. Prawdopodobnie dochodzą z piwnicy. Agata i Andrzej udają się na miejsce. Ojciec nastolatki ma wątpliwości, czy wyprawić córce urodziny w klubie, w którym była strzelanina. Dyżurna otrzymuje propozycję pomocy przy reorganizacji komisariatu.

23.00 **Wstydliwe choroby: nietypowe przypadłości** (1, 2) – serial dokumentalny, Wielka Brytania 2008
1.00 **Dzielnica strachu 4** (122): Dzień ojca – serial kryminalny, Polska 2023
2.00 **Lombard. Życie pod zastaw** (38) – serial obyczajowy, Polska 2017
3.00 **Lombard. Życie pod zastaw 6** (289, 290) – serial obyczajowy, Polska 2020
5.00 **Lombard. Życie pod zastaw 11** (563) – serial obyczajowy, Polska 2022

PREMIERA



LEGO ONE PIECE

Przygody załogi Słomkowego Kapelusza w świecie zbudowanym z klocków. Głównym bohaterem jest Usopp, który koloryzuje i wyolbrzymia dokonania ekipy, zamieniając każdą wyprawę w sensacyjną opowieść. U jego boku wiernie trwa klockowa wersja Choppera, który zawsze dotrzymuje mu towarzystwa.
▶film anim., USA/Kan./Japonia 2026



PANI PLAYMEN

Adelina Tattilo (Carolina Crescentini), założycielka pierwszego włoskiego magazynu erotycznego Playmen, zrewolucjonizowała konserwatywny Rzym lat 70. Po odejściu męża przekształciła zadłużone pismo w poczytny tytuł. Swoją działalnością przyczyniła się do kulturowej rewolucji we Włoszech.
▶serial obycz. (7 odc.), Włochy 2025

STACJE FILMOWE I SERIALOWE

AXN HD

6.00 CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas (6, 7) – krym., USA/Kan.
7.35 Ostry dyżur 6 (5, 6) – serial obyczajowy
9.25 Castle 8 (2, 3) – serial krym., USA 2015-2016
11.25 Rekrut: FBI (21, 22) – serial kryminalny
13.15 Agenci NCIS 10 (10, 11) – serial sensacyjny, USA 2012
15.15 FBI 6 (3, 4) – serial kryminalny, USA 2024
17.05 CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 9 (3, 4) – serial krym., USA/Kanada 2008
19.05 Castle 8 (4, 5) – serial krym., USA 2015-2016
21.05 Rekrut 5 (10) – serial krym., USA 2022-2023

TVP SERIALE

5.25 Rodzinka.pl (160, 161) – kom., Pol.
6.30 Na sygnale (543, 544)
7.35 Ojciec Mateusz 7 (93) – krym., Pol. 2011
8.35 Komisarz Alex 10 (125) – krym., Pol. 2017
9.25 Rodzinka.pl (162)
10.00 Klan (1509) – telen.
10.45 Ranczo 3 (30) – obycz.
11.35 M jak miłość (1943)
12.35 Zaraz wracam 3 (146, 147) – obycz., Pol.
13.40 Ojciec Mateusz 34 (444, 445) – krym., Pol.
15.40 Komisarz Alex 10 (126) – krym., Pol. 2017
16.25 Na sygnale (545, 546)
17.30 Ranczo 3 (32, 33) – serial obycz., Polska
19.35 Ojciec Mateusz 34 (446) – krym., Pol. 2026

TVP KULTURA DVB T2

8.25 Porozmawiajmy szczerze – mag. kult.
9.00 Rodzina Połanieckich (1)
10.35 Dzieci i ryby FILM – komedia obyczajowa, Polska 1996, 110 min
12.25 Kino Muranów – film dokumentalny, 2025
14.00 Kosmos 1999 (34)
15.05 Fredek uszczęśliwia świat FILM – komedia, Polska 1936, 95 min
16.40 Rodzina Połanieckich (2)
18.15 W poszukiwaniu dobrego filmu
18.55 Rawhide 3 (72)
20.00 Wstęp do filmu „Embodying Pasolini" (31)

ALE KINO+ HD

6.30 Polska z góry 3 (1) – serial dok., Pol. 2018
7.00 Kot – film krótkometr., Pol. 2022
7.20 Ultima Thule FILM – dramat obyczajowy, Polska 2023, 105 min
9.05 Gorzko – film krótkometraż.
9.50 Karen Pirie (3) – krym., Wlk. Bryt. 2022
11.45 Detektyw Foyle 2 (4) – serial kryminalny
13.50 Pęknięte lustro FILM – film kryminalny, Wlk. Bryt. 1980, 130 min
16.00 Marzyłam o Afryce FILM – dramat obyczajowy, USA 2000, reż. Hugh Hudson, 130 min
18.10 Detektyw Foyle 3 (1) – serial kryminalny

CANAL+ PREMIUM HD

12.20 Ida FILM – dramat obyczajowy, Polska/Dania/Fr. 2013, 80 min
13.40 Ekstremalne opady: niszczycielski żywioł – film dokum., USA 2026
14.30 Saga „Zmierzch": Zaćmienie FILM – film fantasy, USA 2010, reż. David Slade, 120 min
16.30 Morderstwo w ambasadzie FILM – film kryminalny, Wielka Brytania 2025, 85 min
17.55 Premierowa jazda – magazyn
18.10 Łapu capu – pr. rozr.
18.15 Pompeje FILM – film katastroficzny, Kanada/Niemcy/USA 2014, 105 min

HBO HD

8.25 Akademia pana Kleksa 2 FILM – film familijny, Polska 2024, 120 min
10.25 Władca Pierścieni: Powrót króla FILM – film fantasy, USA/Nowa Zelandia/Niemcy 2003, 195 min
13.40 Przegląd tygodnia: Wieczór z Johnem Oliverem 13 (23) – talk-show
14.20 Karate kid FILM – przyg., USA 1984, 125 min
16.25 Witajcie w Marwen FILM – film biograf., USA/Japonia 2018, 115 min
18.20 Tak się poznaliśmy FILM – komedia romant., USA 2023, 100 min
20.00 The Pitt 2 (11)

20

KRYMINALNY



22.05 Rekrut: FBI (10) – USA 2022-2023

Zespół prowadzi dochodzenie w sprawie anonimowego szantażysty. Przestępca grozi ujawnieniem wykradzionej listy agentów FBI.

23.00 CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 9 (3, 4) – serial krym.
0.45 Castle 8 (4, 5) – serial krym., USA 2015-2016
2.40 Rekrut 5 (10) – krym.
3.40 Rekrut: FBI (10) – serial kryminalny
4.30 CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 6 (11) – krym., USA/Kan.

KRYMINALNY



20.35 Ojciec Mateusz 7 (94) – Polska 2011

Mateusz odnajduje porzuconego niemowlaka. Tymczasem Kornacki zgłasza zaginięcie żony. Podejrzewa, że może ona próbować popełnić samobójstwo.

21.30 Ranczo 3 (34, 35) – serial obycz., Polska
23.30 Ojciec Mateusz (1)
0.30 Na dobre i na złe (998) – serial obycz.
1.30 Dom pod Dwoma Orłami (9, 10) – obycz.
3.30 Wojenne dziewczyny (8) – hist.
4.20 Klan (1509) – telen.

TEATR TELEWIZJI



20.20 Teatr Telewizji: Embodying Pasolini – Polska 2025

Aktorka Tilda Swinton w ciszy przymierza kolejne kostiumu. Każdy ze strojów odwołuje się do określonego filmu Piera Paolo Pasoliniego z lat 60. i 70.

22.15 Nadzieja FILM – melodramat, Norwegia/Szwecja/Dania 2019, 135 min
0.30 Książę przypływów FILM – dramat obyczajowy, USA 1991, 140 min
2.50 The Rolling Stones – życie w rytmie rocka (4) – dok.

DRAMAT WOJENNY



20.10 Byliśmy żołnierzami FILM – Niemcy/USA 2002, 160 min

Rok 1965. Weteran wojny w Korei, podpułkownik Hal Moore, leci z oddziałem do Wietnamu. W dolinie La Drang żołnierze staczają krwawą bitwę z armią wroga.

22.50 Agent FILM – film sens., USA 2024, 125 min
0.55 Love Lies Bleeding FILM – sens., Wlk. Bryt./USA 2024, 125 min
3.00 Król (8-ost.) – sens.
4.25 Warsaw Story – film krótkometraż.
5.00 Sortownia (8-ost.)

DRAMAT OBYCZAJOWY



20.00 Błąd P! FILM – Nowa Zelandia/Wielka Brytania 2024, 105 min

Umiera pacjentka, którą operowali ceniona chirurg Elizabeth Taylor i stażysta Richard Whitehead. Lekarka chce udowodnić, że do tragedii nie doprowadziła pomyłka jej kolegi.

21.45 Bezsenność – thriller, FILM USA 2002, 115 min
23.40 13 dni, 13 nocy FILM – thriller, Francja/Belgia 2025, 110 min
1.30 The Blair Witch Project FILM – horror, USA 1999, reż. Eduardo Sánchez, 80 min

OBYCZAJOWY



20.50 Niebo. Rok w piekle (5) – Polska 2025

Mimo że wspólnota ostatecznie się rozpada, jej dawni członkowie nie potrafią całkowicie uwolnić się od jej wpływu. Sebastian cały czas zmaga się z traumą.

21.35 Mortal Kombat 2 FILM – film sensacyjny, USA 2026, 110 min
23.25 Frendo – horror, USA/Luksemburg/Wielka Brytania 2025, 95 min
1.00 Bękart – dramat historyczny, Dania/Szwecja/Norwegia 2023, 125 min

AXN WHITE

6.10 Detektyw Murdoch 8 (16) – krym., Wlk. Bryt./Kan.
7.00 Dr House 3 (4, 5) – obycz.
8.45 Napisała: Morderstwo 3 (10, 11) – serial kryminalny
10.55 Agenci NCIS 19 (18-20)
13.50 Rekrut 4 (7) – serial krym.
14.50 Dr House 3 (6, 7) – obycz.
16.50 Downton Abbey 5 (4, 5)
19.00 Unforgettable: Zapisane w pamięci 2 (1) – krym.
20.00 Dowody zbrodni 2 (14, 15) – serial kryminalny
22.00 Rekrut 4 (8) – serial krym.
23.00 Agenci NCIS 19 (18-20)
1.40 Dowody zbrodni 2 (14, 15) – serial kryminalny
3.35 Zaklinacze koni 2 (5, 6)

AXN BLACK

10.50 Gwiezdne wrota (20, 21)
12.50 Kobra – oddział specjalny (10) – sens.
13.50 JAG – Wojskowe Biuro Śledcze 3 (14, 15) – sens.
15.55 Nieustraszony 4 (6)
17.00 MacGyver (19)
17.55 Zagadki z przeszłości (11) – przyg., Fr./Niem./Kan.
18.55 Gwiezdne wrota (22)
19.55 Gwiezdne wrota 2 (1)
21.00 Dorwać Cartera – film FILM sensacyjny, 2000, 125 min
23.05 Po własnych śladach FILM – film krym., 2018, 110 min
0.55 JAG – Wojskowe Biuro Śledcze 3 (14, 15) – sens.
2.55 MacGyver (19)

WARNER TV

11.35 Pełniejsza chata 4 (1)
12.10 Teraz albo nigdy! 2 (9, 10)
14.10 Bajer z Bel-Air 3 (24)
14.40 Bajer z Bel-Air 4 (1-3)
16.05 Pełniejsza chata 3 (18)
16.40 Pełniejsza chata 4 (1-3)
18.20 Uwolnić orkę 4: FILM **Ucieczka z Zatoki Piratów** – film familijny, USA 2010, 125 min
20.25 Jackie Chan: Pierwsze uderzenie FILM – film sensacyjny, USA/Hongkong/Ukraina 1996, 95 min
22.00 4 Blocks (5, 6) – krym.
0.15 Czarownice z Eastwick FILM – horror komediowy, USA 1987, 145 min

POLSAT SERIALE HD

6.00 Gliniarze (400-402) – serial paradokum., Polska 2019
9.00 Co ludzie powiedzą? (7-12) – serial komediowy
13.00 Niania (61-64) – kom., Pol.
15.05 Świat według Kiepskich (338-343) – kom., Pol. 2010
18.05 Komisarz Mama (25, 26) – serial kryminalny, Polska
20.05 Czarna lista 2 (32) – krym.
21.00 CSI: Kryminalne zagadki Miami (131-133) – krym.
23.50 CSI: Kryminalne zagadki Miami 6 (134) – krym., USA
0.50 Ślad (78, 79) – krym., Pol.
2.50 Święty (257, 258) – kom.
4.00 48h. Zaginieni (238, 239) – serial kryminalny, Polska

CANAL+ FILM HD

6.00 Łapu capu – pr. rozrywk.
6.05 Benek – komediodramat, FILM Polska 2007, 100 min
7.45 Dumna królewna – film FILM anim., 2024, 80 min
9.05 Orzełek Iggy – film anim., FILM Polska/USA 2025, 85 min
10.30 Łapu capu – pr. rozrywk.
10.35 Call me lala – film krótkometraż., Pol.
11.00 Riefenstahl – dok., 2024
13.00 Ocaleni – thriller, USA/FILM Kanada 2008, 90 min
14.30 Niania w Nowym Jorku FILM – komedia romantyczna, USA 2007, 105 min
16.15 Thelma – komedia, FILM Szwajcaria/USA 2024, reż. Josh Margolin, 95 min
17.50 Saga „Zmierzch": FILM **Księżyc w nowiu** – film fantasy, Australia/USA 2009, reż. Chris Weitz, wyk. Kristen Stewart, 125 min
19.55 Łapu capu – pr. rozrywk.
20.00 Bad Man – komedia FILM sensacyjna, 2025, 100 min
21.40 Wcielenie – horror, FILM Wielka Brytania 2024, reż. Alexander J. Farrell, 95 min
23.15 Rocznica – thriller, USA FILM 2025, 110 min
1.05 Żurek – film obyczajowy, FILM Polska 2003, 75 min
2.20 Pornografia – film obycz., FILM Pol./Fr. 2003, 115 min
4.15 Skarbek – thriller, Pol./Wlk. FILM Bryt./USA 2024, 105 min

CANAL+ SERIALE HD

9.50 Naruto 5 (15-17) – serial anime, Japonia 2004-2005
11.20 13 posterunek 2 (40-42) – serial komediowy, Polska
13.15 Making of CANAL+ – magazyn filmowy
13.30 Wszystkie kolory świata 5 (5) – serial dokumentalny, Fr. 2024
14.30 Naruto 5 (18, 19) – serial anime, Japonia 2004-2005
15.30 Naruto 6 (20) – serial anime, Japonia 2005
16.05 Łapu capu – program rozrywkowy
16.25 The Office PL 5 (4-6) – serial komediowy, Polska 2025
18.00 8 wspaniałych (4-6) – serial dok., Pol. 2025-2026
20.05 Król i zdobywca (5, 6) – serial historyczny, Wielka Brytania/Islandia/USA 2025
21.45 Making of CANAL+ – magazyn filmowy
22.00 Nie zostawiaj mnie (7) – serial kryminalny, Wł. 2022
23.00 Premiera: Spartakus: Wojna potępionych (5) – serial przygodowy, USA 2013
0.00 Czarne stokrotki (1, 2) – serial kryminalny, Polska 2024
2.05 Furioza (1-4) – serial sensacyjny, Polska 2021
5.35 Premierowa jazda – magazyn

CANAL+ 360 HD

6.00 13 posterunek 2 (21, 22) – serial komediowy, Polska
7.20 Na pierwszym planie (1)
8.05 Porzucona Ameryka 4 (3)
9.00 Wykrywacz historii 6 (2)
10.05 Koleją przez świat 3 (4)
11.05 Rekruci (5, 6) – dok., Pol.
13.00 Porzucone konstrukcje 4 (4) – dok.
13.55 Zholowani: ciężarówki w opałach 6 (7) – dok.
14.50 Wykrywacz historii 6 (3)
15.55 Najbardziej ekstremalne miejsca na świecie 2 (5) – pr. rozr.
16.55 Mega transporty (7) – serial dok., Wlk. Bryt. 2016
18.00 Porzucona Ameryka 4 (4) – serial dokumentalny, USA
18.55 Zholowani: ciężarówki w opałach 6 (5) – dok.
19.50 Mega transporty (8)
20.55 Kryptonim Polska (2) – serial komediowy, Polska
21.50 13 posterunek 2 (13, 14) – serial komediowy, Polska
23.00 Porzucone konstrukcje 4 (5) – dok.
23.55 Koleją przez świat (6) – serial dok., Wlk. Bryt. 2014
1.00 Chwila prawdy (5) – dok.
2.00 Polska z góry: Stadiony 2 (6) – dok., Pol.
2.35 Łowcy tajemnic Bałtyku (5) – serial dok., Polska 2020
3.40 Pogotowie remontowe Wieśka 4 (2, 3) – mag.
4.55 Mam zamek 2 (1, 2) – dok.

HBO 2 HD

12.55 Rozwód 2 (3) – serial kom.
13.25 Małe kobietki FILM – melodram., 2019, 130 min
15.35 Na planie 23 (39) – mag.
16.00 Na samą myśl o Tobie FILM – dramat obyczajowy, USA 2024, 115 min
17.55 Lista – komedia, USA FILM 2023, 95 min
19.30 Birdman FILM – komediodramat, USA 2014, 115 min
21.25 Ostatni wiking FILM – komediodramat, Dania/Szwecja 2025, 110 min
23.15 Tokyo Vice 2 (4) – krym.
0.10 Milion minut – dram. FILM obycz., Niem. 2024, 120 min

HBO 3 HD

14.20 Jak wytresować smoka 2 FILM – film anim., USA/Indie 2014, 100 min
16.00 Jak wytresować smoka 3 FILM – film anim., USA/Japonia 2019, 100 min
17.40 Eleanor Wspaniała FILM – dramat obyczajowy, USA 2025, 100 min
19.20 Wielkie kłamstewka 2 (5) – serial obycz., USA 2019
20.05 Perry Mason (1) – krym.
21.00 The Pitt 2 (11) – obycz.
21.50 Niebo. Rok w piekle (5) – serial obycz., Polska 2025
22.35 Zaułek koszmarów FILM – dram. psycholog., Kanada/Meksyk/USA 2021, 150 min

eprasa.pl 37b976a8ff

P! Premiera w TV

STACJE FILMOWE I SERIALOWE

POLSAT FILM HD

6.05 **Górale** (135-137) – serial dok., Pol. 2022
7.25 **Doktor Martin** (13) – serial obyczajowy
8.30 **Przyjaciółki** (249, 250) – serial obyczajowy, Pol. 2023
10.25 **Świat według Kiepskich** (98, 99, 16, 17, 207) – serial kom.
13.15 **Ewolucja** – komedia FILM s.f., USA 2001, reż. Ivan Reitman, wyk. David Duchovny, 125 min
15.20 **Pan i władca: Na krańcu świata** FILM – dramat przygodowy, USA 2003, reż. Peter Weir, 195 min
18.35 **Kochaj albo rzuć** FILM – komedia, Polska 1977, 145 min

COMEDY CENTRAL HD

6.00 **Tata ma plan** (15, 16) – serial komediowy, USA 2016
7.00 **Dwóch i pół 4** (5-8) – serial komediowy, USA 2006
8.55 **Hoży doktorzy** (1, 2) – serial komediowy, USA 2001
9.55 **Przyjaciele 2** (11-14) – serial komediowy
11.55 **Teoria wielkiego podrywu 10** (2-7) – kom., USA 2016-2017
14.30 **Dwóch i pół 4** (9-12) – serial komediowy
16.30 **Przyjaciele 2** (15-18) – serial komediowy, USA 1996
18.30 **Hoży doktorzy** (3, 4) – serial komediowy, USA 2001

TVN FABUŁA HD

5.05 **Szkoła** (3) – paradok.
6.00 **Kino w drodze** (5)
6.30 **Dziewczyny z Hollywood** (16)
6.45 **Julia** (8, 9) – serial obycz.-kom.
7.45 **Detektywi** (314-317) – serial fab.-dokum.
9.50 **Młode gliny** (17) – serial krym., Polska
10.55 **Lekarze 4** (13) – serial obyczajowy, Pol. 2014
11.55 **Zapukaj do moich drzwi** (110, 111)
13.55 **Młode gliny** (18)
14.55 **Detektywi** (648, 649)
16.05 **Na Wspólnej** (102, 103) – obycz., Pol.
17.10 **Top 100: filmy wszech czasów** (1)
17.50 **Tajna baza** – przyg., FILM USA 2022, 130 min

13 ULICA

6.25 **Zabójstwo w Strasburgu** FILM – thriller, Francja 2016, reż. Laurence Katrian, wyk. Hélene de Fougerolles, 115 min
8.20 **Motyw 4** (2, 3) – serial kryminalny, Kan. 2016
10.15 **Bez śladu 2** (22, 23) – serial kryminalny
12.10 **Kasandra 6** (3) – serial kryminalny, Fr.
14.15 **Zabójstwo w Grasse** FILM – thriller, Francja/Belgia 2016, 125 min
16.20 **Motyw 4** (4, 5) – serial kryminalny, Kan. 2016
18.15 **Bez śladu 2** (24) – serial kryminalny
19.05 **Bez śladu 3** (1) – serial kryminalny

KINO POLSKA

6.50 **Polska Kronika Filmowa** – serial dok.
7.15 **Bolek i Lolek na wakacjach** (13, 1)
7.40 **Przygody Myszki** (13, 1) – serial anim.
8.00 **Siedem życzeń** (6)
9.30 **7 słów o przemijaniu**
9.40 **Podróż za jeden uśmiech** FILM – film przyg., 1972, 115 min
11.35 **Bitwa pod Wiedniem** FILM – dramat historyczny, Polska/Włochy 2012, 145 min
14.00 **Złoty pociąg** FILM (1/2, 2-ost.) – film sens., Polska/Rumunia 1986, 200 min
17.20 **Czteręj pancerni i pies** (3, 4) – wojenny

STOPKLATKA DVB T2

6.00 **Kabaretowe hity** (6) – program rozrywkowy
6.50 **Wojciech Cejrowski – boso przez świat**
7.50 **Robert Makłowicz** (240, 233) – mag. kulin.
9.35 **Pyszne dania w 10 minut z Julią Oleś 2** (9) – magazyn kulin.
9.45 **Górski lekarz** (7, 8) – obycz., Niem./Austria
11.45 **Zagadki kryminalne panny Fisher 3** (1, 2) – krym., Australia 2015
14.00 **Hudson i Rex 4** (12) – serial krym., Kanada
15.00 **Zajazd. Będzie się działo 2** (17, 18) – serial obycz., Polska
17.00 **Katastrofy w przestworzach** (2, 1) – serial dok., Kan.

KOMEDIA KRYMINALNA



21.00 **Wesoły wtorek: Gorący towar** FILM – USA 2013, 145 min

Agentka FBI ma ująć barona narkotykowego. Jej partnerką zostaje detektyw Mullins. Panie nie darzą się sympatią.

23.25 **Potęga miłości** P! FILM – dramat obyczajowy, USA 2022, reż. D.J. Caruso, wyk. Abigail Cowen, Tom Lewis, 160 min
2.05 **Fala zbrodni** (20-22) – serial sens., Pol. 2004
5.00 **Na ratunek 112** (943, 944) – serial paradokum., Pol. 2024

KOMEDIOWY



19.30 **Teoria wielkiego podrywu 10** (8-13)

Po udanym eksperymencie rekombinacji genów Sheldon decyduje się na prokreację z Amy. Bezskutecznie próbuje ją uwieść. Raj zadurza się w sprzątaczce z pracy.

22.00 **The Office PL 4** (3, 4) – serial kom., Pol. 2024
23.05 **Comedy Club** (9, 10)
0.05 **Miasteczko South Park 10** (2, 5)
1.00 **Pracoholicy 5** (10, 11)
2.00 **Śmieszniej nie będzie** (3, 4) – pr. rozr.
3.00 **Miasteczko South Park 9** (13, 14)

MELODRAMAT



20.00 **Wiek Adaline** – USA/ FILM Kanada 2015, 150 min

Urodzona na początku XX wieku Adeline zyskuje nieśmiertelność. Jej długa podróż przez życie naznaczona jest samotnością.

22.30 **Domówka** – kom., FILM USA 2023, 125 min
0.35 **Jack Ryan: Teoria chaosu** FILM – film sens., USA/Rosja/Wielka Brytania 2014, 135 min
2.50 **Dziewczyny z Hollywood 3** (15)
3.05 **Szkoła** (790)
4.05 **Ukryta prawda** (1381) – paradok.

KRYMINALNY



20.00 **Kasandra 6** (4) – Francja 2022

Anicée Fromentin znajduje ciała swoich zamordowanych rodziców. Sąsiad, Louis Grandet, zeznaje, że usłyszał dwa strzały. Cassandre prowadzi śledztwo.

22.00 **Prawo i porządek Toronto: Zbrodniczy zamiar** (5) – krym.
23.00 **Prosto w serce** (3, 4)
1.15 **Tajemnice Hannah Swensen 7: Ciasto grzechu warte** FILM – film kryminalny, Kanada 2025, 110 min
3.05 **Motyw 4** (3) – krym.

DRAMAT OBYCZAJOWY



20.00 **Zabawa zabawa** FILM – 2018, 110 min

Trzy kobiety zmagają się z uzależnieniem od alkoholu. Lekarka Teresa przychodzi pijana na dyżur. Prokuratorka Dorota wykorzystuje immunitet, aby unikać kary.

21.50 **Demony wojny wg Goi** FILM – dramat wojenny, 1998, 120 min
23.50 **Ziarno prawdy** FILM – thriller, 2015, 160 min
2.30 **Jestem mordercą** FILM – thriller, 2016, 140 min
4.50 **Tama** – etiuda film.
5.35 **Moje stare** – etiuda filmowa, 2023

SENSACYJNY



20.00 **Powódź** – USA/ FILM Wielka Brytania/Dania 1998, 120 min

Rzeka Ohio występuje z brzegów. Dwaj konwojenci bankowi, Tom i jego wuj Charlie, wywożą z zalanego miasta 3 mln dolarów. Zostają zaatakowani przez bandytów.

22.00 **Kryptonim Banshee** FILM – thriller, USA 2022, reż. Jon Keeyes, wyk. Antonio Banderas, Jaime King, 110 min
23.50 **Fuga** – film FILM psychologiczny, Polska/Czechy/Szwecja 2018, 145 min

CINEMAX HD

13.20 **Niepowstrzymany** FILM – dramat biograficzny, USA 2024, 125 min
15.25 **Moja noc** – film obycz., FILM Francja/Bel. 2021, 90 min
16.55 **Sztuka kradzieży** FILM – komedia kryminalna, Kanada/USA 2013, 90 min
18.25 **Jedenaste: Znaj sąsiada swego** FILM – dramat obycz., Niemcy 2021, 95 min
20.00 **Raport** – dramat FILM biograficzny, USA 2019, reż. Scott Z. Burns, 120 min
22.00 **Pewnego razu... w Hollywood** FILM – komediodramat, USA/Wlk. Bryt./Chiny 2019, 155 min

POLSAT COMEDY CENTRAL EXTRA HD

12.05 **Młody Sheldon 6** (13-15)
13.25 **Święty** (25, 26) – kom., Pol.
14.25 **Spadkobiercy 2** (4) – rozr.
15.25 **Co ludzie powiedzą? 2** (5) – serial kom., Wlk. Bryt.
16.05 **Jedną nogą w grobie** (1)
16.55 **Czarna Żmija 2** (1) – kom.
17.35 **Młody Sheldon 6** (16-18) – serial komediowy, USA
19.00 **Dwóch i pół 4** (5-8) – kom.
21.00 **Świat według Kiepskich** (2-4) – serial kom., Pol. 2016
22.30 **Co ludzie powiedzą? 2** (6) – serial kom., Wlk. Bryt.
23.05 **Jedną nogą w grobie** (2)
23.50 **Czarna Żmija 2** (2) – kom.
0.30 **Comedy Club 9** (4) – rozr.
1.00 **Spadkobiercy 2** (4) – rozr.

SCI FI

6.00 **Sanktuarium: Opowieść czarownicy** (5) – krym.
7.00 **Bibliotekarze 4** (7-9) – serial przyg., USA 2017
10.00 **Medium 6** (16, 17) – krym.
12.00 **Czarodziejki 2** (20-22)
15.00 **Medium 6** (18, 19) – krym.
17.00 **Czarodziejki 3** (1-4) – serial fantasy, USA 2000
21.00 **Linia życia** – horror s.f., FILM USA/Kanada 2017, 135 min
23.15 **Wyspa fantazji** – horror, FILM USA 2020, 130 min
1.25 **Tożsamość** – thriller, USA FILM 2003, 115 min
3.20 **Medium 6** (16, 17) – krym.
5.00 **Sanktuarium: Opowieść czarownicy** (5) – krym.

FX HD

9.00 **CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas** (19) – krym.
10.00 **CSI: Kryminalne zagadki Miami** (9, 10) – serial krym.
11.50 **CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku** (4, 5)
13.50 **FBI 5** (5) – serial kryminalny
14.40 **Agenci NCIS** (16) – sens.
15.35 **CSI: Kryminalne zagadki Miami** (11, 12) – krym.
17.25 **Z archiwum X** (12, 13) – serial s.f., USA/Kan. 1995
19.15 **FBI 5** (6) – serial kryminalny
20.10 **CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku** (6, 7)
22.00 **9-1-1: Nashville** (12)
22.55 **Królestwo niebieskie** FILM – dram. hist., 2005, 180 min

FILMBOX+ ONE HD

9.45 **Vera 9** (4) – serial krym.
11.45 **Zagadki kryminalne panny Fisher 2** (13)
12.55 **Poirot** – serial kryminalny
15.00 **Strażnik Teksasu 5** (24)
17.05 **Vera 5** (1) – serial krym.
19.00 **Poirot** (10) – serial krym.
20.00 **Walkiria** – dramat FILM wojenny, Niemcy/USA/Włochy 2008, 160 min
22.40 **Millennium: Zamek z piasku, który runął** FILM – dram. krym., Dania/Niem./Szwecja 2009, 190 min
1.50 **Pokój grozy** – thriller, FILM USA 2016, 125 min
3.55 **Cimarron Strip** (19) – serial przyg., USA 1968

ROMANCE TV HD

12.25 **Malibu – Pocałuj żabę** FILM – film obycz., 2023, 115 min
14.20 **Zakochana w Panu** FILM **Niani** – film obyczajowy, USA 2023, 115 min
16.15 **Kryminał z Bolzano** FILM **– piąte przykazanie** – film kryminalny, Niemcy 2016, 110 min
18.05 **Górski lekarz** (96) – obycz.
20.00 **Rosamunde Pilcher:** FILM **Zawsze z tobą** – film obycz., Niem. 2010, 115 min
21.55 **Rosamunde Pilcher:** FILM **W połowie życia** – melodramat, Niemcy/Austria 2012, 115 min
23.50 **Górski lekarz** (96)

CINEMAX 2 HD

12.55 **15 lat** – dramat FILM obyczajowy, 2023, 140 min
15.15 **Moje ulubione ciasto** FILM – komediodramat, Iran/Fr./Szwecja 2024, 100 min
16.55 **Mr. Deeds – milioner z przypadku** FILM – komedia romantyczna, 2002, 95 min
18.30 **Jason Bourne** – thriller, FILM USA 2016, reż. Paul Greengrass, 120 min
20.30 **Ex Machina** – dramat s.f., FILM Wielka Brytania 2014, reż. Alex Garland, 110 min
22.20 **Django** – western, USA FILM 2012, 160 min
1.00 **Pięć minut nieba** – dram. FILM psycholog., 2009, 90 min

VIASAT EPIC DRAMA HD

8.15 **Detektyw Murdoch 17** (20) – krym., Kan./Wlk. Bryt.
9.15 **Wszystkie stworzenia duże i małe 3** (6) – obycz.
10.20 **Lekarze na start** (48, 49)
11.55 **Panna Scarlet 6** (3, 4)
14.05 **Agenci NCIS 18** (8) – sens.
15.00 **Panna Marple: Uśpione** FILM **morderstwo** – krym., Wlk. Bryt. 2006, 125 min
17.05 **Dalgliesh** (3) – serial krym.
19.00 **Agenci NCIS 18** (9) – sens.
19.55 **Poirot 5** (8) – serial krym.
21.00 **Hiszpańska księżniczka 2** (5)
22.15 **Domina 2** (5) – serial hist.
23.25 **Poirot 5** (8) – serial krym.
0.35 **Agenci NCIS 18** (9) – sens.

NOVELAS+ HD

9.00 **Miłość w Cabo** (33)
10.00 **Opowieść o wyspie** (51)
11.00 **Sidła namiętności** (12)
12.00 **Duma i uprzedzenie** (34)
13.00 **Róże i grzechy** (73)
14.00 **Domenica Montero** (36, 37) – telen., Meksyk
16.00 **Róże i grzechy** (74)
17.00 **Duma i uprzedzenie** (35) – telenowela, Brazylia 2018
18.00 **Sidła namiętności** (13)
19.00 **Miłość w Cabo** (34)
20.00 **Opowieść o wyspie** (52)
21.00 **Domenica Montero** (37)
22.00 **Róże i grzechy** (74)
23.00 **Duma i uprzedzenie** (35)
0.00 **Sidła namiętności** (13)
1.00 **Miłość w Cabo** (34)

FX COMEDY HD

9.40 **Diabli nadali 5** (1-3)
11.05 **Jim wie lepiej 4** (18, 19)
12.00 **Sposób użycia** (8, 9)
13.00 **Wszyscy kochają Raymonda 9** (6-10) – kom.
15.30 **Simpsonowie 36** (10, 9, 11, 12)
17.30 **Jak poznałem waszą matkę** (6-8) – serial kom.
19.00 **Współczesna rodzina 6** (20-23) – serial komediowy
21.00 **Family Guy: Głowa rodziny 19** (19, 20)
22.00 **Rok pierwszy** – komedia FILM przygodowa, 2009, 115 min
23.55 **Simpsonowie 36** (2, 6)
0.55 **Family Guy: Głowa rodziny 19** (13-16)

FILMBOX+ HITS HD

14.30 **Miłość x 3** FILM – komediodramat, USA 2020, 105 min
16.15 **Leonie** – dram. biograf., FILM Francja/Wielka Brytania/Australia 2010, 115 min
18.10 **Magik z Nowego Jorku** FILM – komediodramat, USA 2014, 110 min
20.00 **Jazda bez zasad** FILM – thriller, USA 2018, reż. Jeremy Ungar, 90 min
21.30 **Oficer i szpieg** – dramat FILM biograficzny, Włochy/Francja 2019, 140 min
23.50 **Poznajmy się jeszcze raz** – komediodramat, FILM Francja/Bel. 2019, 130 min

PARAMOUNT NETWORK HD

11.00 **Król Kalifornii** FILM – komediodramat, USA 2007, 120 min
13.00 **Czarodziejki 4** (19, 20)
15.00 **Pingwiny z Madagaskaru 2** (36)
15.30 **Top Gun** – film sensacyjny, FILM USA 1986, 150 min
18.00 **Szkoła stewardes** FILM – kom., USA 2003, 120 min
20.00 **Mission: Impossible** FILM **– Rogue Nation** – film sensacyjny, 2015, 170 min
22.50 **Pszczelarz** – thriller, USA/ FILM Wlk. Bryt. 2024, 120 min
0.50 **Zrodzony w ogniu** FILM – dramat sensacyjny, USA/Wlk. Bryt. 2013, 145 min

DVB T DVB T2 – stacje dostępne za darmo w naziemnej telewizji cyfrowej

eprasa.pl 37b976a8ff

STACJE SPORTOWE

EUROSPORT 1 HD

6.00 **Snooker:** Shenzhen Open – 1. dzień
8.00 **Snooker:** Shenzhen Open – 2. dzień
LIVE
11.00 **Kolarstwo:** Mistrzostwa świata – Montreal 2026
13.30 **Snooker:** Shenzhen Open – 2. dzień
LIVE
16.30 **Kolarstwo górskie:** Zawody PŚ w Whistler – zjazd kobiet i zjazd mężczyzn
18.00 **Kolarstwo:** MŚ – Montreal 2026
19.00 **Wspinaczka:** Zawody World Series w Koprze – prowadzenie kobiet i mężczyzn – finały
20.00 **Biegi górskie:** GT World Series – Wielki Mur Chiński

POLSAT SPORT 1 HD

6.00 **Piłka nożna:** Liga Narodów
8.00 **Formuła 1:** Grand Prix Azerbejdżanu
9.00 **Siatkówka mężczyzn:** Mistrzostwa Europy 2026
11.00 **Cafe Futbol** – magazyn piłkarski
12.30 **Piłka nożna:** Liga Narodów
15.00 **Siatkówka mężczyzn:** ME 2026
17.50 **Piłka nożna:** Liga
LIVE Narodów – mecz: Finlandia – Białoruś
Poprzednia edycja rozgrywek była nieudana dla Finów. Suomi przegrali wszystkie mecze.

CANAL+ SPORT HD

6.00 **Liga+ Extra** – magazyn piłkarski
8.00 **Ligomistrzowe historie** (3) – magazyn piłkarski
9.00 **Hit the Mic – Zostań komentatorem!** – reality show
10.00 **Turbokozak** (2) – magazyn piłkarski
11.20 **Piłka nożna:** PKO BP Ekstraklasa: Lech Poznań – Radomiak
13.40 **Ekstrapaka:** 2. kolejka
14.40 **Ekstraklasa po godzinach** – mag.
15.40 **Piłka nożna:** Liga hiszpańska – mecz: Espanyol – Real Madryt
18.00 **LaLiga Highlights:** 7. kolejka

TVP SPORT HD

5.40 **Piłka nożna:** LN: Anglia – Hiszpania
7.50 **Polska Liga Żeglarska** – mag.
8.15 **Piłka nożna:** LN: Szwecja – Polska
10.25 **Siatkówka kobiet:** LOTTO Giganci Siatkówki – mecz o 3. miejsce
12.20 **Siatkówka kobiet:** LOTTO Giganci Siatkówki – finał
14.20 **Piłka nożna kobiet:** MŚ U-20 – Polska 2026 – finał
16.30 **Piłka kobiet** (15)
17.30 **Kamerą TVP Sport**
18.05 **Piłka nożna:** LN: Szwecja – Polska
20.15 **Piłka nożna:** Liga
LIVE Narodów – studio

ELEVEN SPORTS 1 HD

6.00 **Bundesliga Dino** – film dokumentalny
7.00 **Piłka nożna:** Liga niemiecka – mecz: VfB Stuttgart – Borussia Dortmund
9.00 **Piłka nożna:** Liga włoska – mecz: Fiorentina – SSC Napoli
11.00 **Formuła 2:** Grand Prix Azerbejdżanu
12.00 **Piłka nożna:** Liga portugalska – mecz: FC Porto – SL Benfica
14.00 **Formuła 1:** Grand Prix Azerbejdżanu
16.00 **Piłka nożna:** Liga włoska – mecz: AS Roma – Inter Mediolan

DISCOVERY CHANNEL HD

7.00 **Jak to jest zrobione? 16** (1, 2)
8.00 **Parker na złotym szlaku 7** – serial dok.
10.00 **Wyprawa w nieznane** – dok.
11.00 **Gorączka złota 16**
13.00 **W dżungli z Edem Staffordem** (5) – dok.
14.00 **Nagi instynkt przetrwania: Ameryka Łacińska** (1) – serial dokum.
15.00 **Złomowisko PL 10** (1) – serial dokum., Pol.
16.00 **Gorączka złota: na kłopoty Freddy Dodge 5** – serial dok.
18.00 **Przygody truckerki** (3) – serial dokum., Pol.
19.00 **Nagi instynkt przetrwania 4** – dok.

20

FIA WEC



21.00 Wyścig 6-godzinny w Fuji

Rok temu Robert Kubica i jego koledzy z teamu AF Corse ukończyli rundę w Japonii na dziewiątym miejscu.

22.00 **Snooker:** Shenzhen Open – 2. dzień
0.00 **Wspinaczka:** Zawody World Series w Guiyang
1.30 **Snooker:** Shenzhen Open – 2. dzień
3.00 **Motocross:** Mistrzostwa świata w Uddevalli
5.00 **IO: Galeria Sław Pekin 2008**

PIŁKA NOŻNA



20.35 Liga Narodów
LIVE – mecz: Hiszpania – Chorwacja

Świeżo upieczeni mistrzowie świata z Półwyspu Iberyjskiego będą chcieli pokazać swoim kibicom, że nie osiedli na laurach i nadal są głodni zwycięstw. Reprezentanci Chorwacji pod wodzą nowego trenera spróbują sprawić niespodziankę i pokonać La Furia Roja.

23.00 **Siatkówka mężczyzn:** Mistrzostwa Europy 2026
1.00 **Boks**

MAGAZYN SPORTOWY



18.45 Wysoki Pressing

Daria Kabała-Malarz zaprasza na program omawiający najważniejsze wydarzenia w świecie futbolu.

20.30 **Premier League Stories** (5) – mag.
21.15 **Premier League: The Big Interview** (6) – magazyn piłkarski
22.00 **Boks:** BKFC 94: Manchester: Darren Till – Yoel Romero
23.15 **Sporty walki:** ONE Friday Fights 171
0.20 **Boks:** Walka o pas IBF World w Fuji: T. Simsri – M. Vicelles

PIŁKA NOŻNA



20.40 Liga Narodów
LIVE – mecz: Hiszpania – Chorwacja

Po ostatnich mistrzostwach świata nastąpiły zmiany na ławce trenerskiej Chorwacji. Miejsce Zlatko Dalicia zajął Slaven Bilicić.

23.30 **Sportowy wieczór** – program informacyjny
0.00 **Piłka nożna:** Liga Narodów – mecz: Szwecja – Polska
2.05 **Boks:** Gala w Guidonii – podsumowanie
3.40 **Boks:** Gala w San Juan – podsumowanie

PIŁKA NOŻNA



18.00 Liga niemiecka: Bayern – Union

Żelaźni spróbują wziąć przykład z Schalke, które jako pierwsze w tym sezonie potrafiło zatrzymać rozpędzonego mistrza Niemiec (0:0).

20.00 **Bundesliga Clubs:** Borussia M'gladbach; Hamburger SV
20.40 **Formuła 1:** Grand Prix Azerbejdżanu
22.40 **Wywiad Eleven**
23.10 **Olympique Lyon – Między legendą a teraźniejszością**
23.50 **RC Lens – Sekrety sukcesu** – reportaż

DOKUMENTALNY



21.00 Poszukiwacze przeklętego złota 5

James i Josh w dalszym ciągu rozszyfrowują wskazówki ukryte na mapie z dziennika Rhoadesa. Odkrywają kamienne drzwi, które mogą prowadzić do złota.

22.00 **W oku cyklonu** (6)
23.00 **Najniebezpieczniejszy zawód świata 22** – dok.
0.00 **Fani czterech kółek: w trasie** (4) – dok.
1.00 **Hotrod wg Kindiga 10** – dok.
2.00 **Eurotruckersi 3** (6) – serial dokumentalny

EUROSPORT 2 HD

12.30 **Wspinaczka:** Zawody World Series w Koprze
13.30 **Kolarstwo górskie:** PŚ w Whistler – zjazd kobiet
14.30 **Kolarstwo kobiet:** MŚ – Montreal 2026 – wyścig ze startu wspólnego
16.30 **Wspinaczka:** Zawody World Series w Koprze
17.00 **Jeździectwo:** Global Champions Tour w Wiedniu
19.00 **Igrzyska Olimpijskie: Galeria Sław Ateny 2004** – magazyn sportowy
20.00 **Snooker:** Shenzhen Open – 2. dzień
22.00 **Kolarstwo kobiet:** MŚ – Montreal 2026

POLSAT SPORT 2 HD

6.00 **Siatkówka mężczyzn:** Mistrzostwa Europy 2026
8.30 **Piłka nożna:** Liga Narodów
11.00 **Piłka nożna:** Liga Narodów
13.00 **Tenis:** Turniej ATP
LIVE w Chengdu – mecz finałowy gry pojedynczej
17.30 **Piłka nożna:** Liga Narodów
20.35 **Piłka nożna:** Liga
LIVE Narodów – mecz: Czechy – Anglia
23.00 **Piłka nożna:** Liga Narodów
1.00 **Sporty walki:** FEN

CANAL+ SPORT 2 HD

6.00 **Tenis:** Turniej WTA w Singapurze – półfinał
8.30 **Tenis:** Turniej WTA w Singapurze – finał
11.00 **Tenis:** Turniej WTA w Singapurze – półfinał
13.30 **Tenis:** Turniej WTA w Singapurze – półfinał
16.00 **Tenis:** Turniej WTA w Singapurze – finał
18.30 **Tenis:** Turniej WTA w Singapurze – półfinał
21.00 **Tenis:** Turniej WTA w Singapurze – półfinał
23.30 **Tenis:** Turniej WTA w Singapurze – finał
2.00 **Piłka nożna:** PKO BP Ekstraklasa

EXTREME CHANNEL HD

10.00 **AMA Motocross Series Highlights** (7)
11.00 **X Games – Aspen 2020**
12.00 **Drift Style** (1, 2) – mag.
13.00 **AEW: PAN PAWŁOWSKI x PAUL WIGHT** (1)
14.00 **New Japan Wrestling – Highlights** (11)
14.20 **WWE Highlights** (23, 24)
15.50 **WWE Classic Gold**
17.00 **KPW Kombat TV** (25, 32)
19.00 **WWE Highlights** (59)
19.15 **WWE Classic Gold** (39)
20.00 **AEW Collision 2** (2639)
22.00 **PTW Wrestling** (8)
23.45 **WWE Classic Gold**
2.00 **AMA Motocross Series Highlights** (7)

ELEVEN SPORTS 2 HD

12.00 **Piłka nożna:** Liga niemiecka: Bayer – Lipsk
14.00 **Piłka nożna:** Liga włoska: Milan – Lecce
16.00 **Piłka nożna:** Liga niemiecka: Stuttgart – BVB
18.00 **Formuła 1**
20.00 **Piłka nożna:** Liga włoska: Juventus – Atalanta
22.00 **Serie A International Break Special** – mag.
22.40 **Bundesliga Clubs** – mag.
23.00 **Bundesliga Clubs** – mag.
23.20 **Bundesliga Clubs** – mag.
23.40 **Bundesliga Clubs** – mag.
0.00 **Piłka nożna:** Liga francuska: Monaco – Lens
2.00 **Magazyn piłkarski**

DISCOVERY LIFE HD

10.15 **Nowa Maja w ogrodzie 4** (20, 21)
11.15 **Idealna niania 9** (1, 2)
12.45 **Klinika naturalnego piękna** (10) – reality show
13.15 **Tajemnice salonów piękności** – pr. rozrywk.
13.45 **Klinika bez tajemnic** (1)
14.45 **Szpital** (575, 576)
16.45 **Idealna niania 8** (12)
17.30 **Idealna niania 9** (1-3)
19.45 **Beauty ekspert** (2) – mag.
20.15 **Wycieczkowiec** (18)
21.15 **Moje koszmarne stopy**
22.15 **Nie do uwierzenia! 5**
0.15 **Sekrety lekarzy** (12)
1.15 **Szpital** (470, 471)
3.15 **Eks-tra zmiana** (2, 3)

POLSAT SPORT FIGHT HD

10.30 **Sporty walki:** FEN 56 we Wrocławiu – walka: Tomasz Ostrowski – Łukasz Stanek
12.45 **KOTV Classics** (15) – mag.
13.35 **Sporty walki:** UFC 326: M. Holloway – C. Oliveira 2
16.00 **Boks:** Rocky Boxing Night w Żukowie – waga ciężka: K. Meyna – K. Twardowski
19.20 **Sporty walki:** DWM 8 w Świdwinie: Krystian Wiśniewski – Rafał Lewon
20.00 **Strzelnica Renaty Mauer** (6) – pr. sportowy
20.45 **Strzelnica Navala** (7)
21.35 **Sporty walki:** Babilon MMA 55 w Radomiu: M. Łazarz – S. Kołecki

POLSAT SPORT 3 HD

6.00 **Piłka nożna:** Liga Narodów
8.30 **Piłka ręczna mężczyzn:** LOTTO Superliga
11.00 **Piłka nożna:** Liga Narodów
13.00 **Piłka nożna:** Liga Narodów
15.00 **Piłka nożna:** Liga Narodów
17.30 **Piłka ręczna mężczyzn:** LOTTO Superliga
20.35 **Piłka nożna:** LN – mecz:
LIVE Szkocja – Szwajcaria
22.30 **Piłka nożna:** Liga Narodów
1.00 **Sporty walki:** Babilon MMA

CANAL+ SPORT 5 HD

11.15 **Boks:** Walka o pas IBF World w Fuji: Thanongsak Simsri – Mark Vicelles
12.30 **Piłka nożna:** PKO BP Ekstraklasa: Wieczysta – Lech
15.00 **Magazyn Metalkas 2. Ekstraliga** – mag.
16.00 **Żużel:** Metalkas 2. Ekstraliga – mecz o 7. miejsce
19.00 **Dart:** World Grand
LIVE Prix w Leicester
0.15 **Magazyn Metalkas 2. Ekstraliga** – mag.
1.15 **Piłka nożna:** PKO BP Ekstraklasa – mecz: Lech Poznań – Radomiak Radom

ELEVEN SPORTS 4 HD

13.25 **Najlepsi pomocnicy Bundesligi lat 90.**
14.00 **Piłka nożna:** mecz: Paderborn – Hoffenheim
16.00 **Piłka nożna:** Liga francuska: OGC Nice – Lille
18.00 **Serie A** (1) – mag. piłkarski
18.30 **Olympique Lyon – Między legendą a teraźniejszością** – dok.
19.10 **Wywiad z Michałem Skórasiem** – wywiad
19.35 **Podróż do świata Calcio** – magazyn piłkarski
20.00 **Piłka nożna:** Liga portugalska: Porto – Benfica
22.00 **Piłka nożna:** Liga włoska: Frosinone – Como

ELEVEN SPORTS 3 HD

12.00 **Piłka nożna:** Liga włoska – mecz: Udinese Calcio – Cagliari Calcio
14.00 **Piłka nożna:** Liga francuska: Monaco – Lens
16.00 **Wywiad Eleven**
16.20 **Olympique Lyon – Między legendą a teraźniejszością** – dok.
17.00 **Bundesliga Clubs** – mag.
18.00 **Piłka nożna:** Liga włoska: Bologna – Torino
20.00 **Piłka nożna:** Liga niemiecka: Borussia M'gladbach – Mainz
22.00 **Piłka nożna:** Liga francuska: Olympique Lyon – Stade Rennais FC

CANAL+ DOKUMENT HD

13.30 **Wyspa olbrzymów** – dok.
14.30 **Wszystkie smaki Prowansji** – film dok., Fr.
15.30 **Majorka dzika i nieznana** – dok., Austria
16.30 **Arktyczna przyroda Laponii** – dok., Finlandia
17.45 **Zabójcze asteroidy. Jak uniknąć apokalipsy** – film dok., Francja 2024
18.45 **Fenomen Taylor Swift – więcej niż gwiazda**
19.45 **Hot Roads – Najniebezpieczniejsze drogi świata 4**
21.45 **Motocyklem przez góry Wietnamu** – film dokum.
22.45 **Copa 71** – dok., Wlk. Bryt.

eprasa.pl 37b976a8ff

STACJE POPULARNONAUKOWE

DISCOVERY SCIENCE HD

6.00 **Jak to jest zrobione?** – serial dokumentalny, Kanada
8.00 **Jak działa wszechświat? 6** – serial dokumentalny, USA 2018
11.00 **Czy jest z nami inżynier?** (2, 3) – serial dokumentalny, Wielka Brytania 2015
13.00 **Kosmiczna mapa skarbów** – serial dokumentalny, USA 2018
15.00 **Jak działa wszechświat?** – serial dokumentalny, USA 2020
18.00 **Jak to jest zrobione?** – serial dokumentalny, Kanada
21.00 **Pogromca mitów w akcji** – USA 2019

Adam zamierza poeksperymentować z nitrogliceryną. Towarzyszy mu ekspert od wyburzeń. Razem przeprowadzą kilka niebezpiecznych doświadczeń.

23.00 **W sieci eksperymentów** – serial dokumentalny, USA/Wielka Brytania
1.00 **Jak działa wszechświat?** – serial dokumentalny, USA 2020
4.00 **Podziemne sekrety** – serial dokumentalny

ID HD

6.00 **Śledztwo w sieci** – serial dokumentalny
8.00 **Morderstwo na bagnach** – serial dokumentalny, USA
10.00 **Karnawał zbrodni** – serial dokum., USA
11.00 **Zbrodnie, które zmieniły świat: Patty Hearst** – film dokum., USA 2020
12.00 **Krótkie życie, niewyjaśniona śmierć 6** – serial dok.
14.00 **Zaginieni 2** – dok.
15.00 **Zaginieni** – serial dok.
16.00 **Żyjąc z potworem** (20-ost., 19) – serial dokumentalny, USA
18.00 **Koleżanki na zabój 2** – serial dokumentalny, USA
20.00 **Taśmy zbrodni:** Dziewczyna z tłumu

Policjanci i śledczy odsłaniają kulisy swojej codziennej pracy za pomocą nagrań z osobistych kamer. Widzowie będą więc mogli uczestniczyć w pościgach.

21.00 **Psychopata – znaki szczególne 6** – dok.
22.00 **Gra na śmierć i życie** – serial dok.
23.00 **Morderca z kręgu przyjaciół** – dok., USA
0.00 **Żyjąc z potworem**
1.00 **Psychopata – znaki szczególne 6** – dok.
2.00 **Taśmy zbrodni**

NATIONAL GEOGRAPHIC HD

6.00 **Katastrofa w przestworzach** (8)
8.00 **Złapać przemytnika** (7, 8) – serial dok., USA
10.00 **Człowiek kontra żywioł** (2, 3) – dok.
12.00 **Katastrofa w przestworzach** (2-4) – serial dok., Kan.
16.00 **Grecja: Miejsce pełne tajemnic** (5)
17.00 **Zaginione skarby Biblii: Tajemnice wiary** (1) – serial dok.
18.00 **Krwawe pieniądze: Tajemnice radzieckiej gospodarki** (1)
19.00 **Zaginione okręty II wojny światowej**
20.00 **Katastrofa w przestworzach** (1)
21.00 **Zaginione miasta: Tikal** – Wlk. Bryt. 2020

Albert Lin trafia na ślad potężnego władcy i odkrywa stolicę jego królestwa. Może to być największe z odnalezionych dotąd imponujących miast Majów.

22.00 **Odkopać historię** (4)
23.00 **Sekrety starożytnej medycyny** (2) – dok.
0.00 **Katastrofa w przestworzach: Raport specjalny** (1)
1.00 **Katastrofa w przestworzach** (4, 5) – serial dok., Kan.
3.00 **Car SOS** (5, 6) – dok.

FOKUS TV DVB T2

6.05 **48h. Zaginieni** (19)
7.00 **Był sobie człowiek**
8.55 **Wehikuł czasu** (929)
9.00 **Starożytni kosmici** (3) – serial dok., USA
10.00 **Gwiazdy lombardu** (25, 26) – reality show
12.00 **Broń w hollywoodzkich filmach** (5, 6) – dok.
13.00 **Poszukiwacze historii** (10, 1) – dok.
14.00 **Apokalipsa Hitlera** (1) – film dok., Fr. 2011
15.00 **Poszukiwacze złota w Australii** (3) – dok.
16.00 **Dorwać tuńczyka**
18.00 **Rolnicy. Podlasie** (27, 28) – serial dok.
20.00 **Galileo 34** (8)
21.00 **Supersamoloty bojowe** (5) – dok.
22.00 **Okręty wojenne** (7, 8) – Wielka Brytania 2023

Widzowie poznają najszybsze okręty wojenne. Program prezentuje konstrukcje, które wyznaczały standardy w historii marynarki – od pancerników po fregaty.

0.00 **Starożytni kosmici** (9) – serial dokumentalny, USA 2014
1.00 **Rolnicy. Podlasie** (22-25) – serial dokumentalny, Polska
5.00 **Kołowrotek** (6, 7) – magazyn wędkarski

TVP HISTORIA DVB T2

6.15 **Był taki dzień**
6.20 **Fake czy historia?** (68) – pr. publicyst.
6.55 **Na tropach historii**
8.35 **Dom** (21) – obycz., Pol.
10.10 **Wszystkie kolory świata** – dok., Francja
11.10 **Lwów pod okupacją** (2-ost.) – film dok., Pol. 2017
12.05 **Kraina górskich szczytów i rzek** – film dok., Niem. 2024
13.00 **Mała Moskwa kontra mały Londyn** – film dok., Pol. 2018
14.00 **Dom** (22) – obycz., Pol.
15.40 **Sensacje XX wieku** – program historyczny
17.10 **Polska i świat z historią w tle** – cykl reportaży, Pol.
17.30 **Wojenne dziewczyny 2** (22)

Między Ewką a Witkiem dochodzi do nieporozumień. Witek udaje się do mieszkania Lesia, w którym nocuje Ewka. Wpada na niemiecki patrol i zostaje zatrzymany.

18.25 **Odnaleźć zaginione** (8) – serial dokum., Pol.
18.55 **Kurierka** – film anim., FILM Polska 2021, 65 min
20.00 **Zatoka szpiegów 2** (16) – szpiegowski, Pol.
20.50 **Kroniki Hitlera** (5) – serial dokumentalny
21.55 **Gry wojenne** (1)
22.55 **Sensacje XX wieku**

HISTORY HD

13.05 **Starożytni kosmici 14** (4) – dok.
14.00 **Niewyjaśnione tajemnice świata 3** (13) – serial dok., USA
14.50 **Największe tajemnice świata 6** (5) – serial dok., USA
15.45 **Gwiazdy lombardu 13** (9)
16.15 **Gwiazdy lombardu 20** (13)
17.10 **II wojna światowa w kolorze – przełomowe momenty** (9) – dok.
18.10 **Największe tajemnice świata 7** (14) – dok., USA
19.05 **Starożytni kosmici 16** (12, 19) – serial dokumentalny
21.00 **Tom Hanks: II wojna światowa** (15) – USA/Wielka Brytania 2026

Sytuacja ulega zmianie i staje się niekorzystna dla państw Osi. Wówczas przywódcy Niemiec oraz Japonii zaczynają sięgać na swoich frontach po przeciwne sobie strategie.

22.00 **II wojna światowa: Walka o Europę** (5, 6) – dok., Wielka Brytania 2019
23.55 **Jak to wyjaśnić? 4** (4) – serial dok., USA
0.50 **Starożytni kosmici 16** (19) – serial dok.

DISCOVERY HISTORIA HD

9.00 **Mikroprzygoda** (7) – dok.
10.00 **Zwarte szeregi, czyli z archiwum Czołówki**
10.30 **Wolna miłość w PRL**
11.00 **Militaria na warsztat** (3)
12.00 **Muzealne tajemnice**
14.00 **Łowcy starości** (2, 3) – dok.
16.00 **Skarby z szopy** (3-6)
18.00 **Łowcy starości** – dok.
20.00 **Zoom na architekturę**
22.00 **Dżungla złota** – serial dok.
23.00 **Złota góra: walka o skarb** – serial dok., USA
0.00 **Przypadki z archiwum 10** – dok.
2.00 **Socjalistyczna Filmoteka Powiatowa**
3.00 **Europejskie bazary** (5)

PLANETE+ HD

10.15 **Krajobrazy świata** (6)
11.20 **Ocalić raj** (4) – serial dok.
12.30 **Niezwykłe podróże koleją** (4) – serial dok., Fr.
13.40 **Targowiska świata** (2)
14.45 **Afryka z góry** (7) – dok.
15.50 **360° Świat bez granic** (9)
16.55 **Świat z góry 7** (5, 6) – dok.
18.00 **Dokąd dzisiaj? 4** (57, 58)
18.40 **Historia fantasy** (1) – dok.
19.45 **First Person Shooter. Idź, strzelaj, kombinuj**
20.50 **Zaginiona cywilizacja Elamu** – film dokumentalny
22.00 **Prywatne życie nazistów** – film dokum.
23.10 **Planeta Seks** (5) – dok.
0.15 **360° Świat bez granic**

NATIONAL GEOGRAPHIC WILD HD

10.00 **Niezwykły dr Pol** (2)
11.00 **Niezwykły dr Pol** (10)
12.00 **Dzikie, sprytne i zabójcze** (2) – serial dok.
13.00 **Olśniewająca Ameryka**
14.00 **Planeta słoni** – film dok.
15.00 **Dzikie, sprytne i zabójcze** (2) – serial dok.
16.00 **Dzika Północ Europy** (4)
17.00 **Królowe świata zwierząt** (6) – serial dok.
18.00 **Dzika Japonia** (2) – dok.
19.00 **Zabójcze szerszenie Azji** – film dokumentalny, RPA
20.00 **Pogodowe anomalie** (3)
21.00 **Niezwykły dr Pol**
2.00 **Olśniewająca Ameryka** (5): Appalachy

POLSAT VIASAT NATURE HD

8.15 **Rzeczne potwory 6** (4)
9.15 **W okowach mrozu 5** (4)
10.15 **Naczelne** (2) – film dokum.
11.30 **Afrykańskie drapieżniki: wielka czwórka** (2) – dok.
12.35 **W okowach mrozu 5** (4)
13.35 **Zabójcza pogoda 2** (2)
14.40 **Rzeczne potwory 6** (4)
15.45 **W okowach mrozu 5** (4)
16.45 **Podwodne miasto** (3)
17.50 **Afrykańskie drapieżniki: wielka czwórka** (2) – dok.
18.55 **Rzeczne potwory 6** (3)
20.00 **W okowach mrozu 5** (5)
20.55 **Naczelne** (2) – film dokum.
22.00 **Lista drapieżników** (3)
23.15 **W okowach mrozu 5** (5)
0.15 **Zabójcza pogoda 2** (2)

BBC EARTH HD

12.30 **Wielka australijska przygoda** (6) – serial dok.
13.30 **Planeta Ziemia 2** (4)
14.35 **W okowach mrozu 8** (7)
15.35 **Życie na pustkowiu 11**
16.35 **Mroczne dzieje Pompejów** (1) – serial dok.
17.35 **Planeta Ziemia 2** (4)
18.35 **Ben Fogle na szkockich wyspach 2** (1) – serial dok.
19.45 **Niezwykłe wyspy tropikalne** (1) – serial dok.
20.55 **W okowach mrozu 9**
22.55 **Czym karmimy nasze dzieci?** (1) – dok., Wlk. Bryt.
0.00 **Moje życie z tourette'em** (1) – dok.
1.10 **Planeta Ziemia 2** (4)

ANIMAL PLANET HD

13.00 **Irwinowie – następne pokolenie** – serial dok.
14.00 **Resocjalizacja z Pit Bullem 4** – serial dok., USA
15.00 **Kot z piekła rodem**
17.00 **Na krańcu Alaski** – dok.
18.00 **Weterynarz z Gór Skalistych 7** – serial dok.
19.00 **Cztery kąty, cztery łapy**
20.00 **Alaska: Ostatni przystanek** – serial dok.
21.00 **Klan z Alaski** – serial dok.
22.00 **Baseny z rozmachem**
23.00 **Resocjalizacja z Pit Bullem 4** – serial dok., USA
0.00 **Taniec z rekinami** – dok.
1.00 **Irwinowie – następne pokolenie** – serial dok.

TVP DOKUMENT HD

13.00 **Kości na handel** – dok.
14.00 **Król łąk** (2) – cykl dokum.
14.55 **Dźwiękowe krajobrazy Australii** (1) – film dokum.
16.05 **Góry. Granice ludzkich możliwości** – film dok.
16.55 **Weekendowe wypady z Greggiem Wallace'em**
17.50 **Sanatorium miłości 5** (1)
18.50 **Albert Camus. Ikona buntu** – film dokumentalny
20.00 **Wenecja, miasto wyrosłe z bagien** – dok.
21.05 **Kalendarz przyrody** (12)
22.05 **Barbara Włodarczyk zaprasza** – magazyn
22.15 **Wojna o sztukę** – dok.
23.45 **Ostatni szpieg** – film dok.

POLSAT DOKU HD

8.05 **48h. Zaginieni** (240, 81)
10.05 **Polacy za granicą** (57, 58)
12.05 **Wojny kontenerowe**
13.10 **Poszukiwacze historii**
14.05 **Titanic – tragiczny błąd**
15.15 **Poszukiwacze historii**
15.40 **Jak to wyjaśnić?** (7, 8)
17.35 **Świat z góry** (1, 2) – dok.
19.45 **Niezwykłe konstrukcje** (5) – serial dok., Fr./Niemcy
20.55 **Stalowe potwory** (1, 2)
23.05 **Bitwy morskie – historia okrętów wojennych** (4)
0.15 **Kroniki Hitlera** (13) – dok.
1.25 **Tajemnice II wojny światowej** (7) – serial dok.
2.30 **Kołowrotek** (177) – mag.
3.10 **Tajna historia XX wieku**

POLSAT VIASAT EXPLORE HD

13.15 **Królowie klasycznych aut** (5) – dok., Wlk. Bryt.
14.15 **Australijscy poszukiwacze złota 3**
16.10 **Drewno z Kolumbii Brytyjskiej** (6) – dok., Kan.
17.10 **Kowboje z zimnych wód 3** (4) – serial dokum.
18.10 **Złoto Jukonu 5** (7) – dok.
19.05 **Australijscy poszukiwacze złota 9**
21.00 **Ostatni kapitanowie 2**
22.00 **Ciężarówką po lepsze życie** (7) – serial dokum.
23.00 **Special Ops: Prawda**
0.10 **Złoto z mroźnej krainy**
1.00 **Australijscy poszukiwacze złota 5**

POLSAT VIASAT HISTORY HD

11.50 **Najgroźniejsi ludzie Hitlera** (6) – serial dokum.
12.40 **Jak inżynieria zmieniała świat** (1-4) – serial dok.
16.40 **II wojna światowa: cena imperium** (4) – serial dok.
17.45 **Militarny ranking** (2)
18.55 **Naziści: kosmiczny wyścig** – dok., Wlk. Bryt.
19.55 **Berlin 1936: olimpiada Hitlera w kolorze** – dok.
21.00 **Linie frontu** (3) – dok.
22.15 **Starożytne superbudowle 4** (1)
23.20 **Najgroźniejsi ludzie Hitlera** (7) – serial dokum.
0.20 **Jak inżynieria zmieniała świat** (1-5) – serial dok.

CI POLSAT HD

16.00 **Cyfrowe dowody zbrodni** (7) – serial dok.
17.00 **Pogrzebani za domem 3**
18.00 **Polskie prywatne zbrodnie 2** (6) – dok., Pol.
18.30 **Akta Fajbusiewicza** (1)
19.00 **Ktoś ma coś do ukrycia 3** (19) – dok.
20.00 **Szokujące morderstwa: Atlanta** (8) – serial dok.
21.00 **Chippendales: mroczne sekrety** (1) – serial dok.
22.00 **Ciała w walizkach: krwawy bagaż** (2) – dok.
23.00 **Kroniki seryjnych morderców – Zimny chirurg** (1) – film dok., Pol.
23.55 **Zbrodnia po angielsku**

TRAVEL CHANNEL HD

12.15 **Egzotyczne wakacje na każdą kieszeń** – rozr.
13.20 **Egzotyczne wakacje na każdą kieszeń. Dubaj**
14.20 **Człowiek kontra jedzenie** (25) – mag. kulin.
14.55 **Dziwaczne potrawy: Smakowite miasta** (1-4)
17.00 **Wyprawa w nieznane** (11) – serial dokumentalny
18.00 **Patent na podróż** (1)
19.00 **Remont safari** (4, 5) – rozr.
20.55 **Nagi instynkt przetrwania** (11, 13)
23.00 **Kobieta na krańcu świata** (8, 1, 2) – dok., Pol.
0.45 **Egzotyczne wakacje na każdą kieszeń** – rozr.


DOKUMENTALNY


DOKUMENTALNY


DOKUMENTALNY


DOKUMENTALNY


HISTORYCZNY


DOKUMENTALNY

DVB T DVB T2 – stacje dostępne za darmo w naziemnej telewizji cyfrowej

eprasa.pl 37b976a8ff

STACJE OGÓLNOTEMATYCZNE

TVP POLONIA

13.05 **Ranczo 3** (38)
14.00 **Największe hity Letniej trasy Lata z Radiem i Telewizją Polską** (1)
15.00 **Serwis Info** – pr. inf.
15.10 **Kulturalni** – magazyn
16.00 **Pan Mama** (4) – kom.
16.30 **Barwy szczęścia** (3385) – serial obycz.
17.00 **Teleexpress**
17.20 **Gra słów. Krzyżówka** (1147)
17.50 **Teleexpress Extra**
18.15 **Oko na Wschód**
18.45 **Panorama**
19.20 **Powstanie Warszawskie dzień po dniu** (60)
19.30 **Program informacyjny 19.30**
19.55 **Pytanie dnia** – publ.

TVP ROZRYWKA

7.10 **Okrasa łamie przepisy** – mag. kulin.
8.15 **Familiada** – telet.
8.50 **Va banque** (998)
9.25 **Koło fortuny** (2056)
10.00 **Makłowicz w podróży** – mag.
10.35 **Minuta dla Twojego bezpieczeństwa** (7)
10.45 **Postaw na milion**
12.35 **Familiada** – telet.
13.15 **Janosik** (4) – przyg.
14.05 **Rodzinka.pl** (249, 250) – kom., Pol.
15.25 **Rolnik szuka żony 13** (2)
16.25 **Kabaretomaniacy**
17.25 **Va banque** (999) – teleturniej
18.00 **Koło fortuny** (2057)
18.40 **Okrasa łamie przepisy** – mag. kulin.

POLSAT CAFÉ

6.00 **Demakijaż** (174-176)
7.30 **Przyjaciółki** (38, 39) – serial obycz., Polska
9.30 **Hell's Kitchen – Piekielna Kuchnia** (47, 48) – reality show
12.30 **Oszukane** (32, 33) – serial paradokum.
14.30 **Komisarz Mama** (4) – serial krym., Polska
15.30 **Bogaty dom – biedny dom** (131)
16.30 **Hell's Kitchen – Piekielna Kuchnia** (37) – reality show
18.00 **Nasz nowy dom** (312, 313) – reality show, Polska
20.00 **Kolacja w ciemno** (59) – pr. rozrywk.
21.05 **Więzienie kobiet** (108, 109) – dok., Pol.

TV 4 DVB T2

6.00 **Strażnik Teksasu** (24, 25) – serial sens.
7.55 **Bogaty dom – biedny dom** (68)
8.55 **Policjantki i Policjanci** (645-647)
11.55 **Na ratunek 112** (996, 997) – paradok.
12.55 **Trudne sprawy** (769-771) – paradok.
15.55 **Policjantki i Policjanci** (1456) – serial obycz., Polska
17.00 **Trudne sprawy II** (1373) – paradok., Pol.
18.00 **Łowcy skarbów. Kto da więcej?** (449)
19.00 **Policjantki i Policjanci** (1457) – serial obycz., Polska
20.00 **Wypasiona kuchnia** (29) – pr. rozrywk.

TTV HD DVB T2

6.00 **24 godziny** (80) – inf.
7.10 **Express** – pr. inform.
7.35 **DeFacto 14** (14, 15)
8.30 **Kartoteka 8** (16, 17)
10.35 **Detektywi** (125, 347)
12.35 **Zakup w ciemno 5** (13) – reality show
13.35 **Zakup w ciemno 8** (17) – reality show
14.35 **Nic do zgłoszenia 2** (1) – serial dokum., Pol.
15.35 **Złomowisko PL 8** (15) – serial dokum.
16.45 **Express** – pr. inform.
16.58 **Pogoda, sport**
17.05 **Zakup w ciemno extra** (35)
17.45 **Życie na kredycie 8** (5, 6) – reality show
18.40 **Gogglebox. Przed telewizorem 21** (5)
19.45 **Express** – pr. inform.

TVN STYLE HD

5.35 **Tu jest pięknie** (2) – program rozrywkowy
6.20 **I nie opuszczę Cię aż do ślubu** (8, 1) – reality show
7.45 **Dzień Dobry TVN** – magazyn
11.20 **Love the Look** (1) – mag. poradnikowy
12.20 **Ugotowani** (3) – pr. kulin.-rozrywk.
13.25 **Kuchenne rewolucje** (11, 10) – program rozrywkowy
15.35 **Pojedynek na podróże** (4) – program rozrywkowy
16.35 **Ambasady luksusu** (8) – program rozrywk.
17.40 **Kuchenne rewolucje** (13-15) – program rozrywkowy

20

OBYCZAJOWY



20.25 Stulecie Winnych (5) – Polska 2019

Bronię cieszy wiadomość o powrocie Antoniego. Mieszkańcy Brwinowa świętują odnalezienie krewnego. Tymczasem w Europie rozprzestrzenia się hiszpanka.

21.20 Ojciec Mateusz 3 (37) – krym., Pol. 2010
22.10 Autoportret za mgłą. Olga Boznańska – film dokum., Polska 2021
23.15 Panorama
23.45 Magazyn Ekspresu Reporterów
0.40 Pan Mama (3) – kom.

MAGAZYN KULINARNY



19.15 Okrasa łamie przepisy

Według legend podczas wypraw rycerze opiekali nad ogniem kawałki mięsa nabite na szablę. Prowadzący pokaże, jak zrobić szaszłyki, kebaby oraz kofty.

19.45 Jaka to melodia?
20.30 Postaw na milion
22.15 Rodzinka.pl (91)
22.50 Tak to leciało! (89)
23.50 Kabaret. Super Show Dwójki (7)
0.55 Koło fortuny (2057, 2033) – telet.
2.20 Kabaret Letnią Porą (49, 50) – pr. rozrywk.

REALITY SHOW



22.00 Bogaty dom – biedny dom (161) – Polska 2026

Zamożni małżonkowie, Edyta i Damian, wraz z trójką dzieci łączą pracę z licznymi pasjami. Z kolei Dominika, Sylwester i Julka żyją skromnie. Zamienią się miejscami.

23.00 Gry małżeńskie (200, 201) – reality show, Polska
1.05 Więzienie kobiet (7-10) – serial dokumentalny, Polska
3.00 Zdrady (179-181) – serial paradokum., Polska 2022

KRYMINALNY



20.05 Uroczysko (278) – Polska 2026

Funkcjonariusze szukają zaginionej Wiktorii, a do komendy zgłaszają się kolejne kobiety, które przyznają się do tej samej zbrodni.

20.40 Sprawiedliwi – Wydział Kryminalny (1057)
21.40 Sprawiedliwi. Trójmiasto (174)
22.45 Opowiem ci o zbrodni (5) – dok.
23.10 Impas – thriller, FILM USA 2021, 130 min
1.20 Love Island. Wyspa miłości (22)

REALITY SHOW



20.05 Zakup w ciemno 8 (18) – Polska 2026

Nowe magazyny i zaskakujące kategorie palet przyciągają starych i początkujących handlarzy. Do zdobycia są towary z likwidowanych sklepów czy nadwyżki premium.

21.05 Zakup w ciemno extra 3 (18)
21.45 Express – pr. inform.
22.00 Damy i wieśniaczki. PL 12 (5) – fab.-dok.
23.00 Kochaj albo wróć (4)
0.00 Fachowcy (8)
0.45 Nic do ukrycia 2 (3)
1.45 Niebezpieczne dzielnice (4) – dok.

ROZRYWKOWY



20.50 Ostre cięcie (1)

Andrzej Wierzbicki i Tomasz Schmidt odwiedzają zakłady fryzjerskie, które z różnych powodów nienajlepiej prosperują. Oceniają sytuację i proponują niezbędne zmiany.

21.50 Jestem z Polski (14) – serial dok., Pol. 2022
22.50 Hotel Paradise 13 (20) – reality show
23.45 Mój sąsiad morderca 10 (3)
0.50 Apetyt na miłość (8)
1.55 Dieta czy cud? (7, 8)
3.25 Wiem, co jem i wiem, co kupuję (6, 7) – mag.

TVP HD HD

11.20 **Na sygnale** (818, 819)
12.25 **Ojciec Mateusz 12** (160)
13.20 **Komisarz Alex 9** (105)
14.15 **Ranczo 3** (39) – obycz., Pol.
15.15 **Ranczo 4** (40) – obycz., Pol.
16.05 **Minuta dla Twojego bezpieczeństwa** (8)
16.10 **Górna półka smaku** (4)
16.40 **Przystanek slow food 5**
17.10 **Okrasa łamie przepisy**
17.45 **Makłowicz w podróży**
18.20 **Ojciec Mateusz 31** (403)
19.20 **Ranczo 9** (114) – obycz.
20.10 **Rodzinka.pl** (276, 277)
21.25 **Ojciec Mateusz 33** (421)
22.20 **Syn 2** (18) – serial obycz.
23.15 **Psy 2. Ostatnia krew** FILM – sens., Pol. 1994, 115 min

TVS HD

16.50 **Wydział kryminalny Kitzbühel** – krym., Austria
17.50 **Doktor z alpejskiej wioski – nowy rozdział** – obycz., Niemcy/Austria
18.50 **Doktor Kleist – lekarz rodzinny** – serial obycz.
19.50 **Rosamunde Pilcher:** FILM **Igranie z miłością** – film obyczajowy, Austria/Niemcy 2004, 120 min
21.50 **Rosamunde Pilcher** FILM **– Gwiazdy spadają w sierpniu** – melodramat, Niemcy/Wielka Brytania 2003, 105 min
23.35 **Doktor z alpejskiej wioski – nowy rozdział**

ZOOM

8.00 **Strażnik Teksasu 3** (16, 17) – serial sensacyjny
10.00 **Kobra – oddział specjalny 24** (17, 18)
12.15 **Lombard Chicago: Wszystko pod zastaw 2**
13.15 **Wojny magazynowe: Kanada** (12, 13)
14.25 **Sensacje XX wieku** (1)
16.45 **Wojciech Cejrowski – boso przez świat**
19.00 **Kobra – oddział specjalny 23** (11, 10)
21.00 **CSI: Kryminalne zagadki Miami 8** (14, 15) – krym.
23.00 **Magia nagości. Polska 3**
0.05 **Magia nagości 6** (10)
1.10 **Magia nagości. Niemcy**

TLC HD

8.00 **Łowcy promocji** – dok.
9.00 **Wiza na miłość 11** (3)
11.00 **Wiza na miłość 12** (18)
13.00 **Kiedy dzieci mają dzieci**
15.00 **Wiza na miłość: pierwsze spotkanie, pościelove rozmowy 8**
16.00 **Historie wielkiej wagi 5**
17.00 **Dr Pryszczylla 4** – dok.
18.00 **Wiza na miłość 11**
20.00 **Niepokonani** (3) – dok.
21.00 **Ekstremalne choroby**
22.00 **Historie wielkiej wagi: Brazylia 2** – reality show
23.00 **Nie do uwierzenia!**
0.00 **Dr Pryszczylla 4** – dok.
1.00 **Niepokonani** (3) – dok.
2.00 **Ekstremalne choroby**

C+ KUCHNIA HD

10.40 **U sąsiadów w kuchni 14**
11.50 **Kulisy wielkiej kuchni**
13.45 **Eva Longoria w poszukiwaniu hiszpańskich smaków**
14.40 **U sąsiadów w kuchni 16**
15.45 **Zgrillowani** (4, 5) – mag.
16.40 **Jamie Oliver – łatwe przepisy na co dzień**
18.30 **Kulinarna mapa Wielkiej Brytanii** (9, 10) – serial dok.
19.25 **M jak mięso 2** (7) – dok.
19.50 **Maximum Foodie 4** (9)
20.20 **Czego nie jeść** (4) – dok.
21.15 **Anthony Bourdain – miejsca nieznane 11**
23.55 **Top Chef 22** (7)
0.55 **M jak mięso 8** (5, 6) – dok.

TVN TURBO HD

12.15 **Naprawy nie do naprawy** (1) – mag.
13.00 **Zawodowi handlarze**
14.30 **Wojny samochodowe** (8)
16.30 **Jeździć, obserwować**
18.00 **Raport Turbo** – mag. inf.
18.15 **Z drugiej ręki** (4) – mag.
19.00 **Duda kontra Szafrański**
19.45 **Naprawy nie do naprawy** (4) – mag.
20.30 **Jeździć, obserwować** (5, 4) – serial dokumentalny
22.00 **Raport Turbo** – mag. inf.
22.15 **Uwaga! Oszust: Ściema z ogłoszenia** (4, 16) – rozr.
23.20 **Zawodowi handlarze**
0.50 **Naprawy nie do naprawy** (1, 5) – mag.

NOWA TV DVB T

10.00 **Komisarz Mama** (17)
11.00 **Poirot 10** – serial krym.
13.00 **Poirot 11** – serial krym.
15.00 **Świat według Bundych 7** (148-153)
18.00 **Całkiem nowe lata miodowe** (5) – kom., Pol.
18.30 **Miodowe lata** (112-114) – serial komediowy, Polska
21.00 **Zdrady** (67) – paradok., Pol.
22.00 **Ślad** (17, 18, 88) – krym.
1.00 **Łowca pedofilów**
3.00 **TV okazje** (30, 31)
3.50 **Wehikuł czasu** (929, 928)
4.00 **Daleko od noszy – szpital futpolowy** (45, 46) – serial kom., Polska
5.00 **Pod lupą** (4, 5) – magazyn

METRO

10.30 **Sędzia Anna Maria Wesołowska** (473, 474)
12.30 **Szkoła** (638) – paradok.
13.30 **Brzydula** (147, 148) – kom.
14.40 **Za głosem serca** (34)
15.50 **Magda M. 4** (5) – obycz.
16.55 **Idź na całość 2** (29) – rozr.
18.00 **Złomowisko PL 5** (8)
19.00 **Kartoteka 8** (5, 6)
21.05 **Kryminalni 2** (7, 8) – krym.
23.15 **Hannibal 2** (7) – krym.
0.20 **Zbrodnie z pierwszych stron gazet 7** (3) – dok.
1.20 **Szpital** (918) – paradok.
2.20 **Szkoła** (645) – paradok.
3.20 **Nowa Maja w ogrodzie 2** (30, 31)
4.25 **Szpital** (917) – paradok.

ANTENA HD DVB T2

12.00 **Wojny kontenerowe 2**
13.00 **Klątwa Wyspy Dębów 5**
13.55 **Australijscy poszukiwacze złota 5**
16.00 **Unforgettable: Zapisane w pamięci** (16) – krym.
16.55 **Detektywi z Bordeaux 7** (7) – serial krym., Fr./Bel.
18.00 **77 TV 2** (13, 14) – pr. rozr.
20.00 **Alex Hugo – górski detektyw** (28) – krym., Fr.
22.10 **Detektyw Candice: Niezawodny instynkt 5** (8) – serial kryminalny, Fr.
23.20 **Detektywi z Bordeaux 6** (7) – serial krym., Fr./Bel.
0.30 **Polska. Największe dylematy** (4, 5) – pr. publ.

WP DVB T

11.00 **Wariaci za kierownicą 3**
12.00 **Komisarz Cassandre: Zbrodnie w Alpach 3** (1)
14.00 **Pokochaj lub sprzedaj Vancouver 2** (16, 17)
16.00 **Pokochaj lub sprzedaj Quebec** (5) – reality show
16.55 **Pogoda**
17.00 **Niewyjaśnione tajemnice świata 3** (19, 22) – serial dok., USA
19.00 **Makłowicz w podróży** – magazyn kulinarny
20.00 **Policjanci z sąsiedztwa 5** (19, 20)
21.50 **Pogoda**
22.00 **Przebojowe kabarety** (1)
23.00 **Mistrzowie Kabaretu 11**

C+ DOMO HD

13.05 **Pokochaj lub sprzedaj: Wielka Brytania 10** (3)
14.00 **Adres: rezydencje marzeń** (2) – serial dok.
15.00 **Wakacyjne domy na wynajem** (13) – dok.
15.55 **Kupione i co dalej? 7**
16.50 **Gardeners' World 15** (2)
18.00 **Ucieczka na wieś 23** (16)
19.00 **Wielkie projekty: Nowa Zelandia 9** (6) – serial dok.
20.00 **Daleko od miasta 10**
21.00 **Adres: rezydencje marzeń** (3) – serial dok.
22.05 **Wielkie projekty: transformacje** (8) – dok.
23.10 **Pokochaj lub sprzedaj – Wielka Brytania 8** (2)

HGTV HD

13.25 **Nowe życie w starym domu 6** (1) – pr. rozrywk.
14.30 **Mieszkanie na miarę 4**
15.30 **Pogromcy chaosu** (9)
16.30 **Polowanie na ogród 8**
17.35 **Polowanie na ogród 9** (1)
18.10 **Weekendowa metamorfoza 2** (4) – rozr.
19.05 **Zgłoś remont 5** (6) – rozr.
20.00 **Dobrze zrobione w domu** (2) – mag.
20.10 **Dorota inspiruje 3** (1)
21.05 **Dorota was urządzi!** (10, 11) – program rozrywk.
22.35 **House Hunters – Poszukiwacze domów 6** (6-9) – pr. rozr.
0.40 **Kamera, akcja, wpadka!**

eprasa.pl 37b976a8ff

P! Premiera w TV

POLSAT 2 HD

5.50 **Wydarzenia**
6.30 **Nasz nowy dom** (266) – reality show
7.30 **Na ratunek 112** (1043, 1044) – serial paradokum.
8.30 **Sekrety rodziny** (161-163) – serial paradokum., Pol. 2020
11.30 **Trudne sprawy** (928) – serial paradokum.
12.30 **Dlaczego ja?** (1466, 1467) – serial paradokum.
14.30 **Świat według Kiepskich** (405-409) – serial kom., Polska
17.00 **48h. Zaginieni** (273, 274) – serial kryminalny, Pol. 2024
19.00 **Gliniarze** (1054) – serial paradokum.

SUPER POLSAT DVB T2

6.40 **Wypasiona kuchnia** (21) – pr. rozrywk.
6.50 **SuperLudzie Extra** (45) – magazyn
7.00 **Na ratunek 112** (826, 827) – paradok.
8.00 **Doktor Martin** (13, 14) – serial obycz.
10.00 **Wydarzenia 24** – inf.
10.30 **SuperLudzie** (6, 7)
11.30 **Świat według Kiepskich** (368-371)
13.30 **Bitwa o palety** (14)
14.30 **Hell's Kitchen – Piekielna Kuchnia 3** (26)
16.00 **Ninja Warrior Polska** (36)
17.55 **Świat według Kiepskich** (466, 467, 580, 581)
20.00 **Złomiarze** (2) – dok.

TV 6 DVB T

6.00 **Więzienie** (182, 183) – serial dok., Pol. 2025
6.55 **Policjantki i Policjanci** (823, 824) – serial obycz., Polska
8.55 **Kobra – oddział specjalny** (186, 187) – serial sens., Niemcy
11.00 **48h. Zaginieni** (119-121) – serial kryminalny, Pol. 2022
13.55 **Policjantki i Policjanci** (1257) – serial obycz., Polska
14.55 **Uroczysko** (159, 160) – serial krym., Polska
16.00 **Kobra – oddział specjalny** (188, 189) – serial sens., Niemcy
18.05 **Strażnik Teksasu** (26, 1) – serial sensacyjny, USA

BBC FIRST HD

6.00 **Z pamiętnika położnej 10** (1)
6.50 **Tajemnice Brokenwood 5** (2)
8.50 **Lewis 4** (2) – krym.
9.40 **Ojciec Brown 5** (8)
10.40 **Śmierć pod palmami 11** (6)
11.45 **Z pamiętnika położnej 10** (1)
12.55 **Tajemnice Brokenwood 5** (3)
14.55 **Ojciec Brown 13** (6)
16.00 **Lewis 4** (2) – krym.
17.00 **My Life is Murder 5** (4) – serial kryminalny
18.00 **Morderstwa w Midsomer 20** (6) – krym., Wlk. Bryt. 2018
19.55 **Śmierć pod palmami 11** (7) – serial kryminalny

STACJE DZIECIĘCE

TVP ABC DVB T2

10.00 **Figu Migu na planecie Czochras** (26)
10.20 **Bolek i Lolek wyruszają w świat**
10.45 **Reksio** (59, 60)
11.00 **Pająk Lucas 2** (30)
11.15 **Świnka Peppa 4**
11.30 **Pszczółka Maja**
11.55 **Strażak Sam 8** (7, 8)
12.25 **Domisie** – dla dzieci
12.55 **Halo, halo!** (50)
13.00 **Zagadki zwierzogromadki** (7) – mag. dla dzieci
13.20 **Ptyś i Bill** (21, 22)
13.50 **Odo** (82) – serial anim.
14.05 **Nawet nie wiesz, jak bardzo Cię kocham** (7, 8) – anim.
14.30 **Świnka Peppa**
14.45 **Kid Lucky** (7, 8)

STACJE INFORMACYJNE

TVN 24 HD

8.00 **Serwis informacyjny, Prognoza pogody**
9.55 **Biznes** – pr. publicyst.
10.00 **Serwis informacyjny, Prognoza pogody**
10.55 **Biznes** – pr. publicyst.
11.00 **Serwis informacyjny, Prognoza pogody**
11.55 **Biznes** – pr. publicyst.
12.00 **Serwis informacyjny, Prognoza pogody**
13.55 **Biznes** – pr. publicyst.
14.00 **Serwis informacyjny, Prognoza pogody**
14.55 **Biznes** – pr. publicyst.
15.00 **15 na żywo** – inf.
16.00 **Fakty po południu**
18.00 **Tak jest** – pr. publ.
19.15 **Serwis informacyjny**
19.30 **Fakty po Faktach**
20.00 **Kropka nad i** – publ.
20.30 **Czarno na białym**

KRYMINALNY



20.00 Ślad (46) – Polska 2018-2019

Biznesmen Rybacki zostaje zastrzelony w swoim domu. Okazuje się, że miało tu miejsce jeszcze jedno zabójstwo. Prawdopodobnie oba morderstwa zleciła mężczyźnie księgowa Rybackiego.

21.00 **Gliniarze** (984)
22.05 **Łowca pedofilów** (185, 186) – dok., Pol.
23.00 **Świat według Kiepskich** (453, 454)
0.00 **Ślad** (88) – krym., Pol.
1.00 **Zdrady II** (58)
2.05 **Wydarzenia**
2.45 **Interwencja** – mag.

THRILLER



21.00 Searching – Rosja/ FILM USA 2018, reż. Aneesh Chaganty, 135 min

Córka Davida nie wraca do domu. Ojciec zgłasza jej zaginięcie. Gdy policyjne śledztwo nie przynosi efektów, mężczyzna postanawia wziąć sprawy w swoje ręce.

23.15 **8 części prawdy** FILM – thriller, USA 2008, reż. Pete Travis, wyk. William Hurt, 105 min
1.00 **Świat według Kiepskich** (428-433)
4.05 **Nasz nowy dom** (257, 258) – reality show, Polska 2022

KRYMINALNY



20.05 CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku (137, 138)

Detektywi prowadzą śledztwo w sprawie zabójstwa byłego boksera. Odkrywają, że ofiara brała udział w nielegalnych walkach transmitowanych przez internet.

22.00 **Mentalista** (4)
23.00 **Sprawiedliwi – Wydział Kryminalny** (777, 778) – krym., Pol.
1.00 **Koszmarna noc** FILM – thriller, USA 2019, 125 min
3.05 **Cobra Kai** (17)

KRYMINALNY



21.00 Zbrodnie Saint-Pierre (9) – Kan.

Premier O'Brien staje się głównym podejrzanym w sprawie, która zaczyna się od pechowego wieczoru kawalerskiego. Arch i Fitz ustalają wydarzenia tej nocy.

22.00 **Dyplomatki** (3, 4) – krym., Wlk. Bryt. 2023
23.55 **Ellis 2** (1) – krym.
1.45 **Line of Duty – Wydział wewnętrzny 3** (1)
2.45 **Morderstwa w Midsomer 20** (6)
4.15 **Co ludzie powiedzą?** (2) – kom.

MAGAZYN



15.15 Al-chemik (22)

Al objaśnia małym widzom, na czym polega fascynujące zjawisko fal akustycznych.

15.35 **Lassie i przyjaciele**
16.05 **Ricky Zoom** (7, 8)
16.35 **44 Koty** (7, 8) – anim.
17.05 **Robin Hood** (31, 32)
17.30 **Super Wings**
18.00 **Opowieści z zielonego lasu**
18.30 **The Garfield Show**
19.00 **Dolina Muminków**
19.20 **Ernest i Celestyna**
19.35 **Tyciaki**
19.45 **Wegezaury 2**
19.50 **Czytanie przed spaniem**

MAGAZYN



21.00 Polska i świat

Codzienny autorski program, który podsumowuje najważniejsze wydarzenia z kraju i z zagranicy, budzące szczególne zainteresowanie wśród polskich obywateli.

22.00 **Szkło kontaktowe**
23.00 **Dzień po dniu** – mag.
0.25 **Biznes** – pr. publicyst.
0.45 **Fakty po Faktach**
1.20 **Kropka nad i** – publ.
1.50 **Tak jest** – pr. publ.
2.50 **Nowa Maja w ogrodzie** – mag.
3.10 **Akademia ogrodnika** – mag.
3.20 **Kropka nad i** – publ.

POLSAT PLAY HD

6.00 **Budowlańcy** (66) – dok.
6.30 **Kołowrotek** (224) – mag.
7.00 **Dorwać tuńczyka** (8, 9)
9.00 **Wojny magazynowe**
10.00 **Wojny kontenerowe**
11.00 **Hardkorowy lombard**
14.00 **Polacy za granicą** (59, 60)
16.00 **Złomiarze** (7, 8) – dok., Pol.
18.05 **Poszukiwacze historii**
20.00 **Gułag – szaleństwo Stalina** – film dokum., Fr.
21.15 **Tajna historia XX wieku** (71, 72) – serial dokum., Pol.
22.10 **Poszukiwacze historii** (246) – serial dokumentalny
22.40 **Pociągi** (1) – serial dokum.
23.15 **Wakacje z Bałtykiem**
4.10 **Starożytni kosmici**

FOOD NETWORK HD

8.20 **Kuchenne rewolucje** (6)
9.20 **Co nas truje** (11, 12, 1)
11.35 **Śródziemnomorski przepis na zdrowie** (4-6)
13.05 **Apetyt na miłość** (3)
14.05 **Akcja: Restauracja!** (3)
15.05 **Posiekani: gotowanie w dziczy** (4) – reality show
16.05 **Kuchenne rewolucje** (9)
17.05 **Magda gotuje internet**
17.40 **MasterChef** (7) – pr. rozr.
19.00 **Halloweenowe wojny**
20.05 **Pyszne miejscówki** (8)
21.10 **Rozdrażnić tytanów 4** (6)
22.15 **Akcja: Restauracja!** (5)
23.15 **Posiekani** (10)
0.15 **Symon gotuje w ogrodzie** (4-6) – mag.

POLSAT RODZINA HD

10.25 **Jeźdźcy smoków na końcu świata**
11.55 **Rodzina zastępcza** (164, 165) – kom., Pol. 2004
13.50 **Największe statki świata** (7, 8) – serial dok.
15.45 **Świat z góry** (4, 5) – dok.
16.55 **Wypasiona kuchnia** (27)
17.05 **Pingwiny z Madagaskaru** (9-12)
19.00 **Rodzina zastępcza** (192)
20.00 **Całkiem nowe lata miodowe** (10, 11) – kom.
21.05 **Miodowe lata** (57) – kom.
21.55 **Nasz nowy dom**
23.55 **Historia broni** (9, 10)
2.30 **Ewa gotuje** (503) – mag.
3.00 **SuperLudzie** (36, 37)

BBC LIFESTYLE HD

12.30 **10 lat mniej w 10 dni 2**
13.30 **Niezwykłe hotele bez tajemnic 4** (3) – serial dok.
14.30 **Wielkie brytyjskie wypieki 5** (3) – pr. rozrywk.
15.40 **Zapraszam do stołu: Wielka porcja 20** (3)
17.40 **Najpiękniejsze domy: Nowa Zelandia** (6) – rozr.
18.50 **Mistrzowie szycia 10** (7)
19.55 **Wielkie brytyjskie wypieki 5** (4) – pr. rozrywk.
21.00 **12 smaków miasta** (1, 2)
22.00 **Najdroższa szamanka świata** (2) – dok., Wlk. Bryt.
23.20 **Uwiedzione: sypiając z tajniakiem** (2) – film dok.
0.15 **Ratunek dla skóry 5** (9)

NICK JR. HD

16.04 **Świnka Peppa 2** (36-38)
16.15 **Świnka Peppa 3** (9)
16.30 **Dora 4** (13) – serial anim.
17.00 **Pan Krokodyl** (12) – anim.
17.30 **Barbapapa i jego rodzinka 2** (13) – anim., Fr.
18.10 **Rubble i jego ekipa** (4)
18.30 **Psi Patrol** (16) – anim.
19.00 **Santiago z mórz** (5)
19.30 **Przygody Misia Paddingtona** (15) – anim.
19.59 **Świnka Peppa** (30)
20.04 **Świnka Peppa 7** (47-50)
20.31 **Świnka Peppa** (43)
20.36 **Świnka Peppa 8** (34, 35)
20.45 **Świnka Peppa 2** (2)
21.00 **Barbapapa i jego rodzinka** (12-14) – anim.

POLSAT NEWS HD

14.55 **Pogoda**
15.00 **W rytmie dnia – serwis informacyjny**
15.30 **Sport, pogoda**
15.50 **Wydarzenia 15:50**
16.30 **Punkt widzenia Jankowskiego** – pr. publ.
18.00 **Punkt widzenia Szubartowicza** – pr. publ.
19.15 **Gość „Wydarzeń"** – program publicystyczny
19.50 **Debata Gozdyry** – publ.
21.50 **Wydarzenia wieczorne**
22.30 **Dzień na świecie** – pr. inf.
23.30 **Obraz dnia – serwis informacyjny**
0.00 **Punkt widzenia Jankowskiego** – pr. publ.

TVP KOBIETA DVB T2

13.00 **Na dobre i na złe** (613)
13.55 **Kiedyś to było...** – mag.
14.30 **Super Gary. Gotuj z Bosacką!** (4) – mag.
15.00 **Rodzinka.pl** (302) – kom.
15.30 **Ojciec Mateusz 13** (173)
16.20 **Ojciec Mateusz 14** (174) – serial kryminalny, Polska
17.25 **Rajskie zakątki Europy**
18.30 **Europa da się lubić – nowe pokolenie** (2)
19.30 **Panna młoda** (2) – obycz.
20.30 **Wichrowe wzgórze** (360) – serial obycz., Turcja 2024
21.30 **La Promesa – pałac tajemnic** (328) – obycz.
22.30 **Wieloryb** – dramat FILM obycz., USA 2022, 130 min

E! ENTERTAINMENT HD

10.19 **Z kamerą u Kardashianów** (3, 4)
12.14 **Tyler Henry – medium z Hollywood** (7, 8) – rozr.
14.10 **Plastyczna fuszerka**
16.00 **Z kamerą u Kardashianów** (5, 6)
18.00 **Oglądaj na żywo, co się dzieje!** – program rozrywk.
18.30 **Tyler Henry – medium z Hollywood** – pr. rozrywk.
20.30 **Plastyczna fuszerka**
22.30 **Z kamerą u Kardashianów** (7, 8)
0.30 **Oglądaj na żywo, co się dzieje!** – program rozrywk.
1.00 **Tyler Henry – medium z Hollywood** (7, 8) – rozr.

TV TRWAM DVB T

18.00 **Anioł Pański**
18.05 **Informacje dnia**
18.15 **Rozmowy niedokończone** – pr. publ.
19.30 **Każdy maluch to potrafi** – program dla dzieci
19.45 **Modlitwa** – religijny
20.00 **Informacje dnia**
20.20 **Różaniec**
20.50 **Kartka z kalendarza – powstanie warszawskie** – pr. eduk.
21.00 **Apel Jasnogórski**
21.20 **Informacje dnia**
21.40 **Polski punkt widzenia**
22.00 **Solidarność – narodziny Wolności** (11) – cykl fel.
22.15 **Głos serca** (108)

BBC BRIT HD

11.20 **Brytyjskie fabryki 2** (3)
12.30 **Top Gear 18** (4) – mag.
13.35 **Legendarne samoloty gaśnice: ostatni lot** (2)
14.40 **Cuda inżynierii 6** (8)
15.40 **Who Wants to Be a Millionaire z Jeremym Clarksonem 4** (22)
16.45 **Brytyjskie fabryki 2** (3)
17.50 **Top Gear 18** (5) – mag.
18.55 **Cuda inżynierii 6** (8)
19.55 **Brytyjskie fabryki 2** (4)
21.00 **Jak powstaje samochód 2** (3) – dok.
22.00 **Robota dla twardzieli: Guy Martin w akcji** (4)
23.00 **Top Gear 18** (4) – mag.
0.05 **Top Gear 12** (3) – mag.

MINI MINI+ HD

11.25 **Baczne oczka** (4-7)
11.55 **Marta mówi** (42, 43)
12.50 **Moje urodziny** – dla dzieci
12.59 **Marta mówi** (44, 45)
13.55 **Moje urodziny** – dla dzieci
14.00 **Basia** (2-6) – serial anim.
15.10 **Kicia Kocia 2** (10-13)
15.43 **Kicia Kocia** (1) – anim., Pol.
15.55 **Blaze i megamaszyny 2**
17.20 **Staś i fajna Babcia** (39, 40) – serial animowany
17.50 **Moje urodziny** – dla dzieci
17.57 **Staś i fajna Babcia** (30)
18.15 **Leśna rodzina. Freya spełnia swoje marzenia**
18.40 **Dora i przyjaciele 2**
19.35 **Kicia Kocia 2** (9-13)
20.25 **Mały Charlie** (9-13)

TVP 3 DVB T2

13.00 **Agrobiznes**
13.20 **Agropogoda**
13.30 **Bez retuszu**
14.20 **Poznaj region**
15.00 **Koronka do Miłosierdzia Bożego** – program religijny
15.20 **Serwis Info Dzień** – inf.
15.30 **Program lokalny**
19.30 **Z indeksem w ręku** (10)
19.45 **Kryminalna siódemka**
20.00 **Dziennik regionów** – inf.
20.13 **Gość Regionów** – pr. publ.
20.30 **Telekurier** – mag., Polska
21.00 **Program lokalny**
22.00 **Dziennik regionów** – inf.
22.20 **Pogoda**
22.30 **Złoty chłopak** (249) – serial obycz., Turcja 2022

DVB T DVB T2 – stacje dostępne za darmo w naziemnej telewizji cyfrowej

eprasa.pl 37b976a8ff

Warto zobaczyć

13.05 KINO POLSKA
W zawieszeniu
POLITYCZNY Rok 1949. Oficer AK ucieka z więzienia i chroni się u byłej kochanki. Gdy zostają rodzicami, z ukrycia obserwuje dorastającą córkę. *Reż.: Waldemar Krzystek, A: Krystyna Janda, Jerzy Radziwiłowicz*
Polska 1986 **125 min ▶ do godz. 15.10**

13.55 ALE KINO+
Nasze córki
OBYCZAJOWY Dwie pary wspólnie spędzają wakacje w Alpach. Wypadek, któremu ulegają ich córki, wystawia wieloletnią przyjaźń na próbę. *Reż.: Mike van Diem, A: Thekla Reuten, Fedja van Huet, Noortje Herlaar*
Austria/Belgia 2025 **125 min ▶ do godz. 16.00**

15.10 TVP KULTURA
Przystań
OBYCZAJOWY Pracująca w świetlicy Karolina jedzie do miasta za ukochanym. Nastoletni podopieczny chce jej towarzyszyć. Ucieka z domu. *Reż.: Jan Hryniak, A: Maja Ostaszewska, Rafał Królikowski*
Polska 1997 **95 min ▶ do godz. 16.45**

17.40 HBO
Fantastyczne zwierzęta: Tajemnice Dumbledore'a
FANTASY Gellert pragnie zawładnąć światem magii. Newt ma pokrzyżować jego plany. *Reż.: David Yates, A: Jude Law, Cara Mahoney, Mads Mikkelsen*
Wlk. Bryt./USA 2022 **140 min ▶ do godz. 20.00**

17.55 TVN FABUŁA
Dwa tygodnie na miłość
KOMEDIA ROMANTYCZNA Lucy składa wymówienie. Wkrótce jednak uświadamia sobie, że szef nie jest jej obojętny. *Reż.: Marc Lawrence, A: Sandra Bullock, Hugh Grant, Alicia Witt*
USA/Australia 2002 **125 min ▶ do godz. 20.00**

18.10 C+ FILM
Listy do Julii
KOMEDIA ROMANTYCZNA Amerykanka Sophie jedzie z narzeczonym do Werony. Pomaga tam spotkać się parze, którą los rozdzielił w 1957 r. *Reż.: Gary Winick, A: Amanda Seyfried, Gael Garcia Bernal*
USA 2010 **105 min ▶ do godz. 19.55**

21.00 PULS 2
Wielki Stach
KOMEDIA Oszust decyduje się opanować wschodnie sztuki walki, by przetrwać w więziennej celi. Jego trenerem zostaje tajemniczy mistrz. *Reż.: Rob Schneider, A: Rob Schneider, David Carradine*
USA 2007 **130 min ▶ do godz. 23.10**

23.20 TVP 2
Może to ty
KOMEDIA OBYCZAJOWA Pete i jego przyjaciółka doświadczyli zawodu miłosnego. Postanawiają zmienić strategię. Umawiają się na randkę. *Reż.: Cameron Fay, A: Brett Dier, Veronica St. Clair, Molly McCook*
USA 2023 **95 min ▶ do godz. 0.55**

→ filmowe hity


Dziennikarz zabiega o względy ukochanej. Ich relacja zostaje wystawiona na próbę.





21.00 TVN 7
Druga połowa
KOMEDIA ROMANTYCZNA Kobieta wikła się w miłosny trójkąt. Będzie musiała podjąć trudną decyzję.

HIT DNIA

Lekarka Magdalena Biernat spotyka przypadkowo dziennikarza sportowego Mateusza Ostrowskiego. Szybko się w sobie zakochują, jednak ich związek od początku napotyka wiele przeszkód. Wychodzi bowiem na jaw, że kobieta jest córką selekcjonera reprezentacji narodowej, Zbigniewa, z którym jej wybranek od dawna pozostaje w poważnym konflikcie. Mateusz musi więc przekonać do siebie surowego rodzica partnerki, co wydaje się skazane na niepowodzenie. Sytuację dodatkowo komplikuje fakt, że o serce pani doktor zabiega utalentowany, ale rozkapryszony i zadufany w sobie piłkarz Jarosław. Nie szczędzi on sił i środków, żeby zaimponować Magdzie. Wykorzystuje wskazówki jej przyjaciółki, by ją zaskoczyć. W zaciętej walce o względy kobiety rywale stosują odmienne metody. **HD 120 min ▶ do godz. 23.00**

Polska 2021 **Reż.:** Łukasz Wiśniewski **Wyst.:** Marianna Zydek, Maciej Musiał, Jacek Knap, Cezary Pazura



20.00 TVP KULTURA
Różyczka 2
OBYCZAJOWY Europosłanka Joanna Warczewska traci męża w zamachu. Wkrótce otrzymuje materiały kompromitujące bliskich. Anonimowy nadawca sugeruje, że przeszłość jej matki (Magdalena Boczarska) pełna jest sekretów.
Reż.: Jan Kidawa-Błoński Wyst.: Jacek Braciak
Polska 2023 **HD 120 min ▶ do godz. 22.00**



20.00 TV PULS
Tropem mordercy
THRILLER Detektyw Lawson (Samuel L. Jackson) z pomocą dawnego kolegi ściga sadystycznego seryjnego mordercę, który grasuje w Szkocji. Zwyrodnialec rozczłonkowuje ciała ofiar i układa je tak, by przypominały krzyż.
Reż.: Terry McDonough Wyst.: Vincent Cassel
USA 2024 **HD 120 min ▶ do godz. 22.00**



20.00 KINO POLSKA
7 uczuć
KOMEDIODRAMAT Adam Miauczyński (Michał Koterski) ma problemy z nazwaniem towarzyszących mu emocji. Powraca do czasów dzieciństwa. Wspomina rodzinę, przyjaciół, szkolnych rówieśników i dawną miłość.
Reż.: Marek Koterski Wyst.: Maja Ostaszewska
Polska 2018 **HD 150 min ▶ do godz. 22.30**



22.00 POLSAT
Nie ma mocnych
KOMEDIA Kargul (Władysław Hańcza) oraz Pawlak chcą, żeby ich wnuczka (Anna Dymna) została na wsi. Postanawiają wyswatać dziewczynę z młodym technikiem mechanizacji rolnictwa (Andrzej Wasilewicz).
Reż.: Sylwester Chęciński Wyst.: Wacław Kowalski
Polska 1974 **HD 125 min ▶ do godz. 0.05**



22.30 TVP KOBIETA
Lalka
OBYCZAJOWY Zamożny kupiec Wokulski (Mariusz Dmochowski) zakochuje się w zubożałej arystokratce (Beata Tyszkiewicz). Podporządkowuje uczuciu swoje przedsięwzięcia finansowe, zaniedbując m.in. przyjaciela.
Reż.: Wojciech Jerzy Has Wyst.: Tadeusz Fijewski
Polska 1968 **HD 165 min ▶ do godz. 1.15**



23.00 TVN 7
Ścigany
SENSACYJNY Chirurg Richard Kimble zostaje skazany na śmierć za zabójstwo żony. Ucieka, aby znaleźć prawdziwego mordercę. W ślad za nim wyrusza bezkompromisowy szeryf federalny Samuel Gerard (Tommy Lee Jones).
Reż.: Andrew Davis Wyst.: Harrison Ford
USA 1993 **HD 165 min ▶ do godz. 1.45**

Oznaczenia: P! Premiera w TV HD Program także w standardzie HD
Egzemplarz archiwalny

→ filmowe hity



Despero prowadzi niebezpieczną rozgrywkę, aby wyjaśnić sprawę zabójstwa.

22.00 TV PULS

Pitbull. Ostatni pies

SENSACYJNY Doświadczony policjant wnika w szeregi mafii. Dużo ryzykuje, by wykonać misję.

HIT DNIA Ginie Soczek, partner Majamiego. Stołeczni policjanci tropią zabójcę kolegi. Jednocześnie zamierzają rozwiązać problem gangów z Pruszkowa i Wołomina, które walczą o dominację w mieście. Zadania nie ułatwiają im problemy kadrowe i organizacyjne. Komendant ściąga do pomocy doświadczonych funkcjonariuszy: Metyla, Nielata, będącego po szkoleniu w FBI, oraz Despero. Ten ostatni wnika w szeregi zaufanych ludzi gangstera Gawrona. W wojnę w półświatku angażuje się również żona bandyty, Mira. **HD 140 min ▶ do godz. 0.20**

Polska 2018 **Reż.:** Władysław Pasikowski **Wyst.:** Marcin Dorociński, Krzysztof Stroiński, Rafał Mohr, Marian Dziędziel

→ sport



6.00 POLSAT SPORT 2

Turniej ATP w Tokio

TENIS LIVE W US Open Ben Shelton przegrał dopiero w finale, po drodze pokonując m.in. Carlosa Alcaraza. Obaj znaleźli się w gronie uczestników turnieju w stolicy Japonii. Hiszpan będzie bronił tytułu wywalczonego rok temu. **HD 120 min ▶ do godz. 8.00**



7.00 C+ SPORT 2

Turniej WTA w Pekinie

TENIS LIVE Na kortach w stolicy Chin zobaczymy Magdalenę Fręch. Polka w tym sezonie grała już z tak uznanymi tenisistkami jak Jessica Pegula czy Jelena Rybakina. Okaże się, czy wyciągnęła wnioski z porażek. **HD 120 min ▶ do godz. 9.00**

→ rozrywka



20.30 POLSAT

Kabaret K2. Jedziemy po bandzie

SATYRA Dominika Najdek oraz jej koledzy po fachu zapraszają na scenę kolejnych gości. Nie zabraknie „Newsów", czyli pełnego humoru przeglądu wydarzeń społecznych i politycznych, czy zaskakujących „Baśni i bajek dla dorosłych". **HD 90 min ▶ do godz. 22.00**



21.30 TVN

Top Model

REALITY SHOW Uczestnicy rywalizacji zmierzą się z nowymi wyzwaniami i zadaniami specjalnymi. Dawid Woliński oraz pozostali jurorzy ocenią ich predyspozycje do sesji zdjęciowych i pokazów mody. Kto dziś nie sprosta oczekiwaniom? **HD 95 min ▶ do godz. 23.05**



20.00 STOPKLATKA

Dobry rok

KOMEDIODRAMAT Bankier Max (Russell Crowe) dziedziczy posiadłość w Prowansji. Jedzie na miejsce z zamiarem sprzedaży majątku. Gdy okazuje się, że przez swój błąd straci pracę, postanawia zostać we Francji na dłużej.

Reż.: Ridley Scott Wyst.: Marion Cotillard
USA 2006 **HD 155 min ▶ do godz. 22.35**



21.05 TVP 1

Frantic

THRILLER W tajemniczych okolicznościach znika żona chirurga Walkera (Harrison Ford). Lekarz rozpoczyna poszukiwania. Zostaje wplątany w kryminalną aferę. Na jego drodze staje tajemnicza Michelle (Emmanuelle Seigner).

Reż.: Roman Polański Wyst.: Betty Buckley
USA 1988 **HD 130 min ▶ do godz. 23.15**



8.00 EUROSPORT 1

Shenzhen Open

SNOOKER LIVE Premierowa edycja zawodów, które zastąpiły w snookerowym kalendarzu Xi'an Grand Prix. W Bao'an Sports Centre o nagrody z puli wynoszącej 850 tys. funtów zawalczą m.in. Mark Williams, Ronnie O'Sullivan i Kyren Wilson. **HD 180 min ▶ do godz. 11.00**



22.00 TTV HD

Ciężarówką przez Chile

PODRÓŻE Dawid Andres dociera do najdalej wysuniętego na południe punktu wyprawy. Odbiera ładunek, a następnie rusza na północ Patagonii, by zdążyć na prom. Mija miejsca dotknięte kataklizmami. **HD 60 min ▶ do godz. 23.00**

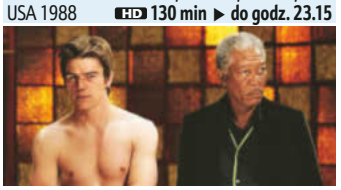


23.05 TVN

Colombiana

SENSACYJNY Płatna zabójczyni Cataleya (Zoe Saldana) potrafi zmylić każdy pościg i mistrzowsko się kamuflować. W życiu ma jeden cel – wytropić i zlikwidować wszystkie osoby, które przyczyniły się do śmierci jej rodziców.

Reż.: Olivier Megaton Wyst.: Cliff Curtis
USA 2011 **HD 135 min ▶ do godz. 1.20**



23.10 TV 4

Zabójczy numer

SENSACYJNY Slevin (Josh Hartnett) jednego dnia traci pracę, dom oraz ukochaną. W dodatku szef gangu (Morgan Freeman) bierze go za swojego dłużnika. Tropem pechowca ruszają płatny morderca oraz policjanci.

Reż.: Paul McGuigan Wyst.: Bruce Willis
USA 2006 **HD 140 min ▶ do godz. 1.30**



17.55 TVP SPORT

Polska – Szwecja

PIŁKA NOŻNA LIVE Przedostatni mecz kadry U-21 w eliminacjach Euro 2027. Jesienią 2025 roku w Jönköping podopieczni Jerzego Brzęczka rozbili Szwedów aż 6:0. Jeśli w Katowicach też wygrają, będą o krok od wywalczenia awansu do ME. **HD 170 min ▶ do godz. 20.45**

→ dokument



23.15 TVP 1

Lech Wałęsa. Nasza historia

BIOGRAFIA Sylwetka pierwszego przewodniczącego „Solidarności", laureata Nobla oraz byłego prezydenta Polski. Odegrał on istotną rolę w kształtowaniu zjednoczonej Europy. **HD 55 min ▶ do godz. 0.10**

eprasa.pl 37b976a8ff

TVP 1 HD DVB T2

4.50 **Wykrywacz kłamstw** – publ.
5.10 **Pytanie dnia** – pr. publicyst.
5.30 **Reporterzy** – mag. reporterów
5.40 **Oko na świat** – magazyn
6.05 **Akacjowa 38** (950) – telenowela, Hiszpania 2018
7.00 **Transmisja mszy świętej z Sanktuarium Matki Bożej na Jasnej Górze**
7.30 **Rodzina (nie od) święta**
8.00 **Serwis Info** – program inform.
8.10 **Pogoda Info**
8.25 **Zaraz wracam 3** (148) – serial obyczajowy, Polska 2026
9.00 **Ranczo 2** (18) – obycz., Pol. 2007
10.05 **Komisarz Alex 2** (18) – serial kryminalny, Polska 2012
11.00 **Ojciec Mateusz 21** (276)
12.00 **Serwis Info** – program inform.
12.10 **Agrobiznes** – magazyn rolniczy
12.30 **Agropogoda** – program inform.
12.40 **Magazyn rolniczy**
12.55 **Natura w Jedynce: Osobliwa planeta** (2) – serial dok., Australia
14.00 **Splątane losy** (56)
15.00 **Serwis Info** – program inform.
15.10 **Reporterzy** – mag. reporterów
15.35 **Gra słów. Krzyżówka** (1153)
16.00 **Dziedzictwo** (1040) – serial obyczajowy, Turcja 2020
17.00 **Teleexpress, pogoda**
17.25 **Jaka to melodia?** – telet. muz.
18.05 **Klan** (4744) – telenowela, Polska 2026
18.40 **Akacjowa 38** (967) – telenowela, Hiszpania 2018
19.30 **Program informacyjny 19.30**
19.55 **Pytanie dnia** – pr. publicyst.
20.10 **Sport, pogoda**
20.30 **Felicita** (11) – serial obyczajowy, Polska/Włochy 2026

TVP 2 HD DVB T2

4.35 **Na dobre i na złe** (945): W zgodzie z własnym sumieniem – serial obyczajowy, Polska 2025
5.30 **M jak miłość** (1849) – serial obyczajowy, Polska 2025
6.25 **Pożyteczni.pl** – magazyn
6.50 **Barwy szczęścia** (3408) – serial obyczajowy, Polska 2026
7.30 **Pytanie na śniadanie – pobudka** – magazyn
7.55 **Pytanie na śniadanie** – magazyn
11.45 **Gwiazdorska kuchnia Ani 5** (50) – magazyn kulinarny
12.25 **Koło fortuny** – teleturniej
13.15 **Panna młoda** (210) – serial obyczajowy, Turcja 2024
14.05 **Va banque** – teleturniej
14.35 **Na sygnale** (928): Odświeżyć wiedzę – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2026
15.05 **La Promesa – pałac tajemnic** (488) – serial obyczajowy, Hiszpania 2024
Curro wraca do La Promesy i przyznaje się Manuelowi, że to on pomógł Martinie uciec z sanatorium. Tymczasem stan Pii nadal się pogarsza.
16.00 **Koło fortuny** – teleturniej
16.35 **Familiada** – teleturniej
17.20 **Panna młoda** (211) – serial obyczajowy, Turcja 2024
18.15 **Va banque** – teleturniej
18.50 **Jeden z dziesięciu** – teleturniej
19.25 **Barwy szczęścia** (3408) – serial obyczajowy, Polska 2026
20.05 **Barwy szczęścia** (3409) – serial obyczajowy, Polska 2026
20.40 **Przepis dnia** (16) – magazyn kulinarny

POLSAT HD DVB T2

4.40 **Disco Gramy**
5.25 **Telezakupy TV Okazje** – magazyn reklamowy
5.55 **Nowy dzień z Polsat News**
8.00 **Trudne sprawy** (762) – serial paradokumentalny, Polska 2018
9.05 **Dlaczego ja?** (1324) – serial paradokumentalny, Polska 2024
10.05 **Wypasiona kuchnia** (18) – program rozrywkowy
10.20 **Dlaczego ja?** (1325, 1326) – serial paradokumentalny, Polska 2024
12.25 **Gliniarze. Śląsk** (21): Najwyższa cena – serial kryminalny, Polska 2026
13.25 **Gliniarze** (984, 985) – serial paradokumentalny, Polska 2024
15.30 **Wydarzenia 24**
15.50 **Pogoda**
15.55 **Gliniarze** (1236) – serial paradokumentalny, Polska 2026
16.55 **Gliniarze. Śląsk** (22): Driver – serial kryminalny, Polska 2026
Mężczyzna ginie w wypadku samochodowym. Detektywi szybko ustalają, że auto ofiary zostało celowo zepchnięte do rowu. Wpadają na trop nielegalnych wyścigów. Decydują się przeprowadzić ryzykowną akcję pod przykrywką.
18.00 **Pierwsza miłość** (4256) – serial obyczajowy, Polska 2026
18.50 **Wydarzenia**
19.15 **Gość „Wydarzeń”** – program publicystyczny
19.25 **Wypasiona kuchnia** (31) – program rozrywkowy
19.35 **Sport, pogoda**
19.55 **Milionerzy** – teleturniej

TVN HD DVB T2

5.40 **Uwaga!** – magazyn reporterów
5.55 **Ukryta prawda** (1491) – serial paradokumentalny, Polska 2023
6.50 **Kuchenne rewolucje** (8): Grudziądz – Bar Pierożek – program rozrywkowy
7.45 **Dzień Dobry TVN** – magazyn
11.20 **Doradca smaku** (19) – magazyn kulinarny
11.30 **Kuchenne rewolucje** (5, 13): Witnica; Działdowo – Bar Palce Lizać/Bar Viola – program rozrywkowy
13.40 **Ukryta prawda** (1640, 1641, 1771) – paradok., Polska
Patryk, 33-letni laborant, próbuje pomóc żonie Edycie, która cierpi na zakupoholizm. Mimo terapii i straty pracy kobieta ponownie zaczyna kompulsywnie kupować. Twierdzi jednak, że ma problem pod kontrolą.
16.50 **Szpital św. Anny** (152) – serial obyczajowy, Polska 2026
Asia mówi Łukaszowi, że zamierza wyjechać na stałe do Kanady. Mężczyzna nie chce rozstawać się z dziećmi. Tymczasem Kaja mocno przeżywa ultimatum ordynatora.
17.55 **Detektywi** (353) – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2026
Dwaj bracia i ich kolega wchodzą do opuszczonego domu, w którym rok wcześniej doszło do zbrodni. Kilka godzin później okazuje się, że zniknęli bez śladu. Kowalik i Nowacki badają sprawę.
19.00 **Fakty, sport i pogoda**
19.55 **Uwaga!** – magazyn reporterów

20

THRILLER



21.05 Wieczór z gwiazdami: Frantic – USA/Francja 1988, 130 min

Żona chirurga Walkera znika w tajemniczych okolicznościach. Lekarz rozpoczyna poszukiwania. Zostaje wplątany w kryminalną aferę. Na jego drodze staje tajemnicza Michelle. Lekarz podejrzewa, że kobieta może naprowadzić go na trop ukochanej.

23.15 **Historia: Lech Wałęsa. Nasza historia** – film dokumentalny, Polska 2026
Sylwetka Lecha Wałęsy – przywódcy i przewodniczącego „Solidarności”, laureata Pokojowej Nagrody Nobla oraz byłego prezydenta Polski.
0.10 **Kurier** – film historyczny, Polska 2019, reż. Władysław Pasikowski, wyk. Philippe Tłokiński, Julie Engelbrecht, Bradley James, Martin Butzke, 120 min
2.10 **W sieci zła** – thriller, USA 1998, reż. Gregory Hoblit, wyk. Denzel Washington, John Goodman, Donald Sutherland, Embeth Davidtz, 150 min
4.40 **Zakończenie**

OBYCZAJOWY



20.50 Na dobre i na złe (999): Siwy włos – Polska 2026

Do Leśnej Góry trafiają ofiary wypadku motocyklowego: dziewczyna z ciężkimi urazami miednicy i pękniętą tętnicą biodrową oraz chłopak z uszkodzoną aortą. Oboje przechodzą kolejne operacje. Falkowicz i Wilczewski wspólnie walczą o ich życie. Profesora coraz bardziej niepokoi również związek Matyldy z ratownikiem Darkiem.

21.50 **Na sygnale** (930): Zła sytuacja jest dobrą sytuacją – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2026
22.20 **Magazyn Ekspresu Reporterów**
23.20 P! **Może to ty** – komedia obyczajowa, USA 2023, reż. Cameron Fay, wyk. Brett Dier, Veronica St. Clair, Molly McCook, Nicolette Pearse, 95 min
0.55 **Peaky Blinders 2** (7) – serial kryminalny, Wielka Brytania 2014
2.05 **Ta, którą kocham** – film dokumentalny, Polska 2023
3.45 **Rodzinka.pl** – serial komediowy, Polska 2025
4.15 **Zakończenie**

ROZRYWKOWY

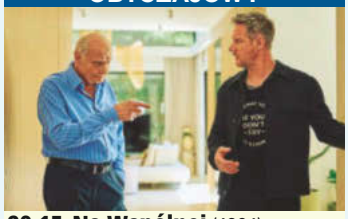


20.30 Kabaret K2. Jedziemy po bandzie (2)

Dominika Najdek, Bartosz Klauziński i Tomasz Łupak zapraszają na scenę gości, którzy prezentują się z zaskakującej strony. Nie zabraknie „Newsów” i filmowych opowieści.

22.00 **Komediowa środa: Nie ma mocnych** – komedia, Polska 1974, reż. Sylwester Chęciński, wyk. Władysław Hańcza, Anna Dymna, Jerzy Janeczek, Wacław Kowalski, 125 min
Pawlak martwi się o przyszłość gospodarstwa. Nadzieję pokłada we wnuczce. Pragnie wydać ją za mąż. We wsi pojawia się obiecujący kandydat.
0.05 **Aniołki Charliego** – film sensacyjny, USA/Niemcy 2000, reż. McG, wyk. Cameron Diaz, Drew Barrymore, Lucy Liu, Bill Murray, 130 min
2.15 **Barry Seal: Król przemytu** – film biograficzny, USA/Japonia/Kanada 2017, reż. Doug Liman, wyk. Tom Cruise, Domhnall Gleeson, Sarah Wright, Jesse Plemons, 160 min

OBYCZAJOWY



20.15 Na Wspólnej (4286) – Polska 2026

Agnieszka słyszy, jak Ryszard każe Sebastianowi obserwować Tomka. Żąda wyjaśnień. Poznaje prawdę o wpadkach chłopaka. Bożydar dowiaduje się, że Milena ma wystąpić w programie telewizyjnym północa.

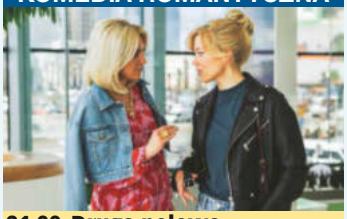
20.50 **The Floor** (19) – teleturniej
21.30 **Top Model** (5) – reality show
23.05 **Colombiana** – dramat sensacyjny, USA/Francja 2011, reż. Olivier Megaton, wyk. Zoe Saldana, Amandla Stenberg, Michael Vartan, Cliff Curtis, 135 min
1.20 **Nowa Szelągowska** (1) – program rozrywkowy
2.25 **CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 10** (21) – serial kryminalny, USA/Kanada 2010
3.25 **Uwaga!** – magazyn reporterów
3.45 **Młode gliny** (24) – serial kryminalny, Polska 2026
4.45 **Nauka jazdy 6** (16) – program rozrywkowy
5.15 **Zamieszkać na plaży 6** (3) – program rozrywkowy

eprasa.pl 37b976a8ff
P! Premiera w TV

TVN 7 HD DVB T2

5.20 **Ten moment** (53) – serial paradokumentalny, Polska 2015-2016
5.55 **Szkoła** (490-492) – serial paradokumentalny, Polska 2017
8.45 **Ukryta prawda** (1396, 1561, 1562) – serial paradokumentalny, Polska
11.50 **W-11 – Wydział Śledczy** (715-717): Spokojny dzień; Nigdy mi nie wybaczysz; Dla dobra córki – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2010
13.55 **Detektywi** (137) – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2024
15.00 **Szpital św. Anny** (142) – serial obyczajowy, Polska 2026
16.00 **Szpital** (886) – serial paradokumentalny, Polska 2019
17.00 **Sędzia Anna Maria Wesołowska** (565) – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2011
18.00 **Rozwód. Walka o wszystko** (17) – serial paradokumentalny, Polska 2020
19.00 **Ukryta prawda** (1697) – serial paradokumentalny, Polska 2025
Beata wygrywa 1,5 mln złotych na loterii. Jej partner robi plany na wakacje i remont, a syn chwali się sukcesem matki. Wkrótce kobieta staje się obiektem roszczeń rodziny i znajomych. Na domiar złego młody pracownik męża zaczyna się do niej zalecać, a córka zostaje uprowadzona.
20.00 **Hotel Paradise 13** (21) – reality show

KOMEDIA ROMANTYCZNA



21.00 **Druga połowa**
FILM – Polska 2021, 120 min

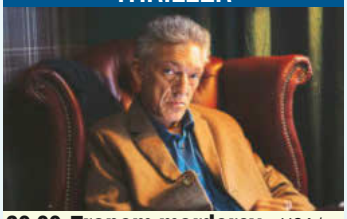
HIT DNIA Lekarka Magda zakochuje się w dziennikarzu sportowym Mateuszu. Niebawem orientuje się, że jest on skłócony z jej ojcem, trenerem piłkarskiej reprezentacji. Do tego o względy dziewczyny zabiega też kapryśny gwiazdor futbolu Jarosław.

23.00 **Ścigany** – dramat sensacyjny, FILM USA 1993, reż. Andrew Davis, wyk. Harrison Ford, Tommy Lee Jones, Sela Ward, Ron Dean, 165 min
Chirurg Richard zostaje niesłusznie skazany na śmierć za zabójstwo żony. Ucieka z konwoju, by znaleźć prawdziwego mordercę. Rusza za nim pościg.
1.45 **Hotel Paradise 13** (20) – reality show
2.40 **Wrota piekieł 3** (8) – serial dokumentalny, USA 2022
3.40 **Fachowcy** (11) – serial paradokumentalny, Polska 2017
4.20 **Usterka 12** (5) – serial fab.-dokum., Polska 2019
4.50 **Dorota was urządzi!** (9) – program rozrywkowy

TV PULS HD DVB T2

6.00 **Policjanci z Miami 5** (18, 19): Swobodny lot, część 2; Świat w kłopotach – serial kryminalny, USA 1989
8.00 **Kobra – oddział specjalny** (4, 5): Tożsamość; Bezboleśnie – serial sensacyjny, Niemcy 2021
10.00 **Zaklinaczka duchów 5** (102) – serial fantasy, USA 2010
11.00 **Kotka** (41) – telenowela, Meksyk 2014
12.00 **Nie igraj z aniołem** (172) – serial obyczajowy, Meksyk 2008
Daniel oświadcza się Rocio. Juan Miguel postanawia poważnie porozmawiać z Aną Julią. W jej mieszkaniu ukrywa się Amador. Rafael chce wiedzieć, czy Marichuy wróci do Juana Miguela.
13.00 **Wspaniałe stulecie** (14) – serial kostiumowy, Turcja 2013-2014
14.00 **Rodzinny interes** (7): Mała miss – serial obyczajowy, Polska 2019
15.00 **Lombard. Życie pod zastaw 14** (764, 765) – serial obyczajowy, Polska 2024
17.00 **Rodzinny interes** (8): Auto dla ukochanej – serial obyczajowy, Polska 2019
Znajomy Ryszarda chce kupić samochód i prosi w tej sprawie o radę. Wszyscy są przekonani, że szykuje on prezent dla żony.
18.00 **Lombard. Życie pod zastaw 19** (1031, 1032) – serial obyczajowy, Polska 2026
Były skazaniec Cezary bezskutecznie szuka pracy. Z desperacji zatrudnia się na czarno u chciwego przedsiębiorcy. Ulega wypadkowi.

THRILLER



20.00 **Tropem mordercy** – USA/
FILM Wielka Brytania 2024, 120 min

W Szkocji pojawia się sadystyczny seryjny morderca. Władze ściągają do Edynburga Dana Lawsona, doświadczonego detektywa z Chicago. Już kilka lat temu ścigał on sprawcę zbrodni działającego podobnie. Teraz z pomocą dawnego kolegi, Walkera Bravo, ma szansę w końcu go dopaść.

22.00 **Pitbull. Ostatni pies**
FILM – film sensacyjny, Polska 2018, reż. Władysław Pasikowski, wyk. Marcin Dorociński, Krzysztof Stroiński, Rafał Mohr, Dorota Rabczewska, 140 min
0.20 **22 kule** – film sensacyjny, Francja
FILM 2010, reż. Richard Berry, wyk. Jean Reno, Kad Merad, Jean-Pierre Darroussin, Marina Fois, 155 min
2.55 **Dzielnica strachu 3** (83): Ostatnie śledztwo – serial kryminalny, Polska 2022
4.00 **Lombard. Życie pod zastaw 19** (1027) – serial obyczajowy, Polska 2026
5.00 **Dzielnica strachu 3** (86): Powrót – serial kryminalny, Polska 2022

PULS 2 HD DVB T2

5.50 **Ale numer! 19** (6) – pr. rozrywk.
6.20 **Superthings: Kazoom Power** (16) – serial anim., Hiszpania 2024
6.30 **SamSam: Kosmiczne przygody** (14) – serial anim.
6.45 **Gigantozaur 2** (18) – serial anim.
7.00 **Blaze i Megamaszyny 7** (25) – serial animowany, USA 2022
7.30 **Psi Patrol 6** (6) – serial anim.
7.50 **Dora** (9) – anim., Kan./USA 2024
8.30 **Wielkie przygody małego rekina 2** (6) – serial dla dzieci, USA/Korea Południowa 2023
8.50 **Masza i Niedźwiedź 9** (24-26) – serial animowany, Rosja
9.25 **Świnka Peppa** (20-22) – anim.
9.45 **Bing** (23, 24) – serial animowany
10.00 **Jeżyk i Przyjaciele** (9, 8) – anim.
10.35 **Basia 2** (21, 22) – anim., Pol. 2019
11.10 **Gus. Mały – wielki rycerz 2** (3, 4) – serial animowany, Fr. 2021
11.35 **Tomek i przyjaciele: Naprzód lokomotywy! 27** (23, 24) – anim.
12.00 **Psi Patrol 4** (22) – serial anim.
12.35 **Gumisie 6** (4, 5) – serial anim.
13.35 **Smerfy** (68) – serial anim., Belgia
14.00 **Baranek Shaun 4** (2-4) – anim.
14.35 **Marta mówi** (18) – serial anim.
15.00 **Miraculous: Biedronka i Czarny Kot 6** (7, 8) – anim.
16.00 **Patryk Rozgwiazda Show** (23, 24) – serial anim., USA 2021
17.00 **SpongeBob Kanciastoporty 9** (201, 202) – anim., USA 2011-2012
18.00 **Pingwiny z Madagaskaru 2** (9, 10) – serial animowany, USA
19.00 **Kacze opowieści** (64, 65) – serial animowany, USA 1987
20.00 **Lombard. Życie pod zastaw 19** (1021) – serial obyczajowy, Polska 2026

KOMEDIA



21.00 **Wielki Stach**
FILM – USA 2007, 130 min

Nieuczciwy biznesmen Stach zostaje skazany na karę więzienia. Świadomość czekającego go pobytu w otoczeniu samych kryminalistów sprawia, że niegrzeszący ani odwagą, ani siłą oszust postanawia opanować wschodnie sztuki walki. Jego trenerem zostaje tajemniczy Mistrz.

23.10 **Naga broń: Z akt Wydziału Specjalnego** – komedia
FILM kryminalna, USA 1988, reż. David Zucker, wyk. Leslie Nielsen, Priscilla Presley, Ricardo Montalban, George Kennedy, 110 min
1.00 **Lombard. Życie pod zastaw** (39) – serial obyczajowy, Polska 2017
2.00 **Lombard. Życie pod zastaw 2** (40) – serial obyczajowy, Polska 2018
3.00 **Lombard. Życie pod zastaw 6** (291, 292) – serial obyczajowy, Polska 2020
5.00 **Lombard. Życie pod zastaw 11** (564) – serial obyczajowy, Polska 2022

NETFLIX



ZAKOCHANI W PRACY

Graciela (Paola Fernández) spędza noc z nieznajomym. Nie zamierza więcej się z nim spotykać. Pechowo okazuje się jednak, że jest on drugim kandydatem na stanowisko, o które sama się ubiega, a także synem potencjalnego szefa. Niebawem oboje będą musieli wybierać pomiędzy ambicją a pożądaniem.
►serial kom. (8 odc.), Meksyk 2025

PREMIERA



ŚERYJNY WDOWIEC: DOPÓKI ŚMIERĆ NAS NIE ROZŁĄCZY

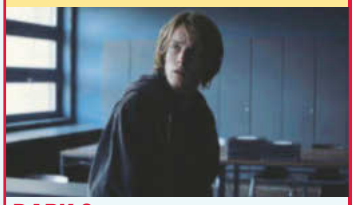
Uwodziciel czaruje kobiety i szybko zdobywa ich zaufanie. Na przestrzeni trzydziestu lat zawiera kolejne małżeństwa, a każde z nich kończy się tragedią. Dziennikarz i detektyw podejmują współpracę, by poznać mroczną prawdę stojącą za serią podejrzanych zgonów.
►film dokum., USA 2026; 91 min

PREMIERA



MEDUSA 2

Po zamachu, do którego doszło na jachcie, i ujawnieniu serii spisków Bárbara Hidalgo (Juana Acosta) nie przerywa walki o wpływy w rodzinnym imperium Medusy. Będzie musiała stawić czoło nowym intrygom, a ich konsekwencje uderzą tym razem w nią samą i osoby z jej najbliższego otoczenia.
►serial kryminalny, Kolumbia 2025



DARK 3

Toczy się odwieczna walka dobra ze złem. Stawką w tej grze jest przyszłość całej ludzkości. Jonas (Louis Hofmann) i Martha (Lisa Vicari) próbują odnaleźć początek wszystkiego. Na ich drodze staje pewna kobieta związana ze światem Marthy. Ma ona swój własny plan i konsekwentnie go realizuje.
►SF (8 odc.), Niemcy/USA 2020

STACJE FILMOWE I SERIALOWE

AXN HD

6.00 **CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas** (8, 9) – serial krym., USA/Kanada 2000
7.30 **Ostry dyżur 6** (7, 8) – serial obyczajowy, USA 1999-2000
9.25 **Castle 8** (4, 5) – serial krym., USA 2015-2016
11.20 **Rekrut 6** (1, 2) – serial kryminalny, USA 2024
13.10 **Agenci NCIS 10** (12, 13) – serial sensacyjny, USA 2012
15.10 **FBI 6** (5, 6) – serial kryminalny, USA 2024
17.05 **CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 9** (5, 6) – serial krym., USA/Kanada 2008
19.05 **Castle 8** (6, 7) – serial krym., USA 2015-2016

TVP SERIALE

7.45 **Ojciec Mateusz 7** (94) – krym., Pol. 2011
8.40 **Komisarz Alex 10** (126) – krym., Pol. 2017
9.25 **Rodzinka.pl** (163)
10.00 **Klan** (1510) – telen.
10.30 **Ranczo 3** (31) – obycz.
11.25 **Na dobre i na złe** (998) – serial obycz.
12.25 **Zaraz wracam 3** (148, 149) – obycz., Pol.
13.20 **Minuta dla Twojego bezpieczeństwa** (7)
13.35 **Ojciec Mateusz 34** (445, 446) – krym., Pol.
15.30 **Komisarz Alex 10** (127) – krym., Pol. 2017
16.20 **Na sygnale** (546, 547)
17.30 **Ranczo 3** (33, 34)
19.30 **Ojciec Mateusz** (1)
20.30 **Ojciec Mateusz 7** (95) – krym., Pol. 2012

TVP KULTURA DVB T2

6.05 **Hala odlotów** (202)
7.00 **Którędy po sztukę**
7.15 **Rawhide 3** (72)
8.20 **Tamte lata, tamte dni** – magazyn kult.
9.00 **Rodzina Połanieckich** (2)
10.30 **FILM** **Fredek uszczęśliwia świat** – komedia, Polska 1936, 100 min
12.10 **Zucchero Fornaciari** – film dokum., Wł. 2023
14.05 **Nad Niemnem** (1)
15.10 **Przystań** – obycz., **FILM** Polska 1997, 95 min
16.45 **Rodzina Połanieckich** (3)
18.15 **Kolekcja** – cykl fel.
18.30 **Informacje kulturalne**
18.55 **Rawhide 3** (73)

ALE KINO+ HD

6.30 **Polska z góry 3** (2) – serial dok., Pol. 2018
7.00 **Wolna krowa** – film krótkometraż.
7.40 **Długi weekend** **FILM** – film obyczajowy, Polska 2004, 95 min
9.15 **Gorzko** – film krótkometraż.
10.00 **Karen Pirie 2** (1) – krym., Wlk. Bryt. 2025
11.55 **Detektyw Foyle 3** (1) – serial kryminalny
13.55 **Nasze córki** – dramat **FILM** obycz., Austria/Belgia/Hol. 2025, 125 min
16.00 **Shalako** – western, **FILM** Wielka Brytania/RFN 1968, reż. Edward Dmytryk, 130 min
18.10 **Detektyw Foyle 3** (2) – serial kryminalny

CANAL+ PREMIUM HD

7.45 **Riefenstahl** – film dokum., Niemcy 2024
9.40 **W kogo ja się wrodziłem?** – obycz., **FILM** Polska 2001, 60 min
10.40 **Kiedy nadchodzi jesień** – dram. obycz., **FILM** Fr. 2024, 100 min
12.20 **MTV Unplugged: Maryla Rodowicz** – koncert
13.40 **Aria di bravura** – film dokum., Polska 2025
15.05 **Saga „Zmierzch": Księżyc w nowiu** – film fantasy, **FILM** Australia/USA 2009, 125 min
17.10 **Łapu capu** – pr. rozr.
17.15 **Wicked** – musical, **FILM** USA/Kanada/Islandia 2024, 165 min

HBO HD

10.35 **Chórzyści** – dramat **FILM** historyczny, Wlk. Bryt./USA 2025, 110 min
12.25 **Kot w butach** – film **FILM** animowany, USA/Indie 2011, 90 min
13.55 **Kot w butach: Ostatnie życzenie** **FILM** – film anim., USA/Japonia 2022, 100 min
15.35 **Król Artur: Legenda miecza** **FILM** – film przyg., USA/Wielka Brytania/Australia 2017, 125 min
17.40 **Fantastyczne zwierzęta: Tajemnice Dumbledore'a** **FILM** – film fantasy, Wielka Brytania/USA 2022, 140 min

20

KRYMINALNY



21.05 **Walker: Strażnik Teksasu 3** (3, 4)

Cordell oraz Liam próbują na własny sposób uporać się z traumą po porwaniu. Stella i August odzyskują skradzionego mustanga.

23.00 **CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 9** (5, 6) – serial krym.
0.45 **Castle 8** (6, 7) – serial krym., USA 2015-2016
2.40 **Walker: Strażnik Teksasu 3** (3, 4) – serial kryminalny
4.35 **CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 6** (12) – krym., USA/Kan.

OBYCZAJOWY



21.30 **Ranczo 3** (35, 36) – Polska 2008

Nowy wikary okazuje się bezkompromisowym człowiekiem. Postanawia przeprowadzić na wsi inspekcję moralności. Klaudii przypada do gustu młody duchowny.

23.30 **Ojciec Mateusz** (2)
0.30 **Czas niedokonany** (3) – serial sensacyjny
1.25 **Krucjata. Prawo serii** (6, 7) – krym., Pol.
3.25 **Wojenne dziewczyny** (9) – hist.
4.15 **Klan** (1510) – telen.
4.50 **Zaraz wracam 3** (147) – serial obycz.

DRAMAT OBYCZAJOWY



20.00 **Różyczka 2** – Polska **FILM** 2023, 120 min

Europosłanka Joanna traci męża w zamachu terrorystycznym. Wkrótce musi stawić czoło rodzinnej tajemnicy.

22.05 **Mats Ek: Another Place** – widowisko
22.55 **Demoniczny uśmiech Jacka Nicholsona** – dok.
0.05 **Ostatnie metro** **FILM** – film obycz., Francja 1980, 140 min
2.25 **Agnes Varda o Jane Birkin** – dok., Francja
4.15 **Porozmawiajmy szczerze** – magazyn

KOMEDIOWY



20.10 **Edukacja XD** (9, 10-ost.) – Pol. 2025

W Pałacu Kultury i Nauki ma dojść do sprzedaży Polski Żydom. Malcolmowi, Stomilowi i ich towarzyszom depczą jednak po piętach nieustępliwi wierzyciele Remika.

21.15 **Charlotte Link: Poszukiwanie** **FILM** (2-ost.) – film krym., Niemcy 2021, 110 min
23.05 **Dziewczyna, która zniknęła** (3, 4) – krym.
1.05 **Belfer 3** (1) – krym.
2.15 **Cudownie ocalony** **FILM** – komedia obyczajowa, Polska 2004, 95 min

DRAMAT OBYCZAJOWY



20.00 **To był zwykły przypadek** **FILM** – Iran/Francja/Luksemburg 2025, 110 min

Małżonkom z dzieckiem psuje się samochód. Mechanik Vahid, były więzień polityczny, rozpoznaje w ojcu rodziny policjanta, który poddawał go torturom. Zamierza go porwać i dokonać zemsty.

21.50 **Strefa zagrożenia** **FILM** – thriller, Wlk. Bryt. 2025, reż. David Mackenzie, 100 min
23.30 **Syn przeznaczenia** **FILM** – horror, Wlk. Bryt./Francja 2025, 95 min

KRYMINALNY



20.00 **Odwilż 3** (3) – Polska 2025

Zawieja przejmuje inicjatywę w trakcie śledztwa. Prowadzi to do konfliktu między nią a Trepą. W trakcie poszukiwań podejrzanego dochodzi do tragicznego wypadku.

20.45 **Lodowy szlak: Zemsta** **FILM** – thriller, USA/Australia 2025, 110 min
22.35 **Latarnie** (7) – serial s.f.
23.40 **28 lat później: Świątynia kości** **FILM** – horror, Wielka Brytania/USA/Kanada 2026, 110 min

AXN WHITE

7.00 **Dr House 3** (6, 7) – obycz.
8.50 **Napisała: Morderstwo 3** (12, 13) – serial kryminalny
10.55 **Agenci NCIS 19** (21)
11.55 **Agenci NCIS 20** (1, 2)
13.50 **Rekrut 4** (8) – serial krym.
14.50 **Dr House 3** (8, 9) – obycz.
16.50 **Downton Abbey 5** (6, 7)
19.05 **Unforgettable: Zapisane w pamięci 2** (2) – krym.
20.00 **Dowody zbrodni 2** (16, 17) – serial kryminalny
22.05 **Rekrut 4** (9) – serial krym.
23.00 **Agenci NCIS 19** (21)
23.45 **Agenci NCIS 20** (1, 2)
1.40 **Dowody zbrodni 2** (16, 17) – serial kryminalny
3.35 **Zaklinacze koni 2** (7, 8)

AXN BLACK

9.50 **Zagadki z przeszłości** (11) – przyg., Fr./Niem./Kan.
10.50 **Gwiezdne wrota** (22)
11.50 **Gwiezdne wrota 2** (1)
12.50 **Kobra – oddział specjalny** (11) – sens.
13.55 **JAG – Wojskowe Biuro Śledcze 3** (16, 17) – sens.
15.55 **Nieustraszony 4** (7)
17.00 **MacGyver** (20)
17.55 **Zagadki z przeszłości** (12) – przyg., Fr./Niem./Kan.
18.55 **Gwiezdne wrota 2** (2, 3)
21.00 **Snajper 2** – film **FILM** sensacyjny, 2002, 115 min
22.55 **Wykiwać klawisza** **FILM** – komedia obyczajowa, USA 2005, 130 min

WARNER TV

8.25 **Bajer z Bel-Air 4** (2, 3)
9.25 **Prawo Agaty 7** (8)
10.30 **Pełniejsza chata 4** (2, 3)
11.30 **Teraz albo nigdy! 2** (10, 11) – obycz., Pol. 2008
13.20 **Bajer z Bel-Air 4** (2-5)
15.20 **Pełniejsza chata 4** (2-5)
17.35 **Dennis znów rozrabia** **FILM** – komedia, USA 1998, reż. Charles T. Kanganis, 95 min
19.10 **Raport Pelikana** – film **FILM** sensacyjny, 1993, 170 min
22.00 **Doczekać zmroku** **FILM** – thriller, USA 1967, 130 min
0.10 **San Andreas** – dramat **FILM** katastrof., 2015, 130 min
2.20 **Szeregowiec Benjamin** **FILM** – kom., USA 1980, 130 min

POLSAT SERIALE HD

6.00 **Gliniarze** (403-405) – serial paradokum., Polska 2019
9.00 **Doktor Martin 4** (25-28) – serial obycz., Wlk. Bryt.
13.00 **Niania** (65-68) – kom., Pol.
15.05 **Świat według Kiepskich** (344-349) – kom., Pol. 2010
18.05 **Komisarz Mama** (27, 28) – serial kryminalny, Polska
20.05 **Czarna lista 2** (33) – serial kryminalny, USA 2014
21.00 **CSI: Kryminalne zagadki Miami 6** (135-138) – serial kryminalny, USA 2008
0.50 **Ślad** (80, 81) – krym., Pol.
2.50 **Święty** (259, 260) – kom.
4.00 **48h. Zaginieni** (240, 241) – serial kryminalny, Polska

CANAL+ FILM HD

6.00 **Łapu capu** – pr. rozrywk.
6.05 **Fuks** – komedia sens., **FILM** Polska 1999, 85 min
7.30 **Zwierzaki na zakręcie** **FILM** – film anim., 2025, 95 min
9.05 **Super pies i kot łotr** **FILM** – film anim., 2025, 90 min
10.35 **Łapu capu** – pr. rozrywk.
10.40 **Masz ci los!** – komedia, **FILM** Polska 2023, 85 min
12.05 **Dalej jazda! 2** – komedia, **FILM** Polska 2025, 100 min
13.45 **Liza Minnelli. Niesamowita historia absolutnie prawdziwa**
15.25 **Ida** – dram. obycz., Polska/**FILM** Dania/Fr. 2013, 80 min
16.45 **Miss mokrego podkoszulka** – komedia, **FILM** Polska 2002, 55 min
17.40 **Łapu capu** – pr. rozrywk.
17.45 **Hollywood Buzz** – mag.
18.10 **Listy do Julii** – komedia **FILM** romant., USA 2010, 105 min
19.55 **Łapu capu** – pr. rozrywk.
20.00 **Królestwo** – dramat **FILM** sensacyjny, USA/Niemcy/ZEA 2007, 105 min
21.45 **Surfer** – thriller, Australia/**FILM** USA/Irlandia 2024, 100 min
23.25 **Martwych nie boli** **FILM** – western, 2023, 130 min
1.35 **PRO8L3M „REALITYCHECK"**
2.30 **Wiarołom** – dramat **FILM** obycz., Polska 2021, 75 min
3.45 **Dziki** – dramat przyg., **FILM** Polska 2025, 135 min

CANAL+ SERIALE HD

9.50 **Dzika fauna śródziemnomorska** (1) – film dokumentalny, Hiszpania 2024
10.50 **Naruto 5** (21-26) – serial anime, Japonia 2004-2005
13.50 **Making of CANAL+** – magazyn filmowy
14.00 **Łapu capu Extra** (9) – program rozrywkowy
14.35 **Wszystko, czego nie zdążyliśmy powiedzieć** (4-6) – serial komediowy, Francja 2022
16.25 **Eva Longoria w poszukiwaniu hiszpańskich smaków** (5, 6) – serial dokumentalny, USA 2024
17.55 **Cat's Eyes** (1, 2) – serial przygodowy, Francja 2024
20.00 **Pieniądze i krew** (9, 10) – serial kryminalny, Fr./Bel.
21.50 **Łapu capu** – program rozrywkowy
22.00 **Nie zostawiaj mnie** (8) – serial kryminalny, Włochy 2022
23.00 **Premiera: Spartakus: Wojna potępionych** (6) – serial przygodowy, USA 2013
0.00 **Coldwater** (5, 6) – serial kryminalny, Wielka Brytania
1.50 **Polityka** (1-4) – serial obyczajowy, Polska 2019
5.05 **Miasta rytm** (7) – serial dokumentalny, Polska 2020

CANAL+ 360 HD

6.00 **13 posterunek 2** (23, 24) – serial komediowy, Polska
7.20 **Na pierwszym planie** (2)
8.05 **Porzucona Ameryka 4** (4)
9.00 **Wykrywacz historii 6** (3)
10.05 **Koleją przez świat 3** (5)
11.00 **Kolegium żużlowe**
13.00 **Porzucone konstrukcje 4** (5) – dok.
13.55 **Zholowani: ciężarówki w opałach 6** (8) – dok.
14.50 **Wykrywacz historii 6** (4)
15.55 **Najbardziej ekstremalne miejsca na świecie 2** (6) – pr. rozr.
16.55 **Mega transporty** (8) – serial dok., Wlk. Bryt. 2016
18.00 **Porzucona Ameryka 4** (5) – serial dokumentalny, USA
18.55 **Zholowani: ciężarówki w opałach 6** (6) – dok.
19.50 **Mega samoloty** (1) – dok.
21.00 **Kryptonim Polska** (3) – serial komediowy, Polska
21.50 **13 posterunek 2** (15, 16) – serial komediowy, Polska
23.00 **Porzucone konstrukcje 4** (6) – dok.
0.00 **Koleją przez świat 3** (1) – serial dok., Wlk. Bryt. 2016
1.00 **Chwila prawdy** (6) – dok.
2.00 **Polska z góry: Stadiony 2** (7) – dok., Pol.
2.35 **Łowcy tajemnic Bałtyku** (6) – serial dok., Polska 2020
3.40 **Pogotowie remontowe Wieśka 4** (3, 4) – mag.
4.55 **Mam zamek 2** (2, 3) – dok.

HBO 2 HD

10.55 **Jasełka wszech czasów** **FILM** – kom. przyg., 2024, 95 min
12.30 **Rozwód 2** (4) – serial kom.
13.00 **Milcząca przyjaciółka** **FILM** – dram. hist., 2025, 145 min
15.25 **Green Book** – dramat obyczajowy, 2018, 125 min
17.30 **Duża ryba** **FILM** – komediodramat, USA 2003, 120 min
19.30 **Pozłacany wiek 2** (7, 8) – serial kostium., USA 2023
21.20 **Salve Maria** – dramat **FILM** obycz., Hiszp. 2024, 110 min
23.10 **Oni cię zabiją** – horror **FILM** komediowy, 2026, 95 min
0.45 **Panna młoda!** – horror, **FILM** USA 2026, 120 min

HBO 3 HD

14.45 **Hobbit: Bitwa pięciu armii** **FILM** – film fantasy, Nowa Zelandia/USA 2014, 145 min
17.10 **Druga młodość** (3)
17.45 **Przedświąteczny napad na bank** **FILM** – komediodramat, Wlk. Bryt. 2023, 80 min
19.05 **Wielkie kłamstewka 2** (6) – serial obycz., USA 2019
19.55 **Perry Mason** (2) – krym.
21.00 **Piekło kobiet** (5) – obycz.
21.45 **Tokyo Vice 2** (5) – krym.
22.45 **Półbrat** (4) – serial obycz.
23.50 **Odwilż 3** (2) – krym., Pol.
0.40 **Zniknięcia** – horror, USA **FILM** 2025, 125 min
2.45 **Piekło kobiet** (5) – obycz.
3.30 **Tokyo Vice 2** (5) – krym.

eprasa.pl 37b976a8ff

STACJE FILMOWE I SERIALOWE

POLSAT FILM HD

6.05 **Górale** (138-140) – serial dok., Pol. 2022
7.25 **Doktor Martin** (14) – serial obyczajowy
8.30 **Przyjaciółki** (251, 252) – obycz., Pol.
10.30 **Świat według Kiepskich** (100, 101, 18, 19, 227, 228) – serial kom., Polska
13.50 **Wielki mur** – film FILM fantasy, USA/Chiny/Hongkong 2016, reż. Yimou Zhang, 130 min
16.00 **Wstrząs** – dramat FILM obycz., USA/Wielka Brytania/Australia 2015, 155 min
18.35 **Terminator: Ocalenie** – thriller s.f., USA/Niemcy/Wielka Brytania 2009, 145 min

COMEDY CENTRAL HD

6.00 **Tata ma plan** (17, 18) – serial komediowy, USA 2016
7.00 **Dwóch i pół 4** (9-12) – serial komediowy
8.55 **Hoży doktorzy** (3, 4) – serial komediowy, USA 2001
9.55 **Przyjaciele 2** (15-18) – serial komediowy, USA 1996
11.55 **Teoria wielkiego podrywu 10** (8-13) – kom., USA 2016-2017
14.30 **Dwóch i pół 4** (13-16) – serial komediowy
16.30 **Przyjaciele 2** (19-22) – serial komediowy, USA 1996
18.30 **Hoży doktorzy** (5, 6) – serial komediowy, USA 2001

TVN FABUŁA HD

5.05 **Szkoła** (4) – paradok.
6.00 **Seriaale 5** (3) – mag.
6.30 **Seriaale kultowe** (19) – program kult.
6.45 **Julia** (10, 11) – serial obycz.-kom., Pol. 2011
7.45 **Detektywi** (318-321)
9.50 **Młode gliny** (18)
10.55 **Lekarze 5** (1) – obycz.
11.55 **Zapukaj do moich drzwi** (112, 113)
13.55 **Młode gliny** (19)
14.55 **Detektywi** (650, 651)
16.05 **Na Wspólnej** (104, 105) – obycz., Pol.
17.10 **Absolwenci** (1)
17.45 **Po pierwsze kino 2** (10) – pr. rozrywk.
17.55 **Dwa tygodnie na miłość** – komedia romant., USA/Australia 2002, 125 min

13 ULICA

6.10 **Zabójstwo w Grasse** – thriller, Francja/Belgia 2016, 115 min
8.05 **Motyw 4** (4, 5) – serial kryminalny, Kan. 2016
10.00 **Bez śladu 2** (24) – serial kryminalny
10.55 **Bez śladu 3** (1) – serial kryminalny
11.55 **Kasandra 6** (4) – serial kryminalny, Fr.
13.55 **Morderstwa w Cornouaille** – film kryminalny, Francja 2018, 130 min
16.05 **Motyw 4** (6, 7) – serial kryminalny, Kan. 2016
18.05 **Bez śladu 3** (2, 3) – serial kryminalny
19.55 **Kasandra 7** (1) – serial kryminalny, Fr.

KINO POLSKA

6.50 **Polska Kronika Filmowa** – serial dok.
7.15 **Bolek i Lolek na wakacjach** (2, 3)
7.40 **Przygody Myszki** (2, 3) – serial anim.
8.00 **Siedem życzeń** (7)
9.00 **Komedia małżeńska** FILM – komedia obyczajowa, 1993, 125 min
11.05 **Jesteśmy razem** – film dokum., 2025
12.10 **Wskrzeszenie** – etiuda filmowa, 2022
12.50 **Moja mama**
13.05 **W zawieszeniu** FILM – dramat polityczny, 1986, 125 min
15.10 **Piłsudski** – film FILM biograf., 2019, 150 min
17.40 **Czterej pancerni i pies** (4, 5) – wojenny

STOPKLATKA DVB T2

6.00 **Kabaretowe hity** (7) – program rozrywkowy
6.50 **Wojciech Cejrowski – boso przez świat**
7.50 **Robert Makłowicz** (147, 230) – mag. kulin.
9.35 **Pyszne dania w 10 minut z Julią Oleś 2** (10) – magazyn kulin.
9.45 **Górski lekarz** (8, 9) – obycz., Niem./Austria
11.45 **Zagadki kryminalne panny Fisher 3** (2, 3) – krym., Australia 2015
14.00 **Hudson i Rex 4** (13) – serial krym., Kanada
15.00 **Zajazd. Będzie się działo 2** (18, 19) – serial obycz., Polska
17.00 **Katastrofy w przestworzach** (3, 5, 2) – serial dokum.

SENSACYJNY



21.00 Życzenie śmierci FILM – USA 2018, 140 min

Paul jest cenionym chirurgiem. Gdy jego żona i córka zostają zaatakowane w rodzinnym domu, staje się bezwzględnym mścicielem.

23.20 **Bullet Train** – film FILM sensacyjny, Japonia/USA 2022, 150 min
1.50 **Fala zbrodni** (22) – serial sensacyjny, Polska 2004
2.50 **Ślad** (77, 78) – serial kryminalny, Pol. 2019
4.55 **Na ratunek 112** (944, 945) – serial paradokum., Pol. 2024

KOMEDIOWY



19.30 Teoria wielkiego podrywu 10 (14-19)

Byłe dziewczyny Raja udzielają mu randkowych porad. Sheldon zaczyna rozumieć, czym są ludzkie uczucia, gdy testuje zbudowany przez siebie wykrywacz emocji.

22.00 **The Office PL 4** (5, 6)
23.05 **Comedy Club 2** (1, 2)
0.05 **Miasteczko South Park 10** (6, 7)
1.00 **Pracoholicy 5** (12, 13)
2.00 **Śmieszniej nie będzie** (5, 6) – pr. rozr.
3.00 **Miasteczko South Park 10** (1, 2, 5)
4.30 **Comedy Club 9** (2-4)

KOMEDIODRAMAT



20.00 Uwierz w ducha FILM – USA 1990, 165 min

Sam zostaje zastrzelony. Przekonuje się, że nie był przypadkową ofiarą napadu, a jego ukochanej Molly grozi niebezpieczeństwo. Prosi o pomoc spirytystkę.

22.45 **Kraj świętych i grzeszników** FILM – thriller, Irlandia 2023, 125 min
0.50 **Wiek Adaline** FILM – melodramat, USA/Kanada 2015, 145 min
3.15 **Artystki** (1) – pr. rozr.
4.05 **Ukryta prawda** (1382) – paradok., Pol.

KRYMINALNY



22.00 Podróżnik (4) – Francja 2021

Kierowca parkujący samochód przed hotelem zostaje oskarżony przez kobietę o nękanie na drodze. Kandinsky musi ustalić, kto z nich mówi prawdę.

0.00 **Astrid i Raphaëlle 3** (1, 2) – serial krym., Fr./Belgia/Szwajcaria
2.15 **Motyw 4** (4, 5) – serial kryminalny, Kan. 2016
4.10 **Zabójstwo w Grasse** FILM – thriller, Francja/Belgia 2016, reż. Karim Ouaret, 130 min

KOMEDIODRAMAT



20.00 7 uczuć FILM – 2018, 150 min

Adam Miauczyński ma problemy z wyrażaniem emocji. Powraca myślami do czasów dzieciństwa. Wspomina rodziców, kolegów i swoją pierwszą miłość.

22.30 **Pianista** – dramat FILM wojenny, Fr./Niemcy/Wielka Brytania 2002, 195 min
1.45 **Mój dług** FILM – dramat krym., 2021, 125 min
3.50 **Polisz kicz projekt... kontratakuje** FILM – kom., 2006, 120 min
5.50 **Instalove**

KOMEDIODRAMAT



20.00 Dobry rok – USA/Wlk. FILM Bryt. 2006, 155 min

Londyński makler Max dowiaduje się o śmierci wuja. Dziedziczy piękną, podupadającą posiadłość w Prowansji. Jedzie do Francji z zamiarem sprzedania majątku.

22.35 **Szczęki 2** – thriller, FILM USA 1978, reż. Jeannot Szwarc, 140 min
0.55 **Gra tajemnic** FILM – dramat biograficzny, Wielka Brytania/USA 2014, 165 min
3.40 **Ziarno prawdy** FILM – thriller, Polska 2015, 140 min

CINEMAX HD

13.10 **Nieśmiertelne** – obycz., FILM Francja/Kan. 2025, 95 min
14.45 **The Devil Within** – thriller, FILM Hiszpania 2026, 90 min
16.15 **Duma i uprzedzenie** FILM – musical, USA/Wlk. Bryt./Indie 2004, 110 min
18.05 **E.T.** – film s.f., USA FILM 1982, 115 min
20.00 **Transformers: Ostatni Rycerz** FILM – film s.f., USA/Chiny/Kanada 2017, reż. Michael Bay, 150 min
22.30 **Twinless** – komediodram., FILM 2025, 100 min
0.10 **Pożyteczny duch** FILM – komediodramat, 2025, 125 min

POLSAT COMEDY CENTRAL EXTRA HD

12.05 **Młody Sheldon 6** (16-18)
13.25 **Święty** (27, 28) – kom., Pol.
14.25 **Spadkobiercy 2** (5) – rozr.
15.25 **Co ludzie powiedzą? 2** (6) – serial kom., Wlk. Bryt.
16.05 **Jedną nogą w grobie** (2)
16.55 **Czarna Żmija 2** (2) – kom.
17.35 **Młody Sheldon 6** (19-21) – serial komediowy, USA
19.00 **Dwóch i pół 4** (9-12)
21.00 **Świat według Kiepskich** (5-7) – serial kom., Pol. 2016
22.30 **Co ludzie powiedzą? 2** (7) – serial kom., Wlk. Bryt.
23.05 **Jedną nogą w grobie** (3)
23.50 **Czarna Żmija 2** (3) – kom.
0.30 **Comedy Club 9** (5) – rozr.
1.00 **Spadkobiercy 2** (5) – rozr.

SCI FI

6.00 **Sanktuarium: Opowieść czarownicy** (6) – krym.
7.00 **Bibliotekarze 4** (10-12) – serial przyg., USA 2017
10.00 **Medium 6** (18, 19) – krym.
12.00 **Czarodziejki 3** (2-4) – serial fantasy, USA 2000
15.00 **Medium 6** (20, 21) – krym.
17.00 **Czarodziejki 3** (5-8) – serial fantasy, USA
21.00 **Od jutra** (7, 8) – serial s.f.
23.00 **Pompeje** – film FILM katastroficzny, Kanada/Niemcy/USA 2014, 130 min
1.10 **Adam** – thriller, USA/Kanada 2004, 125 min
3.15 **Medium 6** (18, 19) – serial kryminalny, USA 2009

FX HD

9.00 **CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas** (20) – krym.
10.00 **CSI: Kryminalne zagadki Miami** (11, 12) – krym.
11.50 **CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku** (6, 7)
13.50 **FBI 5** (6) – serial kryminalny
14.40 **Agenci NCIS** (18) – sens.
15.35 **CSI: Kryminalne zagadki Miami** (13, 14) – krym.
17.25 **Z archiwum X** (14, 15) – serial s.f., USA/Kan. 1995
19.15 **FBI 5** (7) – serial kryminalny
20.10 **CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku** (8, 9)
22.00 **Matlock 2** (7) – serial krym.
22.55 **Karmazynowy przypływ** FILM – thriller, USA 1995, 145 min

FILMBOX+ ONE HD

9.45 **Vera 5** (1) – serial krym.
11.45 **Zagadki kryminalne panny Fisher 3** (1) – krym.
12.55 **Poirot** – serial kryminalny
15.00 **Strażnik Teksasu 5** (26)
16.00 **Strażnik Teksasu 6** (1) – serial sensacyjny, USA
17.05 **Vera 5** (2) – serial krym.
18.55 **Poirot** (1) – serial krym.
20.00 **Zaginiona dziewczyna** FILM – thriller, USA 2014, reż. David Fincher, 185 min
23.05 **Przekręt** – kom. sens., Wlk. FILM Bryt./USA 2000, 150 min
1.35 **Kuloodporni** – komedia FILM sensacyjna, 1996, 95 min
3.10 **Kodeks zabójcy** – sens., FILM USA/Kanada 2018, 145 min

ROMANCE TV HD

12.25 **Inga Lindström: Na zawsze Sommerlund** FILM – melodram., 2014, 115 min
14.20 **Rosamunde Pilcher: Wołanie przeszłości** FILM – film obyczajowy, Niemcy 2000, 115 min
16.15 **Statek Marzeń – Mauritius** FILM – film obycz., Niemcy 2014, 110 min
18.05 **Górski lekarz** (97) – obycz.
20.00 **Katie Fforde: Sercowa sprawa** FILM – film obyczajowy, Niemcy 2017, 115 min
21.55 **Zagłosuj na miłość** FILM – komedia romantyczna, Kanada 2023, 110 min
23.45 **Górski lekarz** (97)

CINEMAX 2 HD

11.25 **Jason Bourne** – thriller, FILM USA 2016, 120 min
13.25 **Ave, Cezar!** – komedia, FILM 2016, 105 min
15.10 **Kłamca, kłamca** – kom., FILM USA 1997, 85 min
16.35 **Hamlet** – dramat kostium., FILM Wlk. Bryt. 2024, 115 min
18.30 **Wietrzne podróże** – film FILM obycz., Kolumbia/Niemcy/Argentyna 2009, 120 min
20.30 **Omaha** – film obyczajowy, FILM USA 2025, 85 min
21.55 **Seks** – melodramat, FILM Norwegia 2024, 125 min
0.00 **Ostatnia batalia Ellen** FILM **Cole** – dramat obyczajowy, USA 2024, 95 min

VIASAT EPIC DRAMA HD

8.20 **Detektyw Murdoch 17** (21) – krym., Kan./Wlk. Bryt.
9.15 **Wszystkie stworzenia duże i małe 3** (7) – obycz.
10.25 **Lekarze na start** (50, 51)
11.55 **Panna Scarlet 6** (4, 5)
14.10 **Agenci NCIS 18** (9) – sens.
15.00 **Panna Marple: Zatrute pióro** FILM – film kryminalny, USA 2006, 120 min
17.00 **Dalgliesh 2** (1) – krym.
18.55 **Agenci NCIS 18** (10)
19.50 **Poirot 3** (1) – serial krym.
21.00 **Panna Scarlet 6** (1)
22.05 **Montmartre** (3) – kostium.
23.15 **Poirot 3** (1) – serial krym.
0.20 **Agenci NCIS 18** (10)
1.10 **Panna Scarlet 6** (5)

NOVELAS+ HD

8.00 **Sidła namiętności** (13)
9.00 **Miłość w Cabo** (34)
10.00 **Opowieść o wyspie** (52)
11.00 **Sidła namiętności** (13)
12.00 **Duma i uprzedzenie** (35)
13.00 **Róże i grzechy** (74)
14.00 **Domenica Montero** (37, 38) – telen., Meksyk
16.00 **Róże i grzechy** (75)
17.00 **Duma i uprzedzenie** (36) – telenowela, Brazylia 2018
18.00 **Sidła namiętności** (14)
19.00 **Miłość w Cabo** (35)
20.00 **Opowieść o wyspie** (53)
21.00 **Domenica Montero** (38)
22.00 **Róże i grzechy** (75)
23.00 **Duma i uprzedzenie** (36)
0.00 **Sidła namiętności** (14)

FX COMEDY HD

11.05 **Jim wie lepiej 4** (20, 21)
12.00 **Sposób użycia** (10, 11)
13.00 **Wszyscy kochają Raymonda 9** (11-15)
15.30 **Simpsonowie 36** (11-14)
17.30 **Jak poznałem waszą matkę** (9-11) – serial kom.
19.00 **Współczesna rodzina 6** (24) – kom., USA 2014-2015
19.30 **Współczesna rodzina 9** (1-3) – kom., USA 2017-2018
21.00 **Family Guy: Głowa rodziny 20** (5, 3)
22.00 **Straszny film** – horror FILM komediowy, 2000, 100 min
23.40 **Simpsonowie 36** (3, 8)
0.40 **Family Guy: Głowa rodziny 19** (15-18)

FILMBOX+ HITS HD

12.30 **Magiczny świat Davida Copperfielda** – film familijny, 2019, 130 min
14.40 **Wampirzyce** – horror FILM komediowy, 2012, 105 min
16.25 **Książę i ja: Królewskie wesele** FILM – komedia romant., USA 2006, 110 min
18.15 **Do zobaczenia we wrześniu** FILM – komedia romantyczna, USA 2010, reż. Tamara Tunie, 105 min
20.00 **Wersal. Prawo krwi** (5, 6) – serial hist., Fr./Kan. 2015
22.05 **Londyn w ogniu** – film FILM sensacyjny, 2016, 110 min
23.55 **Under Fire** – thriller, USA FILM 2025, 105 min

PARAMOUNT NETWORK HD

10.30 **Pingwiny z Madagaskaru 2** (37)
11.00 **Dobre rady** – komedia FILM romant., USA 2001, 120 min
13.00 **Czarodziejki 4** (21, 22)
15.00 **Narzeczona dla geniusza** FILM – komedia romant., USA 1994, 135 min
17.15 **Mission: Impossible – Rogue Nation** FILM – film sensacyjny, 2015, 165 min
20.00 **Hellboy** – horror s.f., USA FILM 2004, 150 min
22.30 **Zrodzony w ogniu** FILM – dramat sensacyjny, USA/Wlk. Bryt. 2013, 135 min
0.45 **Przetrwanie** – dramat FILM przygodowy, 2011, 140 min

DVB T DVB T2 – stacje dostępne za darmo w naziemnej telewizji cyfrowej

eprasa.pl 37b976a8ff

STACJE SPORTOWE

EUROSPORT 1 HD
6.00 **Snooker:** Shenzhen Open – 2. dzień
8.00 **Snooker:** Shenzhen Open – 3. dzień
11.00 **Wspinaczka:** Zawody World Series w Guiyang – speed kobiet i mężczyzn
11.45 **Wspinaczka:** Zawody World Series w Guiyang – speed par – finały
13.30 **Snooker:** Shenzhen Open – 3. dzień
16.30 **Jeździectwo:** Global Champions Tour w Wiedniu
18.30 **Wspinaczka:** Zawody World Series w Guiyang – speed kobiet i mężczyzn – finały

POLSAT SPORT 1 HD
5.00 **Tenis:** Turniej ATP
LIVE w Pekinie – mecz 1. rundy gry pojedynczej
7.00 **Tenis:** Turniej ATP
LIVE w Pekinie – mecz 1. rundy gry pojedynczej
9.00 **Tenis:** Turniej ATP
LIVE w Pekinie – mecz 1. rundy gry pojedynczej
11.00 **Tenis:** Turniej ATP
LIVE w Pekinie – mecz 1. rundy gry pojedynczej
13.00 **Tenis:** Turniej ATP
LIVE w Pekinie – mecz 1. rundy gry pojedynczej
15.00 **Piłka nożna:** Liga Narodów
17.30 **Siatkówka mężczyzn:** Mistrzostwa Europy 2026 – mecz fazy play-off

CANAL+ SPORT HD
6.00 **Liga+ Extra** – mag.
8.00 **1 na 1 Extra** – mag.
9.00 **Piłka nożna:** Liga hiszpańska – mecz: Real Madryt CF – Malaga CF
11.20 **Piłka nożna:** PKO BP Ekstraklasa – mecz: Wisła Kraków – Wisła Płock
13.40 **Ekstrapaka** – mag.
14.35 **Ekstraklasa po godzinach** – mag.
15.40 **Piłka nożna:** Liga hiszpańska – mecz: Athletic Club – Alaves
18.00 **Hit the Mic – Zostań komentatorem!** – reality show
18.55 **Premier League Review:** 5. kolejka – magazyn piłkarski

TVP SPORT DVB T2 HD
10.20 **Piłka nożna kobiet:** ORLEN Ekstraliga – mecz: Czarni – KS Uniwersytet Jagielloński
12.20 **Piłka kobiet** – mag.
13.20 **Piłka nożna kobiet:** Mistrzostwa świata U-20 – Polska 2026 – podsumowanie
14.00 **Pełnosprawni** (671) – magazyn
14.30 **Piłka nożna:** Eliminacje ME U-21: Szwecja – Polska
16.40 **Rajdowe Samochodowe Mistrzostwa Polski:** Rajd Wisły
17.15 **Piłka nożna:**
LIVE Eliminacje ME U-21: Polska – Szwecja

ELEVEN SPORTS 1 HD
6.00 **Legendy Bundesligi** – magazyn piłkarski
7.00 **Piłka nożna:** Liga niemiecka: Bayer 04 Leverkusen – RB Lipsk
9.00 **Piłka nożna:** Liga włoska – mecz: Juventus – Atalanta BC
11.00 **Piłka nożna:** Liga portugalska – mecz: FC Porto – SL Benfica
13.00 **Formuła 2:** Grand Prix Azerbejdżanu
14.00 **Formuła 1:** Grand Prix Azerbejdżanu
16.00 **Piłka nożna:** Liga włoska – mecz: ACF Fiorentina – SSC Napoli
18.00 **Piłka nożna:** Liga niemiecka – mecz: VfB Stuttgart – Borussia Dortmund

DISCOVERY CHANNEL HD
9.00 **Parker na złotym szlaku 7** – serial dok.
10.00 **Wyprawa w nieznane** – dok.
11.00 **Klan z Alaski** – dok.
12.00 **Przemytnicy: na lotnisku** – dok.
13.00 **W dżungli z Edem Staffordem** (6) – dok.
14.00 **Nagi instynkt przetrwania: Ameryka Łacińska** (2) – serial dokum.
15.00 **Złomowisko PL 10** (2) – serial dokum., Pol.
16.00 **Gorączka złota: na kłopoty Freddy Dodge 5** – dok.
17.00 **Kroniki policyjne: Szwecja** – serial dok.
18.00 **Przygody truckerki** (4) – serial dokum., Pol.

20

WSPINACZKA



19.30 **Zawody World Series w Guiyang** – speed par – finały

W sezonie 2026 pierwsze skrzypce w rywalizacji duetów grają reprezentanci Chin, wśród nich 19-letni Chu Shouhong.

20.30 **Kolarstwo górskie:** Zawody PŚ w Whistler
21.30 **Biegi górskie:** GT World Series – Wielki Mur Chiński
22.00 **Snooker:** Shenzhen Open – 3. dzień
0.00 **Wspinaczka:** Zawody World Series w Chongqing

PIŁKA NOŻNA



20.00 **Liga Narodów**

W jednym ze spotkań Dywizji A na Fortuna Arenie w Pradze Czechy gościły Anglię. Gospodarze słabo spisali się na mistrzostwach świata, odpadając po fazie grupowej. Za to Synowie Albionu cieszyli się ze zdobycia brązowego medalu. Duży udział w tym sukcesie mieli Jude Bellingham z Realu Madryt i Harry Kane z Bayernu.

23.00 **Siatkówka mężczyzn:** Mistrzostwa Europy 2026
1.00 **Boks**

MAGAZYN PIŁKARSKI



20.00 **Premier League Stories** (6)

Historie piłkarzy, trenerów, zespołów, a także sędziów jednej z największych lig na świecie. Poznamy nieznane wcześniej fakty.

20.35 **Wysoki Pressing**
22.15 **Boks:** Walka o pas IBF World w Fuji: T. Simsri – M. Vicelles
23.30 **LaLiga Highlights**
0.10 **Hola LaLiga** – mag.
1.20 **Premier League Stories** (6) – mag.
2.00 **Piłka nożna:** PKO BP Ekstraklasa – mecz: Korona Kielce – Legia

PIŁKA NOŻNA



20.45 **Liga Narodów**
LIVE – podsumowanie 1. i 2. kolejki oraz zapowiedź 3. i 4. kolejki

Najważniejsze wydarzenia z pierwszych meczów Ligi Narodów, podczas których m.in. Portugalia mierzyła się z Danią i Norwegią.

22.30 **Sportowy wieczór** – program informacyjny
23.05 **Boks:** Gala w Londynie – podsumowanie
1.15 **Boks:** Gala w Paradise – podsumowanie
3.40 **Boks:** Gala w Nowym Jorku – podsumowanie

MAGAZYN PIŁKARSKI



20.00 **Bundesliga Special Show** (4)

Podsumowanie najważniejszych informacji dotyczących jednej z najlepszych lig piłkarskich na świecie – niemieckiej Bundesligi.

20.40 **Formuła 1:** Grand Prix Azerbejdżanu
22.40 **Bundesliga Clubs**
0.00 **Ligue 1 Show** (5)
0.40 **AJ Auxerre – Małe miasto, wielki klub**
1.15 **Birds of paradise**
2.00 **Piłka nożna:** Monza – Sassuolo
4.00 **Pierwszy tytuł Kloppa** – dok.

DOKUMENTALNY



19.00 **Złomowisko PL 5** (12-14) – Polska 2017

Marek i Edek opuszczają Szkocję i wracają do Pruszkowa. To jednak nie koniec ich przygód. Edward musi założyć szkocki kilt, by zrealizować warunki zakładu.

22.00 **Nagi instynkt przetrwania: tajemnicza wyspa** (6) – serial dok., 2026
0.00 **Fani czterech kółek: w trasie** – serial dok.
1.00 **Hotrod wg Kindiga 10** – dok.
2.00 **Eurotruckersi 3** (7)
3.00 **Łowcy staroci** (14)

EUROSPORT 2 HD
13.00 **Wspinaczka:** Zawody World Series w Guiyang
15.00 **Kolarstwo:** MŚ – Montreal 2026
17.00 **Kolarstwo górskie:** PŚ w Whistler – zjazd kobiet i zjazd mężczyzn
19.00 **Kolarstwo Kobiet:** MŚ – Montreal 2026 – wyścig ze startu wspólnego
20.00 **Snooker:** Shenzhen Open – 3. dzień
22.00 **Wspinaczka:** Zawody World Series w Guiyang
23.30 **Biegi górskie:** GT World Series – Wielki Mur Chiński
0.00 **Snooker:** Shenzhen Open – 3. dzień

POLSAT SPORT 2 HD
4.00 **Tenis:** Turniej ATP
LIVE w Tokio – mecz 1. rundy
6.00 **Tenis:** Turniej ATP
LIVE w Tokio – mecz 1. rundy
8.00 **Tenis:** Turniej ATP
LIVE w Tokio – mecz 1. rundy
10.00 **Tenis:** Turniej ATP
LIVE w Tokio – mecz 1. rundy
12.00 **Tenis:** Turniej ATP
LIVE w Tokio – mecz 1. rundy
15.00 **Piłka nożna:** LN
17.30 **Piłka nożna:** LN
20.00 **FIA World Endurance Championship:** Wyścig 6-godzinny w Fuji
21.00 **Piłka nożna:** LN
23.00 **Piłka nożna:** LN
1.00 **Sporty walki:** FEN

CANAL+ SPORT 2 HD
9.00 **Tenis:** Turniej WTA
LIVE w Pekinie – mecz 1. rundy
11.15 **8 wspaniałych** (2, 4) – serial dok., Pol. 2025-2026
13.00 **Tenis:** Turniej WTA
LIVE w Pekinie – mecz 1. rundy
15.00 **Tenis:** Turniej WTA
LIVE w Pekinie – mecz 1. rundy
17.20 **Tenis:** Turniej WTA w Pekinie – mecz 1. rundy
19.40 **Tenis:** Turniej WTA w Pekinie – mecz 1. rundy
22.00 **Tenis:** Turniej WTA w Pekinie – mecz 1. rundy
0.20 **Tenis:** Turniej WTA w Pekinie – mecz 1. rundy
2.45 **Piłka nożna:** PKO BP Ekstraklasa

EXTREME CHANNEL HD
9.00 **Liquid Edge** (8)
10.00 **AMA Motocross Series Highlights** (8)
11.00 **X Games – Aspen 2020**
12.00 **Drift Style** (3, 4) – mag.
13.00 **AEW: PAN PAWŁOWSKI x PAUL WIGHT** (1)
14.00 **WWE Highlights** (22)
14.45 **WWE Classic Gold** (78)
15.00 **WWE Highlights** (50)
16.00 **WWE Classic Gold**
17.00 **KPW Kombat TV** (26)
18.00 **WWE Classic Gold** (6, 51)
20.00 **AEW PPV** (13)
1.00 **New Japan Wrestling – Highlights** (1)
2.00 **AMA Motocross Series Highlights** (8)

ELEVEN SPORTS 2 HD
12.00 **Piłka nożna:** Liga niemiecka: Bayern – Union
14.00 **Piłka nożna:** Liga włoska: AS Roma – Inter
16.00 **Piłka nożna:** Liga niemiecka: Bayer – Lipsk
18.00 **Formuła 1**
20.00 **Piłka nożna:** Liga włoska: Milan – Lecce
22.00 **Bundesliga Special Show** (4) – mag. piłkarski
22.35 **Wywiad Eleven**
23.10 **Olympique Lyon – Między legendą a teraźniejszością** – dok.
0.00 **Piłka nożna:** Liga francuska: Olympique Lyon – Stade Rennais FC

DISCOVERY LIFE HD
8.15 **Szpital** (577, 578)
10.15 **Nowa Maja w ogrodzie 4** (21, 22)
11.15 **Idealna niania 9** (2, 3)
12.45 **Klinika bez tajemnic**
14.45 **Szpital** (576, 577)
16.45 **Idealna niania 9** (1-4)
19.45 **Beauty ekspert** (3) – mag.
20.15 **Darcey & Stacey** (2)
21.16 **Historie wielkiej wagi 10** (3) – serial dokum.
23.15 **Nie do uwierzenia! 5** (6)
0.15 **Powrót doktora Szczyta**
1.15 **Osobiste wyzwania** (1)
2.15 **Związki z modą** (7) – rozr.
3.15 **Szpital** (472, 473) – serial paradokum., Polska
5.15 **Pojedynek na modę** (9)

POLSAT SPORT FIGHT HD
12.15 **Z archiwum ESPN** – mag.
13.00 **Sporty walki:** UFC 330 – walka: Islam Makhachev – Ian Machado Garry
15.30 **Strzelnica Renaty Mauer** (6) – pr. sportowy
16.10 **Sporty walki:** FEN 57 w Piotrkowie Trybunalskim: D. Rzepecki – M. Jabłoński
19.00 **Boks:** Babilon Boxing Show w Raszynie: Jan Lodzik – Jamshid Rikhsiev
21.35 **Sporty walki:** Thunderstrike Fight League 37 w Lublinie: Bartosz Guz – Camille Dewitte
23.15 **Sporty walki:** Babilon MMA 56 w Żyrardowie

POLSAT SPORT 3 HD
6.00 **Piłka nożna:** Liga Narodów
8.30 **Piłka ręczna mężczyzn:** LOTTO Superliga
11.00 **Piłka nożna:** Liga Narodów
13.00 **Piłka nożna:** Liga Narodów
15.00 **Piłka nożna:** Liga Narodów
17.30 **Piłka ręczna mężczyzn:** LOTTO Superliga
20.00 **Piłka ręczna mężczyzn:** LOTTO Superliga
22.30 **Piłka nożna:** Liga Narodów
1.00 **Sporty walki:** Babilon MMA

CANAL+ SPORT 5 HD
10.45 **Żużel:** Metalkas 2. Ekstraliga: Polonia Bydgoszcz – PSŻ Poznań
13.45 **Piłka nożna:** PKO BP Ekstraklasa: Korona – Legia
16.15 **Wysoki Pressing** – mag.
18.00 **Magazyn Metalkas 2. Ekstraliga** – mag.
18.55 **Boks:** Walka o pas IBF World w Fuji: Thanongsak Simsri – Mark Vicelles
20.00 **Dart:** World Grand
LIVE Prix w Leicester
0.15 **Piłka nożna:** PKO BP Ekstraklasa – mecz: Wisła Kraków – Wisła Płock
2.45 **Ligomistrzowe historie** (4) – magazyn piłkarski

ELEVEN SPORTS 4 HD
13.40 **Najlepsze gole VfB Stuttgart** – mag. piłkarski
14.00 **Piłka nożna:** Liga niemiecka: Borussia M'gladbach – Mainz
16.00 **Piłka nożna:** Liga francuska: Olympique Lyon – Stade Rennais FC
18.00 **Ligue 1 Show** (5) – mag.
18.30 **Bundesliga Special Show** (3) – mag. piłkarski
19.00 **Bundesliga Clubs** – mag.
19.30 **Serie A** (1) – mag. piłkarski
20.00 **Piłka nożna:** Liga portugalska – mecz: Sporting CP – FC Arouca
22.00 **Piłka nożna:** Liga włoska: Udinese – Cagliari

ELEVEN SPORTS 3 HD
11.40 **Najlepsze gole VfL Wolfsburg** – mag. piłkarski
12.00 **Piłka nożna:** Liga włoska: Venezia – Lazio
14.00 **Piłka nożna:** Liga francuska: OGC Nice – Lille
16.00 **Bundesliga Clubs** – mag.
17.00 **Full Impact Serie A** (5)
17.30 **Serie A** – mag. piłkarski
18.00 **Piłka nożna:** Liga włoska: Udinese – Cagliari
20.00 **Piłka nożna:** Liga niemiecka: Schalke – Elversberg
22.00 **Piłka nożna:** Liga francuska: Monaco – Lens
0.00 **Najlepsi bramkarze Bundesligi lat 90.** – mag.

CANAL+ DOKUMENT HD
11.40 **Cztery pory roku w Japonii** (3, 4) – dok., Jap.
13.40 **Dzikie oblicze Japonii**
15.40 **Kwiat ośmiu gór** – dok.
17.05 **Dahomej** – film dokum.
18.20 **Twardzielki** (10) – dok.
18.50 **Wojny w przestworzach**
19.45 **Ekstremalne opady: niszczycielski żywioł** – film dokumentalny, USA
20.40 **Wszystkie smaki Maroka** – film dokum., Fr.
21.40 **Nowa Kaledonia: dzika wyspa** – film dok., Fr. 2020
22.40 **Skandynawia. Nowa zimna wojna** – film dok.
23.45 **Emilie Schindler. Zapomniana bohaterka**

eprasa.pl 37b976a8ff
P! Premiera w TV

STACJE POPULARNONAUKOWE

DISCOVERY SCIENCE HD

6.00 **Jak to jest zrobione?** – serial dokumentalny, Kanada
8.00 **Jak działa wszechświat? 6** – serial dokumentalny
10.00 **Jak działa wszechświat?** – serial dokumentalny
11.00 **Czy jest z nami inżynier?** (4, 5) – serial dokumentalny, Wielka Brytania 2015
13.00 **Kosmiczna mapa skarbów** – serial dokumentalny, USA
15.00 **Jak działa wszechświat?** – serial dokumentalny
18.00 **Jak to jest zrobione?** – serial dokumentalny, Kanada

ID HD

6.00 **Zaginieni 2** – serial dokumentalny, USA
7.00 **Zaginieni** – serial dok.
8.00 **Żyjąc z potworem** (20-ost., 19) – serial dokumentalny, USA
10.00 **Koleżanki na zabój 2** – serial dokumentalny, USA
12.00 **Morderstwa w Dolinie Krzemowej** – serial dokumentalny, USA
14.00 **Przypadek Natalii Grace: ostatni rozdział** – serial dok.
16.00 **Pokój przesłuchań** – serial dokumentalny
18.00 **Kłamstwa żądne krwi** – serial dokum.
19.00 **Taśmy zbrodni** – serial dokumentalny

NATIONAL GEOGRAPHIC HD

12.00 **Złapać przemytnika: Misja na Karaibach** (5-7) – serial dok., USA
15.00 **Katastrofa w przestworzach** (5)
16.00 **Grecja: Miejsce pełne tajemnic** (6)
17.00 **Zaginione skarby Biblii: Tajemnice wiary** (2) – dok.
18.00 **Krwawe pieniądze: Tajemnice radzieckiej gospodarki** (2) – film dokum., Francja 2024
19.00 **Zaginione okręty II wojny światowej** (6)
20.00 **Katastrofa w przestworzach** (2) – serial dokum., Kan.
21.00 **Odkopać historię** (9)

FOKUS TV DVB T2

6.05 **48h. Zaginieni** (20)
7.00 **Był sobie człowiek**
8.55 **Wehikuł czasu** (930)
9.00 **Starożytni kosmici** (4) – serial dok., USA
10.00 **Gwiazdy lombardu** (27, 28) – reality show
12.00 **Broń w hollywoodzkich filmach** (7, 8) – dok.
13.00 **Poszukiwacze historii** (2, 3) – dok.
14.00 **Apokalipsa Hitlera** (2) – film dok., Fr. 2011
15.00 **Poszukiwacze złota w Australii** (4) – dok.
16.00 **Dorwać tuńczyka**
18.00 **Rolnicy. Podlasie** (29, 30) – serial dok.
20.00 **Galileo 34** (9)
21.00 **Supersamoloty bojowe** (6) – dok.

TVP HISTORIA DVB T2

6.00 **Był taki dzień**
6.05 **Fake czy historia?** (36) – pr. publicyst.
6.50 **Wojownicy czasu**
8.45 **Dom** (22) – obycz., Pol.
10.25 **Wszystkie kolory świata** – dok., Francja
11.20 **Doktórka** – film dokum., Polska 2025
12.25 **Listy z barykady** – film dok., Pol. 2008
13.00 **Kroniki Hitlera** (5)
14.00 **Dom** (23) – obycz., Pol.
15.35 **Sensacje XX wieku**
17.30 **Wojenne dziewczyny 2** (23) – serial hist., Pol. 2018
18.20 **Fake czy historia?**
19.00 **Ostatni bój** – film dokum., Polska 2019
20.05 **Zatoka szpiegów 2** (17) – szpiegowski, Pol.

HISTORY HD

13.05 **Starożytni kosmici 14** (5) – dok.
14.00 **Niewyjaśnione tajemnice świata 3** (14) – serial dok., USA
14.50 **Największe tajemnice świata 6** (9) – serial dok., USA
15.45 **Gwiazdy lombardu 13** (10)
16.15 **Gwiazdy lombardu 20** (14)
17.10 **II wojna światowa w kolorze – przełomowe momenty** (10) – dok.
18.10 **Największe tajemnice świata 7** (15) – serial dok., USA
19.05 **Starożytni kosmici 16** (13, 20) – serial dokumentalny

DOKUMENTALNY



21.00 Na tropie legendarnych potworów

Zajmujący się zjawiskami nadprzyrodzonymi specjaliści przedstawią swoje ustalenia dotyczące pojawiającej się w mitologii Indian tajemniczej istoty – wendigo.

22.00 **Na tropie legendarnych potworów**: Yeti
23.00 **Przypadki z archiwum 10** (1, 2) – serial dokumentalny
1.00 **Jak działa wszechświat?**
4.00 **Podziemne sekrety**

DOKUMENTALNY



21.00 Podejrzany przy telefonie

Po zabójstwie nauczyciela policja rozpoczyna śledztwo i przesłuchuje osoby z najbliższego otoczenia ofiary, próbując odtworzyć jej ostatnie dni i namierzyć sprawcę.

22.00 **Nikt cię nie usłyszy**
23.00 **Psychopata – znaki szczególne 6** – dok.
0.00 **Gra na śmierć i życie** – serial dok.
1.00 **Podejrzany przy telefonie** – serial dok.
2.00 **Taśmy zbrodni**
3.00 **Kłamstwa żądne krwi** – serial dokum.

DOKUMENTALNY



22.00 Premiera: Makro inżynieria (4): Rekordowe samoloty pasażerskie

Przez 40 lat europejscy konstruktorzy konsekwentnie przesuwali granice, tworząc trzy wyjątkowe maszyny. Kolejne projekty przyniosły przełomowe rozwiązania.

23.00 **Uwaga, katastrofa!** (4) – serial dokum., Kanada 2020
0.00 **Katastrofa w przestworzach** (8, 1, 2) – serial dokum.
3.00 **Car SOS** (7, 8) – serial dok., Wielka Brytania

DOKUMENTALNY



22.00 Jak Niemcy przegrały wojnę (1, 2) – Australia 2020

Jeszcze przed wybuchem II wojny światowej zamiary hitlerowskich Niemiec wspierało niewielu dyktatorów. Żadne przymierze nie przyniosło korzyści.

0.00 **Starożytni kosmici** (10) – serial dokumentalny, USA 2014
1.00 **Rolnicy. Podlasie** (26-29) – serial dokumentalny, Polska
5.00 **Kołowrotek** (8, 9) – magazyn wędkarski

DOKUMENTALNY



20.55 Putin i Zachód (2): Powrót z ciosem – Wielka Brytania 2022

Putin zwraca swoją uwagę na Bliski Wschód, gdy Kaddafi traci władzę w Libii. Putin jest w stanie wiele poświęcić, by wspierać swojego poplecznika, prezydenta Syrii, Assada.

22.05 **Tablice pamięci**
23.05 **Sensacje XX wieku**
0.50 **Encyklopedia II wojny światowej**
1.25 **Zatoka szpiegów 2** (17) – szpiegowski, Pol.
2.15 **Wojenne dziewczyny 2** (23)
3.05 **Doktórka**

DOKUMENTALNY



21.00 David Duchovny: archiwum tajemnic 2 (17)

Wszyscy szpiedzy potrzebują przykrywki – a mają ją również gadżety. David przygląda się m.in. amerykańskim czujnikom, które mogły namierzać ukrywających się wrogów.

22.00 **Ranczo kosmitów 7** (5) – serial dok., USA
23.00 **Niewyjaśnione tajemnice świata 4** (5) – serial dok., USA
23.55 **Jak to wyjaśnić? 4** (5) – serial dok., USA
0.50 **Starożytni kosmici 16** (20) – dok.

DISCOVERY HISTORIA HD

9.00 **Mikroprzygoda** (8) – dok.
10.00 **Wolna miłość w PRL**
11.00 **Militaria na warsztat** (4)
12.00 **Muzealne tajemnice**
14.00 **Łowcy staroci** (4, 5) – dok.
16.00 **Skarby z szopy** (7-10)
18.00 **Łowcy staroci** – dok.
20.00 **Zoom na architekturę: Siedem cudów świata** – serial dokum., Wlk. Bryt.
22.00 **Kings of Cash** (5) – dok.
23.00 **Złota góra: walka o skarb** – serial dok., USA
0.00 **Przypadki z archiwum 10** (9) – dok.
2.00 **Socjalistyczna Filmoteka Powiatowa**
3.00 **Europejskie bazary** (6)

PLANETE+ HD

9.20 **Polska z góry 8** (4, 5)
10.20 **Krajobrazy świata** (7)
11.25 **Jak się bawi przyroda?**
12.35 **Niezwykłe podróże koleją** (5) – serial dok., Fr.
13.40 **Targowiska świata** (3)
14.45 **Afryka z góry** (8) – dok.
15.50 **360° Świat bez granic**
16.55 **Świat z góry 7** (6, 7) – dok.
18.00 **Dokąd dzisiaj? 4** (59, 60)
18.40 **Historia fantasy** (2) – dok.
19.45 **First Person Shooter. Idź, strzelaj, kombinuj**
20.50 **Zagadka pustynnych latawców** – film dokum.
22.00 **Krew, pot i cukier** (2)
23.10 **Planeta Seks** (6) – dok.
0.15 **360° Świat bez granic**

NATIONAL GEOGRAPHIC WILD HD

9.00 **Niezwykły dr Pol**
12.00 **Dzikie, sprytne i zabójcze** (3) – serial dok.
13.00 **Olśniewająca Ameryka**
14.00 **Ratując żyrafy** – dok.
15.00 **Dzikie, sprytne i zabójcze** (3) – serial dok.
16.00 **Dzika Północ Europy** (5)
17.00 **Królowe świata zwierząt** (7) – serial dok.
18.00 **Dziki Tajwan: nieznana wyspa** – film dokum., USA
19.00 **Najgroźniejsze zwierzęta świata: jadowite** (1) – serial dok.
20.00 **Pogodowe anomalie** (4)
21.00 **Niezwykły dr Pol**
2.00 **Olśniewająca Ameryka**

POLSAT VIASAT NATURE HD

8.05 **Rzeczne potwory 6** (5)
9.10 **W okowach mrozu 5** (5)
10.10 **Naczelne** (3) – film dokum.
11.25 **Afrykańskie drapieżniki: wielka czwórka** (3) – dok.
12.30 **W okowach mrozu 5** (5)
13.30 **Zabójcza pogoda 2** (3)
14.35 **Rzeczne potwory 6** (5)
15.40 **W okowach mrozu 5** (5)
16.40 **Podwodne miasto** (4)
17.50 **Afrykańskie drapieżniki: wielka czwórka** (3) – dok.
18.55 **Rzeczne potwory 6** (4)
20.00 **W okowach mrozu 5** (6)
20.55 **Naczelne** (3) – film dokum.
22.00 **Lista drapieżników** (4)
23.20 **W okowach mrozu 5** (6)
0.20 **Zabójcza pogoda 2** (3)

BBC EARTH HD

12.25 **Ben Fogle na szkockich wyspach 2** (1) – serial dok.
13.30 **Planeta Ziemia 2** (5)
14.40 **W okowach mrozu 8** (8)
15.35 **Życie na pustkowiu 11**
16.35 **Wielkie archeologiczne odkrycia 2** (1) – serial dok.
17.35 **Planeta Ziemia 2** (5)
18.35 **Ben Fogle na szkockich wyspach 2** (2) – serial dok.
19.45 **Mroczne dzieje Pompejów** (2) – serial dok.
20.55 **W okowach mrozu 9**
22.55 **Wielkie archeologiczne odkrycia 2** (2) – serial dok.
23.55 **Lucy Worsley i zagadki historii: rewolucja amerykańska** (2) – dok.

ANIMAL PLANET HD

13.00 **Irwinowie – następne pokolenie** – serial dok.
14.00 **Resocjalizacja z pitbullem 7** – serial dok.
15.00 **Kot z piekła rodem**
17.00 **Na krańcu Alaski** – dok.
18.00 **Weterynarz z Gór Skalistych 7** – serial dok.
19.00 **Cztery kąty, cztery łapy**
20.00 **Kot na drzewie** – dok.
21.00 **Klan z Alaski** – serial dok.
22.00 **Baseny z rozmachem**
23.00 **Resocjalizacja z Pit Bullem 4** – serial dok., USA
0.00 **Supermoce małych stworzeń** – serial dok.
1.00 **Irwinowie – następne pokolenie** – serial dok.

TVP DOKUMENT HD

14.30 **Król łąk** (3) – cykl dokum.
15.20 **Dźwiękowe krajobrazy Australii** (2) – film dokum.
16.30 **Czy to autyzm?** – dok.
17.25 **Weekendowe wypady z Greggiem Wallace'em**
18.20 **Sanatorium miłości 5** (2)
19.20 **Jadwiga Jankowska-Cieślak. Dotknięcie**
20.00 **Muzeum na miarę faraonów** – film dok., Fr.
21.00 **Zjawiskowe góry Portugalii** – film dokum.
22.05 **Barbara Włodarczyk zaprasza** – magazyn
22.15 **Oblicza wojny** – film dok.
23.20 **Ostatni szpieg** – film dok.
0.20 **Królestwo mokradeł** (1)

POLSAT DOKU HD

12.05 **Wojny kontenerowe**
13.05 **Poszukiwacze historii**
14.00 **Walka o światową dominację** – film dokum.
15.15 **Top 10 Największe tajemnice świata**
17.40 **MH17 – katastrofa, która wstrząsnęła światem** – dok., Wlk. Bryt.
18.40 **Życie na marginesie. W romskich obozowiskach** – film dok.
19.55 **Operacja Overlord – alianci atakują** (1, 2)
22.00 **Najkrwawsze bitwy drugiej wojny światowej** (7, 8) – dok.
0.25 **Kroniki Hitlera** (1) – dok.

POLSAT VIASAT EXPLORE HD

12.20 **Złoto Jukonu** (7) – dok.
13.20 **Królowie klasycznych aut** (6) – dok., Wlk. Bryt.
14.15 **Australijscy poszukiwacze złota 3**
16.15 **Drwale z Kolumbii Brytyjskiej 2** (6) – dok.
17.15 **Ostatni kapitanowie** (5)
18.10 **Złoto Jukonu 5** (8) – dok.
19.05 **Australijscy poszukiwacze złota 9**
21.00 **Ostatni kapitanowie 2**
22.00 **Australia: polowanie na złoto** (1) – serial dokum.
22.55 **Tytani KSW** (1) – film dok.
23.55 **Złoto z mroźnej krainy**
0.50 **Australijscy poszukiwacze złota 5**

POLSAT VIASAT HISTORY HD

10.05 **Militarny ranking** (2)
11.15 **Najgroźniejsi ludzie Hitlera** (7) – serial dokum.
12.10 **Jak inżynieria zmieniała świat** (5-8) – serial dok.
16.05 **II wojna światowa: cena imperium** (5) – serial dok.
17.15 **Militarny ranking** (3)
18.25 **Naziści, U-booty i bitwa o Atlantyk** (1, 2) – film dok.
21.00 **Linie frontu** (4) – dok.
22.10 **Starożytne superbudowle 4** (2)
23.20 **Najgroźniejsi ludzie Hitlera** (8) – serial dokum.
0.10 **Jak inżynieria zmieniała świat** (5-8, 1) – serial dok.
4.10 **Linie frontu** (4) – dok.

CI POLSAT HD

12.20 **Dowody zbrodni 4** (6, 7)
14.10 **Morderstwo w motelu 2**
15.05 **Zbrodnia po angielsku 4**
16.00 **Cyfrowe dowody zbrodni** (4) – serial dok.
17.00 **Pogrzebani za domem 3**
18.00 **Akta Fajbusiewicza** (2, 3)
19.00 **Policjanci, którzy zabijają** (2) – serial dokum.
20.00 **Szokujące morderstwa: Atlanta** (9) – serial dok.
21.00 **Specjaliści od zbrodni**
22.00 **Morderstwo w rodzinie** – film dokumentalny
23.00 **Protokół zbrodni** (13)
23.55 **Specjaliści od zbrodni**
0.50 **Zbrodnia prawie doskonała 3** (13) – dok.

TRAVEL CHANNEL HD

8.05 **Niezwykłe Stany Prokopa** (1-3) – pr. rozr.
10.10 **Kobieta na krańcu świata** (4-7) – serial dok.
12.25 **Ciężarówką przez Stany**
14.45 **Smakuj świat z Pascalem** (5-8)
16.50 **Najlepsze drinki z Shay Mitchell** (2, 3) – serial dok.
18.50 **Egzotyczne wakacje na każdą kieszeń** – rozr.
19.50 **Egzotyczne wakacje na każdą kieszeń. Dubaj**
20.55 **Bimbrownicy** (15, 16)
23.05 **Kobieta na krańcu świata** (3-5) – serial dok.
0.50 **Najlepsze drinki z Shay Mitchell** (2, 3) – serial dok.

DVB T DVB T2 – stacje dostępne za darmo w naziemnej telewizji cyfrowej

eprasa.pl 37b976a8ff

STACJE OGÓLNOTEMATYCZNE

TVP POLONIA

15.10 **Lena na Bałkanach**
15.40 **Między pamięcią a zapomnieniem** (4)
16.05 **Moda na język polski** (66) – magazyn
16.30 **Barwy szczęścia** (3386) – serial obycz.
17.00 **Teleexpress**
17.20 **Gra słów. Krzyżówka** (1148)
17.50 **Teleexpress Extra**
18.15 **Moje Wilno ma smak lodów czekoladowych** – film dok., Pol. 2019
18.45 **Panorama**
19.20 **Powstanie Warszawskie dzień po dniu** (61)
19.30 **Program informacyjny 19.30**
19.55 **Pytanie dnia** – publ.

TVP ROZRYWKA

8.20 **Familiada** – telet.
8.55 **Va banque** (999)
9.25 **Koło fortuny** (2057)
10.05 **Makłowicz w podróży** – mag.
10.45 **Postaw na milion**
12.35 **Familiada** – telet.
13.15 **Janosik** (5) – przyg.
14.10 **Program rozrywkowy**
14.35 **The Voice of Poland 17** (5, 6)
17.00 **The Voice Comeback Stage Powered by Orange** – widowisko
17.25 **Va banque** (1000)
18.00 **Koło fortuny** (2058)
18.40 **Okrasa łamie przepisy** – mag. kulin.
19.45 **Jaka to melodia?**
20.25 **Postaw na milion**

POLSAT CAFÉ

6.00 **Demakijaż** (177-179)
7.30 **Przyjaciółki** (40) – serial obycz., Polska
8.30 **Drugie życie sukni ślubnej** (23) – pr. rozr.
9.05 **Hell's Kitchen – Piekielna Kuchnia** (49, 50) – reality show
12.30 **Oszukane** (34, 35) – serial paradokum.
14.30 **Komisarz Mama** (5)
15.30 **Bogaty dom – biedny dom** (132)
16.30 **Hell's Kitchen – Piekielna Kuchnia** (38) – reality show
18.00 **Nasz nowy dom** (314, 315)
20.00 **Kolacja w ciemno** (60) – pr. rozrywk.
21.05 **Więzienie kobiet** (110, 111) – dok., Pol.

TV 4 DVB T2

6.00 **Strażnik Teksasu** (26, 1) – serial sens.
7.55 **Bogaty dom – biedny dom** (69)
8.55 **Policjantki i Policjanci** (648-650)
11.55 **Na ratunek 112** (998, 999) – paradok.
12.55 **Trudne sprawy** (772-774) – paradok.
15.55 **Policjantki i Policjanci** (1457)
17.00 **Trudne sprawy II** (1374) – paradok., Pol.
18.00 **Łowcy skarbów. Kto da więcej?** (450)
19.00 **Policjantki i Policjanci** (1458) – serial obycz., Polska
20.00 **Wypasiona kuchnia** (30) – pr. rozrywk.
20.05 **Uroczysko** (279)

TTV HD DVB T2

12.35 **Zakup w ciemno 5** (14) – reality show
13.35 **Zakup w ciemno 8** (18) – reality show
14.35 **Nic do zgłoszenia 2** (2) – serial dokum., Pol.
15.35 **Złomowisko PL 8** (16) – serial dokum.
16.45 **Express** – pr. inform.
16.58 **Pogoda, sport**
17.05 **Zakup w ciemno extra** (36)
17.45 **Życie na kredycie 8** (7, 8) – reality show
18.40 **Gogglebox. Przed telewizorem 21** (6)
19.45 **Express** – pr. inform.
20.05 **Zakup w ciemno 8** (19) – reality show
21.05 **Zakup w ciemno extra 3** (19)
21.45 **Express** – pr. inform.

TVN STYLE HD

5.25 **Tu jest pięknie** (3) – program rozrywkowy
6.10 **I nie opuszczę Cię aż do ślubu** (2) – reality show
6.50 **Love the Look** (1) – mag. poradnikowy
7.45 **Dzień Dobry TVN**
11.20 **Jestem z Polski 18** (1) – serial dokum., Pol.
12.20 **Ugotowani** (4)
13.25 **Kuchenne rewolucje** (1, 13)
15.35 **Pojedynek na podróże** (6) – rozr.
16.40 **Egzotyczne wakacje na każdą kieszeń. Zanzibar** – program rozrywkowy
17.40 **Kuchenne rewolucje** (16, 17, 10) – program rozrywkowy

20

OBYCZAJOWY



20.25 Nad rozlewiskiem... (2, 3) – Polska 2012

Konrad spędza z Małgosią coraz więcej czasu. Marysia robi karierę w agencji reklamowej. Przygotowuje z Agatą projekt, od którego zależy, czy utrzyma tę pracę.

22.10 **Rozmowy (nie) wygodne** – pr. publ.
22.45 **Polscy szpiedzy**
23.05 **Słowo daję!** – mag.
23.15 **Panorama**
23.45 **Sekielski wieczorową porą** (39) – pr. publicyst.
0.40 **Pan Mama** (4) – kom.
1.10 **Stacja innowacja**

KOMEDIOWY



22.15 Rodzinka.pl (92) – Polska 2013

Kuba informuje rodziców, że zapisał się do kółka teatralnego. Ludwikowi wydaje się to podejrzane. Gdy wyjawia mu swoje powody, ojciec może odetchnąć z ulgą.

22.50 **Rolnik szuka żony 13** (3) – telen. dok., Pol. 2026
23.55 **Kabaret. Super Show Dwójki** (8)
0.55 **Koło fortuny** (2058, 2034) – telet.
2.20 **Do śmiechu!** (19, 20)
4.30 **Hity wszech czasów** – mag. muz.

DOKUMENTALNY



22.00 Rolniczki (13) – Polska 2025

Program przedstawia dalsze losy kobiet mieszkających na wsi. Bohaterki łączą tradycyjne metody gospodarowania z bardziej nowoczesnymi rozwiązaniami.

23.00 **Gry małżeńskie** (202, 203) – reality show, Polska
1.05 **Więzienie kobiet** (11-14) – serial dokumentalny, Polska
3.00 **Zdrady** (182-184) – serial paradokumentalny, Polska 2022

KRYMINALNY



20.40 Sprawiedliwi – Wydział Kryminalny (1058)

Górska i Kowalski badają sprawę zabójstwa Anny. Kobieta przed śmiercią została zgwałcona. Przy ciele policjanci znajdują wizytówkę z kodem QR.

21.40 **Sprawiedliwi. Trójmiasto** (175)
22.45 **Opowiem ci o zbrodni** (6) – dok.
23.10 **Zabójczy numer** FILM – film sensacyjny, USA 2006, 140 min
1.30 **Love Island. Wyspa miłości** (23)

ROZRYWKOWY



22.00 Ciężarówką przez Chile (5)

Dawid Andres dociera do najdalej wysuniętego na południe punktu swojej wyprawy po Chile. Odbiera kolejny ładunek i śpieszy na północ Patagonii, by zdążyć na prom.

23.00 **Gogglebox. Przed telewizorem 25** (5)
0.25 **Życie na kredycie 9** (7, 8) – reality show
1.20 **Back to school. Prawdziwy egzamin** (5) – eduk.
2.20 **Dobra robota 2** (5)
3.20 **Detektywi. Na zlecenie 3** (20, 21)

REALITY SHOW



20.50 Bitwa o gości (9)

Ania i Łukasz prezentują sielską Ann-tonówkę. Letycja i Kasia zapraszają konkurencję do domków na wodzie. Wybredni goście oceniają relację jakości do ceny.

21.50 **Jestem z Polski 9** (15-ost.) – serial dok.
22.50 **Hotel Paradise 13** (21) – reality show
23.45 **Mój sąsiad morderca 10** (4) – dok., USA/Wlk. Bryt.
0.50 **Apetyt na miłość** (9) – program rozrywkowy
1.55 **Dieta czy cud?** (9, 10) – mag.

TVP HD HD

11.20 **Na sygnale** (820, 821)
12.25 **Ojciec Mateusz 13** (161)
13.20 **Komisarz Alex 9** (106)
14.15 **Ranczo 4** (41, 42) – obycz.
16.10 **Kulinarne wędrówki z Jolą Kleser** (3) – mag.
16.40 **Operacja zdrowie** (80)
17.10 **Okrasa łamie przepisy**
17.45 **Makłowicz w podróży**
18.20 **Ojciec Mateusz 31** (404)
19.20 **Ranczo 9** (115) – obycz.
20.10 **Rodzinka.pl** (278, 279)
21.25 **Ojciec Mateusz 33** (422)
22.20 **Misery** – thriller, USA 1990, FILM reż. Rob Reiner, 120 min
0.20 **Cały ten zgiełk** – musical, FILM USA 1979, reż. Bob Fosse, wyk. Roy Scheider, 130 min

TVS HD

15.45 **Doktor z alpejskiej wioski – nowy rozdział**
16.50 **Wydział kryminalny Kitzbühel** – krym., Austria
17.50 **Doktor z alpejskiej wioski – nowy rozdział**
18.50 **Doktor Kleist – lekarz rodzinny** – serial obycz.
19.50 **Rosamunde Pilcher** FILM **– Letnie marzenia** – film obyczajowy, Niemcy/Austria 2004, 120 min
21.50 **Rosamunde Pilcher** FILM **– Pewność serca** – melodramat, Niemcy/Austria 2003, 105 min
23.35 **Doktor z alpejskiej wioski – nowy rozdział**

ZOOM

11.00 **Kobra – oddział specjalny 25** (1) – sens.
12.15 **Lombard Chicago: Wszystko pod zastaw 2**
13.15 **Wojny magazynowe: Kanada** (13, 14)
14.25 **Sensacje XX wieku**
16.45 **Wojciech Cejrowski – boso przez świat**
19.00 **Kobra – oddział specjalny 23** (12, 11) – serial sensacyjny, Niemcy
21.00 **CSI: Kryminalne zagadki Miami 8** (15, 16) – krym.
23.00 **Milf manor – mamuśki rządzą** (5) – reality show
0.00 **Magia nagości. Polska 5**
1.05 **Magia nagości 2** (8) – rozr.

TLC HD

8.00 **Łowcy promocji** – dok.
9.00 **Wiza na miłość 11** (4)
11.00 **Design w australijskim stylu** – program rozrywk.
12.00 **Kamera, akcja, wpadka!**
13.00 **Pokonać otyłość** (7, 8)
15.00 **Wiza na miłość: pierwsze spotkanie, pościelowe rozmowy 8**
16.00 **Historie wielkiej wagi 5**
17.00 **Dr Pryszczylla 4** – dok.
18.00 **Wiza na miłość 11**
20.00 **Ciało, w którym żyję**
21.00 **ER: Caught On Camera**
22.00 **Skórze na ratunek 7**
23.00 **Moje koszmarne stopy**
0.00 **Dr Pryszczylla 4** – dok.
1.00 **Ciało, w którym żyję**

C+ KUCHNIA HD

13.45 **Eva Longoria w poszukiwaniu hiszpańskich smaków**
14.40 **U sąsiadów w kuchni 16**
15.45 **Zgrillowani** (6, 7) – mag.
16.40 **Jamie Oliver – łatwe przepisy na co dzień**
17.35 **Gotuj taniej z Jamiem** (1)
18.30 **Kulinarna mapa Wielkiej Brytanii** (10) – serial dok.
18.55 **Jedz, podróżuj, smakuj**
19.25 **M jak mięso 2** (8) – dok.
19.50 **Maximum Foodie 4** (10)
20.20 **Jamie Oliver nad Morzem Śródziemnym**
21.15 **Anthony Bourdain – miejsca nieznane 11**
23.55 **Top Chef 22** (8)

TVN TURBO HD

12.15 **Naprawy nie do naprawy** (2) – mag.
13.00 **Zawodowi handlarze**
14.30 **Wojny samochodowe**
16.30 **Jeździć, obserwować** (1, 2) – serial dok., Pol. 2024
18.00 **Raport Turbo** – mag. inf.
18.15 **Zawodowi handlarze**
19.45 **Po raz trzeci! Sprzedane**
20.30 **Uwaga! Oszust: Ściema z ogłoszenia** (16) – pr. rozr.
21.00 **Wojny samochodowe** (4)
22.00 **Raport Turbo** – mag. inf.
22.15 **Z drugiej ręki** (4) – mag.
23.00 **Duda kontra Szafrański**
23.45 **Moto kombat** (4) – mag.
0.30 **Naprawy nie do naprawy** (2) – mag.

NOWA TV DVB T

7.30 **Świat według Kiepskich** (279, 281-283) – kom., Pol.
10.00 **Komisarz Mama** (18)
11.00 **Poirot 11** (2) – serial krym.
15.00 **Świat według Bundych 7** (151-156)
18.00 **Całkiem nowe lata miodowe** (6) – kom., Pol.
18.30 **Miodowe lata** (115-117)
21.00 **Zdrady** (68) – paradok., Pol.
22.00 **Ślad** (18, 19, 89) – krym.
1.00 **Łowca pedofilów**
3.00 **TV okazje** (32, 33)
3.50 **Wehikuł czasu** (930, 929)
4.00 **Daleko od noszy – szpital futpolowy** (47, 48) – serial kom., Polska
5.00 **Pod lupą** (6, 7) – magazyn

METRO

10.30 **Sędzia Anna Maria Wesołowska** (475, 476)
12.30 **Szkoła** (639) – paradok.
13.30 **Brzydula** (149, 150) – kom.
14.40 **Za głosem serca** (35)
15.50 **Magda M. 4** (6) – obycz.
16.55 **Idź na całość 2** (30) – rozr.
18.00 **Złomowisko PL 5** (9)
19.00 **Kartoteka 8** (7, 8)
21.05 **Kryminalni 2** (9, 10)
23.15 **Hannibal 2** (8) – krym.
0.20 **Zbrodnie z pierwszych stron gazet 7** (5) – dok.
1.20 **Szpital** (921) – paradok.
2.20 **Szkoła** (646) – paradok.
3.20 **Nowa Maja w ogrodzie 2** (31, 32)
4.25 **Szpital** (920) – paradok.

ANTENA HD DVB T2

12.00 **Wojny kontenerowe 2**
13.00 **Klątwa Wyspy Dębów 5**
13.55 **Australijscy poszukiwacze złota 5**
16.00 **Unforgettable: Zapisane w pamięci** (17) – krym.
16.55 **Detektywi z Bordeaux 7** (8) – serial krym., Fr./Bel.
18.00 **77 TV 2** (15, 18) – pr. rozr.
20.00 **Alex Hugo – górski detektyw** (29) – krym., Fr.
22.05 **Detektyw Candice: Niezawodny instynkt 5** (9) – serial kryminalny, Fr.
23.15 **Balthazar: Śledczy fenomen 3** (7) – krym., Fr.
0.30 **Co Polak potrafi na drodze?** (2, 3) – pr. rozr.

WP DVB T

11.00 **Wariaci za kierownicą 3**
12.00 **Komisarz Cassandre: Zbrodnie w Alpach 3** (2)
14.00 **Pokochaj lub sprzedaj Vancouver 2** (18, 14)
16.00 **Pokochaj lub sprzedaj Quebec** (6) – reality show
16.55 **Pogoda**
17.00 **Niewyjaśnione tajemnice świata 3**
19.00 **Makłowicz w podróży**
20.00 **Policjanci w akcji 2** (4) – serial obycz., Polska 2026
21.00 **Policjanci z sąsiedztwa 5** (21) – dok.
21.50 **Pogoda**
22.00 **Mistrzowie Kabaretu 7**
23.00 **Mistrzowie Kabaretu 6**

C+ DOMO HD

14.00 **Adres: rezydencje marzeń** (3) – dok.
15.00 **Wakacyjne domy na wynajem** (14)
15.55 **Tomasz Pągowski. Remont u Ciebie 7** (9)
16.20 **Tomasz Pągowski. Remont u Ciebie 8** (1)
16.50 **Gardeners' World 15** (3)
18.00 **Ucieczka na wieś 23** (17)
19.00 **Wielkie projekty: Nowa Zelandia 9** (7) – serial dok.
20.00 **Daleko od miasta 11**
21.00 **Adres: rezydencje marzeń** (4) – serial dok.
22.00 **Tomasz Pągowski. Remont u Ciebie 7** (2)
22.30 **Patent na zieleń** (5)

HGTV HD

11.25 **Kamera, akcja, wpadka!** (16)
12.00 **Odlotowy ogród**
12.30 **Nowe życie w starym domu 6** (2, 3) – rozr.
14.30 **Mieszkanie na miarę 4**
16.30 **Polowanie na ogród 9**
18.10 **Dobrze zrobione w domu** (2) – mag.
18.20 **Zgłoś remont 5** (6) – rozr.
19.15 **Weekendowa metamorfoza 2** (5) – rozr.
20.10 **Dorota inspiruje 3** (2)
21.05 **Dorota was urządzi!** (12, 1) – program rozrywk.
22.35 **House Hunters – Poszukiwacze domów 6** (10) – pr. rozr.

eprasa.pl 37b976a8ff

P! Premiera w TV

POLSAT 2 HD

5.50 **Wydarzenia**
6.30 **Nasz nowy dom** (267) – reality show
7.25 **Na ratunek 112** (1045, 1046) – serial paradokum.
8.30 **Sekrety rodziny** (164-166) – paradok.
11.30 **Trudne sprawy** (929) – serial paradokum.
12.30 **Dlaczego ja?** (1468, 1469) – paradok.
14.30 **Świat według Kiepskich** (410-414) – serial kom., Pol. 2013
17.00 **48h. Zaginieni** (275, 276) – krym., Pol.
19.00 **Gliniarze** (1055) – serial paradokum.
20.00 **Ślad** (47) – krym., Pol.
20.55 **Gliniarze** (985) – serial paradokum.

SUPER POLSAT DVB T2

6.40 **Wypasiona kuchnia** (22) – pr. rozrywk.
6.50 **SuperLudzie Extra** (46) – magazyn
7.00 **Na ratunek 112** (828, 829) – paradok.
8.00 **Doktor Martin** (15, 16) – serial obycz.
10.00 **Wydarzenia 24** – inf.
10.30 **SuperLudzie** (8, 9)
11.30 **Świat według Kiepskich** (372-375)
13.30 **Bitwa o palety** (15)
14.30 **Hell's Kitchen – Piekielna Kuchnia 3** (27)
16.00 **Ninja Warrior Polska** (37)
17.55 **Świat według Kiepskich** (468, 469, 582, 583)
20.00 **Złomiarze** (3) – dok.

TV 6 DVB T

6.00 **Więzienie** (184, 185) – serial dok., Pol. 2025
6.55 **Policjantki i Policjanci** (825, 826) – serial obyczajowy, Polska 2021
8.55 **Kobra – oddział specjalny** (188, 189) – serial sensacyjny, Niemcy 2008
10.55 **48h. Zaginieni** (122-124) – serial kryminalny, Pol. 2022
13.55 **Policjantki i Policjanci** (1258) – serial obycz., Polska
14.55 **Uroczysko** (161, 162) – serial krym., Polska
16.00 **Kobra – oddział specjalny** (190, 191) – serial sensacyjny, Niemcy 2008

BBC FIRST HD

6.00 **Z pamiętnika położnej 10** (2)
6.50 **Tajemnice Brokenwood 5** (3)
8.35 **Lewis 4** (3) – krym.
9.40 **Ojciec Brown 5** (9)
10.40 **Śmierć pod palmami 11** (7)
11.50 **Z pamiętnika położnej 10** (2)
13.00 **Tajemnice Brokenwood 6** (3)
15.00 **Ojciec Brown 13** (7)
16.00 **Lewis 4** (3) – krym.
17.00 **My Life is Murder 5** (5) – serial kryminalny
18.00 **Morderstwa w Midsomer 21** (1) – krym., Wlk. Bryt. 2019
19.55 **Śmierć pod palmami 11** (8) – serial kryminalny

STACJE DZIECIĘCE

TVP ABC DVB T2

10.45 **Reksio** (61, 62)
11.05 **Pająk Lucas 2** (31)
11.15 **Świnka Peppa 4**
11.30 **Pszczółka Maja**
12.00 **Strażak Sam 8** (9, 10)
12.25 **Domisie** – dla dzieci
12.55 **Halo, halo!** (51)
13.00 **Cześć, czy mogę Cię zjeść?** (78) – mag.
13.20 **Ptyś i Bill** (23, 24)
13.50 **Odo** (83) – serial anim.
14.05 **Nawet nie wiesz, jak bardzo Cię kocham** (9, 10)
14.30 **Świnka Peppa**
14.45 **Kid Lucky** (9, 10)
15.15 **Al-chemik** (23) – mag.
15.35 **Lassie i przyjaciele** (5) – serial animowany
16.05 **Ricky Zoom** (9, 10)
16.35 **44 Koty** (9, 10) – anim.
17.05 **Robin Hood** (33, 34)

STACJE INFORMACYJNE

TVN 24 HD

8.00 **Serwis informacyjny, Prognoza pogody**
9.55 **Biznes** – pr. publicyst.
10.00 **Serwis informacyjny, Prognoza pogody**
10.55 **Biznes** – pr. publicyst.
11.00 **Serwis informacyjny, Prognoza pogody**
11.55 **Biznes** – pr. publicyst.
12.00 **Serwis informacyjny, Prognoza pogody**
13.55 **Biznes** – pr. publicyst.
14.00 **Serwis informacyjny, Prognoza pogody**
14.55 **Biznes** – pr. publicyst.
15.00 **15 na żywo** – inf.
16.00 **Fakty po południu**
18.00 **Tak jest** – pr. publ.
19.15 **Serwis informacyjny**
19.30 **Fakty po Faktach** – program inform.
20.00 **Kropka nad i** – publ.

DOKUMENTALNY



22.00 **Ambulans** (5) – Polska 2025

Praca ratownika medycznego to codzienna walka ze stresem i ekstremalnymi sytuacjami. Wymaga odwagi, szybkiego działania i empatii.

23.00 **Świat według Kiepskich** (455, 456)
0.00 **Ślad** (89) – krym., Pol.
1.00 **Zdrady II** (59)
2.00 **Wydarzenia**
2.45 **Interwencja** – mag.
3.00 **Ewa gotuje** (442)
3.30 **Atleci** – mag.
5.10 **Drwale i inne opowieści Bieszczadu** (82)

SENSACYJNY



21.00 **Nieobliczalny** FILM – USA/Rumunia 2006, 120 min

Jack Foster, były agent CIA, zabiera córkę w podróż do Europy. Nie wie, że dawni koledzy zamierzają go wykorzystać do przemycenia niebezpiecznego wirusa poza USA.

23.00 **Siła rażenia** – sens., FILM Rumunia/USA/Wielka Brytania 2006, 120 min
1.00 **Świat według Kiepskich** (434-439) – serial kom., Pol. 2014
4.00 **Nasz nowy dom** (259, 260) – reality show, Polska 2022

SENSACYJNY



18.05 **Strażnik Teksasu** (2, 3) – USA 1996

Z bazy wojskowej ginie broń. Jeden z oficerów powiadamia o tym policję. Wkrótce zostaje zamordowany w sfingowanym wypadku. Walker rozpoczyna śledztwo.

20.05 **CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku** (139, 140)
22.00 **Mentalista** (5)
23.00 **Sprawiedliwi – Wydział Kryminalny** (779, 780) – krym., Pol.
1.00 **Kości** (179, 180)
3.00 **Cobra Kai** (15)

KRYMINALNY



21.00 **Ellis 2** (2) – Wielka Brytania 2026

Studentkę Abi Marshall przygniata rusztowanie na terenie zakładu kamieniarskiego. Właściciel firmy twierdzi, że to był tragiczny wypadek, ale Ellis mu nie wierzy.

23.00 **Line of Duty – Wydział wewnętrzny 3** (4, 5)
1.15 **Śmierć pod palmami 11** (8)
2.20 **Morderstwa w Midsomer 21** (1)
3.50 **Ojciec Brown 13** (7)
4.40 **My Life is Murder 5** (5) – serial kryminalny

ANIMOWANY



17.30 **Super Wings** (125, 126) – Korea Płd./USA/Chiny 2019

Dżetek leci do Moskwy. Odwiedza Huddina i daje mu koszyk, który wraz z tradycyjnym chlebkiem korowajem ma być prezentem dla jego mamy.

18.00 **Opowieści z zielonego lasu** (9, 10) – serial anim., Fr.
18.30 **The Garfield Show**
19.00 **Dolina Muminków**
19.25 **Ernest i Celestyna**
19.35 **Tyciaki**
19.45 **Wegezaury 2**
19.50 **Czytanie przed spaniem**

MAGAZYN



20.30 **Czarno na białym**

Patrycja Redo-Łabędziewska analizuje wydarzenia, które wywarły ostatnio wpływ na życie polityczno-społeczne Polaków.

21.00 **Polska i świat** – inf.
22.00 **Szkło kontaktowe**
23.00 **Dzień po dniu** – mag.
0.25 **Biznes** – pr. publicyst.
0.45 **Fakty po Faktach**
1.20 **Kropka nad i** – publ.
1.50 **Tak jest** – pr. publ.
2.50 **Nowa Maja w ogrodzie** – mag.
3.10 **Akademia ogrodnika** – mag.
3.20 **Kropka nad i** – publ.

POLSAT PLAY HD

6.00 **Budowlańcy** (67) – dok.
6.30 **Kołowrotek** (225) – mag.
7.00 **Dorwać tuńczyka** (10, 11)
9.00 **Wojny magazynowe**
10.00 **Wojny kontenerowe** (14, 15) – serial dok., USA
11.00 **Hardkorowy lombard**
14.00 **Polacy za granicą** (61, 62)
16.00 **Złomiarze** (9, 10) – dok.
18.05 **Poszukiwacze historii** (212-215) – serial dokum.
20.00 **Zawód glina** (1) – dok.
21.00 **Złomiarze** (50) – dok., Pol.
22.00 **Więzienie** (219) – dok.
22.30 **Łowca pedofilów** (240)
23.00 **Więzienie** (214-217, 122-127)
4.00 **Starożytni kosmici**

FOOD NETWORK HD

8.15 **Kuchenne rewolucje** (7)
9.15 **Molly gotuje na farmie 12** (3-5) – mag.
10.55 **Kulinarny rejs po Polsce**
12.35 **Magda gotuje internet**
13.10 **Apetyt na miłość** (4)
14.10 **Akcja: Restauracja!** (4)
15.10 **Rozdrażnić tytanów 4** (6)
16.15 **Kuchenne rewolucje** (10)
17.15 **Torty nie z tej ziemi** (1)
18.45 **Halloweenowe wojny**
19.50 **Pyszne miejscówki** (9)
20.50 **100 kucharzy** (3)
21.55 **Akcja: Restauracja!** (6)
22.55 **Posiekani** (11)
0.00 **Symon gotuje w ogrodzie** (7-9) – mag.
1.30 **Sąsiedzi kontra sąsiedzi**

POLSAT RODZINA HD

11.55 **Rodzina zastępcza** (166, 167) – kom., Pol. 2004
13.50 **Samochody przywódców** – film dok.
15.00 **Kultowe pociągi – najwspanialsze podróże koleją** – film dok.
16.05 **Świat z góry** (6, 7) – dok.
17.15 **Wypasiona kuchnia** (28)
17.20 **Pingwiny z Madagaskaru** (11-14)
19.15 **Rodzina zastępcza** (193)
20.15 **Miodowe lata** (81) – kom.
21.00 **Całkiem nowe lata miodowe** (12, 13) – kom.
22.10 **Nasz nowy dom**
0.30 **Polowanie na nazistów** (1/2, 2-ost.) – film dok., Fr.

BBC LIFESTYLE HD

13.35 **12 smaków miasta** (1, 2)
14.40 **Wielkie brytyjskie wypieki 5** (4) – pr. rozrywk.
15.50 **Zapraszam do stołu: Wielka porcja 20** (4)
17.45 **ADHD: zrozumieć dziecko** (1) – film dokum.
18.50 **Mistrzowie szycia 10** (8)
19.55 **Wielkie brytyjskie wypieki 5** (5) – pr. rozrywk.
21.00 **Wielkie australijskie wypieki 6** (10) – pr. rozr.
22.10 **Zapraszam do stołu: profesjonaliści** (18) – rozr.
23.10 **Kulinarne podróże Billy'ego i Doma** (2) – rozr.
0.10 **Ratunek dla skóry 5** (10) – serial dokum., Wlk. Bryt.

NICK JR. HD

16.00 **Świnka Peppa 5** (23)
16.04 **Świnka Peppa 2** (40-42)
16.15 **Świnka Peppa 3** (10)
16.30 **Dora 4** (1) – serial anim.
17.00 **Pan Krokodyl** (13) – anim.
17.30 **Barbapapa i jego rodzinka 2** (12) – anim., Fr.
18.10 **Rubble i jego ekipa** (5)
18.30 **Psi Patrol** (17) – anim.
19.00 **Santiago z mórz** (6)
19.30 **Przygody Misia Paddingtona** (16) – anim.
19.59 **Świnka Peppa** (31)
20.04 **Świnka Peppa 7**
20.36 **Świnka Peppa 8** (36, 37)
20.45 **Świnka Peppa 2** (4)
21.00 **Barbapapa i jego rodzinka** (17, 18, 20)

POLSAT NEWS HD

14.55 **Pogoda**
15.00 **W rytmie dnia – serwis informacyjny**
15.30 **Sport, pogoda**
15.50 **Wydarzenia 15:50**
16.30 **Punkt widzenia Jankowskiego** – pr. publ.
18.00 **Punkt widzenia Szubartowicza** – pr. publ.
19.15 **Gość „Wydarzeń"** – program publicystyczny
19.50 **Debata Gozdyry** – publ.
21.50 **Wydarzenia wieczorne**
22.30 **Dzień na świecie** – pr. inf.
23.30 **Obraz dnia – serwis informacyjny**
0.00 **Punkt widzenia Jankowskiego** – pr. publ.

TVP KOBIETA DVB T2

12.45 **Przepis dnia 4** (23) – mag.
13.00 **Na dobre i na złe** (614)
14.00 **Tańcząca ze światem – Maroko** (1) – magazyn
14.30 **Rosół polski** (39) – mag.
15.00 **Rodzinka.pl** (303) – kom.
15.30 **Ojciec Mateusz 14** (175, 176) – krym., Pol. 2015
17.20 **Rajskie zakątki Europy**
18.30 **Gabi Drzewiecka zaprasza** (5) – talk-show
19.30 **Panna młoda** (3) – obycz.
20.30 **Wichrowe wzgórze** (361) – serial obycz., Turcja 2024
21.30 **La Promesa – pałac tajemnic** (329) – obycz.
22.30 **Lalka** – dramat obycz., FILM Polska 1968, 165 min

E! ENTERTAINMENT HD

10.35 **Z kamerą u Kardashianów** (5, 6)
12.25 **Tyler Henry – medium z Hollywood** – pr. rozrywk.
14.15 **Plastyczna fuszerka**
16.05 **Z kamerą u Kardashianów** (7, 8)
18.00 **Oglądaj na żywo, co się dzieje!** – program rozrywk.
18.30 **Tyler Henry – medium z Hollywood** – pr. rozrywk.
20.30 **Plastyczna fuszerka** (25)
22.30 **Z kamerą u Kardashianów** (9, 10)
0.30 **Oglądaj na żywo, co się dzieje!** – program rozrywk.
1.00 **Tyler Henry – medium z Hollywood** – pr. rozrywk.

TV TRWAM DVB T

16.30 **Rozmowy o edukacji** (8)
17.00 **Po stronie prawdy**
17.55 **Poczet wielkich Polaków** – program hist.
18.00 **Anioł Pański**
18.05 **Informacje dnia**
18.15 **Rozmowy niedokończone** – pr. publ.
19.20 **Odnaleźć siebie** (45)
19.30 **Bóg z nami** (2) – anim.
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 **Posłani** – film dokum., Pol.

BBC BRIT HD

11.20 **Brytyjskie fabryki 2** (4)
12.25 **Top Gear 18** (5) – mag.
13.30 **Legendarne samoloty gaśnice: ostatni lot** (3)
14.35 **Cuda inżynierii 6** (9)
15.40 **Who Wants to Be a Millionaire z Jeremym Clarksonem 4** (23)
16.40 **Brytyjskie fabryki 2** (4)
17.50 **Top Gear 18** (6) – mag.
18.55 **Cuda inżynierii 6** (9)
19.55 **Brytyjskie fabryki 2** (5)
21.00 **Matthew Perry i Ketaminowa Królowa**
22.00 **Twitter: rozpad imperium** – dok., Wlk. Bryt.
23.35 **Top Gear 18** (5) – mag.
0.40 **Top Gear 12** (4) – mag.

MINI MINI+ HD

10.00 **Pszczółka Maja 2** (34-38)
11.25 **Baczne oczka** (8-11)
11.55 **Marta mówi** (46, 47)
12.50 **Moje urodziny** – dla dzieci
12.59 **Marta mówi** (48, 49)
13.55 **Moje urodziny** – dla dzieci
14.00 **Basia** (7-11) – serial anim.
15.10 **Kicia Kocia** (2-6) – anim.
15.55 **Blaze i megamaszyny 2**
17.20 **Staś i fajna Babcia** (31, 32) – serial animowany
17.50 **Moje urodziny** – dla dzieci
17.57 **Staś i fajna Babcia** (33)
18.15 **Leśna rodzina. Freya spełnia swoje marzenia**
18.40 **Dora i przyjaciele 2**
19.35 **Kicia Kocia** (1-5) – anim.
20.25 **Mały Charlie** (14-18)

TVP 3 DVB T2

12.30 **Górna półka smaku**
13.00 **Agrobiznes**
13.20 **Agropogoda**
13.30 **Daję słowo – Maciej Orłoś** – talk-show
15.00 **Koronka do Miłosierdzia Bożego** – program religijny
15.20 **Serwis Info Dzień** – inf.
15.30 **Program lokalny**
19.30 **Całkiem niezła historia**
19.45 **Kryminalna siódemka**
20.00 **Dziennik regionów** – inf.
20.13 **Gość Regionów** – pr. publ.
20.30 **Telekurier** – mag., Polska
21.00 **Program lokalny**
22.00 **Dziennik regionów** – inf.
22.30 **Złoty chłopak** (250) – serial obycz., Turcja 2022

DVB T DVB T2 – stacje dostępne za darmo w naziemnej telewizji cyfrowej

eprasa.pl 37b976a8ff

Warto zobaczyć

14.20 FILMBOX+ HITS
Scenariusz na miłość
KOMEDIA ROMANTYCZNA
Reżyser prowadzi kurs pisania scenariuszy. Ulega urokowi jednej ze swoich słuchaczek. *Reż.: Marc Lawrence, A: Marisa Tomei, Hugh Grant, Allison Janney*
USA 2014 **120 min ▶ do godz. 16.20**

16.00 CINEMAX
Manchester by the Sea
OBYCZAJOWY Lee wraca w rodzinne strony, by zaopiekować się bratankiem. Mierzy się z dramatem sprzed lat. *Reż.: Kenneth Lonergan, A: Casey Affleck, Michelle Williams, Kyle Chandler*
USA 2016 **140 min ▶ do godz. 18.20**

16.10 ALE KINO+
Exodus
OBYCZAJOWY Dwunastoletnia Amal ucieka z Syrii. Chce dostać się do Szwecji. W Turcji poznaje przemytnika Sama. Razem kontynuują podróż. *Reż.: Abbe Hassan, A: Ashraf Barhom, Isa Aouifia, Jwan Alqatami*
Szwecja 2023 **120 min ▶ do godz. 18.10**

17.30 TVN FABUŁA
Sonic. Szybki jak błyskawica 2
PRZYGODOWY Na Ziemię wraca dr Robotnik, któremu towarzyszy kosmita Knuckles. Jeż Sonic musi ich powstrzymać. *Reż.: Jeff Fowler, A: James Marsden, Jim Carrey, Tika Sumpter*
USA/Japonia 2022 **150 min ▶ do godz. 20.00**

17.55 WARNER TV
Willy Wonka i fabryka czekolady
FAMILIJNY Charlie zwiedza zakład produkujący słodkości. Wycieczka jest fascynującą, ale i niebezpieczną przygodą. *Reż.: Mel Stuart, A: Gene Wilder, Jack Albertson, Peter Ostrum*
USA 1971 **125 min ▶ do godz. 20.00**

18.55 POLSAT FILM
A więc wojna
KOMEDIA ROMANTYCZNA Foster i Tuck służą w wywiadzie. Przyjaźń agentów zostaje wystawiona na próbę, gdy zakochują się w tej samej kobiecie. *Reż.: McG, A: Chris Pine, Reese Witherspoon, Tom Hardy*
USA 2012 **125 min ▶ do godz. 21.00**

21.00 POLSAT FILM
Potęga miłości
OBYCZAJOWY Czasy gorączki złota w Kalifornii. Prostytutka Angel walczy z demonami przeszłości. Zakochany farmer pragnie ją poślubić. *Reż.: D.J. Caruso, A: Abigail Cowen, Tom Lewis, Eric Dane*
USA 2022 **165 min ▶ do godz. 23.45**

22.45 ALE KINO+
Wszystkie odcienie światła
OBYCZAJOWY Wzajemne wsparcie pomaga pracownicom szpitala w Mumbaju mierzyć się z wyzwaniami życia. *Reż.: Payal Kapadia, A: Kani Kusruti, Divya Prabha, Chhaya Kadam*
Indie/Fr./Hol. 2024 **140 min ▶ do godz. 1.05**

→ filmowe



Były lekarz przyłącza się do pościgu za szaleńcem, którego celem są terminalni chorzy ludzie.



22.55 POLSAT
Ukojenie
THRILLER Śledczy bezskutecznie poszukują mordercy. Potrzebują pomocy eksperta od psychologii.

HIT DNIA
Emerytowany psychiatra John Clancy, jeden z najlepszych współpracowników FBI, przed dwoma laty wycofał się z zawodu. Zakończył karierę po śmierci córki. Teraz kontaktuje się z nim dawny przyjaciel, Joe Merriwether, który prosi o pomoc w rozwikłaniu zagadki kilku niewyjaśnionych zbrodni. Wszystkie ofiary tajemniczego przestępcy cierpiały na nieuleczalną chorobę i były skazane na śmierć. Kiedy Joe zostaje postrzelony przez podejrzanego i trafia do szpitala, wychodzi na jaw, że nie był to przypadek – agent miał raka. Po pogrzebie z doktorem Clancym kontaktuje się morderca, który wyjawia motywy działania. Twierdzi, że zabija z litości. Zapewnia, że pragnie oszczędzić innym cierpień. Śledczy muszą jak najszybciej go dopaść, by zapobiec kolejnym tragediom. **HD 135 min ▶ do godz. 1.10**

USA 2015 **Reż.:** Afonso Poyart **Wyst.:** Anthony Hopkins, Jeffrey Dean Morgan, Abbie Cornish, Colin Farrell



20.00 TV PULS
Pomścić córkę
SENSACYJNY Były żołnierz marines William (Clive Standen) mieszka w spokojnej okolicy w stanie Georgia. Pewnego dnia jego córka zostaje zamordowana przez synów wpływowego Fettera. Zrozpaczony ojciec planuje odwet.
Reż.: Jared Cohn Wyst.: Bruce Willis
USA 2022 **HD 120 min ▶ do godz. 22.00**



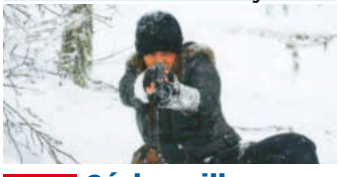
20.00 KINO POLSKA
Kamienie na szaniec
WOJENNY Rudy (Tomasz Ziętek), Alek (Kamil Szeptycki) i Zośka działają w harcerstwie. Ich plany na przyszłość burzy wybuch wojny. Konflikt stawia młodych ludzi przed dramatycznymi wyborami.
Reż.: Robert Gliński Wyst.: Eryk Kulm
Polska 2014 **HD 135 min ▶ do godz. 22.15**



20.00 STOPKLATKA
Mroczny opiekun
SENSACYJNY Mafia uprowadza syna zabitej przed laty informatorki agenta Interpolu, Hatcha (Jean-Claude Van Damme). Mężczyzna nie cofnie się przed niczym, by odbić zakładnika. Na jego drodze stają niebezpieczni ludzie.
Reż.: James Cullen Bressack Wyst.: Emerson Min
USA 2024 **HD 145 min ▶ do godz. 22.25**



21.00 PULS 2
Moje skarby
KOMEDIA Złodziejka Caroline (Camille Chamoux) i informatyczka Carole (Reem Kherici) poznają swojego ojca, Patricka. Okazuje się on osławionym przestępcą. Razem z córkami zamierza dokonać brawurowej kradzieży.
Reż.: Pascal Bourdiaux Wyst.: Jean Reno
Francja 2017 **HD 115 min ▶ do godz. 22.55**



22.00 TV PULS
Córka wilka
THRILLER Alaska. Clair (Gina Carano) wraca do rodzinnego domu na pogrzeb ojca. Gdy rozchodzą się pogłoski o spadku, jaki odziedziczyła, jej syn zostaje porwany dla okupu. Kobieta chce sama odbić zakładnika.
Reż.: David Hackl Wyst.: Anton Gillis-Adelman
Kanada 2019 **HD 115 min ▶ do godz. 23.55**



22.30 TVP KOBIETA
Strzępy
OBYCZAJOWY Wykładowca Gerard (Grzegorz Przybył) podupada na zdrowiu. Lekarz uważa, że to początki alzheimera, ale syn seniora nie chce wysłać go do ośrodka pomocy. Ta decyzja prowadzi do konfliktów w rodzinie.
Reż.: Beata Dzianowicz Wyst.: Michał Żurawski
Polska 2022 **HD 105 min ▶ do godz. 0.15**

Oznaczenia: P! Premiera w TV HD Program także w standardzie HD
Archiwum: 27h976e8f

→ filmowe hity



22.40 TVP 2 RoboCop

SCIENCE FICTION Skonstruowany przez genialnego naukowca superpolicjant wymyka się spod kontroli.

HIT DNIA Rok 2028. OmniCorp staje się wiodącym na świecie producentem robotów używanych do celów militarnych. Zarządzający korporacją Sellars wpada na pomysł, by zaoferować społeczeństwu produkt doskonały – cyborga. Tymczasem w półświatku zostaje wydany wyrok śmierci na policjanta Murphy'ego. Stróż prawa ginie w zamachu. Wdowa zgadza się na połączenie mózgu ukochanego z maszyną. Tak powstaje RoboCop. Policyjny cyborg nie zamierza odgrywać roli superbohatera, ale schwytać swoich oprawców. HD 125 min ▶ do godz. 0.45

USA 2014 **Reż.:** José Padilha **Wyst.:** Joel Kinnaman, Gary Oldman, Michael Keaton, Abbie Cornish, Jennifer Ehle

→ sport



5.00 POLSAT SPORT 1 Turniej ATP w Pekinie

TENIS LIVE Podczas zawodów w stolicy Chin do rywalizacji po kontuzji ma wrócić Jannik Sinner. Byłby to pierwszy występ Włocha od wygranego finału Wimbledonu. Dotychczas obecny lider rankingu ATP dwukrotnie wygrał turniej w Pekinie. HD 120 min ▶ do godz. 7.00



20.35 POLSAT SPORT 1 Niemcy – Serbia

PIŁKA NOŻNA LIVE Die Mannschaft pod wodzą Jürgena Kloppa ma odzyskać błysk. Droga do tego jest jednak długa i wyboista. W Monachium formę Niemców sprawdzi zespół, który w ostatnich miesiącach notował słabe wyniki. HD 145 min ▶ do godz. 23.00

→ rozrywka



20.30 POLSAT Nasz nowy dom

REALITY SHOW Anna i Robert długo czekali na upragnioną córeczkę. Alicja przyszła na świat, kiedy stracili już nadzieję na powiększenie rodziny. Szczęście zmącił wypadek. Ekipa Elżbiety Romanowskiej pomoże w remoncie mieszkania, który jest niezbędny. HD 70 min ▶ do godz. 21.40



21.30 TVN Kuchenne rewolucje

REALITY SHOW Magda Gessler odwiedza restaurację z pięknym widokiem na najwyższy szczyt Karkonoszy. Właściciele Izby pod Śnieżką podchodzą sceptycznie do opinii ekspertki oraz jej propozycji zmian. HD 70 min ▶ do godz. 22.40



20.05 TVP KULTURA Wstręt

PSYCHOLOGICZNY Młoda Carole (Catherine Deneuve) po wyjeździe siostry zostaje w domu sama. Paraliżuje ją strach. Przestaje chodzić do pracy, barykaduje się w mieszkaniu. Choroba nasila się, prowadząc do obłędu...

Reż.: Roman Polański Wyst.: Yvonne Furneaux
Wlk. Bryt. 1965 HD 115 min ▶ do godz. 22.00



21.00 TVN 7 Polowanie na druhny

KOMEDIA ROMANTYCZNA John (Owen Wilson) i Jeremy (Vince Vaughn) wpraszają się na wesela. To dla nich okazja do podrywania kobiet. Na jednym z przyjęć sami wpadają w sidła uroczych druhen.

Reż.: David Dobkin Wyst.: Rachel McAdams
USA 2005 HD 150 min ▶ do godz. 23.30



20.35 POLSAT SPORT 3 Dania – Portugalia

PIŁKA NOŻNA LIVE W poprzedniej odsłonie Ligi Narodów Portugalia spotkała się z Danią w ćwierćfinale. Wygrała w dwumeczu 5:3. W tegorocznej edycji obie ekipy trafiły do grupy A4. Znalazły się w niej także Norwegia i Walia. HD 145 min ▶ do godz. 23.00



23.00 ZOOM Magia nagości. Czechy i Słowacja

REALITY SHOW Uczestnicy szukają partnerów w nietypowy sposób: dokonują wyboru, oglądając ich ciało. Dopiero później mają okazję się przekonać, czy fizyczne dopasowanie przekłada się na realną chemię. HD 85 min ▶ do godz. 0.25



22.40 TVN Miss agent 2: Uzbrojona i urocza

KOMEDIA SENSACYJNA Gracie (Sandra Bullock) zdobyła sławę dzięki akcji podczas konkursu piękności. Nie może pracować incognito. Gdy jej przyjaciele zostają porwani, postanawia zająć się sprawą.

Reż.: John Pasquin Wyst.: Heather Burns
USA 2005 HD 135 min ▶ do godz. 0.55



23.20 TV 4 S.W.A.T.: Miasto w ogniu

SENSACYJNY Antyterrorysta Paul Cutler (Gabriel Macht) szkoli drużynę komandosów. Podczas rutynowego zadania ginie zakładniczka. Jej partner postanawia się zemścić na funkcjonariuszach.

Reż.: Benny Boom Wyst.: Robert Patrick
USA 2011 HD 100 min ▶ do godz. 1.00



20.35 POLSAT SPORT 2 Grecja – Holandia

PIŁKA NOŻNA LIVE Ten mecz Ligi Narodów odbędzie się na stadionie PAOK-u w Salonikach. Miejscowi kibice słyną z głośnego dopingu i mogą stanowić atut gospodarzy w starciu z Pomarańczowymi, uczącymi się grać pod wodzą Xaviego. HD 145 min ▶ do godz. 23.00

→ dokument



22.55 HBO Zabójcza historia

REPORTAŻ Detektywi amatorzy z Kansas oraz reporterka z Nowego Jorku próbują dowieść niewinności Dany Chandler, skazanej za podwójne morderstwo. Sprawą interesuje się dziennikarz Joe Sexton. HD 50 min ▶ do godz. 23.45

eprasa.pl 37b976a8ff

TVP 1 HD DVB T2

4.55 **Wykrywacz kłamstw** – publ.
5.15 **Pytanie dnia** – pr. publicyst.
5.35 **Reporterzy** – mag. reporterów
5.45 **Oko na świat** – magazyn
6.10 **Akacjowa 38** (951) – telenowela, Hiszpania 2018
7.00 **Transmisja mszy świętej z Sanktuarium Matki Bożej na Jasnej Górze**
7.30 **Dobre historie** – magazyn
8.00 **Serwis Info** – program inform.
8.10 **Pogoda Info**
8.20 **Zaraz wracam 3** (149) – serial obyczajowy, Polska 2026
9.00 **Ranczo 2** (19) – obycz., Pol. 2007
10.00 **Komisarz Alex 2** (19): Ślady krwi – serial kryminalny, Polska 2012
11.00 **Ojciec Mateusz 21** (277) – serial kryminalny, Polska 2019
12.00 **Serwis Info** – program inform.
12.10 **Agrobiznes** – magazyn rolniczy
12.30 **Agropogoda** – program inform.
12.40 **To się opłaca** – magazyn
12.55 **Natura w Jedynce: Osobliwa planeta** (3) – serial dok., Australia
14.00 **Splątane losy** (57) – serial obyczajowy, Turcja 2024
15.00 **Serwis Info** – program inform.
15.10 **Reporterzy** – mag. reporterów
15.35 **Gra słów. Krzyżówka** (1154)
16.00 **Dziedzictwo** (1041) – serial obyczajowy, Turcja 2020
17.00 **Teleexpress, pogoda**
17.25 **Jaka to melodia?** – telet. muz.
18.05 **Klan** (4745) – telenowela, TVP VOD Polska 2026
18.40 **Akacjowa 38** (968) – telenowela, Hiszpania 2018
19.30 **Program informacyjny 19.30**
19.55 **Pytanie dnia** – pr. publicyst.
20.10 **Sport, pogoda**

TVP 2 HD DVB T2

4.35 **Na dobre i na złe** (946): Tęsknota – serial obyczajowy, Polska 2025
5.30 **M jak miłość** (1850) – serial obyczajowy, Polska 2025
6.20 **Operacja zdrowie** (86) – magazyn medyczny
6.55 **Barwy szczęścia** (3409) – serial obyczajowy, Polska 2026
7.30 **Pytanie na śniadanie – pobudka** – magazyn
7.55 **Pytanie na śniadanie** – magazyn
11.45 **Jedzenie ma znaczenie** (29) – magazyn kulinarny
12.25 **Koło fortuny** – teleturniej
13.15 **Panna młoda** (211) – serial obyczajowy, Turcja 2024
14.05 **Va banque** – teleturniej
14.35 **Na sygnale** (929): Gildia wiedźm – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2026
15.05 **La Promesa – pałac tajemnic** (489) – serial obyczajowy, Hiszpania 2024
16.00 **Koło fortuny** – teleturniej
16.35 **Familiada** – teleturniej
17.20 **Panna młoda** (212) – serial obyczajowy, Turcja 2024
Cihan jest bardzo przejęty historią starszego mężczyzny i decyduje się go wesprzeć. Sinem spotyka się z Melihem. Wyjaśnia sprawę listu i próbuje ustalić, czy ich relacja ma jeszcze szansę. Sila zachowuje wobec Engina dystans.
18.15 **Va banque** – teleturniej
18.50 **Jeden z dziesięciu** – teleturniej
19.25 **Barwy szczęścia** (3409) – serial obyczajowy, Polska 2026

POLSAT HD DVB T2

4.55 **Disco Gramy**
5.40 **Telezakupy TV Okazje** – magazyn reklamowy
6.00 **Nowy dzień z Polsat News**
8.00 **Trudne sprawy** (1112) – serial paradokumentalny, Polska 2022
9.05 **Dlaczego ja?** (1327) – serial paradokumentalny, Polska 2024
10.05 **Wypasiona kuchnia** (19) – program rozrywkowy
10.20 **Dlaczego ja?** (1328, 1329) – serial paradokumentalny, Polska 2024
12.20 **Gliniarze. Śląsk** (22): Driver – serial kryminalny, Polska 2026
13.25 **Gliniarze** (986, 987) – serial paradokumentalny, Polska 2024
15.30 **Wydarzenia 24**
15.50 **Pogoda**
15.55 **Gliniarze** (1237) – serial paradokumentalny, Polska 2026
16.55 **Gliniarze. Śląsk** (23): Najwyższy czas – serial kryminalny, Polska 2026
Dorota znika bez śladu w drodze do domu. Porywacze kontaktują się z jej mężem – byłym funkcjonariuszem Straży Granicznej. Żądają okupu. Gutek i Kowalski odkrywają, że sprawa może mieć związek z przeszłością mężczyzny.
18.00 **Pierwsza miłość** (4257) – serial obyczajowy, Polska 2026
18.50 **Wydarzenia**
19.15 **Gość „Wydarzeń"** – program publicystyczny
19.25 **Wypasiona kuchnia** (32) – program rozrywkowy
19.35 **Sport, pogoda**
19.55 **Milionerzy** – teleturniej

TVN HD DVB T2

5.40 **Uwaga!** – magazyn reporterów
5.55 **Ukryta prawda** (1492) – serial paradokumentalny, Polska 2023
6.50 **Kuchenne rewolucje** (8): Łódź – Świńskie sprawki – program rozrywkowy
7.45 **Dzień Dobry TVN** – magazyn
11.20 **Doradca smaku** (20) – magazyn kulinarny
11.30 **Kuchenne rewolucje** (6, 14): Komorniki – Pod Dębami; Sosnowiec – Okrąglak
13.40 **Ukryta prawda** (1642, 1643, 1772) – paradok., Polska
Blanka znajduje w domu nieprzytomnego ojca. Mężczyzna umiera. Okazuje się, że przepisał na córkę część firmy. Jego nieuczciwy wspólnik próbuje przejąć udziały dziewczyny.
16.50 **Szpital św. Anny** (153) – serial player obyczajowy, Polska 2026
Poszkodowana w wypadku kobieta umiera, a mąż rzuca się na sprawcę. Mężczyzna próbuje uciec z karetki. Bartek desperacko stara się wpłynąć na Kaśkę, by się nie wyprowadzała. Ona jednak nie ma złudzeń.
17.55 **Detektywi** (354) – serial player fab.-dok., Polska 2026
Jakub ma problem z matką, która po powrocie z USA ingeruje w jego życie. W pracy detektyw razem z Katarzyną poszukuje zaginionej nastolatki.
19.00 **Fakty, sport i pogoda**
19.55 **Uwaga!** – magazyn reporterów
20.15 **Na Wspólnej** (4287) – serial player obyczajowy, Polska 2026
20.50 **The Floor** (20) – teleturniej

KRYMINALNY



20.30 Ojciec Mateusz 35 (454): TVP VOD Rumba dla początkujących – Polska 2026

Trwają wybory prezesa spółdzielni mieszkaniowej. W internecie ktoś umieszcza kompromitujące nagranie z udziałem jednego z kandydatów. Ten z objawami zawału trafia do szpitala. Tego samego wieczoru brutalnie pobity zostaje rolnik. Sprawy okazują się powiązane. Policjantom w śledztwie pomaga sandomierski proboszcz.

21.25 **Sprawa dla reportera** – magazyn interwencyjny
22.25 **Czas niedokonany** (4) TVP VOD – serial sensacyjny, Polska 2024
23.25 **Gra z Cieniem 2** (17) – serial kryminalny, Polska 2026
0.25 **Morderstwa w Cantal** FILM – film kryminalny, Francja 2023, reż. Sandrine Cohen, wyk. Jean Fornerod, Alexandre Varga, Joséphine Jobert, Nicky Marbot, 105 min
2.10 **Magazyn Ekspresu Reporterów**
3.10 **Sprawa dla reportera**
3.55 **Film dokumentalny**
4.50 **Zakończenie**

OBYCZAJOWY



20.05 Barwy szczęścia (3410) TVP VOD – Polska 2026

Kasia i Łukasz biorą udział w konsultacji psychiatrycznej online dotyczącej Ksawerego. Ten odkrywa, że urodził się dzięki metodzie in vitro. Hubert za wszelką cenę chce poznać prawdę o Lucynie. Śledzi seniorkę aż do jej domu i żąda wyjaśnień. Joanna odkrywa, że kobieta jest matką Wilka.

20.40 **Postaw na milion** – teleturniej
21.40 **Europa da się lubić – nowe pokolenie** (4) – program rozrywkowy
22.40 **RoboCop** – film s.f., USA 2014, FILM reż. José Padilha, wyk. Joel Kinnaman, Gary Oldman, Michael Keaton, Abbie Cornish, 125 min
Rok 2028. Policjant Alex Murphy zostaje śmiertelnie ranny. Naukowcy postanawiają połączyć jego mózg z maszyną.
0.45 **Rodzinka.pl** (316): Urodzinki – serial komediowy, Polska 2026
1.20 **Peaky Blinders 2** (8) – serial kryminalny, Wielka Brytania 2014
2.30 **Akacjowa 38** – telenowela, Hiszpania 2015-2021
4.05 **Zakończenie**

REALITY SHOW



20.30 Nasz nowy dom (377) – Polska 2026

Państwo Anna i Robert długo czekali na upragnioną córeczkę. Alicja przyszła na świat, kiedy stracili już nadzieję na powiększenie rodziny. Szczęście zmącił wypadek. Ekipa Elżbiety Romanowskiej pomoże w remoncie mieszkania, który jest niezbędny.

21.40 **Zdrada** (5) – serial kryminalny, Polska 2023
Patryk stawia żonie ultimatum. Jej romans z adwokatem zagraża jego karierze w prokuraturze. Podczas imprezy urodzinowej u Czarcińskiego zjawia się policja.
22.55 **Ukojenie** – thriller, USA 2015, FILM reż. Afonso Poyart, wyk. HIT DNIA Anthony Hopkins, Jeffrey Dean Morgan, Abbie Cornish, Colin Farrell, 135 min
1.10 **Chłopak z sąsiedztwa** – thriller, FILM USA 2015, reż. Rob Cohen, wyk. Jennifer Lopez, Ryan Guzman, Ian Nelson, John Corbett, 115 min
3.05 **Nasz nowy dom** (325) – reality show
4.25 **Kabaretowa Ekstraklasa** (91) – program rozrywkowy

ROZRYWKOWY



21.30 Kuchenne rewolucje (5)

Magda Gessler odwiedza restaurację z pięknym widokiem na najwyższy szczyt Karkonoszy. Właściciele Izby pod Śnieżką, Krzysia i Karol, podchodzą sceptycznie do negatywnych opinii ekspertki. Nie wiadomo, czy takie nastawienie szefostwa umożliwi wprowadzenie jakichkolwiek zmian.

22.40 **Miss agent 2: Uzbrojona i urocza** FILM – komedia sensacyjna, USA 2005, reż. John Pasquin, wyk. Sandra Bullock, Regina King, Enrique Murciano, William Shatner, 135 min
0.55 **CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 10** (22) – serial kryminalny, USA/Kanada 2010
2.00 **Młode gliny** (25) – serial kryminalny, Polska 2026
3.00 **Uwaga!** – magazyn reporterów
3.20 **Kwatery Hitlera** (8) – serial dokumentalny, Polska 2019
4.20 **Nauka jazdy 6** (17) – program rozrywkowy
4.55 **Zamieszkać na plaży 6** (5) – program rozrywkowy

eprasa.pl 37b976a8ff

TVN 7 HD DVB T2

5.20 **Ten moment** (54) – serial paradokumentalny, Polska 2015-2016
5.55 **Szkoła** (493-495) – serial paradokumentalny, Polska 2017
8.45 **Ukryta prawda** (1397, 1563, 1564) – serial paradokumentalny, Polska
11.50 **W-11 – Wydział Śledczy** (718-720) – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2010
13.55 **Detektywi** (138) – serial fab.-dok., Polska 2024
15.00 **Szpital św. Anny** (143) – serial obyczajowy, Polska 2026
16.00 **Szpital** (887) – serial paradokumentalny, Polska 2019
17.00 **Sędzia Anna Maria Wesołowska** (566) – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2011
18.00 **Rozwód. Walka o wszystko** (18) – serial paradokumentalny, Polska 2020
19.00 **Ukryta prawda** (1698) – serial paradokumentalny, Polska 2025
Eliza jest związana z ruchem oazowym. Zaczyna spotykać się z Kostkiem, co prowadzi do konfliktu z matką. Wkrótce Barbara odkrywa szokującą prawdę na temat chłopaka i jego ojca.
20.00 **Hotel Paradise 13** (22) – reality show

TV PULS HD DVB T2

6.00 **Policjanci z Miami 5** (19, 20): Świat w kłopotach; Cudotwórca – serial kryminalny, USA 1989
8.00 **Kobra – oddział specjalny** (5, 6): Bezboleśnie; Wróg wewnętrzny – serial sensacyjny, Niemcy 2021
10.00 **Zaklinaczka duchów 5** (103) – serial fantasy, USA 2010
11.00 **Kotka** (42) – telenowela, Meksyk 2014
12.00 **Nie igraj z aniołem** (173) – serial obyczajowy, Meksyk 2008
13.00 **Wspaniałe stulecie** (15) – serial kostiumowy, Turcja 2013-2014
14.00 **Rodzinny interes** (8): Auto dla ukochanej – serial obyczajowy, Polska 2019
15.00 **Lombard. Życie pod zastaw 14** (766, 767) – serial obyczajowy, Polska 2024
17.00 **Rodzinny interes** (9): Trudne decyzje – serial obyczajowy, Polska 2019
18.00 **Lombard. Życie pod zastaw 19** (1032, 1033) – serial obyczajowy, Polska 2026
Sąd odbiera Magdzie 8-letniego syna, Stasia, i umieszcza go w rodzinie zastępczej. Kobieta podejmuje rozpaczliwą walkę o odzyskanie praw. Wikary szuka wsparcia dla klubu młodzieżowego przy parafii.

PULS 2 HD DVB T2

6.30 **SamSam: Kosmiczne przygody** (15) – serial anim.
6.45 **Gigantozaur 2** (19) – serial anim.
7.00 **Blaze i Megamaszyny 7** (26)
7.30 **Psi Patrol 6** (7) – serial anim.
7.50 **Dora** (10) – anim., Kan./USA 2024
8.30 **Wielkie przygody małego rekina 2** (7)
8.50 **Masza i Niedźwiedź 6** (1-3)
9.25 **Świnka Peppa** (23-25) – anim.
9.45 **Bing** (25, 26) – serial animowany
10.00 **Jeżyk i Przyjaciele** (10, 9)
10.35 **Basia 2** (23, 24) – anim., Pol. 2019
11.10 **Gus. Mały – wielki rycerz 2** (4, 5) – serial animowany, Fr. 2021
11.35 **Tomek i przyjaciele: Naprzód lokomotywy! 27** (24, 25) – anim.
12.00 **Psi Patrol 4** (23) – serial anim.
12.35 **Gumisie 6** (5, 6) – serial anim.
13.35 **Smerfy** (69) – serial anim., Belgia
14.00 **Baranek Shaun 4** (5-7) – anim.
14.35 **Marta mówi** (19) – serial anim.
15.00 **Miraculous: Biedronka i Czarny Kot 6** (8, 9) – anim.
16.00 **Patryk Rozgwiazda Show** (24, 25) – serial anim., USA 2021
17.00 **SpongeBob Kanciastoporty 9** (202, 203) – anim., USA 2011-2012
18.00 **Pingwiny z Madagaskaru 2** (11, 12) – serial animowany, USA
19.00 **Kacze opowieści** (65, 33)
20.00 **Lombard. Życie pod zastaw 19** (1022) – serial obyczajowy, Polska 2026

NETFLIX



ZA WSZELKĄ CENĘ

Ojciec (Sam Worthington) zostaje niesłusznie skazany na dożywocie za zabójstwo syna. Okazuje się jednak, że chłopak mógł przeżyć. Mężczyzna próbuje oczyścić się z zarzutów.
▶serial krym. (8 odc.), USA 2026



OUTER BANKS 5

Po dramatycznych wydarzeniach, do jakich doszło w Maroku, grupa próbuje wrócić do domu. Jej członkowie mierzą się z bólem po tragicznej stracie JJ-a, pragną też odzyskać utracony skarb.
▶dla młodzieży (10 odc.), USA 2026

REKLAMA



W APTEKACH I ZIELARNIACH

Reutter CUKIERKI ŻEŃSZENIOWO-IMBIROWE – ZŁAP SIŁĘ I ODPORNOŚĆ!

21.00 **Polowanie na druhny** FILM – komedia romantyczna, USA 2005, 150 min

John i Jeremy chodzą na wesela bez zaproszenia, licząc na darmowe jedzenie oraz zabawę w towarzystwie pięknych kobiet. Podczas przyjęcia u córki rządowego dygnitarza pierwszy z nich zakochuje się w siostrze panny młodej. Tymczasem jego kompan wpada w oko druhnie. Obaj dostają nauczkę.

23.30 **Taskmaster** (5) – program rozrywkowy
0.35 **Meg** FILM – film s.f., USA/Chiny 2018, reż. Jon Turteltaub, wyk. Jason Statham, Li Bingbing, Ruby Rose, Rainn Wilson, 140 min
Naukowcy badają okolice Rowu Mariańskiego. Ich łódź podwodna zostaje zaatakowana przez megalodona. Z pomocą przybywa nurek, który kiedyś już starł się z prehistorycznym rekinem.
2.55 **Hotel Paradise 13** (21) – reality show
4.00 **Fachowcy** (12) – serial paradokumentalny, Polska 2017
4.35 **Dorota was urządzi!** (10) – program rozrywkowy

SENSACYJNY



20.00 **Pomścić córkę** FILM – USA 2022, 120 min

William Duncan, były żołnierz, traci córkę. Dziewczyna została zamordowana przez braci Rory'ego i Danny'ego. Zabójstwo zlecił im ojciec, który terroryzuje okolicę. Jeden z morderców szybko zostaje pojmany. Podczas procesu William zeznaje jednak, że nie rozpoznaje w nim sprawcy zbrodni. Przestępca wychodzi na wolność. Teraz Duncan może sam wymierzyć sprawiedliwość.

22.00 **Córka wilka** FILM – thriller, Kanada 2019, reż. David Hackl, wyk. Gina Carano, Richard Dreyfuss, Brendan Fehr, Sydelle Noel, 115 min
23.55 **Krwawa gra** FILM – film sensacyjny, Kolumbia 2015, reż. Ken Sanzel, wyk. Mickey Rourke, Freida Pinto, Ryan Kwanten, Jason Gibson, 125 min
2.00 **Dzielnica strachu 3** (84): Wróć do mnie! – serial kryminalny, Polska 2022
3.00 **Lombard. Życie pod zastaw 19** (1028) – serial obyczajowy, Polska 2026
3.55 **Zobacz to!** – pr. powtórkowe

KOMEDIA



21.00 **Moje skarby** FILM – Francja 2017, 115 min

Carole to zamknięta w sobie informatyczka, Caroline jest przebiegłą włamywaczką. Obie nie wiedzą o swoim istnieniu. Mają jednak coś wspólnego – ojca, którego nigdy nie poznały. Pewnego dnia mężczyzna, złodziej poszukiwany przez policję w całej Europie, powraca. Razem z córkami chce ukraść skrzypce warte 15 mln dolarów.

22.55 **Przyjaciel gangstera** FILM – komedia kryminalna, Francja/Włochy 2003, reż. Francis Veber, wyk. Gérard Depardieu, Jean Reno, 95 min
Małomówny Ruby ucieka z więzienia z kolegą z celi, gadatliwym Quentinem. Chce odnaleźć swój złodziejski łup, lecz nie może się pozbyć towarzysza.
0.30 **Lombard. Życie pod zastaw 2** (41, 42) – serial obyczajowy, Polska 2018
3.00 **Lombard. Życie pod zastaw 6** (293, 294) – serial obyczajowy, Polska 2020
5.00 **Lombard. Życie pod zastaw 11** (565) – serial obyczajowy, Polska 2022

PREMIERA



NA WSCHÓD OD EDENU

Losy braci Adama (Christopher Abbott) i Karola (Mike Faist) oraz ich dzieci. Napięcie między ojcami a synami podsyca Cathy Ames (Florence Pugh), matka chłopców. Dla wielodzietnej rodziny imigrantów moralnym autorytetem i oparciem dla lokalnej społeczności jest prawy Samuel Hamilton.
▶serial obycz. (7 odc.), USA 2026

PREMIERA



THE RAMPARTS OF ICE 2

Koyuki Hikawa, zwykle chłodna i trzymająca innych na dystans, powoli oswaja się z codziennym życiem wśród rówieśników. Zaczyna zmieniać swoje podejście do innych, gdy w jej życiu pojawia się Minato. Chłopak stara się wspierać koleżankę i pomagać jej przełamać lęk przed bliskością.
▶serial animowany, Japonia 2026

STACJE FILMOWE I SERIALOWE

AXN HD

6.00 **CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas** (10, 11) – serial kryminalny, USA/Kan.
7.30 **Ostry dyżur 6** (9, 10) – serial obyczajowy, USA 1999-2000
9.25 **Castle 8** (6, 7) – serial krym., USA 2015-2016
11.25 **Rekrut 6** (3, 4) – serial kryminalny, USA 2024
13.15 **Agenci NCIS 10** (14, 15) – serial sensacyjny, USA 2012
15.15 **FBI 6** (7, 8) – serial kryminalny, USA 2024
17.05 **CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 9** (7, 8) – serial krym., USA/Kanada 2008
19.05 **Castle 8** (8, 9) – serial krym., USA 2015-2016

TVP SERIALE

5.25 **Rodzinka.pl** (162, 163) – kom., Pol.
6.25 **Na sygnale** (545, 546)
7.35 **Ojciec Mateusz 7** (95) – krym., Pol. 2012
8.30 **Komisarz Alex 10** (127) – krym., Pol. 2017
9.20 **Rodzinka.pl** (164)
9.55 **Klan** (1511) – telen.
10.25 **Ranczo 3** (32) – obycz.
11.20 **Ojciec Mateusz 35** (453) – krym., Pol. 2026
12.15 **Felicita** (9, 10)
13.30 **Ojciec Mateusz 34** (446) – krym., Pol. 2026
14.30 **Ojciec Mateusz** (1)
15.30 **Komisarz Alex 10** (128) – krym., Pol. 2017
16.20 **Na sygnale** (547, 548) – serial fab.-dokum.
17.25 **Ranczo 3** (34, 35) – serial obycz., Polska

TVP KULTURA DVB T2

6.10 **Niedziela z...** – kult.
7.00 **Informacje kulturalne**
7.25 **Rawhide 3** (73)
8.30 **Dzień z życia artysty** (4) – talk-show
9.00 **Rodzina Połanieckich** (3)
10.40 **Przystań** – obycz., FILM Polska 1997, 90 min
12.10 **Reżyserzy** (7) – dok.
13.10 **Nad Niemnem** (2)
14.15 **Złoto dezerterów** FILM – komedia wojenna, Polska 1998, 135 min
16.30 **Rodzina Połanieckich** (4)
18.00 **Kulturalni** (38) – mag.
18.55 **Rawhide 3** (74) – serial przygodowy
20.00 **Czwartkowy klub filmowy** – mag. film.

ALE KINO+ HD

6.30 **Polska z góry 3** (3) – serial dok., Pol. 2018
7.00 **Moje pieczone** FILM **kurczaki** – film obyczajowy, Polska 2002, 95 min
8.35 **The Office PL** (1, 2) – kom., Pol. 2021-2022
9.50 **Karen Pirie 2** (2) – krym., Wlk. Bryt. 2025
11.45 **Detektyw Foyle 3** (2) – serial kryminalny
13.45 **W 80 dni dookoła** FILM **świata** – film przyg., USA/Niem./Irlandia 2004, 145 min
16.10 **Exodus** – dramat FILM obyczajowy, Szwecja 2023, reż. Abbe Hassan, 120 min
18.10 **Detektyw Foyle 3** (3) – serial kryminalny

CANAL+ PREMIUM HD

10.15 **Łapu capu** – pr. rozr.
10.20 **Peacock** – thriller, FILM USA 2010, 90 min
11.50 **LARP. Miłość, trolle** FILM **i inne questy** – kom., Polska 2025, 95 min
13.25 **Prawdziwa historia szeregowca Ryana** – film dok., Fr. 2026
14.20 **Saga „Zmierzch": Przed świtem. Część 1** FILM – film fantasy, USA 2011, 115 min
16.15 **Hollywood Buzz** – magazyn filmowy
16.40 **Miss Potter** – dramat FILM biograf., USA/Wielka Brytania 2006, 90 min
18.10 **Łapu capu** – pr. rozr.
18.15 **Krucjata Bourne'a** FILM – thriller, USA/Niemcy 2004, 105 min

HBO HD

9.30 **Przypadek Harolda Cricka** FILM – komediodramat, USA 2006, 115 min
11.25 **Zabawy z piłką** FILM – komedia, USA/Niemcy 2004, 95 min
13.00 **Rodzina Potwornickich** FILM – komedia, USA/Węgry 2022, 110 min
14.50 **Po prostu uwierz** FILM – dramat obyczajowy, USA 2024, 105 min
16.35 **Sprawa Friedy** FILM – dramat historyczny, Szwajcaria 2024, reż. Maria Brendle, 110 min
18.25 **Kung Fu Panda 4** FILM – film animowany, Chiny/USA 2024, reż. Mike Mitchell, 95 min

20

KRYMINALNY



21.05 **Agenci NCIS: Hawaje 3** (9)

Ceniony ekspert od broni biologicznej zostaje zamordowany na Hawajach. Śledczy łączą siły z elitarnym oddziałem, by schwytać zabójcę.

22.05 **Agenci NCIS: Hawaje** (10) – krym.
23.00 **CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 9** (7, 8) – serial krym.
0.45 **Castle 8** (8, 9) – krym.
2.40 **Agenci NCIS: Hawaje 3** (10) – krym.
3.30 **CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 6** (12, 13) – serial krym.

KRYMINALNY



19.30 **Ojciec Mateusz** (2) – Polska 2008

Zostaje zamordowany anestezjolog, doktor Nowak. Głównym podejrzanym staje się ojciec jednej z jego małych pacjentek. Ksiądz odkrywa jednak inny trop.

20.30 **Komisarz Alex 26** (324) – krym., Pol. 2026
21.30 **Ranczo 3** (36, 37)
23.30 **Ojciec Mateusz** (3)
0.25 **Na sygnale** (929, 930)
1.30 **PitBull** (31) – sens.
2.20 **Ekstradycja** (1)
3.25 **Wojenne dziewczyny** (10)
4.10 **Klan** (1511) – telen.

DRAMAT PSYCHOLOG.



20.05 **Wstręt** – Wielka FILM Brytania 1965, 115 min

Carole mieszka z siostrą Heleną. Gdy ta wyjeżdża – kobietę paraliżuje strach. Przestaje chodzić do pracy i barykaduje się w domu.

22.00 **Hala odlotów** – talk-show
22.55 **Różyczka 2** FILM – dramat obyczajowy, Polska 2023, 115 min
0.50 **Ostatnie metro** FILM – film obyczajowy, Francja 1980, 135 min
3.05 **Hala odlotów**
3.50 **Kolekcja** – cykl fel.
4.15 **Podróże z historią**

DRAMAT BIOGRAFICZNY



20.10 **Papillon. Motylek** FILM – Czechy/Hiszpania/USA 2017, 155 min

Paryski złodziej Henri zostaje niesłusznie skazany za morderstwo. W kolonii karnej na Gujanie Francuskiej poznaje fałszerza Louisa Degę. Razem planują ucieczkę.

22.45 **Wszystkie odcienie** FILM **światła** – dramat obycz., Indie/Fr./Hol. 2024, 140 min
1.05 **Making Tarantino: portret intymny** – film dokum., Fr. 2025
2.20 **Belfer 3** (2) – serial kryminalny, Pol. 2023

SENSACYJNY



20.00 **Zabójca** FILM – USA 2007, 100 min

Płatny morderca wymyka się z zasadzki. Następnego dnia pozbawia życia agenta i jego rodzinę. Jack chce pomścić kolegę po fachu. Planuje kolejne etapy wendety.

21.40 **Niedoszła** FILM **panna młoda** – komediodramat, Wielka Brytania/USA 2024, 115 min
23.35 **Ballerina.** FILM **Z uniwersum Johna Wicka** – thriller, USA/Węgry 2025, reż. Len Wiseman, 120 min

DRAMAT BIOGRAFICZNY



20.00 **The Social Network** FILM – USA 2010, 120 min

Rok 2003. Mark Zuckerberg tworzy internetową bazę studentek. Pomysł zyskuje popularność. Wraz z sukcesem pojawiają się zarzuty o naruszenie prywatności.

22.00 **Bestie Boga** (5) – dok.
22.55 **Zabójcza historia** (1) – serial dokumentalny
23.45 **Baby Driver** – film FILM sensacyjny, Wlk. Bryt./USA 2017, 110 min
1.35 **Zaułek koszmarów** FILM – dramat psycholog., Kanada/Meksyk/USA 2021, 145 min

AXN WHITE

6.00 **Detektyw Murdoch 9** (2)
6.45 **Dr House 3** (8, 9) – obycz.
8.25 **Napisała: Morderstwo 3** (14, 15) – serial kryminalny
10.30 **Agenci NCIS 20** (3-5)
13.25 **Rekrut 4** (9) – serial krym.
14.25 **Dr House 3** (10, 11)
16.25 **Downton Abbey 5** (8, 9)
19.00 **Unforgettable: Zapisane w pamięci 2** (3) – krym.
20.00 **Dowody zbrodni 2** (18, 19) – serial kryminalny
22.05 **Rekrut 4** (10) – serial krym.
23.00 **Agenci NCIS 20** (3-5) – serial sensacyjny, USA
1.45 **Dowody zbrodni 2** (18, 19) – serial kryminalny
3.40 **Zaklinacze koni 2** (9, 10)

AXN BLACK

9.40 **Zagadki z przeszłości** (12) – przyg., Fr./Niem./Kan.
10.45 **Gwiezdne wrota 2** (2, 3)
12.45 **Kobra – oddział specjalny 15** (12) – sens.
13.50 **JAG – Wojskowe Biuro Śledcze 3** (18, 19) – sens.
15.50 **Nieustraszony 4** (8)
16.55 **MacGyver** (21)
17.55 **Zagadki z przeszłości** (13) – przyg., Fr./Niem./Kan.
18.55 **Gwiezdne wrota 2** (4, 5)
21.00 **Snajper 3** – film FILM sensacyjny, 2004, 115 min
22.55 **Maksimum ryzyka** – film FILM sensacyjny, 1996, 115 min
0.50 **JAG – Wojskowe Biuro Śledcze 3** (18, 19) – sens.

WARNER TV

9.55 **Bajer z Bel-Air 4** (4, 5)
10.50 **Pełniejsza chata 4** (4, 5)
11.55 **Teraz albo nigdy! 2** (11, 12) – obycz., Pol. 2008
13.50 **Bajer z Bel-Air 4** (4-7)
15.40 **Pełniejsza chata 4** (4-7)
17.55 **Willy Wonka i fabryka czekolady** FILM – film familijny, USA 1971, reż. Mel Stuart, wyk. Gene Wilder, 125 min
20.00 **Godziny szczytu 2** – kom. FILM sens., USA 2001, 100 min
21.40 **Chłopcy z ferajny** FILM – dramat gangsterski, USA 1990, 180 min
0.40 **Ocean's Eleven:** FILM **Ryzykowna gra** – kom. sens., 2001, 135 min

POLSAT SERIALE HD

6.00 **Gliniarze** (406-408) – serial paradokum., Polska 2019
9.00 **48h. Zaginieni** (237-240) – serial kryminalny, Polska
13.00 **Niania** (69-72) – kom., Pol.
15.00 **Świat według Kiepskich** (350-355) – serial kom., Pol.
18.00 **Komisarz Mama** (29, 30) – serial kryminalny, Polska
20.00 **Czarna lista 2** (34) – serial kryminalny, USA 2014
21.00 **CSI: Kryminalne zagadki Miami 6** (139-142) – serial kryminalny, USA
0.50 **Ślad** (82, 83) – krym., Pol.
2.50 **Święty** (261, 262) – kom.
4.00 **48h. Zaginieni** (242, 243) – serial kryminalny, Polska

CANAL+ FILM HD

7.25 **Dziki robot** – film FILM animowany, 2024, 100 min
9.05 **Mikołaj i ekipa** – anim., FILM Hiszpania/Kan. 2024, 90 min
10.35 **Łapu capu** – pr. rozrywk.
10.40 **Nadzieja** – dramat sens., FILM Pol./Niemcy 2006, 100 min
12.20 **Cudowne życie** FILM – komediodramat, Francja/Kanada 2025, 100 min
14.00 **Kiedy nadchodzi jesień** FILM – dramat obyczajowy, Francja 2024, 105 min
15.45 **Moje pieczone kurczaki** FILM – film obycz., 2002, 65 min
16.50 **Zapalency. Historia polskiego filmu animowanego**
18.20 **Pod gwiaździstym niebem** FILM – komedia romantyczna, 2025, 95 min
19.55 **Łapu capu** – pr. rozrywk.
20.00 **Afterburn** – komedia FILM sensacyjna, 2025, 105 min
21.45 **One More Shot** – thriller, FILM Wielka Brytania/USA 2024, reż. James Nunn, 100 min
23.25 **Gigant** – dramat FILM biograficzny, 2025, 115 min
1.20 **Wspaniałe kilka minut**
1.50 **Opętany** – horror, FILM Włochy/USA 2023, 85 min
3.15 **Zapiski śmiertelnika** FILM – komediodramat, Polska 2025, 95 min
4.50 **Quebonafide: Północ/Południe** FILM – musical, Polska 2025, 70 min

CANAL+ SERIALE HD

9.50 **Mozart. Narodziny geniusza** (3) – film dokumentalny, Wielka Brytania 2024
10.55 **Naruto 5** (24-26) – serial anime, Japonia 2004-2005
12.25 **Planeta Singli. Osiem historii** (5, 6) – serial komediowy, Polska 2021
14.20 **Cat's Eyes** (5, 6) – serial przygodowy, Francja 2024
16.20 **W sercu dżungli. Orangutany z bliska** (1, 2) – film dokumentalny, Niemcy 2025
18.15 **13 posterunek 2** (1-3) – serial komediowy, Polska 2000
20.00 **Emigracja XD** (9, 10) – serial komediowy, Polska 2023
Malcolm i Stomil trafiają na farmę kapusty na angielskiej prowincji.
21.00 **Edukacja XD** (1, 2) – serial komediowy, Polska 2025
22.05 **Rok za rokiem** (1, 2) – serial obyczajowy, Wielka Brytania 2019
0.05 **Koniec lata** (1, 2) – serial kryminalny, Szwecja 2023
2.10 **Kryptonim Polska** (1-3) – serial komediowy, Polska 2022
4.30 **Hollywood Buzz** – magazyn filmowy
5.00 **Miasta rytm** (3) – serial dokumentalny, Polska 2020

CANAL+ 360 HD

6.00 **13 posterunek 2** (25, 26)
7.20 **Na pierwszym planie** (3)
8.00 **Porzucona Ameryka 4** (5)
9.00 **Wykrywacz historii 6** (4)
10.00 **Koleją przez świat 3** (1)
11.00 **Speedshop: warsztat marzeń** (3) – serial dokum.
12.25 **Polska z góry: Stadiony 2** (1) – dok., Pol.
13.00 **Porzucone konstrukcje 4** (6) – dok.
14.00 **Zholowani: ciężarówki w opałach 6** (9) – dok.
14.50 **Wykrywacz historii 6** (5)
16.00 **Hot Roads – Najniebezpieczniejsze drogi świata** (1) – serial dok., Niem. 2011
17.00 **Mega samoloty** (1) – dok.
18.00 **Porzucona Ameryka 4** (6)
19.00 **Zholowani: ciężarówki w opałach 6** (7) – dok.
19.50 **Mega samoloty** (2) – dok.
20.50 **Koleją przez świat 5** (3) – serial dok., Wlk. Bryt. 2018
21.50 **13 posterunek 2** (17, 18) – serial komediowy, Polska
23.00 **Porzucone konstrukcje 4** (7) – dok.
0.00 **Koleją przez świat 3** (2)
1.00 **Chwila prawdy** (7) – dok.
2.00 **Polska z góry: Stadiony 2** (8) – dok., Pol.
2.40 **Łowcy tajemnic Bałtyku** (7) – serial dok., Polska 2020
3.45 **Pogotowie remontowe Wieśka 4** (4, 5) – mag.
4.55 **Mam zamek 2** (3, 4) – dok.

HBO 2 HD

12.05 **P.S. Kocham Cię** FILM – melodram., 2007, 120 min
14.05 **Mój mistrz** – dram. obycz., FILM Włochy 2025, 125 min
16.10 **Pies i Robot** – anim., FILM Hiszpania/Fr. 2023, 100 min
17.50 **Tak się poznaliśmy** FILM – komedia romantyczna, USA 2023, 100 min
19.30 **Sypiając z innymi** FILM – komediodramat, USA 2015, 100 min
21.10 **Materialiści** – komedia FILM romantyczna, USA/Finlandia 2025, 115 min
23.05 **Odwilż 3** (2) – krym., Pol.
23.55 **Niebo. Rok w piekle** (5)
0.35 **The Pitt 2** (11) – obycz.

HBO 3 HD

14.45 **Niesamowity** FILM **Spider-Man 2** – film przygodowy, 2014, 140 min
17.05 **Kaskader** – komedia FILM sensacyjna, 2024, 125 min
19.10 **Wielkie kłamstewka 2** (7) – serial obycz., USA 2019
20.00 **Perry Mason** (3) – krym.
21.00 **Przegląd tygodnia: Wieczór z Johnem Oliverem 13** (24) – talk-show
21.45 **Półbrat** (5) – serial obycz.
22.50 **Latarnie** (7) – serial s.f.
23.50 **Druga młodość** (3) – obycz., USA/Wlk. Bryt.
0.20 **Sprzedawcy 2** – komedia, FILM USA 2006, 95 min

eprasa.pl 37b976a8ff

P! Premiera w TV

STACJE FILMOWE I SERIALOWE

POLSAT FILM HD

6.05 **Górale** (141-143) – serial dok., Pol. 2022
7.30 **Doktor Martin** (15) – serial obyczajowy
8.30 **Przyjaciółki** (253, 254) – obycz., Pol.
10.30 **Świat według Kiepskich** (102, 103, 20, 21) – serial kom.
12.50 FILM **Człowiek w czerwonym bucie** – kom. sens., USA 1985, 110 min
14.40 FILM **Minionki 2: Wejście Gru** – film animowany, USA/Fr. 2022, 110 min
16.30 FILM **Kochaj albo rzuć** – komedia, Polska 1977, 145 min
18.55 FILM **A więc wojna** – komedia romant., USA 2012, 125 min

COMEDY CENTRAL HD

6.00 **Tata ma plan** (19, 20) – serial komediowy
7.00 **Dwóch i pół 4** (13-16) – serial komediowy
8.55 **Hoży doktorzy** (5, 6) – serial komediowy
9.55 **Przyjaciele 2** (19-22) – serial komediowy
11.55 **Teoria wielkiego podrywu 10** (14-19) – kom., USA 2016-2017
14.30 **Dwóch i pół 4** (17-20) – serial komediowy
16.30 **Przyjaciele 2** (23, 24) – serial komediowy, USA 1996
17.30 **Przyjaciele 3** (1, 2) – serial komediowy, USA 1996-1997
18.30 **Hoży doktorzy** (7, 8) – serial komediowy, USA 2001

TVN FABUŁA HD

5.05 **Szkoła** (5) – paradok.
6.00 **Top 100: filmy wszech czasów** (8)
6.30 **Najpiękniejsza muzyka filmowa** (8)
6.45 **Julia** (12, 13) – serial obycz.-kom., Pol. 2011
7.45 **Detektywi** (322-325) – serial fab.-dokum.
9.50 **Młode gliny** (19)
10.55 **Lekarze 5** (2) – obycz.
11.55 **Zapukaj do moich drzwi** (114, 115)
13.55 **Młode gliny** (20)
14.55 **Detektywi** (652, 653)
16.05 **Na Wspólnej** (106, 107) – obycz., Pol.
17.10 **Magia kina** (1) – kult.
17.30 **Sonic. Szybki jak błyskawica 2** – film przygodowy, USA/Japonia 2022, 150 min

13 ULICA

6.20 **Morderstwa w Cornouaille** – film kryminalny, Francja 2018, 125 min
8.25 **Motyw 4** (6, 7) – serial kryminalny, Kan. 2016
10.20 **Bez śladu 3** (2, 3) – serial kryminalny, USA 2004-2005
12.20 **Kasandra 7** (1) – serial kryminalny, Fr.
14.20 **Morderstwa w Lotaryngii** – film kryminalny, Francja/Belgia 2019, 120 min
16.20 **Motyw 4** (8, 9) – serial kryminalny, Kan. 2016
18.15 **Bez śladu 3** (4, 5) – serial kryminalny, USA 2004-2005
20.00 **Kasandra 7** (2) – serial kryminalny, Fr.

KINO POLSKA

6.00 **Dom w cenie mieszkania** (1) – mag. poradnikowy
6.30 **Bolek i Lolek** (1, 2)
6.50 **Reksio** (2, 5) – anim.
7.10 **Przygody Myszki** (1)
7.20 **Polska Kronika Filmowa** – serial dok.
7.40 **Polska z góry. Zamki, dworki, pałace 4** (5, 6) – dok.
8.45 **Do przerwy 0:1** (1, 2) – serial obyczajowy
9.55 FILM **Gdzie jest generał** – komedia wojenna, 1963, 120 min
11.55 FILM **Potop** (1/2) – film hist., 1974, 225 min
15.40 FILM **Dzięcioł** – komedia, 1970, 120 min
17.40 **Czterej pancerni i pies** (5, 6) – wojenny

STOPKLATKA DVB T2

6.00 **Kabaretowe hity** (8) – program rozrywkowy
6.50 **Wojciech Cejrowski – boso przez świat**
7.50 **Robert Makłowicz** (235, 236) – mag. kulin.
9.35 **Pyszne dania w 10 minut z Julią Oleś 2** (11) – magazyn kulin.
9.45 **Górski lekarz** (9, 10) – obycz., Niem./Austria
11.45 **Zagadki kryminalne panny Fisher 3** (3, 4) – krym., Australia 2015
14.00 **Hudson i Rex 4** (14) – serial krym., Kanada
15.00 **Zajazd. Będzie się działo 2** (19, 20) – serial obycz., Polska
17.00 **Katastrofy w przestworzach** (4, 6, 3) – serial dokum.

20

DRAMAT OBYCZAJOWY



21.00 FILM **Romantyczny czwartek: Potęga miłości** – USA 2022, 165 min

Czasy gorączki złota w Kalifornii. Prostytutka Angel zmaga się z demonami przeszłości. Zakochuje się w niej farmer Michael Ozeasz, który gotów jest ją poślubić.

23.45 FILM **Kraven Łowca** – film przygodowy, USA/Islandia/Kanada 2024, 160 min
2.25 **Ślad** (57, 79, 80) – serial krym., Polska
5.20 **Na ratunek 112** (946) – serial paradokum.

KOMEDIOWY



19.30 **Teoria wielkiego podrywu 10** (20-24)

Sheldon mocno się forsuje, pomagając przy projektach Leonarda i Howarda oraz Amy. Bernadette powoli kończy się urlop macierzyński.

21.35 **Teoria wielkiego podrywu 11** (1)
22.00 **The Office PL 4** (7, 8)
23.05 **Comedy Club 2** (3, 4)
0.05 **Miasteczko South Park 10** (8, 9)
1.00 **Pracoholicy 6** (1, 2)
2.00 **Śmieszniej nie będzie** (7, 8) – pr. rozr.
3.00 **Miasteczko South Park 10** (5-7)

KOMEDIODRAMAT



20.00 **Magic Mike: Ostatni taniec** – USA 2023, 150 min

Były striptizer Mike pracuje dla firmy kateringowej. Po jednym z przyjęć zamożna Max proponuje mu, by został choreografem w jej londyńskim teatrze.

22.30 **Top Gun: Maverick** – film sensacyjny, USA 2022, 150 min
1.00 **Pod ścianą** – film sensacyjny, Wielka Brytania 2022, 145 min
3.25 **Alfabet filmowy** (27) – magazyn filmowy
3.30 **Seriaale** (1) – mag.

KRYMINALNY



22.00 **Prosto w serce** (5, 6) – Francja/Belgia 2022

Poszukiwany jest student medycyny z burzliwą przeszłością, który terroryzował swoją rodzinę. Julia Scola i Novak Lisica rozpoczynają dochodzenie.

0.25 **Prawo i porządek Toronto: Zbrodniczy zamiar** (5) – serial kryminalny, Kan. 2024
1.25 FILM **Zabójstwo w Valbonne** – dramat kryminalny, Francja 2022, 120 min
3.25 **Motyw 4** (7) – serial kryminalny, Kan. 2016

DRAMAT WOJENNY



20.00 FILM **Kamienie na szaniec** – 2014, 135 min

Przyjaciele Alek, Zośka i Rudy działają w harcerstwie. Ich plany na przyszłość burzy wybuch II wojny światowej. Młodych ludzi czeka wiele trudnych wyborów.

22.15 FILM **Horror Story** – czarna komedia, 2023, 135 min
0.30 FILM **Wesele** – dramat obyczajowy, Polska/Łotwa 2021, 160 min
3.10 FILM **Hiacynt** – dramat obycz., 2021, 155 min
5.45 **Moja** – krótkometraż.

SENSACYJNY



20.00 FILM **Mroczny opiekun** – USA 2024, 145 min

Syn informatorki agenta Interpolu, Hatcha, zostaje porwany. Mężczyzna nie cofnie się przed niczym, by odbić zakładnika. Na jego drodze stają niebezpieczni ludzie.

22.25 FILM **Mścicielka** – thriller, Francja/Kanada/USA 2016, 120 min
0.25 FILM **Sala samobójców. Hejter** – dram. obycz., Pol. 2020, 160 min
3.05 FILM **Następne 48 godzin** – komedia sensacyjna, USA 1990, 140 min
5.25 **Tama** – etiuda film.

CINEMAX HD

12.20 **Na skraju nadziei**
12.55 FILM **Dziś wieczorem nie schodźmy na psy** – film wojenny, 2024, 100 min
14.35 FILM **Olmo** – komediodramat, USA/Meksyk 2025, 85 min
16.00 FILM **Manchester by the Sea** – dramat obyczajowy, USA 2016, 140 min
18.20 FILM **Delikatne liście** – film obycz., Belgia 2025, 100 min
20.00 **Prawo ulicy** (1, 2) – krym.
22.00 FILM **8** – film obyczajowy, Hiszpania 2025, 125 min
0.05 FILM **Nikt mnie nie kocha** – dram. psycholog., Czechy/Fr./Słowacja 2024, 110 min
1.55 **Prawo ulicy** (1, 2) – krym.

POLSAT COMEDY CENTRAL EXTRA HD

13.25 **Święty** (29, 30) – kom., Pol.
14.25 **Spadkobiercy 2** (6) – rozr.
15.25 **Co ludzie powiedzą? 2** (7) – serial kom., Wlk. Bryt.
16.05 **Jedną nogą w grobie** (3)
16.55 **Czarna Żmija 2** (3) – kom.
17.35 **Młody Sheldon 6** (22) – serial komediowy, USA
18.05 **Młody Sheldon 7** (1, 2)
19.00 **Dwóch i pół 4** (13-16)
21.00 **Świat według Kiepskich** (8-10) – serial kom., Polska
22.30 **Co ludzie powiedzą? 2** (8) – serial kom., Wlk. Bryt.
23.05 **Jedną nogą w grobie** (4)
23.50 **Czarna Żmija 2** (4) – kom.
0.30 **Comedy Club 9** (6) – rozr.
1.00 **Spadkobiercy 2** (6) – rozr.

SCIFI

6.00 **Sanktuarium: Opowieść czarownicy** (7) – krym.
7.00 **Od jutra** (1-3) – serial s.f.
10.00 **Medium 6** (20, 21) – krym.
12.00 **Czarodziejki 3** (6-8)
15.00 **Medium 6** (22) – krym.
16.00 **Medium 7** (1) – krym., USA
17.00 **Czarodziejki 3** (9-12) – serial fantasy, USA 2001
21.00 **Echa na stacji Parrish** (1, 2) – krym., Australia 2026
23.00 **Daybreakers – Świt** – horror s.f., 2009, 120 min
1.00 **183 metry strachu** – thriller, USA 2016, 110 min
2.50 **Medium 6** (20, 21) – krym.
4.55 **Sanktuarium: Opowieść czarownicy** (7) – krym.

FX HD

9.00 **CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas** (21) – krym.
10.00 **CSI: Kryminalne zagadki Miami** (13, 14) – krym.
11.50 **CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku** (9) – krym.
12.50 **FBI 5** (7) – serial kryminalny
13.45 **Agenci NCIS** (19, 20)
15.35 **CSI: Kryminalne zagadki Miami** (15, 16) – krym.
17.25 **Z archiwum X** (16, 17)
19.15 **FBI 5** (8) – serial kryminalny
20.10 **CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku** (10, 11)
22.00 **Zakładnik 2** (3) – obycz.
23.00 **Londyn w ogniu** – film sensacyjny, 2016, 125 min
1.05 **Z archiwum X** (16, 17)

FILMBOX+ ONE HD

9.45 **Vera 5** (2) – serial krym.
11.45 **Zagadki kryminalne panny Fisher 3** (2) – krym.
12.55 **Poirot** – serial kryminalny
15.00 **Strażnik Teksasu 6** (2, 3)
17.05 **Vera 5** (3) – serial krym.
18.55 **Poirot** (2) – serial krym.
20.00 **Polowanie na „Czerwony Październik”** – film sensacyjny, 1990, 175 min
22.55 **Wykidajło** – dramat sensacyjny, 1989, 160 min
1.35 **Zombieland** – horror komediowy, 2009, 120 min
3.35 **Dead Trigger – Oddział śmierci** – horror s.f., USA 2017, 120 min

ROMANCE TV HD

8.15 **Górski lekarz** (97) – obycz.
10.05 **Lato w Szwarcwaldzie** – melodram., 2024, 115 min
12.00 **Dora Heldt: Gratulacje!**
FILM **Wygrał pan!** – film obycz., Niemcy 2014, 115 min
13.55 **Miłosne sprawki** – kom. romant., 2022, 125 min
16.00 **O, mamma mia!** – kom., Niemcy 2012, 125 min
18.05 **Górski lekarz** (98) – obycz.
20.00 **Inga Lindström: Hanna i dobre życie** – film obycz., Niem. 2023, 115 min
21.55 **O jedną miłość więcej** – film obyczajowy, Niemcy 2022, 115 min
23.50 **Górski lekarz** (98)

CINEMAX 2 HD

12.55 **Omaha** – film obyczajowy, USA 2025, 85 min
14.20 **Valmont** – dramat kostiumowy, Francja/Wielka Brytania/USA 1989, 135 min
16.35 **Dziewczyna z Kolonii** – film biograficzny, Niemcy/Pol./Bel. 2025, 115 min
18.30 **Jaśniejsza od gwiazd** – melodramat, Wlk. Bryt./Australia/Fr. 2009, 120 min
20.30 **Rain Man** – dramat psychologiczny, USA 1988, reż. Barry Levinson, 135 min
22.45 **Pogubieni** (1-3) – obycz., Wlk. Bryt. 2024, 185 min
1.50 **Drugie życie** – dramat obyczajowy, 2024, 85 min

VIASAT EPIC DRAMA HD

10.25 **Lekarze na start** (52, 1) – serial obycz., Polska 2017
12.00 **Zatraceni w miłości** (17)
13.00 **Panna Scarlet 6** (6)
14.10 **Agenci NCIS 18** (10)
15.05 **Panna Marple: Dom niespokojnej starości** – film kryminalny, Wielka Brytania 2006, 120 min
17.05 **Dalgliesh 2** (2) – krym.
19.00 **Agenci NCIS 18** (11)
19.55 **Poirot 3** (2) – serial krym.
21.00 **Detektyw Murdoch 19** (17) – krym., Kan./Wlk. Bryt.
21.55 **Agenci NCIS 17** (14)
22.55 **Poirot 3** (2) – serial krym.
0.00 **Agenci NCIS 18** (11)
1.00 **Panna Scarlet 6** (6)

NOVELAS+ HD

6.00 **Róże i grzechy** – telen.
7.00 **Duma i uprzedzenie**
8.00 **Sidła namiętności**
9.00 **Miłość w Cabo** – telen.
10.00 **Opowieść o wyspie**
11.00 **Sidła namiętności**
12.00 **Duma i uprzedzenie**
13.00 **Róże i grzechy** – telen.
14.00 **Domenica Montero**
16.00 **Róże i grzechy** – telen.
17.00 **Duma i uprzedzenie**
18.00 **Sidła namiętności**
19.00 **Miłość w Cabo** – telen.
20.00 **Opowieść o wyspie**
21.00 **Domenica Montero**
22.00 **Róże i grzechy** – telen.
23.00 **Duma i uprzedzenie**
0.00 **Sidła namiętności**

FX COMEDY HD

8.15 **Simpsonowie 36** (13, 14)
9.10 **Diabli nadali 5** (4-7)
11.05 **Jim wie lepiej 4** (22, 23)
12.00 **Sposób użycia** (12, 13)
13.00 **Wszyscy kochają Raymonda 9** (16) – kom.
13.30 **Wszyscy kochają Raymonda** (1-4) – kom.
15.30 **Simpsonowie 36** (13-16)
17.30 **Jak poznałem waszą matkę** (12-14) – serial kom.
19.00 **Współczesna rodzina 9** (4-7) – kom., USA 2017-2018
21.00 **Family Guy: Głowa rodziny 20** (1, 4)
22.00 **Dorwać byłą** – komedia romant., USA 2010, 130 min
0.10 **Simpsonowie 36** (10, 9)

FILMBOX+ HITS HD

14.20 **Scenariusz na miłość** – komedia romantyczna, USA 2014, 120 min
16.20 **Guido Superbohater** – komedia, Kanada 2010, reż. Silvio Pollio, 100 min
18.00 **Delikatność** – komedia romant., Fr. 2011, 120 min
20.00 **Autostrada złodziei** – film sens., 2025, 100 min
21.40 **Czarny diament** – thriller, USA 2025, reż. Judd Bloch, 100 min
23.20 **Poznajmy się jeszcze raz** – komediodramat, Francja/Bel. 2019, 125 min
1.25 **The Razor's Edge** – thriller, USA 2025, 105 min

PARAMOUNT NETWORK HD

9.20 **Pingwiny z Madagaskaru 2** (38)
9.50 **Kontakt** – film s.f., USA 1997, 190 min
13.00 **Czarodziejki 5** (24) – serial fantasy, USA 2002-2003
15.00 **Pingwiny z Madagaskaru 2** (39)
15.35 **Ostatni władca wiatru** – film przyg., 2010, 135 min
17.50 **Tajna baza** – film przygodowy, 2022, 130 min
20.00 **Aviator** – dramat biograf., USA/Niemcy 2004, 210 min
23.30 **Liberator 2** – film sensacyjny, 1995, 125 min
1.35 **Pszczelarz** – thriller, USA/Wlk. Bryt. 2024, 135 min

DVB T DVB T2 – stacje dostępne za darmo w naziemnej telewizji cyfrowej

eprasa.pl 37b976a8ff

STACJE SPORTOWE

EUROSPORT 1 HD
8.00 Snooker: Shenzhen
LIVE Open – 4. dzień
11.00 Wspinaczka: Zawody World Series w Chongqing
13.30 Snooker: Shenzhen
LIVE Open – 4. dzień
16.30 Wspinaczka: Zawody World Series w Chongqing – speed par mieszanych
17.15 Wspinaczka: Zawody World Series w Chongqing – speed par – finały
18.00 Kolarstwo górskie: Zawody Pucharu Świata w Whistler – zjazd mężczyzn
19.00 FIA WEC: Wyścig 24-godzinny w Le Mans

POLSAT SPORT 1 HD
5.00 Tenis: Turniej ATP
LIVE w Pekinie – mecze 1. i 2. rundy
7.00 Tenis: Turniej ATP
LIVE w Pekinie – mecze 1. i 2. rundy
9.00 Tenis: Turniej ATP
LIVE w Pekinie – mecze 1. i 2. rundy
11.00 Piłka nożna: Liga Narodów
13.00 Tenis: Turniej ATP
LIVE w Pekinie – mecze 1. i 2. rundy
15.00 Tenis: Turniej ATP
LIVE w Pekinie – mecze 1. i 2. rundy
18.00 Siatkówka mężczyzn: Mistrzostwa Europy 2026 – mecz fazy play-off

CANAL+ SPORT HD
9.00 Piłka nożna: Liga hiszpańska: Valencia CF – FC Barcelona
11.20 Piłka nożna: PKO BP Ekstraklasa: Górnik Zabrze – Wisła Kraków
13.45 Premier League Stories (6) – mag.
14.30 Ekstraklasa po godzinach – mag.
15.40 Piłka nożna: Liga hiszpańska – mecz: Betis – Real Madryt CF
18.00 Boks: Walka o pas IBF World w Fuji: T. Simsri – M. Vicelles
19.10 Hit the Mic – Zostań komentatorem! – reality show
20.00 Premier League: The Big Interview (7) – magazyn piłkarski

TVP SPORT HD
7.30 Strongman: Finał Pucharu Polski Strongman Tyberian Team – Męcinka 2026
8.30 Żużel: Indywidualne mistrzostwa Europy – 2. runda w Güstrowie
10.35 Piłka nożna: Liga Narodów – mecz: Hiszpania – Chorwacja
12.45 Piłka nożna: LN: Szwecja – Polska
14.55 Piłka nożna: Liga Narodów – podsumowanie 1. i 2. kolejki oraz zapowiedź 3. i 4. kolejki
16.45 Piłka nożna: Eliminacje ME U-21: Polska – Szwecja
18.50 Boks: Gala w Londynie – podsumowanie

ELEVEN SPORTS 1 HD
6.00 Werder Double – film dokumentalny
7.00 Piłka nożna: Liga niemiecka – mecz: FC Bayern Monachium – 1. FC Union Berlin
9.00 Piłka nożna: Liga włoska – mecz: AC Milan – US Lecce
11.00 Formuła 2: Grand Prix Azerbejdżanu
12.00 Piłka nożna: Liga portugalska – mecz: FC Porto – SL Benfica
14.00 Formuła 1: Grand Prix Azerbejdżanu
16.00 Piłka nożna: Liga włoska – mecz: Juventus – Atalanta BC
18.00 Piłka nożna: Liga niemiecka: Bayer 04 Leverkusen – RB Lipsk

DISCOVERY CHANNEL HD
10.00 Wyprawa w nieznane – dok.
11.00 Klan z Alaski – dok.
12.00 Przemytnicy: na lotnisku – dok.
13.00 Człowiek kontra niedźwiedź – pr. rozr.
14.00 Nagi instynkt przetrwania: Ameryka Łacińska (3) – serial dokum.
15.00 Złomowisko PL 10 (3) – serial dokum., Pol.
16.00 Gorączka złota: na kłopoty Freddy Dodge 5 – serial dok.
17.00 Kroniki policyjne: Szwecja – serial dok.
18.00 Przygody truckerki (5) – serial dokum., Pol.
19.00 Nagi instynkt przetrwania 4 – dok.

20

MOTOCROSS

21.00 Mistrzostwa świata w Arnhem – 2. wyścig w klasie MXGP
Holender Jeffrey Herlings wysunął się na zdecydowane prowadzenie w wyścigu o tytuł mistrza globu.
22.00 Snooker: Shenzhen Open – 4. dzień
0.00 Kolarstwo górskie: Zawody Pucharu Świata w Whistler – zjazd mężczyzn
1.30 Snooker: Shenzhen Open – 4. dzień
3.00 Motocross: Mistrzostwa świata w Afyonkarahisar

PIŁKA NOŻNA

20.35 Liga Narodów
LIVE – mecz: Niemcy – Serbia
Pomimo słabszych MŚ gospodarze należą do ścisłej europejskiej czołówki i celują w końcowy triumf. Z kolei Serbowie chcą udowodnić, że są w stanie regularnie rywalizować z najlepszymi.
23.00 Siatkówka mężczyzn: Mistrzostwa Europy 2026
23.55 Magazyn Ligi Narodów – magazyn piłkarski
1.00 Boks

MAGAZYN SPORTOWY

20.30 Speedway+
Zbiór najważniejszych informacji i ciekawostek na temat klubów rywalizujących w PGE Ekstralidze.
21.00 Żużel: PGE Ekstraliga – mecz barażowy
0.00 Hit the Mic – Zostań komentatorem!
0.50 Speedway+ – mag.
1.25 Premier League: The Big Interview (7) – magazyn piłkarski
2.00 Piłka nożna: PKO BP Ekstraklasa: Piast Gliwice – Wieczysta
4.20 Premier League Stories (6) – mag.

MAGAZYN BOKSERSKI

21.05 Ring TVP Sport
W programie spotkania z wybitnymi polskimi pięściarzami i zapowiedzi nadchodzących pojedynków.
22.00 Sportowy wieczór – program informacyjny
22.35 Piłka nożna: Liga Narodów – mecz: Szwecja – Polska
0.45 Sporty walki: Oktagon 94 we Frankfurcie nad Menem
3.00 Boks: Gala w Montrealu – podsumowanie

MAGAZYN FORMUŁY 1

20.00 GP Confidential
Widzowie mają możliwość zajrzeć za kulisy najbardziej prestiżowej serii wyścigów samochodowych.
20.40 Formuła 1: Grand Prix Azerbejdżanu
22.40 Bundesliga Special Show (4) – mag.
23.20 Serie A – mag.
0.00 Eleven Top Goals – magazyn piłkarski
1.00 Moi bohaterowie
1.40 Najlepsze gole Schalke 04 – mag.
2.00 Piłka nożna: Liga włoska: Monza – Sassuolo

DOKUMENTALNY

21.00 Ocalić dom: Interwencja
Raneyowie wyruszają do Montany, aby wesprzeć mieszkającą tam rodzinę. Zbliżające się zjawisko La Nina może pozbawić ich domu i zapasów żywności.
23.00 Poszukiwacze przeklętego złota 5 – serial dokum.
0.00 Fani czterech kółek: w trasie – serial dok.
1.00 Hotrod wg Kindiga 10 – dok.
2.00 Eurotruckersi 3 (8)
3.00 Łowcy staroci 13 (15) – dok., Wlk. Bryt.

EUROSPORT 2 HD
12.00 Kolarstwo: MŚ – Montreal 2026
13.00 Wspinaczka: Zawody World Series w Chongqing – speed par – finały
15.00 Kolarstwo górskie: PŚ w Whistler
16.00 Kolarstwo: Mistrzostwa świata – Montreal 2026
18.00 Wspinaczka: Zawody World Series w Chongqing
20.00 Snooker: Shenzhen Open – 4. dzień
22.00 FIA World Endurance Championship: Wyścig 24-godzinny w Le Mans
23.00 Golf: Black Desert
LIVE Championship – 1. dzień

POLSAT SPORT 2 HD
4.00 Tenis: Turniej ATP
LIVE w Tokio – mecz 1. rundy
6.00 Tenis: Turniej ATP
LIVE w Tokio – mecz 1. rundy
8.00 Tenis: Turniej ATP
LIVE w Tokio – mecz 1. rundy
10.00 Tenis: Turniej ATP
LIVE w Tokio – mecz 1. rundy
13.00 Piłka nożna: Liga Narodów
15.30 Piłka nożna: Liga Narodów
18.30 Piłka nożna: Liga Narodów
20.35 Piłka nożna: Liga
LIVE Narodów: Grecja – Holandia
23.00 Piłka nożna: LN
1.00 Sporty walki: FEN

CANAL+ SPORT 2 HD
9.00 Tenis: Turniej WTA
LIVE w Pekinie – mecz 1. rundy
11.00 Tenis: Turniej WTA
LIVE w Pekinie – mecz 1. rundy
13.00 Tenis: Turniej WTA
LIVE w Pekinie – mecz 1. rundy
15.20 Tenis: Turniej WTA w Pekinie – mecz 1. rundy
17.40 Tenis: Turniej WTA w Pekinie – mecz 1. rundy
20.00 Tenis: Turniej WTA w Pekinie – mecz 1. rundy
22.15 Tenis: Turniej WTA w Pekinie – mecz 1. rundy
0.30 Tenis: Turniej WTA w Pekinie – mecz 1. rundy
5.00 Tenis: Turniej WTA
LIVE w Pekinie – mecz 1. rundy

EXTREME CHANNEL HD
9.00 Liquid Edge (9)
10.00 AMA Motocross Series Highlights (9)
11.00 X Games – Aspen 2020
12.00 Drift Style (5, 6) – mag.
13.00 Action Sports World (25)
14.00 WWE Classic Gold
16.00 EFC – Extreme Fighting Championship 137 (1)
19.00 AEW: PAN PAWŁOWSKI x PAUL WIGHT (1)
20.00 AEW Collision 2 (2639)
22.00 New Japan Pro-Wrestling (31)
2.00 AMA Motocross Series Highlights (9)
3.00 Liquid Edge (9)
4.00 Drift Style (5, 6) – mag.

ELEVEN SPORTS 2 HD
12.00 Piłka nożna: Liga niemiecka – mecz: VfB Stuttgart – BVB
14.00 Piłka nożna: Liga włoska – mecz: ACF Fiorentina – SSC Napoli
16.00 Piłka nożna: Liga niemiecka: Bayern – Union
18.00 Formuła 1
20.00 Piłka nożna: Liga włoska: AS Roma – Inter
22.00 Bundesliga Clubs – mag.
22.20 Bundesliga Clubs – mag.
22.40 Bundesliga Clubs – mag.
23.00 Formuła 1: Grand Prix Azerbejdżanu
23.40 Najlepsze gole VfL Wolfsburg – mag. piłkarski

DISCOVERY LIFE HD
8.15 Szpital (578, 579)
10.15 Nowa Maja w ogrodzie 4 (22, 23)
11.15 Idealna niania 9 (3, 4)
12.45 Klinika bez tajemnic
14.45 Szpital (577, 578)
16.45 Idealna niania 9 (2-5)
19.45 Beauty ekspert (4) – mag.
20.15 Życie zaczyna się po 60-tce (2) – pr. rozrywk.
21.15 Wycieczkowiec (18)
22.15 Nie do uwierzenia! 5
0.15 Powrót doktora Szczyta
1.15 Śmierć Diany: dwa śledztwa (2) – serial dok.
2.15 Eks-tra zmiana (3) – rozr.
3.15 Szpital (474, 475)
5.15 Pojedynek na modę (10)

POLSAT SPORT FIGHT HD
12.45 Atleci – magazyn sportowy
13.10 Sporty walki: FEN 58 w Częstochowie – walka: W. Bartnik – J. Jędraszczyk
15.25 Sporty walki: NOC MMA 14: Turek
17.15 Strzelnica Navala (7)
18.05 Boks: Babilon Boxing Show w Ożarowie Mazowieckim – waga superlekka: A. Jędrzejczyk – H. Connart
20.15 Z archiwum ESPN – mag.
21.20 Sporty walki: UFC 329: C. McGregor – M. Holloway 2
23.15 K.O. TV Weekly (40)
23.45 Sporty walki: Game Changer MMA 6 w Rabce Zdroju

POLSAT SPORT 3 HD
6.00 Piłka nożna: Liga Narodów
8.30 Piłka nożna: Liga Narodów
11.00 Piłka nożna: Liga Narodów
13.00 Piłka nożna: LN
15.00 Tenis: Turniej ATP w Pekinie – mecz 1. rundy
17.30 Siatkówka mężczyzn:
LIVE PLS 1. liga – mecz: MCKiS Jaworzno – Lechia
20.35 Piłka nożna: LN – mecz:
LIVE Dania – Portugalia
23.00 Tenis: Turniej ATP w Pekinie – mecz 1. rundy
1.00 Sporty walki: Babilon MMA

CANAL+ SPORT 5 HD
7.10 Ligomistrzowe historie
8.15 Żużel: PGE Ekstraliga – finał
11.15 Żużel: PGE Ekstraliga – mecz barażowy
14.15 Hit the Mic – Zostań komentatorem!
15.15 Piłka nożna: PKO BP Ekstraklasa: Legia – Radomiak
17.45 Turbokozak (2) – mag.
19.00 Magazyn Metalkas 2. Ekstraliga – mag.
20.00 Dart: World Grand
LIVE Prix w Leicester
0.15 Speedway+ – mag.
1.00 Piłka nożna: PKO BP Ekstraklasa – mecz: Górnik Zabrze – Wisła Kraków

ELEVEN SPORTS 4 HD
13.35 Pewnego razu w Gruzji – historia Khvichy Kvaratskhelii – film dok.
14.00 Piłka nożna: Liga niemiecka – mecz: FC Schalke 04 – SV 07 Elversberg
16.00 Piłka nożna: Liga francuska – mecz: AS Monaco – RC Lens
18.00 Bundesliga Clubs – mag.
19.00 Bundesliga Special Show (3) – mag. piłkarski
19.30 Ligue 1 Show (5) – mag.
20.00 Piłka nożna: Liga portugalska: Porto – Benfica
22.00 Piłka nożna: Liga włoska: Bologna – Torino

ELEVEN SPORTS 3 HD
12.00 Piłka nożna: Liga włoska: Parma – Genoa CFC
14.00 Piłka nożna: Liga francuska: Olympique Marsylia – PSG
16.00 Bundesliga Special Show (4) – mag. piłkarski
16.30 Serie A – mag. piłkarski
17.00 AJ Auxerre – Małe miasto, wielki klub
17.30 Ligue 1 Show (5) – mag.
18.00 Piłka nożna: Liga włoska: Venezia – Lazio
20.00 Piłka nożna: Liga niemiecka: Paderborn – Hoffenheim
22.00 Piłka nożna: Liga francuska: OGC Nice – Lille

CANAL+ DOKUMENT HD
12.40 Karl Lagerfeld. Objawienie (1-4) – dok., Fr.
15.55 Gwadelupa. Od szczytów do głębin oceanu – film dokum., Fr.
16.55 Maria Callas. Nieznane lata – film dokum., Grecja
18.45 Dynastia Kimów: Czas zemsty (1, 2) – serial dok.
20.30 CIA. Po 11 września (1)
21.25 Cicha wojna – Rosja kontra europejskie demokracje – film dokum.
22.25 Putin i nowa strategia morska – film dokum., Fr.
23.25 Broń ostateczna. Od Oppenheimera do Hiroszimy – film dok.

eprasa.pl 37b976a8ff

STACJE POPULARNONAUKOWE

DISCOVERY SCIENCE HD

6.00 **Jak to jest zrobione?** – serial dokumentalny, Kanada
8.00 **Jak działa wszechświat?** – serial dokumentalny, USA 2019
11.00 **Czy jest z nami inżynier?** (6) – serial dok., Wielka Brytania
12.00 **Niemiecka budowlanka** (1) – program rozrywkowy
13.00 **Kosmiczna mapa skarbów:** Smocze kły; Wyspa skarbów – serial dokumentalny, USA 2018
15.00 **Jak działa wszechświat?** – serial dokumentalny, USA 2020

ID HD

6.00 **Przypadek Natalii Grace: ostatni rozdział** – serial dokumentalny, USA
8.00 **Pokój przesłuchań** – serial dokumentalny, USA 2019
10.00 **Kłamstwa żądne krwi** – serial dokumentalny
11.00 **Taśmy zbrodni:** Między przyjaciółmi – serial dokumentalny
12.00 **Ekstremalna kryminalistyka** – serial dokumentalny
14.00 **Śmierć w cieniu stadionu 4** – serial kryminalny, 2025
16.00 **Agent taki jak ty** – serial dokumentalny, USA 2022

NATIONAL GEOGRAPHIC HD

8.00 **Złapać przemytnika** (1, 5) – serial dok., USA
10.00 **Niszczycielskie żywioły** (1) – dok.
11.00 **Pogodowe anomalie** (10)
12.00 **Tajemniczy świat Majów** (4, 2, 1) – dok.
15.00 **Katastrofa w przestworzach** (6)
16.00 **Ukryte pod miastami** (1) – dok.
17.00 **Zaginione skarby Biblii: Tajemnice wiary** (3) – serial dok.
18.00 **Gułag – system śmierci** (1)
19.00 **Piekło pod wodą: II wojna światowa** (4)
20.00 **Katastrofa w przestworzach** (3)

FOKUS TV DVB T2

6.05 **48h. Zaginieni** (21) – serial krym., Polska
7.00 **Był sobie człowiek**
8.55 **Wehikuł czasu** (1001) – pr. inform.
9.00 **Starożytni kosmici** (5) – serial dok., USA
10.00 **Gwiazdy lombardu** (29, 30) – reality show
12.00 **Broń w hollywoodzkich filmach** (1, 2) – dok.
13.00 **Poszukiwacze historii** (4, 5) – dok.
14.00 **Apokalipsa Hitlera – front zachodni** (1)
15.00 **Poszukiwacze złota w Australii** (5) – dok.
16.00 **Dorwać tuńczyka**
18.00 **Rolnicy. Podlasie** (31, 32) – serial dok.
20.00 **Galileo 34** (10)

TVP HISTORIA DVB T2

6.10 **Fake czy historia?**
6.45 **Było, nie minęło – kronika zwiadowców historii** – mag. hist.
8.50 **Dom** (23) – obycz., Pol.
10.30 **Ex Libris** – magazyn
11.00 **Wszystkie kolory świata** – dok., Francja
12.00 **Juliusz Cezar, narodziny dyktatury** (1) – dok.
13.00 **Putin i Zachód** (2)
14.10 **Dom** (24) – obycz., Pol.
15.50 **Sensacje XX wieku**
17.30 **Wojenne dziewczyny 2** (24) – serial hist., Pol. 2018
18.20 **Polskie Państwo Podziemne 1939-1945**
19.30 **Flesz historii**

HISTORY HD

13.05 **Starożytni kosmici 14** (6) – dok.
14.00 **Niewyjaśnione tajemnice świata 3** (15) – serial dok., USA
14.50 **Największe tajemnice świata 6** (10) – serial dok., USA
15.45 **Gwiazdy lombardu 13** (11)
16.15 **Gwiazdy lombardu 20** (15)
17.10 **II wojna światowa: Walka o Europę** (1) – serial dok., Wlk. Bryt.
18.10 **Największe tajemnice świata 7** (1) – dok., USA
19.05 **Starożytni kosmici 18** (9) – dok.
20.00 **Starożytni kosmici 17** (1) – dok.

DOKUMENTALNY



18.00 Jak to jest zrobione?

Twórcy odwiedzają fabryki i zakłady produkcyjne, by przyjrzeć się procesowi powstawania przedmiotów codziennego użytku. Tematem odcinka są pianina i flagi.

21.00 **Jak to jest zrobione? 25** (16) – serial dokumentalny
23.00 **Zwykłe rzeczy – niezwykłe wynalazki 16** (9-12) – serial dok., Wlk. Bryt.
1.00 **Jak działa wszechświat?** – dok.
4.00 **Podziemne sekrety**

DOKUMENTALNY



18.00 Zbrodnia w sąsiedztwie 4

Wstrząsające historie osób, które poniosły śmierć z rąk swoich bliskich. W toku śledztwa powoli wyłania się prawdziwy obraz zdarzeń.

20.00 **Taśmy zbrodni** – dok., USA 2021
21.00 **Negocjatorzy: walka z czasem 911**
23.00 **Podejrzany przy telefonie** – serial dok.
0.00 **Porwania: cena za życie** – serial dokum.
2.00 **Taśmy zbrodni**
3.00 **Zbrodnia w sąsiedztwie 4**

DOKUMENTALNY



21.00 Morskie megamaszyny (6)

Mosty pływające są odpowiedzią na jedno z najtrudniejszych zadań inżynierii. Okaże się, na czym polega ich wyjątkowa konstrukcja i jak utrzymują stabilność.

22.00 **Logistyka na wielką skalę** (4) – dok., Niem.
23.00 **Inżynieria po katastrofie** (5) – dok.
0.00 **Katastrofa w przestworzach: Raport specjalny** (8)
1.00 **Katastrofa w przestworzach** (3, 4) – serial dok., Kan.

DOKUMENTALNY



21.00 Poszukiwacze historii (5-8)

Pochód aliantów na Rzym zatrzymały pozycje niemieckie wokół klasztoru Monte Cassino. Atak wojsk polskich rozpoczął się w nocy 12 maja 1944 roku.

23.00 **Stalowa bestia Hitlera** – film dokum., Francja 2017
0.00 **Starożytni kosmici 6** (11) – serial dokumentalny, USA
1.00 **Rolnicy. Podlasie** (30-33) – serial dok.
5.00 **Kołowrotek** (10, 11) – magazyn wędkarski

SZPIEGOWSKI



20.00 Zatoka szpiegów 2 (18) – Polska 2025

Sabotaż Bismarcka jest zagrożony. Eva stara się zorganizować raut na pancerniku, który ma być kluczowy dla przeprowadzenia akcji. Franz opracowuje nowy plan.

20.50 **Największe tajemnice monarchii** (5) – dok.
21.55 **Profesor Michałowski. Droga do Faras** – film dokum., Polska 2023
23.00 **Sensacje XX wieku**
0.50 **Encyklopedia II wojny światowej**

DOKUMENTALNY



21.00 Jak to wyjaśnić? 5 (1) – USA 2025

Twórcy programu zastanowią się, czy badający ocean naukowcy odkryli nieznaną formę życia, a także czy rodzina w Las Vegas przeżyła bliskie spotkanie z kosmitami.

22.00 **Wojny magazynowe 16** (6)
23.00 **Gwiazdy lombardu 25** (11)
23.55 **Jak to wyjaśnić? 4** (6) – serial dok., USA
0.50 **Starożytni kosmici 17** (1) – dok.
1.50 **II wojna światowa: Walka o Europę** (1)

DISCOVERY HISTORIA HD

9.00 **Mikroprzygoda** (9) – dok.
10.00 **Wstęp wzbroniony** (1, 2)
11.00 **Militaria na warsztat** (5)
12.00 **Muzealne tajemnice**
14.00 **Łowcy staroci** (6, 7) – dok.
16.00 **Skarby z szopy** (1-4)
18.00 **Łowcy staroci** – dok.
20.00 **Zoom na architekturę: Siedem cudów świata** – serial dokum., Wlk. Bryt.
22.00 **Akta ekspedycji** – dok.
23.00 **Złota góra: walka o skarb** – serial dok., USA
0.00 **Przypadki z archiwum 10** – dok.
2.00 **Socjalistyczna Filmoteka Powiatowa**
3.00 **Europejskie bazary** (7)

PLANETE+ HD

12.30 **Niezwykłe podróże koleją** (6) – serial dok., Fr.
13.40 **Targowiska świata** (4)
14.45 **Afryka z góry** (9) – dok.
15.50 **360° Świat bez granic**
16.55 **Świat z góry 7** (7, 8) – dok.
18.00 **Dokąd dzisiaj? 4** (61, 62)
18.40 **Pomyśl, zanim zjesz!** (1)
19.45 **First Person Shooter. Idź, strzelaj, kombinuj**
20.55 **Sekrety budowniczych piramid 2** (1) – serial dok.
22.00 **Wszystko o Marii. Matce Bożej** (1) – dok., Fr.
23.10 **Seks chrzęszczący chityną** – film dok., Kan.
0.20 **360° Świat bez granic**
1.30 **Polska z góry 10** (6)

NATIONAL GEOGRAPHIC WILD HD

8.00 **W królestwie lwa** (4)
9.00 **Niezwykły dr Pol** (2)
10.00 **Niezwykły dr Pol** (4)
11.00 **Niezwykły dr Pol** (12)
12.00 **Dzikie, sprytne i zabójcze** (4) – serial dok.
13.00 **Olśniewająca Ameryka**
14.00 **Miodożery: mistrzowie przetrwania** – film dok.
15.00 **Dzikie, sprytne i zabójcze** (4) – serial dok.
16.00 **Dzika Alaska** – film dok.
17.00 **Sekretne życie pszczół**
18.00 **Chiny: ukryte królestwa**
19.00 **Afryka dzika** (1) – dok.
20.00 **Pogodowe anomalie** (5)
21.00 **Niezwykły dr Pol**
2.00 **Olśniewająca Ameryka**

POLSAT VIASAT NATURE HD

10.20 **Samice na czele stada**
11.35 **Afrykańskie drapieżniki: wielka czwórka** (4) – dok.
12.35 **W okowach mrozu 5** (6)
13.40 **Zabójcza pogoda 2** (4)
14.45 **Rzeczne potwory 6** (6)
15.50 **W okowach mrozu 5** (6)
16.50 **Potwory z głębin** (1)
17.50 **Afrykańskie drapieżniki: wielka czwórka** (4) – dok.
18.55 **Rzeczne potwory 6** (5)
19.55 **W okowach mrozu 5** (7)
21.00 **Samice na czele stada** – film dokum., Niemcy 2024
22.05 **Afrykańskie drapieżniki: wielka czwórka** (4) – dok.
23.10 **W okowach mrozu 5** (7)
0.10 **Zabójcza pogoda 2** (4)

BBC EARTH HD

10.05 **Życie na pustkowiu 11**
11.05 **Cała prawda o fitnessie**
12.05 **Ben Fogle na szkockich wyspach 2** (2) – serial dok.
13.05 **Planeta Ziemia 2** (6)
14.20 **W okowach mrozu 8** (9)
15.25 **Życie na pustkowiu 11**
16.20 **Fenomeny współczesnego życia 2**
17.30 **Planeta Ziemia 2** (6)
18.40 **Ben Fogle na szkockich wyspach 2** (3) – serial dok.
19.45 **Przyszłość natury** (4)
20.55 **W okowach mrozu 10**
22.55 **Cała prawda o nadwadze** – film dok.
0.00 **Czym karmimy nasze dzieci?** (1) – dok., Wlk. Bryt.

ANIMAL PLANET HD

13.00 **Irwinowie – następne pokolenie 2** – serial dok.
14.00 **Resocjalizacja z pitbullem 7** – serial dok.
15.00 **Kot z piekła rodem**
17.00 **Na krańcu Alaski** – dok.
18.00 **Weterynarz z Gór Skalistych 7** – serial dok.
19.00 **Cztery kąty, cztery łapy**
20.00 **Julia kontra węże 2**
21.00 **Klan z Alaski** – serial dok.
22.00 **Baseny z rozmachem**
23.00 **Resocjalizacja z Pit Bullem 4** – serial dok., USA
0.00 **Kot na drzewie** – dok.
1.00 **Irwinowie – następne pokolenie** – serial dok.
2.00 **Baseny z rozmachem**

TVP DOKUMENT HD

13.55 **Ivohiboro – zapomniany las** – film dokumentalny, Fr.
14.55 **Margaj i ja** – film dokum.
16.00 **Życie z nerwicą natręctw** – dok., Wlk. Bryt.
16.55 **Weekendowe wypady z Greggiem Wallace'em**
17.55 **Sanatorium miłości 5** (3)
18.55 **Kobieta pracująca: Irena Kwiatkowska** – film dok.
20.00 **Saint Malo: wyzwania fortecy morskiej** – dok.
21.05 **Niedźwiedź polarny**
22.10 **Barbara Włodarczyk zaprasza** – magazyn
22.15 **Zabójcze roboty: przyszłość wojny** – dok.
23.25 **Spacer z Aniołami** – dok.

POLSAT DOKU HD

13.05 **Poszukiwacze historii**
14.00 **Tajemnice II wojny światowej** (1) – serial dok.
15.10 **Poszukiwacze historii**
15.35 **MH17 – katastrofa, która wstrząsnęła światem** – dok., Wlk. Bryt.
16.35 **Życie na marginesie. W romskich obozowiskach** – film dok.
17.50 **Titanic – tragiczny błąd**
18.55 **Walka o światową dominację** – film dokum.
20.00 **Koloseum** (1, 2) – dok.
22.00 **Pompeje: Życie w rzymskim mieście** (1, 2) – film dok., Wlk. Bryt.
0.00 **Łowcy nazistów** (1)

POLSAT VIASAT EXPLORE HD

13.15 **Królowie klasycznych aut** (1) – dok., Wlk. Bryt.
14.15 **Australijscy poszukiwacze złota 3**
16.10 **Ekstremalna pomoc drogowa** (3) – serial dok.
17.10 **Bohaterowie z Kolumbii Brytyjskiej** (5) – dok., Kan.
18.05 **Złoto Jukonu** (1) – dok.
19.05 **Australijscy poszukiwacze złota 9**
21.00 **Ostatni kapitanowie 2**
22.00 **Największe budowle 3**
23.00 **Internetowy seksbiznes 2** (1) – dok.
0.00 **Złoto z mroźnej krainy**
1.00 **Australijscy poszukiwacze złota 5**

POLSAT VIASAT HISTORY HD

10.55 **Militarny ranking** (3)
12.10 **Najgroźniejsi ludzie Hitlera** (8) – serial dokum.
13.00 **Miasta świata podziemi 4** (1-4) – dok.
16.35 **II wojna światowa: cena imperium** (6) – serial dok.
17.45 **Militarny ranking** (4)
18.50 **Zakazana historia 7** (1)
19.50 **Kleopatra: tajemnicza władczyni** (4) – serial dok.
21.00 **Linie frontu** (5) – dok.
22.05 **Starożytne superbudowle 4** (3)
23.15 **Najgroźniejsi ludzie Hitlera** (9) – serial dokum.
0.15 **Miasta świata podziemi 4** (1-5) – dok.

CI POLSAT HD

14.10 **Tajniacy w akcji** (1) – dok.
15.05 **Zbrodnia po angielsku 4**
16.00 **Cyfrowe dowody zbrodni** (6) – serial dok.
17.00 **Pogrzebani za domem 3** (4) – serial dokumentalny
18.00 **Specjaliści od zbrodni**
18.30 **Akta Fajbusiewicza** (4)
19.00 **Policjanci, którzy zabijają** (3) – serial dokum.
20.00 **Szokujące morderstwa: Atlanta 2** (1) – serial dok.
21.00 **Morderstwo sobotniej nocy 2** (5) – serial dokum.
22.00 **Seryjni mordercy: Zabójczy duet** (1) – dok.
23.00 **Uciec bestii** (1, 2) – dok.
23.55 **Zbrodnia po angielsku**

TRAVEL CHANNEL HD

6.00 **Nowe życie w Meksyku**
8.05 **Kobieta na krańcu świata** (8, 9, 1, 2) – dok.
10.25 **Niezwykłe Stany Prokopa** (2-5) – pr. rozr.
12.30 **Survival we dwoje** (2, 3)
14.35 **Człowiek kontra jedzenie** (26) – mag. kulin.
15.10 **Kobieta na krańcu świata** (4-7) – serial dok.
17.30 **Baseny z rozmachem**
19.30 **Ciężarówką przez Stany**
21.50 **Miasta, w których straszy** (3, 4) – serial dok.
23.55 **Kobieta na krańcu świata** (6-8) – serial dok.
1.40 **Survival we dwoje** (2, 3)
3.40 **Baseny z rozmachem**

eprasa.pl 37b976a8ff

STACJE OGÓLNOTEMATYCZNE

TVP POLONIA

15.10 Zakochaj się w Polsce – mag.
15.35 Słownik polsko@polski (695)
16.00 Tamte lata, tamte dni – magazyn kult.
16.30 Barwy szczęścia (3387) – serial obycz.
17.00 Teleexpress
17.20 Gra słów. Krzyżówka (1149) – teleturniej
17.50 Teleexpress Extra
18.15 Tańcząca ze światem – Tunezja (5) – magazyn
18.45 Panorama
19.20 Powstanie Warszawskie dzień po dniu (62)
19.30 Program informacyjny 19.30

TVP ROZRYWKA

6.10 Zakochaj się w Polsce (336) – mag.
6.40 Gra słów. Krzyżówka (1130)
7.10 Okrasa łamie przepisy – mag. kulin.
8.20 Familiada – telet.
8.50 Va banque (1000)
9.25 Koło fortuny (2058)
10.05 Makłowicz w podróży – mag.
10.45 Postaw na milion
12.35 Familiada – telet.
13.15 Janosik (6) – przyg.
14.05 Pan Mama (59, 60)
15.10 Program rozrywkowy
15.25 Europa da się lubić – nowe pokolenie (3) – program rozrywk.
16.25 Kabaretomaniacy
17.25 Va banque (1001)

POLSAT CAFÉ

6.00 Demakijaż (180-182) – program rozrywkowy
7.30 Przyjaciółki (41, 42) – serial obyczajowy, Polska 2014
9.30 Hell's Kitchen – Piekielna Kuchnia (11, 12) – reality show
12.25 Wypasiona kuchnia (21) – program rozrywkowy
12.30 Oszukane (36, 37) – serial paradokumentalny, Polska 2016
14.30 Bogaty dom – biedny dom (133, 134) – reality show, Polska
16.30 Hell's Kitchen – Piekielna Kuchnia (39) – reality show

TV 4 DVB T2

7.55 Bogaty dom – biedny dom (70)
8.55 Policjantki i Policjanci (651-653)
11.55 Na ratunek 112 (1000, 1001) – paradok.
12.55 Trudne sprawy (775-777) – paradok.
15.55 Policjantki i Policjanci (1458)
17.00 Trudne sprawy II (1375) – paradok., Pol.
18.00 Łowcy skarbów. Kto da więcej? (451)
19.00 Policjantki i Policjanci (1459)
20.00 Wypasiona kuchnia (31) – pr. rozrywk.
20.05 Uroczysko (280)
20.40 Sprawiedliwi – Wydział Kryminalny (1059)

TTV HD DVB T2

7.35 DeFacto 14 (18, 19)
8.30 Kartoteka 8 (20, 21)
10.35 Detektywi (127, 349)
12.35 Zakup w ciemno 5 (15) – reality show
13.35 Zakup w ciemno 8 (19) – reality show
14.35 Nic do zgłoszenia 2 (3) – serial dokum., Pol.
15.35 Złomowisko PL 9 (1)
16.45 Express – pr. inform.
16.55 Pogoda, sport
17.05 Nauka jazdy 6 (14)
17.40 Idź na całość 3 (4)
18.40 Gogglebox. Przed telewizorem 23 (5)
19.45 Express – pr. inform.
20.05 Zakup w ciemno 8 (20) – reality show
21.05 Zakup w ciemno extra 3 (20)
21.45 Express – pr. inform.

TVN STYLE HD

5.00 Tu jest pięknie (9) – program rozrywkowy
5.35 Ugotowani 13 (5)
6.25 Poukładani (4) – rozr.
7.00 Mniej znaczy więcej. Live Better for Less (4) – mag.
7.35 Dobrze zrobione w domu (4) – mag.
7.45 Dzień Dobry TVN
11.20 Poukładani (1, 2)
12.25 Ugotowani (5)
13.30 Kuchenne rewolucje (4, 3)
15.30 Pojedynek na podróże (5) – rozr.
16.35 Egzotyczne wakacje na każdą kieszeń – pr. rozrywk.
17.40 Kuchenne rewolucje (11-13) – program rozrywkowy

OBYCZAJOWY



20.25 Ranczo 3 (39) – Polska 2008

Po wyspowiadaniu pań, z którymi Witebski przeprowadził wywiady, ksiądz zakazuje poloniście kontynuacji tematu. Przed ołtarzem stają Michałowa i Japycz.

21.20 Polonia 24 Tygodnik
22.25 Ekstradycja 2 (3)
23.20 Panorama
23.50 Jerzy Buzek. Siła marzeń
1.00 Rodzinka.pl (292)
1.30 Program informacyjny 19.30
1.55 Pytanie dnia – publ.
2.05 Sport, pogoda

TELETURNIEJ



18.00 Koło fortuny (2059)

Kolejna odsłona programu, który gwarantuje cenne nagrody i wyśmienitą zabawę. Zawodnicy kręcą kołem, typują litery i odgadują hasła.

18.40 Okrasa łamie przepisy – mag. kulin.
19.45 Jaka to melodia? – teleturniej muzyczny
20.25 Do śmiechu! (21, 22)
22.20 Malicki & Laskowik. The Best of (4)
22.50 Minuta dla Twojego bezpieczeństwa (8)
23.05 Postaw na milion
0.55 Koło fortuny (2059, 2035) – telet.

REALITY SHOW



18.00 Nasz nowy dom (316, 317) – Pol. 2024

Warunki panujące u Natalii i Dawida zagrażają życiu ich chorego na raka synka. Elżbieta Romanowska i członkowie jej ekipy wyremontują dom tej rodziny.

20.00 Kolacja w ciemno (61) – pr. rozrywk.
21.05 Więzienie kobiet (112, 113) – dok., Pol.
22.00 Ambulans (6) – dok.
23.00 Gry małżeńskie (204, 85) – reality show
1.05 Więzienie kobiet (15-18) – serial dok.
3.00 Zdrady (185-187)

KRYMINALNY



21.40 Sprawiedliwi. Trójmiasto (176)

Berg oraz Pietras wyjaśniają sprawę czteroletka porzuconego na śmietniku w stanie krytycznym. Trop prowadzi do porwania rodzicielskiego oraz narkomana Załęckiego.

22.45 Opowiem ci o zbrodni 2 (1) – dok.
23.20 FILM S.W.A.T.: Miasto w ogniu – film sens., USA 2011, 100 min
1.00 Love Island. Wyspa miłości (24) – reality show
2.05 Hardkorowy lombard 7 (65) – dok.

REALITY SHOW



22.00 Życie na kredycie 9 (9, 10) – Polska 2026

Uczestnicy programu usiłują dostosować swoje wydatki do skąpego budżetu, jakim dysponują. Nie jest to wcale łatwe. Zadłużony Bartek pożycza pieniądze od rodziny.

23.00 Damy i wieśniaczki. PL 12 (5) – fab.-dok.
0.00 Down the road 4 (4)
1.00 Kanapowczynie 3 (5) – program rozrywk.
2.00 Dobra robota 3 (33)
2.35 Osadzone. Blok F (17, 18) – paradok., Pol.
3.40 Damy i wieśniaczki. Ukraina 8 (19)

ROZRYWKOWY



20.50 Zgłoś remont 11 (9)

Emeryci Ania i Andrzej, po wielu latach na warszawskim Ursynowie, przenoszą się na Żerań. Krzysztof Miruć zaaranżuje dla nich dwie sypialnie w nowym mieszkaniu.

21.50 Jestem z Polski 16 (37) – serial dokum.
22.50 Hotel Paradise 13 (22) – reality show
23.45 Mój sąsiad morderca 10 (5) – dok., USA/Wlk. Bryt.
0.50 Apetyt na miłość (10) – pr. rozrywk.
1.55 Co nas truje (1) – program rozrywkowy

TVP HD HD

10.45 Gra słów. Krzyżówka
11.20 Na sygnale (822, 823)
12.25 Ojciec Mateusz 13 (162)
13.20 Komisarz Alex 9 (107)
14.15 Ranczo 4 (43, 44) – obycz.
16.10 Tańcząca ze światem – Jordania (5) – magazyn
16.40 Pociąg do Polski – dok.
17.10 Okrasa łamie przepisy
17.45 Makłowicz w podróży
18.20 Ojciec Mateusz 31 (405)
19.20 Ranczo 9 (116) – obycz.
20.10 Rodzinka.pl (280, 281)
21.25 Komisarz Alex 25 (312)
22.20 Paranoja – thriller, USA/ FILM Francja/Indie 2013, 120 min
0.20 Gorąca linia – thriller, FILM USA 2022, 110 min

TVS HD

15.45 Doktor z alpejskiej wioski – nowy rozdział
16.50 Wydział kryminalny Kitzbühel – krym., Austria
17.50 Doktor z alpejskiej wioski – nowy rozdział
18.50 Doktor Kleist – lekarz rodzinny – serial obycz.
19.50 Rosamunde Pilcher FILM – Płomienie miłości – melodramat, Niemcy 2003, 120 min
21.50 P! Rosamunde Pilcher FILM – Królowa nocy – film obyczajowy, Austria/ Niemcy 2005, 105 min
23.35 Doktor z alpejskiej wioski – nowy rozdział

ZOOM

8.00 Strażnik Teksasu 3 (18, 19) – serial sensacyjny
9.55 Kobra – oddział specjalny 25 (1, 2) – sens.
12.10 Lombard Chicago: Wszystko pod zastaw 2
13.20 Wojny magazynowe: Kanada (14, 15)
14.30 Sensacje XX wieku
16.45 Wojciech Cejrowski – boso przez świat
19.00 Kobra – oddział specjalny 23 (11, 12)
21.00 CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku (9, 10)
23.00 Magia nagości. Czechy i Słowacja (1) – pr. rozr.
0.25 Magia nagości 7 (7) – rozr.

TLC HD

9.00 Wiza na miłość 11
11.00 Ekstremalne choroby
12.00 Historie wielkiej wagi: Brazylia 2 – reality show
13.00 Siostry wielkiej wagi
15.00 Wiza na miłość: pierwsze spotkanie, pościelove rozmowy 8
16.00 Historie wielkiej wagi 5
17.00 Dr Pryszczylla 4 – dok.
18.00 Wiza na miłość 11
20.00 Wspólne życie XXL 2
21.00 Podwójne życie żon (3)
22.00 Wiza na miłość – oczami bohaterów 7
23.00 Pogromcy guzów
0.00 Dr Pryszczylla 4 – dok.
1.00 Wspólne życie XXL 2

C+ KUCHNIA HD

14.40 U sąsiadów w kuchni 16
15.45 Zgrillowani (8) – mag.
16.10 Domowa piekarnia Kucharskiego 5 (1) – mag.
16.40 Jamie Oliver – łatwe przepisy na co dzień
17.35 Gotuj taniej z Jamiem (2)
18.30 Jedz, podróżuj, smakuj
19.25 M jak mięso 3 (1) – dok.
19.50 Maximum Foodie 5 (1)
20.20 Poza Bali: podróż do serca Indonezji (1)
21.20 Anthony Bourdain – miejsca nieznane 11
23.00 Anthony Bourdain – miejsca nieznane 9 (1)
23.55 Top Chef 22 (9)
1.00 M jak mięso 6 (3, 4) – dok.

TVN TURBO HD

13.00 Zawodowi handlarze
14.30 Wojny samochodowe
16.30 Jeździć, obserwować
18.00 Raport Turbo – mag. inf.
18.15 Duda kontra Szafrański
19.00 Ciężarówką przez pół świata (4) – pr. rozrywk.
20.00 Uwaga! Oszust: Ściema z ogłoszenia (16, 4) – rozr.
21.00 Nic do zgłoszenia (5)
22.00 Raport Turbo – mag. inf.
22.15 Jeździć, obserwować (4)
23.00 Wojny samochodowe (4)
0.00 Uwaga! Oszust: Ściema z ogłoszenia (16) – pr. rozr.
0.30 Naprawy nie do naprawy (3) – mag.
1.15 Zawodowi handlarze (6)

NOWA TV DVB T

10.00 Komisarz Mama (19)
11.00 Poirot 11 (2) – serial krym.
15.00 Świat według Bundych 7 (154-157)
17.00 Świat według Bundych 8 (158, 159)
18.00 Całkiem nowe lata miodowe (7) – kom., Pol.
18.30 Miodowe lata (118-121)
21.00 Zdrady (69) – paradok., Pol.
22.00 Ślad (19, 20, 90) – krym.
1.00 Łowca pedofilów
3.00 TV okazje (34, 35)
3.50 Wehikuł czasu (1001, 930)
4.00 Daleko od noszy – szpital futpolowy (49)
4.30 Daleko od noszy (77)
5.00 Pod lupą (8, 9) – magazyn

METRO

10.20 Sędzia Anna Maria Wesołowska (477, 478)
12.20 Szkoła (640) – paradok.
13.20 Brzydula (151, 152) – kom.
14.30 Za głosem serca (36)
15.35 Magda M. 4 (7) – obycz.
16.45 The Floor (1, 2) – telet.
18.00 Złomowisko PL 5 (10)
19.00 Kartoteka 8 (9, 10)
21.05 Kryminalni 2 (11, 12)
23.20 Kuba Wojewódzki (5)
0.30 Zbrodnie z pierwszych stron gazet 7 (6) – dok.
1.30 Szpital (922) – paradok.
2.30 Szkoła (647) – paradok.
3.30 Nowa Maja w ogrodzie 2 (32, 33)
4.30 Szpital (921) – paradok.

ANTENA HD DVB T2

13.00 Klątwa Wyspy Dębów 5
13.55 Australijscy poszukiwacze złota 5 (16, 17) – dok., Australia
15.55 Unforgettable: Zapisane w pamięci (18) – krym.
16.50 Detektywi z Bordeaux 7 (9) – serial krym., Fr./Bel.
18.00 77 TV 2 (16, 17) – pr. rozr.
20.00 Alex Hugo – górski detektyw (30) – krym., Fr.
22.05 Detektyw Candice: Niezawodny instynkt 5 (10) – serial kryminalny, Fr.
23.15 Balthazar: Śledczy fenomen 3 (8) – krym., Fr.
0.30 Życie po zagładzie ludzkości 3 (23, 24) – dok.

WP DVB T

12.00 Komisarz Cassandre: Zbrodnie w Alpach 3 (3)
14.00 Pokochaj lub sprzedaj Vancouver 2 (15, 16)
16.00 Pokochaj lub sprzedaj Quebec (7) – reality show
16.55 Pogoda
17.00 Niewyjaśnione tajemnice świata 3 (21, 24) – serial dok., USA
19.00 Makłowicz w podróży – magazyn kulinarny
20.00 Policjanci z sąsiedztwa 5 (22, 23)
21.50 Pogoda
22.00 Mistrzowie Kabaretu 3
23.00 Kabaretowy śmiech grupowy (5) – pr. rozrywk.

C+ DOMO HD

13.05 Pokochaj lub sprzedaj: Wielka Brytania 10 (5)
14.00 Adres: rezydencje marzeń (4) – serial dok.
15.00 Wakacyjne domy na wynajem (15) – dok.
15.55 Pogotowie remontowe Wieśka (4, 5) – mag.
16.50 Gardeners' World 15 (4)
18.00 Ucieczka na wieś 23 (18)
19.00 Wielkie projekty: Nowa Zelandia 9 (8) – serial dok.
20.00 Daleko od miasta 11 (3, 4) – serial dok., Pol. 2023
21.00 Adres: rezydencje marzeń (5) – serial dok.
22.00 Pokochaj swój ogród 13
23.00 Gardeners' World 14 (31)

HGTV HD

13.25 Nowe życie w starym domu 7 (5) – pr. rozrywk.
14.25 Dobrze zrobione w domu (2) – mag.
14.35 Mieszkanie na miarę
16.35 Polowanie na ogród 9
18.20 Weekendowa metamorfoza 2 (6) – rozr.
19.10 Pogromcy chaosu (9)
20.10 Dorota was urządzi!
21.40 Dorota inspiruje 3 (3)
22.40 House Hunters – Poszukiwacze domów 7 (4-6) – pr. rozr.
0.10 House Hunters – Poszukiwacze domów 8 (1) – pr. rozrywk.
0.45 Kamera, akcja, wpadka!

eprasa.pl 37b976a8ff

P! Premiera w TV

STACJE DZIECIĘCE | STACJE INFORMACYJNE

POLSAT 2 HD
5.50 **Wydarzenia**
6.30 **Nasz nowy dom** (268) – reality show
7.30 **Na ratunek 112** (1047, 1048) – paradok.
8.30 **Sekrety rodziny** (167-169) – paradok.
11.30 **Trudne sprawy** (930) – serial paradokum.
12.30 **Dlaczego ja?** (1470, 1471) – paradok.
14.30 **Wypasiona kuchnia** (1) – program rozrywk.
14.35 **Świat według Kiepskich** (415-419)
17.05 **48h. Zaginieni** (277, 278) – krym., Pol.
19.05 **Gliniarze** (1056) – serial paradokum.
20.05 **Ślad** (48) – krym., Pol.
21.05 **Gliniarze** (986) – serial paradokum.

SUPER POLSAT DVB T2
6.50 **SuperLudzie Extra** (47) – magazyn
7.00 **Cobra Kai** (1, 2)
8.15 **SuperLudzie Extra** (48) – magazyn
8.30 **Świat według Kiepskich** (353-355)
10.00 **Wydarzenia 24** – inf.
10.30 **SuperLudzie** (1)
11.30 **Świat według Kiepskich** (376, 377)
12.30 **Bitwa o palety** (16, 17) – reality show
14.30 **Hell's Kitchen – Piekielna Kuchnia 3** (28)
16.00 **Ninja Warrior Polska** (38)
17.55 **Świat według Kiepskich** (470, 471, 584, 585)
20.00 **Złomiarze** (4) – dok.

TV 6 DVB T
6.00 **Więzienie** (186, 187) – serial dok., Pol. 2025
6.55 **Policjantki i Policjanci** (827, 828) – serial obycz., Polska
8.55 **Kobra – oddział specjalny** (190, 191) – serial sens., Niemcy
10.55 **48h. Zaginieni** (125-127) – serial kryminalny, Pol. 2022
13.55 **Policjantki i Policjanci** (1259) – serial obycz., Polska
14.55 **Uroczysko** (163, 164) – serial krym., Polska
16.00 **Kobra – oddział specjalny** (192, 193) – serial sens., Niemcy
18.05 **Strażnik Teksasu** (4, 5) – serial sensacyjny, USA 1996

BBC FIRST HD
6.00 **Z pamiętnika położnej 10** (3) – serial obyczajowy
7.00 **Tajemnice Brokenwood 6** (3)
8.40 **Lewis 4** (4) – krym.
9.40 **Ojciec Brown 5** (10)
10.40 **Śmierć pod palmami 11** (8)
11.45 **Z pamiętnika położnej 10** (3, 5)
13.50 **Ojciec Brown 5** (1)
14.50 **Ojciec Brown 13** (8)
15.50 **Lewis 4** (4) – krym.
16.55 **My Life is Murder 5** (6) – serial kryminalny
18.00 **Morderstwa w Midsomer 21** (2) – krym., Wlk. Bryt. 2019
19.55 **Śmierć pod palmami 12** (1) – serial kryminalny

TVP ABC DVB T2
12.00 **Strażak Sam 8**
12.25 **Domisie** – dla dzieci
12.55 **Mrówki górą! Sekretne życie roślin** (1) – mag.
13.00 **Szkoła z Kleksem Bystrzakiem** (5)
13.20 **Ptyś i Bill** (25, 26)
13.50 **Odo** (84) – serial anim.
14.05 **Nawet nie wiesz, jak bardzo Cię kocham** (11, 12)
14.35 **Świnka Peppa**
14.45 **Kid Lucky** (11, 12)
15.15 **Al-chemik** (24) – mag.
15.35 **Lassie i przyjaciele**
16.05 **Ricky Zoom** (11, 12)
16.35 **44 Koty** (11, 12)
17.05 **Robin Hood** (35, 36)
17.30 **Super Wings**
18.00 **Opowieści z zielonego lasu**

TVN 24 HD
7.30 **Rozmowa Piaseckiego** – publ.
8.00 **Serwis informacyjny, Prognoza pogody**
9.55 **Biznes** – pr. publicyst.
10.00 **Serwis informacyjny, Prognoza pogody**
10.55 **Biznes** – pr. publicyst.
11.00 **Serwis informacyjny, Prognoza pogody**
11.55 **Biznes** – pr. publicyst.
12.00 **Serwis informacyjny, Prognoza pogody**
13.55 **Biznes** – pr. publicyst.
14.00 **Serwis informacyjny, Prognoza pogody**
14.55 **Biznes** – pr. publicyst.
15.00 **15 na żywo** – inf.
16.00 **Fakty po południu** – program inform.
18.00 **Tak jest** – pr. publ.
19.15 **Serwis informacyjny**

KRYMINALNY


22.05 **Komisarz Mama** (18) – Polska 2021

Piotr nadal przebywa w szpitalu. Lekarze wprowadzają go w stan śpiączki farmakologicznej. Patrycja próbuje odwrócić uwagę Marii, przydzielając jej nową sprawę.

23.05 **Świat według Kiepskich** (457, 458) – serial kom., Pol. 2015
0.05 **Ślad** (1) – krym., Pol.
1.05 **Zdrady II** (60) – serial paradokum.
2.10 **Wydarzenia**
3.00 **Ewa gotuje** (443, 444)
4.00 **SuperLudzie** (31, 32)
5.00 **Interwencja** – mag.

THRILLER


21.00 **Sekcja 8** – USA FILM 2022, wyk. Ryan Kwanten, 120 min

Jake zabija morderców swojej rodziny. Po wyjściu z więzienia dołącza do mającej na celu eliminację zagrożeń Sekcji 8. Niebawem odkrywa prawdę o zamiarach grupy.

23.00 **Zabójczy żywioł** FILM – film sensacyjny, USA 2020, 125 min
1.05 **Świat według Kiepskich** (440-444) – serial kom., Pol. 2014
3.55 **Nasz nowy dom** (261, 262) – reality show, Polska 2022

KRYMINALNY


20.05 **CSI: Kryminalne zagadki Miami** (213, 214) – USA 2011

Neal wdaje się w bójkę, a jego przeciwnik niebawem zostaje zamordowany. Na miejscu zbrodni ekipa Horatia Caine'a odkrywa, że ciało denata zniknęło.

22.00 **Mentalista** (6) – serial kryminalny, USA 2008
23.00 **Ted** – komedia, USA FILM 2012, 130 min
1.10 **Kości** (181, 182)
3.10 **Krejzi patrol** (36)
3.40 **Septagon** (95, 96)
5.45 **Telezakupy TV Okazje** – mag. rekl.

KRYMINALNY


21.00 **Line of Duty – Wydział wewnętrzny 3** (6)

Pojawia się podejrzenie, że Patrick Fairbank, policjant, który przeszedł już na emeryturę, wykorzystuje seksualnie podopieczne domu opieki dla młodzieży.

22.45 **Po powodzi** (6)
23.35 **Koroner 2** (1) – krym.
0.30 **Tajemnice Brokenwood 6** (3)
2.10 **Morderstwa w Midsomer 21** (2)
3.55 **Ojciec Brown 13** (8)
4.40 **Co ludzie powiedzą** (4) – serial komediowy

ANIMOWANY


18.30 **The Garfield Show** (191, 192) – Francja/USA 2011

Przygody leniwego kota, którego życiowe pasje to jedzenie, spanie i oglądanie telewizji. Garfield kocha lasagne, pizzę i siebie. Odrażą napełniają go diety i ćwiczenia.

19.00 **Dolina Muminków**
19.20 **Ernest i Celestyna**
19.30 **Tyciaki**
19.45 **Wegezaury 2**
19.50 **Czytanie przed spaniem**
20.00 **Pat i świat 2** (94-96)
20.20 **Agentka 203** (6)
20.50 **Robozuna** (12)

INFORMACYJNY


19.30 **Fakty po Faktach**

Ciekawe rozmowy reporterów stacji z ważnymi gośćmi, którzy komentują najbardziej istotne wydarzenia z kraju i z całego świata.

20.00 **Kropka nad i** – publ.
20.30 **Czarno na białym** – magazyn
21.00 **Polska i świat** – inf.
22.00 **Szkło kontaktowe**
23.00 **Dzień po dniu** – mag.
0.25 **Biznes** – pr. publicyst.
0.45 **Fakty po Faktach**
1.25 **Kropka nad i** – publ.
1.50 **Tak jest** – pr. publ.
2.50 **Nowa Maja w ogrodzie** – mag.

POLSAT PLAY HD
6.30 **Kołowrotek** (226) – mag.
7.00 **Dorwać tuńczyka** (12, 13)
9.00 **Wojny magazynowe**
10.00 **Gwiazdy lombardu**
11.00 **Hardkorowy lombard**
14.00 **Polacy za granicą** (63, 64)
16.00 **Złomiarze** (11, 12) – dok.
18.05 **Poszukiwacze historii**
20.05 **Drwale i inne opowieści Bieszczadu** (156-159)
22.00 **Górale** (239) – serial dok.
22.25 **Rolnicy – Tak się żyje u nas na wsi** (226) – dok.
23.00 **Polacy za granicą** (151)
0.05 **Łowca pedofilów**
1.05 **Więzienie** (98, 99) – dok.
2.00 **Złomiarze** (1) – dok., Pol.
3.05 **Starożytni kosmici**

FOOD NETWORK HD
10.40 **MasterChef** (7) – pr. rozr.
12.05 **Sexy kuchnia Magdy Gessler** (4, 5) – mag. kulin.
13.10 **Apetyt na miłość** (5)
14.10 **Akcja: Restauracja!** (5)
15.10 **100 kucharzy** (3)
16.15 **Kuchenne rewolucje** (11)
17.15 **Sexy kuchnia Magdy Gessler** (5) – mag. kulin.
17.50 **Torty nie z tej ziemi** (2)
18.50 **Halloweenowe wojny**
19.50 **Pyszne miejscówki** (10)
20.55 **Mistrzostwa w halloweenowych wypiekach** (1)
23.00 **Posiekani** (12)
0.00 **Symon gotuje w ogrodzie** (10-12) – mag.

POLSAT RODZINA HD
10.25 **Jeźdźcy smoków na końcu świata**
11.55 **Rodzina zastępcza** (168, 169) – kom., Pol. 2004
13.50 **Niezwykłe pociągi**
15.50 **Świat z góry** (8, 9) – dok.
17.00 **Wypasiona kuchnia** (29)
17.10 **Pingwiny z Madagaskaru** (13-16)
19.05 **Rodzina zastępcza** (194)
20.05 **Całkiem nowe lata miodowe** (14-16) – kom.
21.55 **Nasz nowy dom**
23.55 **Tajne operacje Hitlera**
1.00 **Najsłynniejsze akcje bojowe II wojny światowej** (1) – serial dok.
2.00 **Ewa gotuje** (504, 505)

BBC LIFESTYLE HD
13.30 **Wielkie australijskie wypieki 6** (10) – pr. rozr.
14.30 **Wielkie brytyjskie wypieki 5** (5) – pr. rozrywk.
15.40 **Zapraszam do stołu: Wielka porcja 20** (5)
17.40 **Prawda o Koronie: dynastia Windsorów** (1)
18.50 **Mistrzowie szycia 10** (9)
20.00 **Wielkie brytyjskie wypieki 5** (6) – pr. rozrywk.
21.00 **10 lat mniej – powrót 2**
22.00 **W 80 kilo dookoła świata** (3) – dok., Wlk. Bryt.
23.00 **Kobiety, skalpel i liposukcja** (2) – dok.
0.00 **Wstydliwe choroby: online 2** (1, 2) – serial dok.

NICK JR. HD
15.15 **Zwierzęce zagadki** (1)
15.45 **Świnka Peppa 5** (1, 2)
15.55 **Świnka Peppa 7** (41)
16.00 **Świnka Peppa 5** (3-7)
16.30 **Dora** (1) – serial anim.
17.00 **Pan Krokodyl** (2) – anim.
17.30 **Barbapapa i jego rodzinka** (13) – serial anim.
18.10 **Rubble i jego ekipa** (5)
18.30 **Psi Patrol 9** (21) – anim.
19.00 **Santiago z mórz** (8)
19.30 **Przygody Misia Paddingtona** (1) – anim.
19.59 **Świnka Peppa 8** (1)
20.05 **Świnka Peppa 2**
20.36 **Świnka Peppa** (1-3)
21.00 **Barbapapa i jego rodzinka 2** (24, 23, 22)

POLSAT NEWS HD
14.55 **Pogoda**
15.00 **W rytmie dnia – serwis informacyjny**
15.30 **Sport, pogoda**
15.50 **Wydarzenia 15:50**
16.30 **Punkt widzenia Jankowskiego** – pr. publ.
18.00 **Punkt widzenia Szubartowicza** – pr. publ.
19.15 **Gość „Wydarzeń"** – program publicystyczny
19.50 **Debata Gozdyry** – publ.
21.50 **Wydarzenia wieczorne**
22.30 **Dzień na świecie** – pr. inf.
23.30 **Obraz dnia – serwis informacyjny**
0.00 **Punkt widzenia Jankowskiego** – pr. publ.

TVP KOBIETA DVB T2
13.00 **Re_Mind. Chcę to powiedzieć** – skrót koncertu
14.00 **Gwiazdorska kuchnia Ani 2** (19) – magazyn kulin.
14.30 **Operacja zdrowie** (86)
15.00 **Rodzinka.pl** (304) – kom.
15.30 **Ojciec Mateusz 14** (177, 178) – krym., Pol. 2015
17.25 **Kalendarz przyrody** (1)
18.30 **Żona dla Polaka** (8)
19.30 **Panna młoda** (4) – obycz.
20.30 **Wichrowe wzgórze** (362) – serial obycz., Turcja 2024
21.30 **La Promesa – pałac tajemnic** (330) – obycz.
22.30 **Strzępy** – dramat obycz., FILM Polska 2022, 105 min

E! ENTERTAINMENT HD
10.35 **Z kamerą u Kardashianów** (7, 8)
12.25 **Tyler Henry – medium z Hollywood** (11) – pr. rozr.
14.15 **Plastyczna fuszerka** (25)
16.05 **Z kamerą u Kardashianów** (9, 10)
18.00 **Oglądaj na żywo, co się dzieje!** – program rozrywk.
18.30 **Tyler Henry – medium z Hollywood** (19) – pr. rozr.
20.30 **Plastyczna fuszerka** (1)
22.30 **Z kamerą u Kardashianów** (11, 12)
0.30 **Oglądaj na żywo, co się dzieje!** – program rozrywk.
1.00 **Tyler Henry – medium z Hollywood** (11) – pr. rozr.

TV TRWAM DVB T
16.10 **Z wędką nad wodę w Polsce i świat**
16.35 **Sól ziemi** – program kult.
17.00 **Modlitwa** – transmisja nabożeństwa
19.25 **Rodzinny Ogród Zoologiczny „Królestwo Stworzenia"** (7) – eduk.
20.00 **Informacje dnia**
20.20 **Różaniec**
20.50 **Głos Polski** – cykl fel.
21.00 **Apel Jasnogórski**
21.20 **Informacje dnia**
21.40 **Polski punkt widzenia** – program publicystyczny
22.00 **Głos serca** (109) – obycz.
22.45 **50 lat w Republice Konga** – film dokumentalny

BBC BRIT HD
10.15 **Legendarne samoloty gaśnicze: ostatni lot** (3)
11.25 **Brytyjskie fabryki 2** (5)
12.30 **Top Gear 18** (6) – mag.
13.35 **Olbrzymie maszyny 2** (1)
14.35 **Cuda inżynierii 6** (10)
15.40 **Who Wants to Be a Millionaire z Jeremym Clarksonem 4** (24)
16.45 **Brytyjskie fabryki 2** (5)
17.50 **Top Gear 18** (7) – mag.
18.55 **Cuda inżynierii 6** (10)
19.55 **Brytyjskie fabryki 2** (6)
21.00 **Inżynieryjne katastrofy 2** (5) – dok.
22.00 **Zagubione historie** (5)
23.00 **Top Gear 18** (6) – mag.
0.05 **Top Gear 12** (5) – mag.

MINI MINI+ HD
9.05 **Bing** (3-8) – serial anim.
10.00 **Pszczółka Maja 2** (39-43)
11.25 **Baczne oczka** (12, 13, 1, 2)
11.55 **Marta mówi** (50, 51)
12.50 **Moje urodziny** – dla dzieci
12.59 **Marta mówi** (52, 53)
13.55 **Moje urodziny** – dla dzieci
14.00 **Basia** (12, 13) – anim., Pol.
14.24 **Basia 2** (1-3) – anim., Pol.
15.10 **Kicia Kocia** (7-11) – anim.
15.55 **44 Koty** (1-5) – anim., Wł.
17.20 **Staś i fajna Babcia**
17.50 **Moje urodziny** – dla dzieci
17.57 **Staś i fajna Babcia** (36)
18.15 **Leśna rodzina** (1-6)
18.40 **Dora i przyjaciele 2**
19.35 **Kicia Kocia** (6-10) – anim.
20.25 **Mały Charlie** (19-23)

TVP 3 DVB T2
13.00 **Agrobiznes**
13.20 **Agropogoda**
13.30 **Bez trybu. Justyna Dobrosz-Oracz**
14.20 **Poznaj region**
15.00 **Koronka do Miłosierdzia Bożego** – program religijny
15.20 **Serwis Info Dzień** – inf.
15.30 **Program lokalny**
19.30 **Z indeksem w ręku** (4)
19.45 **Kryminalna siódemka**
20.00 **Dziennik regionów** – inf.
20.13 **Gość Regionów** – pr. publ.
20.30 **Telekurier** – mag., Polska
21.00 **Program lokalny**
22.00 **Dziennik regionów** – inf.
22.30 **Złoty chłopak** (251) – serial obycz., Turcja 2022

DVB T DVB T2 – stacje dostępne za darmo w naziemnej telewizji cyfrowej

eprasa.pl 37b976a8ff

Warto zobaczyć

14.10 ALE KINO+ **Punkty zwrotne**
THRILLER Autor kryminałów pracuje w domu na odludziu nad książką. Spokój zakłóca wizyta niezapowiedzianego gościa, który zna jego sekret. *Reż.: David Marqués, A: Diego Peretti, José Coronado, Cecilia Suárez Hiszpania 2024* **110 min ▶ do godz. 16.00**

15.40 KINO POLSKA **Stara baśń**
KOSTIUMOWY IX wiek. Na terenie przyszłej Polski panuje Popiel. Wojownik Ziemowit łączy siły z kmieciem Wiszem przeciwko despocie. *Reż.: Jerzy Hoffman, A: Daniel Olbrychski, Michał Żebrowski Polska 2003* **135 min ▶ do godz. 17.55**

16.20 HBO **Ostatni strzelec**
BIOGRAFICZNY Belfast. 92-letni weteran ucieka z domu opieki, by we Francji wziąć udział w obchodach 75. rocznicy lądowania w Normandii. *Reż.: Terry Loane, A: Pierce Brosnan, Clémence Poésy, John Amos Wlk. Bryt./Irl. 2023* **100 min ▶ do godz. 18.00**

17.55 WARNER TV **Miłość jak narkotyk**
KOMEDIA ROMANTYCZNA Astronom i artystka planują zemstę na niewiernych partnerach. Wspólne działanie zbliża ich do siebie. *Reż.: Griffin Dunne, A: Meg Ryan, Matthew Broderick, Tchéky Karyo USA 1997* **125 min ▶ do godz. 20.00**

18.40 POLSAT FILM **Stan oblężenia**
THRILLER Nowy Jork paraliżuje seria zamachów. Sytuację usiłuje opanować szef sił specjalnych. Akcję komplikuje generał Devereaux. *Reż.: Edward Zwick, A: Denzel Washington, Annette Bening, Bruce Willis USA 1998* **140 min ▶ do godz. 21.00**

19.30 COMEDY CENTRAL **Baywatch. Słoneczny patrol**
KOMEDIA Grupa ratowników pod wodzą Mitcha staje do nierównej walki z korporacją, która zagraża środowisku. *Reż.: Seth Gordon, A: Dwayne Johnson, Zac Efron, Priyanka Chopra Wlk. Bryt. 2017* **150 min ▶ do godz. 22.00**

20.10 TVP HISTORIA **Zaginiony w akcji 2: Początek**
WOJENNY Pułkownik Braddock trafia do niewoli podczas wojny w Wietnamie. Po latach podejmuje próbę ucieczki. *Reż.: Lance Hool, A: Chuck Norris, Soon-Tek Oh, Steven Williams USA 1985* **105 min ▶ do godz. 21.55**

21.00 POLSAT FILM **Bullet Train**
SENSACYJNY Płatny zabójca ma przejąć w pociągu walizkę pełną gotówki. Misja jest związana z zadaniami czwórki innych pasażerów. *Reż.: David Leitch, A: Brad Pitt, Joey King, Aaron Taylor-Johnson Japonia/USA 2022* **160 min ▶ do godz. 23.40**

→ filmowe hity



Cooper i jego towarzysze ruszają na poszukiwania nowego domu dla ludzi.





22.45 TVN Interstellar

SCIENCE FICTION Grupa śmiałków podejmuje się ryzykownej misji, która przesądzi o przyszłości.

HIT DNIA Wskutek zmian klimatycznych na Ziemi brakuje żywności. Susza i częste burze pyłowe powodują, że ludzkość jest bliska zagłady. Cooper, były pilot NASA, zajmuje się uprawą kukurydzy. W prowadzeniu farmy pomagają mu teść i nastoletni syn Tom. Pewnego dnia jego córka, 10-letnia Murph, twierdzi, że w jej pokoju zadomowiły się duchy. Ojciec wpada na trop tajemniczej anomalii grawitacyjnej. Trafia do tajnego ośrodka, w którym pracują naukowcy pod kierownictwem profesora Branda. Ich celem jest wykorzystanie tunelu czasoprzestrzennego w dotarciu do planety nadającej się do zamieszkania. Cooper otrzymuje propozycję udziału w ekspedycji. Z córką badacza, Amelią, Doyle'em, Romilym i inteligentnym robotem TARS-em udaje się na wyprawę w nieznane. HD **215 min ▶ do godz. 2.20**

USA/W. Bryt./Kan. 2014 **Reż.:** Christopher Nolan **Wyst.:** Matthew McConaughey, Anne Hathaway, Jessica Chastain



20.00 TVN **Creed: Narodziny legendy**
OBYCZAJOWY Adonis (Michael B. Jordan) marzy o karierze boksera. Utalentowany sportowiec rozpoczyna intensywne treningi pod okiem przyjaciela zmarłego ojca, Rocky'ego (Sylvester Stallone).
Reż.: Ryan Coogler Wyst.: Tessa Thompson
USA 2015 HD **165 min ▶ do godz. 22.45**



20.00 TVN 7 **Sex Story**
KOMEDIA ROMANTYCZNA Przyjaciele Emma (Natalie Portman) i Adam (Ashton Kutcher) spotykają się po latach. Po upojnej nocy uzgadniają, że będzie ich łączył tylko seks. Układ idealny w teorii nie sprawdza się w życiu.
Reż.: Ivan Reitman Wyst.: Kevin Kline
USA 2011 HD **140 min ▶ do godz. 22.20**



20.00 KINO POLSKA **Syberiada polska**
HISTORYCZNY Rok 1940. NKWD wysiedla mieszkańców wsi Czerwony Jar na Podolu. Wśród nich są Jan Dolina (Adam Woronowicz) i jego bliscy. Rodzina trafia do obozu pracy w głębi tajgi. Mierzy się z zimnem i chorobami.
Reż.: Janusz Zaorski Wyst.: Paweł Krucz
Polska 2013 HD **165 min ▶ do godz. 22.45**



20.10 ALE KINO+ **Gunman**
SENSACYJNY James Terrier (Sean Penn) zabijał na zlecenie tajnych służb. Pewnego dnia odkrywa, że sam stał się celem najemników, którzy mają zlikwidować uczestników akcji sprzed lat. Ścigają go m.in. w afrykańskiej dżungli.
Reż.: Pierre Morel Wyst.: Javier Bardem
USA 2015 HD **140 min ▶ do godz. 22.30**



21.00 PULS 2 **Żelazny orzeł 3: Asy przestworzy**
SENSACYJNY Pułkownik Sinclair (Louis Gossett Jr.) dowiaduje się o śmierci podwładnego, który miał handlować narkotykami. Wojskowy postanawia wyjaśnić sprawę i oczyścić imię przyjaciela.
Reż.: John Glen Wyst.: Horst Buchholz
USA 1992 HD **125 min ▶ do godz. 23.05**



22.20 TVN 7 **Dusza towarzystwa**
KOMEDIA Deanna (Melissa McCarthy) dla kariery męża poświęciła życie zawodowe. Kiedy ten odchodzi do kochanki, postanawia nadrobić stracony czas. Rozpoczyna studia na tej samej uczelni co jej córka (Molly Gordon).
Reż.: Ben Falcone Wyst.: Gillian Jacobs
USA 2018 HD **135 min ▶ do godz. 0.35**

Oznaczenia: P! Premiera w TV HD Program także w standardzie HD
Egzemplarz archiwalny

→ filmowe hity



Davis podejmuje radykalne decyzje, aby schwytać zabójców swoich kolegów po fachu.

20.00 TV PULS

21 mostów

KRYMINALNY W Nowym Jorku trwa obława na bandytów, którzy dokonali masakry w trakcie rabunku.

HIT DNIA Policja otrzymuje zgłoszenie o włamaniu w jednej z nowojorskich restauracji. Na miejscu dochodzi do strzelaniny, wskutek której ginie ośmiu funkcjonariuszy. Detektyw Andre Davis ma znaleźć przestępców. Postanawia zamknąć wszystkie mosty wychodzące z Manhattanu i zablokować tunele. Zamierza w ten sposób odciąć ściganym potencjalną drogę ucieczki z wyspy. Rozpoczyna się obława, jednak funkcjonariusz bardzo szybko przekonuje się, że sprawa jest bardziej skomplikowana, niż zakładał. HD 120 min ▶ do godz. 22.00

USA/Chiny 2019 **Reż.:** Brian Kirk **Wyst.:** Chadwick Boseman, Sienna Miller, J.K. Simmons, Stephan James



20.00 STOPKLATKA

Ballistic

SENSACYJNY Dawni koledzy proszą byłego agenta FBI, Ecksa (Antonio Banderas), o pomoc w poszukiwaniach pracownicy NSA. Porwała ona kilkuletniego Michaela, w którego ciele ukryty jest mikroczip – prototyp superbroni.

Reż.: Wych Kaosayananda Wyst.: Talisa Soto
USA 2002 HD 115 min ▶ do godz. 21.55



22.30 TV 4

Patrol

SENSACYJNY Ratownik straży przybrzeżnej Ben Randall (Kevin Costner) prowadzi szkolenia młodej kadry. Wśród jego podopiecznych jest zarozumiały Jake (Ashton Kutcher), który zmaga się z demonami przeszłości.

Reż.: Andrew Davis Wyst.: Sela Ward
USA 2006 HD 170 min ▶ do godz. 1.20



20.05 TVP KULTURA

Podejrzana

THRILLER Detektyw Jang rozpoczyna śledztwo dotyczące śmierci mężczyzny, którego ciało znaleziono u podnóża góry. Poszlaki wskazują, że w sprawę zbrodni może być zamieszana młoda wdowa, Song (Tang Wei).

Reż.: Park Chan-wook Wyst.: Park Hae-il
Korea Płd. 2022 HD 150 min ▶ do godz. 22.35



22.30 TVP KOBIETA

Matki równoległe

OBYCZAJOWY Fotografka Janis (Penélope Cruz) zachodzi w ciążę z żonatym kochankiem. W szpitalu poznaje nastoletnią Anę (Milena Smit), którą również czeka samotne macierzyństwo. Kobiety zbliżają się do siebie.

Reż.: Pedro Almodóvar Wyst.: Israel Elejalde
Francja 2021 HD 130 min ▶ do godz. 0.40

→ sport



16.55 TVP SPORT

Indywidualne mistrzostwa Europy

ŻUŻEL LIVE Pardubice będą gospodarzem ostatniej rundy zmagań o tytuł najlepszego żużlowca Starego Kontynentu. Mocnym kandydatem do zakończenia cyklu na podium jest Leon Madsen. Duńczyk ma w dorobku już osiem medali IME. HD 170 min ▶ do godz. 19.45



17.30 POLSAT SPORT 1

MKS Kalisz – Budowlani Łódź

SIATKÓWKA LIVE Sezon TAURON Ligi Kobiet zainauguruje mecz beniaminka z mistrzyniami Polski. Łodzianki przystąpią do obrony tytułu m.in. bez Pauliny Damaske, ale za to z Martyną Grajber-Nowakowską. HD 185 min ▶ do godz. 20.35



20.35 TVP 1

Polska – Rumunia

PIŁKA NOŻNA LIVE W swoim trzecim meczu Ligi Narodów 2026/27 Polacy zagrają w Warszawie z 52. drużyną w rankingu FIFA. Możliwe, że Jan Urban postawi na Sebastiana Szymańskiego, który nieźle radzi sobie w Stade Rennais. HD 160 min ▶ do godz. 23.15



20.35 POLSAT SPORT 1

Francja – Włochy

PIŁKA NOŻNA LIVE Gdy Trójkolorowi po raz ostatni mierzyli się z Włochami na własnym terenie, we wrześniu 2024 roku, przegrali 1:3. Podobny wynik w tym meczu zepsułby początek pracy Zinedine'a Zidane'a we francuskiej kadrze. HD 145 min ▶ do godz. 23.00

→ rozrywka



11.40 POLSAT

Ewa gotuje

KULINARNY Mistrzyni kuchni przypomina dawne regionalne receptury. Przyrządza pożywną sałatkę z fety i cukinii, wrapy na bazie serka wiejskiego oraz pochodzącą z Podkarpacia zupę dziadowską. Na deser zaś pojawią się wypieki z jeżynami oraz migdałami. HD 40 min ▶ do godz. 12.20



20.15 TV 4

Gwiazdy Kabaretu

SATYRA Debiut Michała Paszczyka i Trupy Wysokiego Ryzyka. Kabareciarz w towarzystwie aktorów prezentuje swój autorski projekt pełen absurdalnego humoru i nieprzewidywalnych zwrotów akcji. Prowadzi Robert Korólczyk. HD 70 min ▶ do godz. 21.25



20.40 TVP 2

Kocham Cię, Polsko!

TELETURNIEJ Drużynę Michała Koterskiego wesprą Ewelina Lisowska, Piotr Bondyra oraz Kacper Kuszewski. Łukasz Kadziewicz powita w ekipie Emilię Komarnicką, Mikołaja Roznerskiego i Katarzynę Maciąg. Gościem będzie Urszula. HD 95 min ▶ do godz. 22.15

→ dokument



20.00 FOKUS TV

Zamki krzyżowców: budowle nie do zdobycia

HISTORIA Po zdobyciu Jerozolimy krzyżowcy wznosili na Bliskim Wschodzie twierdze. Krak des Chevaliers czy Belvoir były wzorami obronności. HD 60 min ▶ do godz. 21.00

eprasa.pl 37b976a8ff

TVP 1 HD DVB T2

4.55 Wykrywacz kłamstw – publ.
5.15 Pytanie dnia – pr. publicyst.
5.35 Reporterzy – mag. reporterów
5.45 Oko na świat – magazyn
6.10 Akacjowa 38 (952) – telenowela, Hiszpania 2018
7.00 Transmisja mszy świętej z Sanktuarium Matki Bożej na Jasnej Górze
7.30 Agape blisko Ciebie – mag.
8.00 Serwis Info – program inform.
8.10 Pogoda Info
8.20 Okrasa łamie przepisy – mag.
9.00 Ranczo 2 (20) – obycz., Pol. 2007
10.00 Komisarz Alex 2 (20) – serial kryminalny, Polska 2012
11.00 Ojciec Mateusz 22 (278): Guru – serial kryminalny, Polska 2019
12.00 Serwis Info – program inform.
12.10 Agrobiznes – magazyn rolniczy
12.30 Agropogoda – program inform.
12.40 Magazyn rolniczy
12.55 Natura w Jedynce: Osobliwa planeta (4) – serial dok., Australia
14.00 Splątane losy (58)
15.00 Serwis Info – program inform.
15.10 Reporterzy – mag. reporterów
15.35 Gra słów. Krzyżówka (1155)
16.00 Dziedzictwo (1042) – serial obyczajowy, Turcja 2020
17.00 Teleexpress, pogoda
17.25 Jaka to melodia? – telet. muz.
18.05 Klan (4746) – telenowela, VOD Polska 2026
18.40 Akacjowa 38 (969) – telenowela, Hiszpania 2018
19.30 Program informacyjny 19.30
19.55 Pytanie dnia – pr. publicyst.
20.10 Sport, pogoda
20.25 Piłka nożna: Liga LIVE Narodów – studio

TVP 2 HD DVB T2

4.35 Na dobre i na złe (947): Podwójna gra – serial obyczajowy, Polska 2025
5.30 M jak miłość (1851) – serial obyczajowy, Polska 2025
6.25 Anna Dymna – spotkajmy się: Dawid Patalon – talk-show
6.55 Barwy szczęścia (3410) – serial obyczajowy, Polska 2026
7.30 Pytanie na śniadanie – pobudka – magazyn
7.55 Pytanie na śniadanie – magazyn
11.45 Operacja zdrowie (87) – magazyn medyczny
12.25 Koło fortuny – teleturniej
13.15 Panna młoda (212) – serial obyczajowy, Turcja 2024
14.05 Va banque – teleturniej
14.35 Na sygnale (930): Zła sytuacja jest dobrą sytuacją – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2026
15.05 La Promesa – pałac tajemnic (490) – serial obyczajowy, Hiszpania 2024
16.00 Koło fortuny – teleturniej
16.35 Familiada – teleturniej
17.20 Panna młoda (213) – serial obyczajowy, Turcja 2024
Derya zostawia Cemilowi list pożegnalny i opuszcza dom. Cihan wypomina matce aferę z Beyzą. Sila informuje Engina, że znalazła dodatkową pracę.
18.15 Va banque – teleturniej
18.50 Jeden z dziesięciu – teleturniej
19.25 Barwy szczęścia (3410) – serial obyczajowy, Polska 2026
20.05 Barwy szczęścia (3411) – serial obyczajowy, Polska 2026

POLSAT HD DVB T2

4.40 Disco Gramy
5.25 Telezakupy TV Okazje – magazyn reklamowy
6.00 Nowy dzień z Polsat News
8.00 halo tu polsat – magazyn
11.40 Ewa gotuje (580) polsat go – magazyn kulinarny
Ewa Wachowicz wraca na Podbeskidzie i gotuje u stóp Babiej Góry. Dociera do starych receptur. Pierwszą z potraw będzie sałatka z fety i cukinii. W menu pojawi się też pochodząca z Podkarpacia zupa dziadowska.
12.20 Gliniarze. Śląsk (23): Najwyższy czas – serial kryminalny, Polska 2026
13.20 Gliniarze (988, 989) – serial paradokumentalny, Polska 2024
15.30 Wydarzenia 24
15.50 Pogoda
15.55 Gliniarze (1238) – serial polsat go paradokumentalny, Polska 2026
Policjant ginie podczas próby zatrzymania uciekającego kierowcy. Adam i Olga ustalają, że sprawa może mieć związek z działalnością gangu złodziei aut. W trakcie śledztwa pojawiają się kolejne pytania.
16.55 Gliniarze. Śląsk (24): polsat go Krystaliczny – serial kryminalny, Polska 2026
18.00 Pierwsza miłość (4258) polsat go – serial obyczajowy, Polska 2026
18.50 Wydarzenia
19.15 Gość „Wydarzeń” – program publicystyczny
19.25 Wypasiona kuchnia (33) – program rozrywkowy
19.35 Sport, pogoda

TVN HD DVB T2

5.40 Uwaga! – magazyn reporterów
5.55 Ukryta prawda (1493) – serial paradokumentalny, Polska 2023
6.50 Kuchenne rewolucje (9): Myszęcin – Gościniec – program rozrywkowy
7.45 Dzień Dobry TVN – magazyn
11.25 Kuchenne rewolucje (7, 15): Grodzisk Wielkopolski – Alexandria; Żalno – Restauracja w Borach – program rozrywkowy
13.40 Ukryta prawda (1644, 1645, 1773) – paradok., Polska
Po latach nieobecności Paulina odwiedza 20-letnią córkę, Maję. Prosi o możliwość pobytu, tłumacząc, że rozstała się z partnerem. Okazuje się, że kobieta nie ma czystych intencji.
16.50 Szpital św. Anny (154) – serial player obyczajowy, Polska 2026
Kaja bada 40-latkę z bólem szyi i kołataniem serca, od niedawna prowadzącą studio masażu. Podejrzewa stres, choć objawy pasują do udaru. Do Maćka trafia pacjent z bólem brzucha. Mimo sprzeciwu chorego konieczna jest pilna operacja.
17.55 Detektywi (355) – serial player fabularno-dokumentalny, Polska 2026
Pewien chłopak prosi o odnalezienie ojca, który zniknął po wizycie nieznajomego. Dębosz i Potaczek wraz z policją przeszukują dom. Znajdują anonim sugerujący, że ktoś szantażował zaginionego.
19.00 Fakty, sport i pogoda
19.50 Uwaga! – magazyn reporterów

20

PIŁKA NOŻNA



20.35 Liga Narodów: mecz: LIVE Polska – Rumunia

W swoim trzecim meczu tegorocznej Ligi Narodów Polacy zagrają w Warszawie z 52. drużyną w rankingu FIFA. Poprzednio z reprezentacją Rumunii mierzyli się w eliminacjach mistrzostw świata 2018. Biało-Czerwoni wygrali wtedy oba spotkania – 3:0 i 3:1.

23.15 Frantic – thriller, USA/Francja FILM 1988, reż. Roman Polański, wyk. Harrison Ford, Emmanuelle Seigner, Betty Buckley, 125 min
Amerykanin, chirurg Richard Walker, poszukuje w Paryżu swojej uprowadzonej żony. Kluczem do zagadki okazuje się tajemnicza Michelle...
1.20 Kurier – film historyczny, Polska FILM 2019, reż. Władysław Pasikowski, wyk. Philippe Tłokiński, Julie Engelbrecht, Bradley James, Martin Butzke, 115 min
3.15 Mój Nikifor – film biograficzny, FILM Polska 2004, reż. Krzysztof Krauze, wyk. Krystyna Feldman, Roman Gancarczyk, Jerzy Gudejko, Lucyna Malec, 100 min
4.55 Zakończenie

ROZRYWKOWY



20.40 Kocham Cię, Polsko! (4)

Drużynę Michała Koterskiego wesprą tym razem Ewelina Lisowska, Piotr Bondyra i Kacper Kuszewski. Łukasz Kadziewicz powita z kolei w swoim zespole Emilię Komarnicką, Mikołaja Roznerskiego oraz Katarzynę Maciąg. Gościem muzycznym odcinka będzie Urszula. Prowadzi Marzena Rogalska.

22.15 Gabi Drzewiecka zaprasza 2 (3) – talk-show
23.15 To jest grane (106) – program muzyczny
23.50 Nieznajoma (7, 8-ost.) – serial kryminalny, Wielka Brytania 2020
Podczas analizy nagrań z kamer monitoringu Wes dokonuje zaskakującego odkrycia. Zauważa, że w momencie morderstwa Heidi kawiarnię kobiety odwiedził policjant Patrick Katz.
1.45 Może to ty – komedia FILM obyczajowa, USA 2023, reż. Cameron Fay, wyk. Brett Dier, Veronica St. Clair, Molly McCook, Nicolette Pearse, 90 min
3.15 Akacjowa 38 – telenowela, Hiszpania 2015-2021
5.05 Zakończenie

ROZRYWKOWY



19.55 Twoja Twarz Brzmi Znajomo (230) polsat go

Treningi wokalne, choreografia i dopracowana charakteryzacja pomagają uczestnikom wcielać się w legendy piosenki. Rafał Brzozowski śpiewał już utwory między innymi George'a Michaela i Mieczysława Fogga. Dzisiaj on i rywalizujący z nim artyści zmierzą się z nowymi wyzwaniami.

22.00 2012 – film katastroficzny, USA/ FILM Kanada 2009, reż. Roland Emmerich, wyk. John Cusack, Amanda Peet, Chiwetel Ejiofor, Thandie Newton, 215 min
Nadchodzi koniec świata zapowiadany przez Majów. Pisarz Jackson Curtis przypadkowo dowiaduje się o tajnym planie ocalenia wybrańców. Usiłuje umieścić bliskich na specjalnych rządowych statkach.
1.35 Kapitan Phillips – dramat FILM biograficzny, USA 2013, reż. Paul Greengrass, wyk. Tom Hanks, Catherine Keener, Barkhad Abdi, Barkhad Abdirahman, 165 min
4.20 Kabaretowa Ekstraklasa (117) – program rozrywkowy

DRAMAT OBYCZAJOWY



20.00 Creed: Narodziny legendy – FILM USA 2015, 165 min

Adonis Johnson marzy o karierze zawodowego boksera. Chce pójść w ślady ojca, słynnego mistrza Apollo Creeda. Chłopak prosi jego przyjaciela, legendarnego pięściarza Rocky'ego Balboa, aby został jego trenerem. On dostrzega w młodym zawodniku potencjał.

22.45 Interstellar – film s.f., USA/ FILM Wielka Brytania/Kanada 2014, HIT DNIA reż. Christopher Nolan, wyk. Matthew McConaughey, Anne Hathaway, Michael Caine, Jessica Chastain, 215 min
Na Ziemi brakuje żywności. Były pilot NASA dołącza do grupy naukowców, których celem jest znalezienie nowego domu dla ludzi. Oscar za efekty specjalne.
2.20 Kuba Wojewódzki (5) – talk-show
3.25 Uwaga! – magazyn reporterów
3.45 Młode gliny (26) – serial kryminalny, Polska 2026
4.45 Nauka jazdy 6 (18) – program rozrywkowy
5.15 Zamieszkać na plaży 6 (6) – program rozrywkowy

eprasa.pl 37b976a8ff

TVN 7 HD DVB T2

5.20 **Ten moment** (55) – serial paradokumentalny, Polska 2015-2016
5.55 **Żony Podlasia** (1) – serial dokumentalny, Polska 2024
6.50 **Szkoła** (496, 497) – serial paradokumentalny, Polska 2017
8.45 **Ukryta prawda** (1398, 1565, 1566) – paradok., Polska
11.50 **W-11 – Wydział Śledczy** (721-723): Osiemnastka; Prawda o przeszłości; Na budowie – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2010
13.55 **Detektywi** (139) – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2024
15.00 **Szpital św. Anny** (144) – serial obyczajowy, Polska 2026
16.00 **Szpital** (888) – serial paradokumentalny, Polska 2019
17.00 **Sędzia Anna Maria Wesołowska** (567) – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2011
18.00 **Rozwód. Walka o wszystko** (19) – serial paradokumentalny, Polska 2020
Weronika odkrywa, że jej mąż jest klientem agencji towarzyskich. Nastoletnia córka pary namawia matkę, aby zgodziła się na terapię małżeńską. Wkrótce kobieta składa pozew o rozwód.
19.00 **Ukryta prawda** (1699) – serial paradokumentalny, Polska 2025
Klara bez zapowiedzi odwiedza matkę. Zastaje u niej swojego narzeczonego. Mężczyzna rzekomo naprawiał zlew. Budzi to podejrzenia dziewczyny.

KOMEDIA ROMANTYCZNA



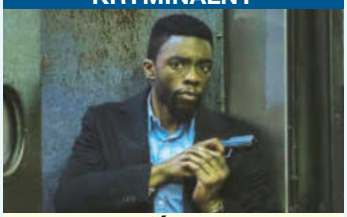
20.00 FILM **Sex Story** – USA/Wielka Brytania 2011, 140 min
Emma i Adam, przyjaciele z dzieciństwa, spotykają się po latach. Po upojnej nocy umawiają się, że będzie ich łączył tylko seks. Chcą uniknąć zazdrości, kłamstw i zobowiązań. Przekonują się, że idealny w teorii układ nie sprawdza się w życiu.

22.20 FILM **Dusza towarzystwa** – komedia, USA 2018, reż. Ben Falcone, wyk. Melissa McCarthy, Molly Gordon, Gillian Jacobs, Maya Rudolph, 135 min
Deanna dla kariery męża poświęciła życie zawodowe. Gdy ten odchodzi do kochanki, postanawia nadrobić stracony czas. Rozpoczyna studia na tej samej uczelni co jej córka.
0.35 FILM **Ścigany** – dramat sensacyjny, USA 1993, reż. Andrew Davis, wyk. Harrison Ford, Tommy Lee Jones, Sela Ward, Ron Dean, 160 min
3.15 **Hotel Paradise 13** (22) – reality show
4.10 **Fachowcy** (13) – serial paradokumentalny, Polska 2017

TV PULS HD DVB T2

6.00 **Policjanci z Miami 5** (20, 21): Cudotwórca; Uwierzyć – serial kryminalny, USA 1989
8.00 **Kobra – oddział specjalny** (6, 7): Wróg wewnętrzny; Zespół, część 1 – serial sensacyjny, Niemcy 2021
10.00 **Zaklinaczka duchów 5** (104) – serial fantasy, USA 2010
11.00 **Kotka** (43) – telenowela, Meksyk 2014
12.00 **Nie igraj z aniołem** (174) – serial obyczajowy, Meksyk 2008
13.00 **Wspaniałe stulecie** (16) – serial kostiumowy, Turcja 2013-2014
14.00 **Rodzinny interes** (9): Trudne decyzje – serial obyczajowy, Polska 2019
15.00 **Lombard. Życie pod zastaw 14** (768, 769) – serial obyczajowy, Polska 2024
17.00 **Rodzinny interes** (10): Wyjazd integracyjny – serial obyczajowy, Polska 2019
Salon Bella Ella odwiedza Renata Michalak. Kobieta jest przekonana, że mąż chce od niej odejść. Tymczasem Dawid jest zauroczony sympatyczną klientką Żanetą. Dokonuje w jej aucie kolejnych napraw.
18.00 **Lombard. Życie pod zastaw 19** (1033, 1034) – serial obyczajowy, Polska 2026
Jacek i Oliwia podczas randki nad rzeką przypadkiem widzą mafijną egzekucję. W panice uciekają. Mężczyzna potem orientuje się, że zgubił portfel z dowodem. Przynosi do lombardu laptopa do sprzedania.

KRYMINALNY



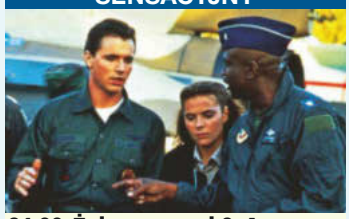
20.00 FILM **21 mostów** – USA/Chiny 2019, 120 min
Policja otrzymuje zgłoszenie o włamaniu do nowojorskiej restauracji. Dochodzi tam do strzelaniny, wskutek której ginie ośmiu funkcjonariuszy. Detektyw Andre Davis ma za zadanie znaleźć zabójców. Postanawia od razu zamknąć dwadzieścia jeden mostów wychodzących z Manhattanu i zablokować tunele.

22.00 FILM **Alarum** – film sensacyjny, USA 2025, reż. Michael Polish, wyk. Scott Eastwood, Sylvester Stallone, Willa Fitzgerald, Mike Colter, 120 min
0.00 FILM **Snajper: Kolejne starcie** – thriller, RPA/USA/Niemcy 2011, reż. Claudio Fäh, wyk. Richard Sammel, Annabel Wright, Clyde Berning, Chad Michael Collins, 120 min
Syn snajpera, Brandon Beckett, wraz ze swymi ludźmi wyrusza do Konga, w którym toczą się krwawe walki. Jego oddział zostaje ostrzelany. Ocalały Beckett postanawia pomścić śmierć swoich towarzyszy.
2.00 **Zobacz to!** – pr. powtórkowe

PULS 2 HD DVB T2

5.50 **Ale numer! 19** (8) – pr. rozrywk.
6.20 **Superthings: Kazoom Power** (18) – serial anim., Hiszpania 2024
6.30 **SamSam: Kosmiczne przygody** (16) – serial anim.
6.45 **Gigantozaur 2** (20) – serial anim.
7.00 **Blaze i Megamaszyny 8** (1) – serial animowany, USA 2023
7.30 **Psi Patrol 6** (8) – serial anim.
7.50 **Dora** (11) – anim., Kan./USA 2024
8.30 **Wielkie przygody małego rekina 2** (8) – serial dla dzieci, USA/Korea Południowa 2023
8.50 **Masza i Niedźwiedź 6** (4-6) – serial animowany, Rosja
9.25 **Świnka Peppa** (26-28) – anim.
9.45 **Bing** (27, 28) – serial animowany
10.00 **Jeżyk i Przyjaciele** (11, 10)
10.35 **Basia 2** (25, 26) – anim., Pol. 2019
11.10 **Gus. Mały – wielki rycerz 2** (5, 6) – serial animowany, Fr. 2021
11.35 **Tomek i przyjaciele: Naprzód lokomotywy! 27** (25, 26) – anim.
12.00 **Psi Patrol 4** (24) – serial anim.
12.35 **Gumisie 6** (6, 7) – serial anim.
13.35 **Smerfy** (70) – serial anim., Belgia
14.00 **Baranek Shaun 4** (8-10) – anim.
14.35 **Marta mówi** (20) – serial anim.
15.00 **Miraculous: Biedronka i Czarny Kot 6** (9, 10) – anim.
16.00 **Patryk Rozgwiazda Show** (25, 26) – serial anim., USA 2021
17.00 **SpongeBob Kanciastoporty 9** (203, 204) – anim., USA 2011-2012
18.00 **Pingwiny z Madagaskaru 2** (13, 14) – serial animowany, USA
19.00 **Kacze opowieści** (33, 39) – serial animowany, USA 1987
20.00 **Lombard. Życie pod zastaw 19** (1023) – serial obyczajowy, Polska 2026

SENSACYJNY



21.00 FILM **Żelazny orzeł 3: Asy przestworzy** – USA/Wielka Brytania 1992, 125 min
Pułkownik Sinclair, pilot sił powietrznych, prowadzi własne śledztwo w sprawie śmierci dawnego podwładnego. Pomagają mu przyjaciele, którzy z braku sprzętu chcą użyć w akcji samolotów z czasów II wojny światowej. Razem muszą zmierzyć się z gangiem narkotykowym z Peru.

23.05 FILM **Zdobycz** – thriller, USA 2024, reż. Mukunda Michael Dewil, wyk. Ryan Phillippe, Emile Hirsch, Mena Suvari, Jeremy Tardy, 115 min
1.00 FILM **Kod zła** – horror, USA/Kanada 2024, reż. Oz Perkins, wyk. Nicolas Cage, Maika Monroe, Alicia Witt, Blair Underwood, 125 min
3.05 **Lombard. Życie pod zastaw 6** (295) – serial obyczajowy, Polska 2020
4.05 **Lombard. Życie pod zastaw 2** (43) – serial obyczajowy, Polska 2018
5.00 **Kręcimy z gwiazdami 3** (8): Maciej Miecznikowski – program rozrywkowy

NETFLIX



TU ZDARZY SIĘ COŚ STRASZNEGO

Trwają przygotowania do ślubu. Przyszła panna młoda (Camila Morrone) przeczuwa, że w dniu ceremonii wydarzy się coś strasznego, a jej lęk narasta, gdy przybywa do mrocznej posiadłości rodzinnej ukochanego. Odkrywa, że łączy ją z tym miejscem przeszłość.
►**serial grozy (8 odc.), USA 2026**

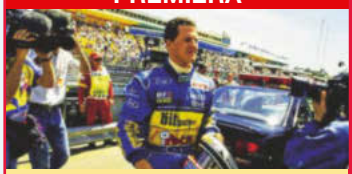
PREMIERA



ŻYJEMY DALEJ

Anika (Naomi Baker) próbuje przetrwać w bezdusznym mieście i ocalić rodzinę. Carousel (Jay Reeves) przebywa w więzieniu. Ci dwoje zaczynają do siebie pisać. Niewinna wymiana listów szybko zamienia się w silną relację na odległość. Z czasem ta więź daje im obojgu nadzieję na odkupienie.
►**dramat obyczajowy 2026; 108 min**

PREMIERA



SCHUMACHER '94 – NARODZINY LEGENDY

Historia młodego kierowcy Benettona, który z utalentowanego debiutanta wyrósł na mistrza. Twórcy filmu wracają do jego pierwszego triumfu w GP Brazylii i do dramatycznych wydarzeń tamtego sezonu. Całość uzupełniają unikatowe materiały archiwalne.
►**dokum., Niemcy 2026; 105 min**



WIADOMOŚCI DLA ISABELLE

Po śmierci siostry Jill (Zoey Deutch) nagrywa na jej pocztę głosową wiadomości, w których opowiada o swoim życiu. Z czasem numer zostaje przydzielony nowemu właścicielowi, a nagrania trafiają do agenta nieruchomości z Austin. Mężczyzna stopniowo daje się wciągnąć w historię nieznajomej.
►**kom. romant., USA 2026; 118 min**

STACJE FILMOWE I SERIALOWE

AXN HD

6.00 **CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas** (12, 13) – serial krym., USA/Kanada 2001
7.35 **Ostry dyżur 6** (11, 12) – serial obyczajowy
9.30 **Castle 8** (8, 9) – serial krym., USA 2015-2016
11.15 **Rekrut 6** (5, 6) – serial kryminalny, USA 2024
13.15 **Agenci NCIS 10** (16, 17) – serial sensacyjny, USA 2012
15.10 **FBI 6** (9, 10) – serial kryminalny, USA 2024
17.10 **CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 9** (9, 10) – serial krym., USA/Kanada 2008
19.10 **Castle 8** (10, 11) – serial kryminalny, USA 2015-2016

TVP SERIALE HD

6.20 **Na sygnale** (546, 547)
7.25 **Ojciec Mateusz 8** (96) – krym., Pol. 2012
8.20 **Komisarz Alex 10** (128) – krym., Pol. 2017
9.15 **Rodzinka.pl** (165)
9.45 **Klan** (1512) – telen.
10.20 **Ranczo 3** (33) – obycz.
11.10 **Rodzinka.pl** (315, 316) – kom., Pol.
12.15 **Felicita** (10, 11)
13.30 **Ojciec Mateusz** (1, 2)
15.30 **Komisarz Alex 10** (129) – krym., Pol. 2017
16.20 **Na sygnale** (548, 549)
17.30 **Ranczo 3** (35, 36) – serial obycz., Polska
19.25 **Minuta dla Twojego bezpieczeństwa** (8)
19.35 **Ojciec Mateusz** (3)
20.35 **Ojciec Mateusz 8** (97) – krym., Pol. 2012

TVP KULTURA HD

10.35 **Porte des Lilas** FILM – dramat kryminalny, Francja 1957, 110 min
12.25 **Napisane życie. Wisława Szymborska** – film dokum., Polska 2015
13.50 **Gwiazdozbiór: Helena Majdaniec**
14.30 **Na fali wspomnień**
14.40 **Muzeum Polskiej Piosenki** (83) – rozr.
14.55 **ABC miłości** – kom. FILM muz., Pol. 1935, 90 min
16.25 **Rodzina Połanieckich** (5) – serial obycz., Polska
18.00 **Tygodnik kulturalny**
18.50 **Kroniki Sherlocka Holmesa** (5) – krym.
20.00 **Wieczór kinomana** – magazyn filmowy

ALE KINO+ HD

6.30 **Polska z góry 3** (4) – serial dok., Pol. 2018
7.00 **Benek** FILM – komediodramat, Polska 2007, 120 min
9.00 **The Office PL** (3, 4) – kom., Pol. 2021-2022
10.15 **Karen Pirie 2** (3-ost.) – krym., Wlk. Bryt. 2025
12.10 **Detektyw Foyle 3** (3) – serial kryminalny
14.10 **Punkty zwrotne** FILM – thriller, Hiszpania 2024, reż. David Marqués, 110 min
16.00 **Shalako** – western, FILM Wielka Brytania/RFN 1968, reż. Edward Dmytryk, wyk. Brigitte Bardot, 130 min
18.10 **Detektyw Foyle 3** (4) – serial kryminalny

CANAL+ PREMIUM HD

11.55 **Łapu capu** – pr. rozr.
12.00 **Wszyscy święci** FILM – film obyczajowy, Polska 2002, 80 min
13.20 **Larger than Life: Złota era boysbandów** – film dokum., USA 2024
14.55 **Saga „Zmierzch": Przed świtem. Część 2** FILM – film fantasy, USA 2012, reż. Bill Condon, wyk. Kristen Stewart, 115 min
16.50 **Making of** – mag.
16.55 **Ocaleni** – thriller, USA/ FILM Kanada 2008, 90 min
18.25 **Łapu capu** – program rozrywkowy
18.30 **Skok na milion** FILM – komedia, Francja/ Belgia 2025, 90 min

HBO HD

7.35 **Kraina Jane Austen** FILM – kom. romant., Wlk. Bryt./USA 2013, 95 min
9.10 **Królestwo niebieskie** FILM – dramat hist., USA/Hiszp./Wlk. Bryt. 2005, 140 min
11.30 **Na planie 23** (40)
12.00 **Życie** – dram. obycz., FILM Wielka Brytania/Jap./ Szwecja 2022, 100 min
13.40 **Millerowie** – kom. FILM krym., USA/Wlk. Bryt. 2013, 110 min
15.30 **The Pitt 2** (11) – serial obyczajowy, USA 2026
16.20 **Ostatni strzelec** FILM – dramat biograf., Wlk. Bryt./Irl. 2023, 100 min
18.00 **Zmierzch** – film FILM fantasy, USA 2008, 120 min

20

SENSACYJNY



21.05 **Snajper 3** – USA FILM 2004, 115 min

Thomas Beckett ma jechać do Wietnamu i zlikwidować człowieka podejrzanego o terroryzm. Celem okazuje się jego dawny przyjaciel, który uratował mu życie.

23.00 **Snajper: Kolejne starcie** FILM – thriller, RPA/ USA/Niemcy 2011, reż. Claudio Fäh, 105 min
0.45 **Castle 8** (10, 11) – serial kryminalny
2.40 **CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 9** (9, 10) – serial krym., USA/Kanada 2008

OBYCZAJOWY



21.30 **Ranczo 3** (37, 38) – Polska 2008

Witebski prowadzi cykl rozmów dotyczących sekretów kobiecej duszy. Dzięki popularności audycji polonista zaczyna cieszyć się zainteresowaniem wśród słuchaczek.

23.30 **Ojciec Mateusz** (4) – serial krym., Polska
0.25 **Gra z Cieniem 2** (17) – serial krym., Polska
1.20 **Trzeci oficer** (5, 6)
3.10 **Wojenne dziewczyny** (11)
3.55 **Klan** (1512) – telen.
4.25 **Zaraz wracam 3** (149) – serial obycz.

THRILLER



20.05 **Wieczór kinomana: Podejrzana** FILM – Korea Płd. 2022, 150 min

Detektyw Jang prowadzi śledztwo dotyczące śmierci mężczyzny. Poszlaki wskazują, że w zbrodnię może być zamieszana młoda wdowa.

22.35 **PitBull** (4) – sens., Pol.
23.35 **Czwartkowy klub filmowy** – mag. film.
23.40 **Wstręt** FILM – dramat psychologiczny, Wielka Brytania 1965, reż. Roman Polański, 110 min
1.30 **Acid Rain** – film krótkometr., Pol. 2019

SENSACYJNY



20.10 **Gunman** – USA/ FILM Hiszpania/Wielka Brytania 2015, 140 min

James Terrier pracował kiedyś dla służb jako egzekutor. Pewnego dnia odkrywa, że sam stał się celem najemników. Musi uniknąć prześladowcom i ocalić ukochaną.

22.30 **Oddział dla zuchwałych** (1-3) – wojenny, Wlk. Bryt.
2.15 **Belfer 3** (3) – serial kryminalny, Pol. 2023
3.20 **Kobieta na dachu** FILM – dramat obyczajowy, Polska 2022, 105 min
5.05 **Klangor** (3) – krym.

DRAMAT SENSACYJNY



20.00 **Gangi Nowego Jorku** FILM – USA/Niemcy/ Włochy 2002, 160 min

Połowa XIX w. Podczas starcia dwóch gangów z rąk przywódcy miejscowych ginie wódz imigrantów. Po szesnastu latach syn zabitego, Amsterdam, planuje zemstę.

22.40 **Apollo w ogniu: Apollo Has Fallen** (4) – sens., Wlk. Bryt./Fr.
23.25 **Rytuał** – horror, USA FILM 2025, 95 min
1.00 **Wcielenie** – horror, FILM Wlk. Bryt. 2024, 95 min
2.35 **Druga szansa** – film dok., Niem./USA 2024

KOMEDIA KRYMINALNA



20.00 **21 Jump Street** FILM – USA 2012, 110 min

Policjanci Schmidt i Jenko mają rozpracować siatkę dilerów narkotyków w liceum. Wtapiają się w tłum nastolatków, by dotrzeć incognito do niebezpiecznej szajki.

21.50 **Ona** – melodramat, FILM USA 2013, reż. Spike Jonze, wyk. Joaquin Phoenix, Chris Pratt, Amy Adams, 125 min
23.55 **Supergirl** – film s.f., FILM USA/Wielka Brytania/ Australia 2026, reż. Craig Gillespie, wyk. Milly Alcock, 115 min

AXN WHITE

6.35 **Dr House 3** (10, 11)
8.10 **Napisała: Morderstwo 3** (16, 17) – serial kryminalny
10.25 **Agenci NCIS 20** (6-8)
13.20 **Rekrut 4** (10) – serial krym.
14.20 **Dr House 3** (12, 13)
16.20 **Downton Abbey 5** (10)
17.30 **Downton Abbey 6** (1) – kostium., Wlk. Bryt./USA
19.05 **Unforgettable: Zapisane w pamięci 2** (4) – krym.
20.00 **Dowody zbrodni 2** (20, 21) – serial kryminalny
22.00 **Rekrut 4** (11) – serial krym.
23.00 **Agenci NCIS 20** (6-8)
1.40 **Dowody zbrodni 2** (20, 21) – serial kryminalny
3.30 **Zaklinacze koni 2** (11, 12)

AXN BLACK

8.45 **MacGyver** (21)
9.45 **Zagadki z przeszłości** (13) – przyg., Fr./Niem./Kan.
10.45 **Gwiezdne wrota 2** (4, 5)
12.45 **Kobra – oddział specjalny 15** (13) – sens.
13.50 **JAG – Wojskowe Biuro Śledcze 3** (20, 21) – sens.
15.50 **Nieustraszony 4** (9)
16.55 **MacGyver 2** (1)
17.55 **Zagadki z przeszłości** (14) – przyg., Fr./Niem./Kan.
18.55 **Gwiezdne wrota 2** (6, 7)
21.00 **CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 8** (9-12) – krym.
0.40 **JAG – Wojskowe Biuro Śledcze 3** (20, 21) – sens.
2.40 **MacGyver 2** (1)

WARNER TV

9.55 **Bajer z Bel-Air 4** (6, 7)
10.50 **Pełniejsza chata 4** (6, 7)
11.50 **Teraz albo nigdy! 2** (12, 13) – obycz., Pol. 2008
13.45 **Bajer z Bel-Air 4** (6-9)
15.35 **Pełniejsza chata 4** (6-9)
17.55 **Miłość jak narkotyk** FILM – komedia romantyczna, USA 1997, 125 min
20.00 **Sok z żuka** – horror FILM komediowy, 1988, 105 min
21.45 **Kryptonim U.N.C.L.E.** FILM – kom. sens., USA/Wielka Brytania 2015, 135 min
0.00 **Doczekać zmroku** FILM – thriller, USA 1967, 130 min
2.10 **Chłopcy z ferajny** – dram. FILM gangsterski, 1990, 170 min

POLSAT SERIALE HD

6.00 **Gliniarze** (409-411, 783-786) – serial paradok.
13.00 **Niania** (73-76) – kom., Pol.
15.00 **Świat według Kiepskich** (356-361) – kom., Pol. 2011
18.05 **Komisarz Mama** (31, 32) – serial kryminalny, Polska
20.05 **Czarna lista 2** (35) – serial kryminalny, USA 2014
21.00 **CSI: Kryminalne zagadki Miami 6** (143) – krym., USA
21.55 **CSI: Kryminalne zagadki Miami** (1-3) – serial krym.
0.50 **Ślad** (84, 85) – krym., Pol.
2.50 **Święty** (263, 264) – serial komediowy, Polska 2022
4.00 **48h. Zaginieni** (244, 245) – serial kryminalny, Polska

CANAL+ FILM HD

6.00 **Łapu capu** – pr. rozrywk.
6.05 **Królowa chmur** – film FILM obycz., Polska 2003, 75 min
7.20 **Dog Man** – film FILM animowany, 2025, 90 min
8.50 **Orzełek Iggy** – film anim., FILM Polska/USA 2025, 85 min
10.15 **Łapu capu** – pr. rozrywk.
10.20 **Ida** – dram. obycz., Polska/ FILM Dania/Fr. 2013, 80 min
11.40 **Niemożliwe** – dramat FILM katastrof., 2012, 110 min
13.30 **Nadzieja** – dramat sens., FILM Pol./Niemcy 2006, 100 min
15.10 **Wicked** – musical, USA/ FILM Kanada/Islandia 2024, reż. Jon M. Chu, 165 min
17.55 **Saga „Zmierzch": Zaćmienie** – film fantasy, FILM USA 2010, reż. David Slade, wyk. Robert Pattinson, Kristen Stewart, 120 min
19.55 **Łapu capu** – pr. rozrywk.
20.00 **Wujowy dwór** – komedia, FILM Wielka Brytania/USA 2025, reż. Jim O'Hanlon, 95 min
21.35 **Dreams** – melodramat, FILM Meksyk/USA 2025, reż. Michel Franco, 95 min
23.10 **Uciekinier** – film s.f., Wlk. FILM Bryt./USA 2025, 130 min
1.20 **Kukułka** – thriller, FILM Niemcy/USA 2024, 100 min
3.00 **To się nie dzieje** – thriller, FILM Polska 2025, 80 min
4.20 **Wyrwa** – thriller, Polska FILM 2023, reż. Bartosz Konopka, wyk. Grzegorz Damięcki

CANAL+ SERIALE HD

9.50 **W rytmie wolności** (4) – serial dokumentalny, Pol.
10.40 **Naruto 5** (21-23) – serial anime, Japonia 2004-2005
12.20 **The Office PL 3** (4-6) – serial komediowy, Polska 2023
13.55 **Łapu capu Extra** (9) – program rozrywkowy
14.30 **13 posterunek 2** (1-3) – serial komediowy, Polska 2000
16.15 **Wszystkie kolory świata** (5, 6) – serial dokumentalny, Fr. 2025
18.10 **Niewypowiedziana wojna 2** (1, 2) – serial sensacyjny, Wielka Brytania
20.00 **Mayfair Witches** (3, 4) – serial fantasy, USA 2023
21.35 **Wilk** (1) – serial obyczajowy, Polska 2021
21.45 **Making of CANAL+** – magazyn filmowy
22.00 **The Walking Dead: Daryl Dixon 2** (5, 6) – serial grozy, USA 2024
0.10 **Wywiad z wampirem 2** (8) – serial fantasy, USA 2023
1.10 **Szaleństwo imprez i raj. Historia Ibizy** – film dokumentalny, Niemcy 2024
2.00 **Król** (1-3) – serial sensacyjny, Polska 2020
5.35 **Hollywood Buzz** – magazyn filmowy

CANAL+ 360 HD

7.20 **Na pierwszym planie** (4)
8.00 **Porzucona Ameryka 4** (6)
9.00 **Wykrywacz historii 6** (5)
10.00 **Koleją przez świat 3** (2)
11.00 **Manny Pacquiao: niepokonana siła**
12.25 **Polska z góry: Stadiony 2** (3) – dok., Pol.
13.00 **Porzucone konstrukcje 4** (7) – dok.
14.00 **Zholowani: ciężarówki w opałach 6** (10) – dok.
15.00 **Najniebezpieczniejsze miejsca na świecie** (1) – pr. rozr.
16.00 **Hot Roads – Najniebezpieczniejsze drogi świata** (2) – serial dok., Niem. 2011
17.00 **Mega samoloty** (2) – dok.
18.00 **Porzucona Ameryka 4** (7)
19.00 **Zholowani: ciężarówki w opałach 6** (8) – dok.
19.50 **Mega samoloty** (3) – dok.
20.50 **Koleją przez świat 5** (4)
21.55 **Eksperyment: Odsiadka** (6) – reality show
23.00 **Porzucone konstrukcje 4** (8) – dok.
0.00 **Koleją przez świat 3** (3)
1.00 **Chwila prawdy** (8) – dok.
2.00 **Polska z góry: Stadiony 2** (1) – dok., Pol.
2.40 **Łowcy tajemnic Bałtyku** (8) – serial dok., Polska 2020
3.45 **Pogotowie remontowe Wieśka 4** (5, 6) – mag.
4.55 **Mam zamek 2** (4, 5) – dok.

HBO 2 HD

13.05 **Creed: Narodziny legendy** FILM – dramat obyczajowy, 2015, 130 min
15.15 **Żegnaj, Christopher Robin** FILM – dramat biograf., Wlk. Bryt. 2017, 105 min
17.00 **Madagwiazdka** – anim.
17.30 **Jumanji: Przygoda w dżungli** FILM – film przygodowy, USA/Australia/ Indie 2017, 120 min
19.30 **Pingwiny z Madagaskaru** FILM – film animowany, 2014, 85 min
20.55 **Vinci 2** – komedia krym., FILM Polska 2025, 115 min
22.50 **Bestie Boga** (5) – dok.
23.50 **Zabójcza historia** (1)

HBO 3 HD

11.55 **Jasełka wszech czasów** FILM – komedia przygodowa, Kanada 2024, 100 min
13.35 **Opowieść wigilijna Carole** FILM – komediodramat, Wlk. Bryt. 2022, 70 min
14.45 **Birdman** – komediodram., FILM USA 2014, 115 min
16.40 **Przegląd tygodnia: Wieczór z Johnem Oliverem 13** (24)
17.25 **Nocna suka** FILM – komediodramat, USA 2024, 100 min
19.05 **Od nowa** (1) – serial obycz.
20.00 **Perry Mason** (4) – krym.
21.00 **Sześć stóp pod ziemią 3** (1-6) – serial obyczajowy

eprasa.pl 37b976a8ff

STACJE FILMOWE I SERIALOWE

POLSAT FILM HD

6.00 **Jedziemy na ryby!** (35) – serial dokum.
7.05 **Na ratunek 112** (873) – serial paradokum.
7.35 **Doktor Martin** (16) – serial obyczajowy
8.35 **Przyjaciółki** (255, 256) – obycz., Pol.
10.35 **Świat według Kiepskich** (104, 105, 22, 23, 229, 230) – serial kom., Polska
14.05 **A więc wojna** FILM – komedia romant., USA 2012, 135 min
16.20 **Terminator: Ocalenie** FILM – thriller s.f., USA/Niemcy/Wielka Brytania 2009, 140 min
18.40 **Stan oblężenia** FILM – thriller, USA 1998, 140 min

COMEDY CENTRAL HD

6.00 **Tata ma plan** (21, 22) – serial komediowy
7.00 **Dwóch i pół 4** (17-20) – serial komediowy
8.55 **Hoży doktorzy** (7, 8) – serial komediowy
9.55 **Przyjaciele 2** (23, 24) – serial komediowy
10.55 **Przyjaciele 3** (1, 2) – kom., USA 1996-1997
11.55 **Teoria wielkiego podrywu 10** (20-24) – kom., USA 2016-2017
14.00 **Teoria wielkiego podrywu 11** (1) – serial komediowy
14.30 **Dwóch i pół 4** (21-24) – serial komediowy
16.30 **Przyjaciele 3** (3-6) – kom., USA 1996-1997
18.30 **Hoży doktorzy** (9, 10) – serial kom.

TVN FABUŁA HD

5.05 **Szkoła** (6) – paradok.
6.00 **Top 100: filmy wszech czasów** (1)
6.30 **Dziewczyny z Hollywood** (17)
6.45 **Julia** (14, 15) – serial obycz.-kom., Pol. 2011
7.45 **Detektywi** (326-329) – serial fab.-dokum.
9.50 **Młode gliny** (20)
10.55 **Lekarze 5** (3) – obycz.
11.55 **Zapukaj do moich drzwi** (116, 117)
13.55 **Młode gliny** (21)
14.55 **Detektywi** (654, 655)
16.05 **Na Wspólnej** (108, 109) – obycz., Pol.
17.10 **Top 100: filmy wszech czasów** (2)
17.45 **Mean Girls** FILM – komedia muzyczna, USA 2024, 135 min

13 ULICA

6.05 **Morderstwa w Lotaryngii** FILM – film kryminalny, Francja/Belgia 2019, 115 min
8.00 **Motyw 4** (8, 9) – serial kryminalny, Kan. 2016
10.00 **Bez śladu 3** (4, 5) – serial kryminalny, USA 2004-2005
11.55 **Kasandra 7** (2) – serial kryminalny, Fr.
14.00 **Zabójstwo w Angouleme** FILM – film kryminalny, Francja 2021, 125 min
16.05 **Motyw 4** (10, 11) – serial kryminalny, Kanada
18.05 **Bez śladu 3** (6, 7) – serial kryminalny, USA 2004-2005
19.55 **Kasandra 7** (3) – serial kryminalny, Fr.

KINO POLSKA

6.00 **Dom w cieniu mieszkania** (2)
6.30 **Bolek i Lolek** (3, 4)
6.50 **Reksio** (6, 11) – anim.
7.15 **Polska Kronika Filmowa** – serial dok.
7.45 **Polska z góry. Zamki, dworki, pałace 4** (6, 7) – dok.
8.45 **Do przerwy 0:1** (2, 3)
9.55 **Szaleństwa panny Ewy** FILM – film obycz., 1984, 145 min
12.20 **Potop** (2-ost.) FILM – film hist., 1974, 165 min
15.05 **Diabeł** – film krótkometraż., 2022
15.40 **Stara baśń** FILM – film kostiumowy, 2003, reż. Jerzy Hoffman, 135 min
17.55 **Czterej pancerni i pies** (6, 7) – wojenny

STOPKLATKA DVB T2

6.00 **Kabaretowe hity** (1) – program rozrywkowy
6.50 **Wojciech Cejrowski – boso przez świat**
7.50 **Robert Makłowicz** (247, 241) – mag. kulin.
9.35 **Pyszne dania w 10 minut z Julią Oleś 2** (12) – magazyn kulin.
9.50 **Górski lekarz** (10, 11) – obycz., Niem./Austria
11.55 **Kryminalne zagadki Mazur** (5) – krym.
14.00 **Hudson i Rex 4** (15) – serial krym., Kanada
15.00 **Komisarz Rex – Powrót do Wiednia** (5) – krym., Austria/Niem.
17.00 **Katastrofy w przestworzach** (5, 4) – serial dok., Kan.

SENSACYJNY



21.00 **Bullet Train** FILM – Japonia/USA 2022, 160 min

Japonia. Płatny morderca wsiada do pociągu. Ma przejąć walizkę pełną gotówki. Jego misja jest powiązana z zadaniami, które musi wypełnić czwórka innych pasażerów.

23.40 **W stronę słońca** FILM – thriller, USA 2005, reż. mink, wyk. Steven Seagal, 125 min
1.45 **Ślad** (59-61) – serial kryminalny, Pol. 2019
4.45 **Na ratunek 112** (946, 947) – serial paradokum., Pol. 2024

KOMEDIA



19.30 **Baywatch. Słoneczny patrol** FILM – Wlk. Bryt./Chiny/USA 2017, 150 min

Do ekipy ratowników wodnych Mitcha Buchannona dołącza pływak olimpijski Matt. Mimo wzajemnej niechęci łączą siły, by zapobiec katastrofie ekologicznej.

22.00 **Miasteczko South Park 29** (2) – anim. dla dorosłych, USA 2026
22.30 **The Office PL 4** (9)
23.05 **Comedy Club 2** (5, 6)
0.05 **Miasteczko South Park 10** (10, 11)
1.00 **Pracoholicy 6** (3, 4)

KOMEDIODRAMAT



20.00 **Czarna owca** FILM – Polska 2021, 145 min

Rodzina Gruzów mierzy się z przeciwnościami. Magda skrywa sekret. W 25. rocznicę ślubu z Arkiem postanawia go wyjawić.

22.25 **Och, Karol** – komedia FILM obyczajowa, Polska 1985, 120 min
0.25 **Diuna: Część druga** FILM – film s.f., USA/Kanada/Jordania 2023, 200 min
3.45 **Alfabet filmowy** (30)
3.55 **Motywy filmowe** (1)
4.05 **Ukryta prawda** (1384) – serial paradok., Polska 2022

KRYMINALNY



22.00 P! **Tajemnice Hannah Swensen 8: Słodki nałóg** FILM – Kanada 2026, 115 min

The Cookie Jar otrzymuje zlecenie przygotowania deserów na bal maskowy. Hannah pojawia się na wydarzeniu z Chadem. Niebawem wraz z Lisą znajduje zwłoki.

23.55 **Windykatorzy** FILM – film sensacyjny, USA 2020, 125 min
2.00 **Motyw 4** (8, 9) – serial kryminalny, Kan. 2016
3.55 **Morderstwa w Lotaryngii** FILM – krym., Fr./Bel. 2019, 125 min

DRAMAT HISTORYCZNY



20.00 **Syberiada polska** FILM – 2013, 165 min

Rok 1940. NKWD wysiedla mieszkańców wsi Czerwony Jar, m.in. Jana Dolinę i jego bliskich. Podróż kończy się w obozie w głębi tajgi. Rodzina walczy o przetrwanie.

22.45 **Kamerdyner** FILM – dramat historyczny, 2018, 190 min
1.55 **Dzień świra** FILM – komediodramat, 2002, reż. Marek Koterski, 120 min
3.55 **Obcy musi fruwać** FILM – komediodramat, Pol./Niem. 1993

SENSACYJNY



20.00 **Ballistic** – USA/Niemcy 2002, 115 min FILM

Koledzy proszą byłego agenta FBI Ecksa o pomoc w poszukiwaniach Chinki Sever. Porwała ona małego Michaela, w którego ciele ukryty jest cenny mikroczip.

21.55 **Szybcy i martwi** FILM – western, USA/Japonia 1995, 125 min
0.00 **Ekstradycja 3** (2, 3) – serial sens., Pol. 1998
2.40 **Najczarniejsza godzina** FILM – horror s.f., USA/Rosja 2011, reż. Chris Gorak, 115 min

CINEMAX HD

11.30 **Stres party**
11.55 **Norah** FILM – film obycz., Arabia Saudyjska 2023, 95 min
13.30 **Pan i władca: Na krańcu świata** FILM – dramat przygodowy, 2003, 140 min
15.50 **Kod da Vinci** FILM – thriller, USA 2006, 150 min
18.20 **Całe szczęście** FILM – komedia romant., USA 2006, 100 min
20.00 P! **Dziwne zbiory** FILM – horror, USA 2024, reż. Stuart Ortiz, wyk. Peter Zizzo, 95 min
21.35 **Raport** FILM – dramat biograficzny, 2019, 120 min
23.35 **Barry Seal: Król przemytu** FILM – biograf., USA/Japonia/Kan. 2017, 115 min

POLSAT COMEDY CENTRAL EXTRA HD

12.30 **Młody Sheldon 7** (1, 2)
13.25 **Święty** (31, 32) – kom., Pol.
14.25 **Spadkobiercy 2** (7) – rozr.
15.25 **Co ludzie powiedzą? 2** (8) – serial kom., Wlk. Bryt.
16.05 **Jedną nogą w grobie** (4)
16.55 **Czarna Żmija 2** (4) – kom.
17.35 **Młody Sheldon 7** (3-5) – serial komediowy, USA
19.00 **Dwóch i pół 4** (17-20)
21.00 **Świat według Kiepskich** (11, 12, 1) – serial kom., Pol.
22.30 **Co ludzie powiedzą? 2** (9) – serial kom., Wlk. Bryt.
23.05 **Jedną nogą w grobie** (5)
23.50 **Czarna Żmija 2** (5) – kom.
0.30 **Comedy Club 9** (7) – rozr.
1.00 **Spadkobiercy 2** (7) – rozr.

SCIFI

7.00 **Od jutra** (4-6) – serial s.f.
10.00 **Medium 6** (22) – krym.
11.00 **Medium 7** (1) – krym., USA
12.00 **Czarodziejki 3** (10-12)
15.00 **Medium 7** (2, 3) – krym.
17.00 **Czarodziejki 3** (13-16) – serial fantasy, USA 2001
21.00 **Aniołki Charliego** – sens., FILM USA/Niemcy 2000, 120 min
23.00 **Aniołki Charliego: Zawrotna szybkość** FILM – film sens., 2003, 135 min
1.15 **Wojny drogowe: Furia** FILM – film przyg., 2024, 105 min
3.00 **Medium 6** (22) – krym.
4.00 **Medium 7** (1) – krym., USA
5.00 **Sanktuarium: Opowieść czarownicy 2** (1) – krym.

FX HD

9.00 **CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas** (22) – krym.
10.00 **CSI: Kryminalne zagadki Miami** (15, 16) – krym.
11.50 **CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku** (11)
12.50 **FBI 5** (8) – serial kryminalny
13.45 **Agenci NCIS** (21, 22)
15.35 **CSI: Kryminalne zagadki Miami** (17, 18) – krym.
17.25 **Z archiwum X** (18, 19) – serial s.f., USA/Kan. 1995
19.15 **FBI 5** (10) – serial krym.
20.10 **CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku** (12, 13)
22.00 **Bez twarzy** – dramat FILM sensacyjny, 1997, 170 min
0.50 **Z archiwum X** (18, 19)

FILMBOX+ ONE HD

7.45 **Panna Marple: Błękitne geranium** FILM – krym., USA/Wlk. Bryt. 2010, 120 min
9.45 **Vera 5** (3) – serial krym.
11.45 **Zagadki kryminalne panny Fisher 3** (3) – krym.
12.55 **Poirot** (2) – serial krym.
15.00 **Strażnik Teksasu 6** (4, 5)
17.05 **Vera 5** (4) – serial krym.
18.55 **Poirot** (3) – serial krym.
20.00 **Haker** – film sensacyjny, FILM USA 2015, 175 min
22.55 **Stan zagrożenia** – film FILM sensacyjny, 1994, 180 min
1.55 **Walkiria** – dramat FILM wojenny, 2008, 170 min
4.45 **Klasyka krótkich animacji** – filmy anim.

ROMANCE TV HD

14.20 **Inga Lindström: Serce ponad rozsądkiem** FILM – dramat obyczajowy, Niemcy 2025, 115 min
16.15 **Rosamunde Pilcher: Śniadanie u Tessy** FILM – melodramat, Niemcy 2024, 110 min
18.05 **Górski lekarz** (99) – obycz., Niemcy/Austria
20.00 **Statek marzeń – Dolina** FILM **Rzeki Hudson** – film obycz., Niem. 2024, 115 min
21.55 **Najlepsze na koniec** FILM – komedia, Niemcy 2024, reż. Markus Sehr, 115 min
23.50 **Górski lekarz** (99) – obycz., Niemcy/Austria

CINEMAX 2 HD

15.40 **Maysoon** – film obycz., FILM Niemcy 2025, 125 min
17.45 **Miesiąc miodowy** FILM – thriller, Ukraina 2024, reż. Zhanna Ozirna, wyk. Roman Lutskyi, a different name, Artem Shutko, 85 min
19.10 **Jutro o świcie** – dramat FILM obyczajowy, Islandia/Hol./Chorwacja 2024, 80 min
20.30 P! **Poeta** – komediodramat, Kolumbia/Niemcy/Szwecja FILM 2025, 125 min
22.35 **Omaha** – film obyczajowy, FILM USA 2025, 85 min
0.00 **Życie mojej matki** FILM – komediodramat, Francja 2023, 105 min

VIASAT EPIC DRAMA HD

12.05 **Zatraceni w miłości** (18)
13.10 **Morderstwo w małym mieście 2** (1) – krym., Kan.
14.05 **Agenci NCIS 18** (11)
15.00 **Panna Marple:** FILM **Tajemnica Sittaford** – film kryminalny, Wielka Brytania 2006, 120 min
17.00 **Dalgliesh 2** (3) – krym.
19.00 **Agenci NCIS 18** (12)
19.55 **Poirot 3** (3) – serial krym.
21.00 **A.B.C.** (2) – krym., Wlk. Bryt.
22.00 **Morderstwo w małym mieście 2** (4) – krym., Kan.
22.55 **Poirot 3** (3) – serial krym.
0.00 **Agenci NCIS 18** (12)
0.55 **Morderstwo w małym mieście 2** (1) – krym., Kan.

NOVELAS+ HD

6.00 **Róże i grzechy** – telen.
7.00 **Duma i uprzedzenie**
8.00 **Sidła namiętności**
9.00 **Miłość w Cabo** – telen.
10.00 **Opowieść o wyspie**
11.00 **Sidła namiętności**
12.00 **Duma i uprzedzenie**
13.00 **Róże i grzechy** – telen.
14.00 **Domenica Montero**
16.00 **Róże i grzechy** – telen.
17.00 **Duma i uprzedzenie**
18.00 **Sidła namiętności**
19.00 **Miłość w Cabo** – telen.
20.00 **Opowieść o wyspie**
21.00 **Domenica Montero**
22.00 **Róże i grzechy** – telen.
23.00 **Duma i uprzedzenie**
0.00 **Sidła namiętności**

FX COMEDY HD

8.15 **Simpsonowie 36** (15, 16)
9.10 **Diabli nadali 5** (6-9)
11.05 **Jim wie lepiej 4** (24, 25)
12.00 **Sposób użycia** (2) – kom.
13.00 **Wszyscy kochają Raymonda** (5-9) – kom.
15.30 **Simpsonowie 36** (15-18)
17.30 **Jak poznałem waszą matkę** (15-17) – serial kom.
19.00 **Współczesna rodzina 9** (8-11) – serial komediowy
21.00 **Family Guy: Głowa rodziny 20** (2, 6)
22.00 **Ali G** – komedia, Wlk. Bryt./FILM Fr./Niemcy 2002, 95 min
23.35 **Simpsonowie 36** (11, 12)
0.35 **Family Guy: Głowa rodziny 19** (19, 20)

FILMBOX+ HITS HD

13.55 **Czekając na Dalego** FILM – komediodramat, Hiszpania 2023, 125 min
16.00 **Belcanto** – melodramat, FILM USA 2018, 115 min
17.55 **Szef** – komedia, USA 2014, FILM reż. Jon Favreau, 125 min
20.00 **Rozdzielne światy** FILM – melodramat, Grecja 2015, reż. Christopher Papakaliatis, 125 min
22.05 **Mechanik: Konfrontacja** FILM – film sens., 2016, 110 min
23.55 **Bardzo grzeczne dziewczyny** FILM – dramat obyczajowy, 2013, 100 min
1.35 **Il Boemo** FILM – dramat biograficzny, 2022, 160 min

PARAMOUNT NETWORK HD

10.30 **Pingwiny z Madagaskaru 3** (1)
11.00 **Liga potworów** – film FILM animowany, 2022, 120 min
13.00 **Czarodziejki 5** (3, 4)
15.00 **Pompeje** – film FILM katastroficzny, Kanada/Niemcy/USA 2014, 145 min
17.25 **Bogowie Egiptu** – film FILM przygodowy, USA/Australia/Chiny 2016, 155 min
20.00 **Equilibrium** – film s.f., FILM USA 2002, reż. Kurt Wimmer, 140 min
22.20 **Dredd** – thriller s.f., FILM 2012, 105 min
0.05 **Aviator** – dramat biograf., FILM USA/Niemcy 2004, 230 min

eprasa.pl 37b976a8ff

STACJE SPORTOWE

EUROSPORT 1 HD

6.00 Snooker: Shenzhen Open – mecz ćwierćfinałowy
8.00 Snooker: Shenzhen Open – mecz ćwierćfinałowy
11.00 Kolarstwo górskie: Zawody PŚ w Whistler – zjazd kobiet i zjazd mężczyzn
12.30 Snooker: Shenzhen Open – ćwierćfinał
13.30 Snooker: Shenzhen Open – ćwierćfinał
16.30 Kolarstwo górskie: Zawody PŚ w Whistler – zjazd kobiet i zjazd mężczyzn
17.30 Kolarstwo górskie: PŚ w Lake Placid – short track kobiet i short track mężczyzn

POLSAT SPORT 1 HD

6.00 Piłka nożna: Liga Narodów
7.00 Tenis: Turniej ATP w Pekinie – mecz 2. rundy gry pojedynczej
9.00 Tenis: Turniej ATP w Pekinie – mecz 2. rundy gry pojedynczej
11.00 Piłka nożna: Liga Narodów – mecz: Niemcy – Serbia
13.00 Tenis: Turniej ATP w Pekinie – mecz 2. rundy gry pojedynczej
15.00 Tenis: Turniej ATP w Pekinie – mecz 2. rundy gry pojedynczej
17.30 Siatkówka kobiet: TAURON Liga – mecz: NETLAND MKS Kalisz – PGE Budowlani Łódź

CANAL+ SPORT HD

6.00 Wysoki Pressing – magazyn sportowy
7.45 Premier League: The Big Interview (7) – magazyn piłkarski
8.20 Speedway+ – mag.
9.00 Piłka nożna: Liga hiszpańska – mecz: Real Madryt CF – Rayo
11.20 Piłka nożna: PKO BP Ekstraklasa: Lech – Jagiellonia Białystok
13.45 Premier League: The Big Interview (7) – magazyn piłkarski
14.30 Ekstraklasa po godzinach – mag.
15.40 Piłka nożna: Liga hiszpańska – mecz: Levante – Barcelona
18.00 Żużel: PGE Ekstraliga – mecz barażowy

TVP SPORT DVB T2 HD

5.45 Sportowy wieczór – program inform.
6.20 Retro TVP Sport (20) – magazyn sportowy
8.00 Orlen Lang Team Race – Bytów – fel.
8.30 Żużel: Indywidualne ME – 3. runda w Rzeszowie
10.35 Piłka nożna: Eliminacje ME U-21: Polska – Szwecja
12.45 Rajdowe Samochodowe Mistrzostwa Polski: Rajd Wisły
13.20 Piłka nożna: LN: Anglia – Hiszpania
15.30 Lekkie gadki – mag.
16.30 Żużel: Indywidualne ME – 4. runda w Pardubicach

ELEVEN SPORTS 1 HD

8.05 Formuła 1: Grand Prix Bahrajnu – 1. sesja treningowa
9.40 Formuła 1: Grand Prix Bahrajnu – studio
9.55 Formuła 1: Grand Prix Bahrajnu – 2. sesja treningowa
11.35 F2: Chasing the Dream – mag. motor.
12.00 Formuła 1: Grand Prix Bahrajnu – 1. i 2. sesja treningowa
15.00 GP Confidential – magazyn Formuły 1
15.40 F2: Chasing the Dream – mag. motor.
16.00 Piłka nożna: Liga włoska: Milan – Lecce
18.00 Piłka nożna: Liga niemiecka: Bayern – 1. FC Union Berlin

DISCOVERY CHANNEL HD

10.00 Wyprawa w nieznane – dok.
11.00 Klan z Alaski – dok.
12.00 Fani czterech kółek 18 – serial dok.
13.00 Człowiek kontra niedźwiedź – pr. rozr.
14.00 Nagi instynkt przetrwania: Ameryka Łacińska (4) – serial dok.
15.00 Złomowisko PL 10 (4) – serial dokum., Pol.
16.00 Gorączka złota: na kłopoty Freddy Dodge 5 – serial dok.
17.00 Kroniki policyjne: Szwecja – dok.
18.00 Przygody truckerki (6) – serial dokum., Pol.
19.00 Nagi instynkt przetrwania 4 (8)

20

KOLARSTWO GÓRSKIE



18.20 PŚ w Lake Placid LIVE – short track mężczyzn

Na podium zawodów nie powinno zabraknąć świeżo upieczonego mistrza świata, Adriena Boichisa

19.30 Biegi górskie: GT World Series – Wielki Mur Chiński
20.00 Kolarstwo: MŚ – Montreal 2026
21.00 Kolarstwo górskie: PŚ w Lake Placid
22.00 Snooker: Shenzhen Open – ćwierćfinał
0.00 Kolarstwo górskie: PŚ w Lake Placid

PIŁKA NOŻNA

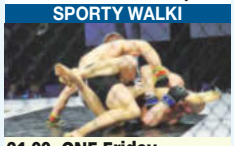


20.35 Liga Narodów: LIVE Francja – Włochy

Bardzo ciekawie zapowiadająca się konfrontacja. Trójkolorowych poprowadzi Zinedine Zidane, który zastąpił Didiera Deschampsa.

23.00 Siatkówka mężczyzn: Mistrzostwa Europy 2026
23.55 Magazyn Ligi Narodów – mag.
1.00 Piłka nożna: LN: Niemcy – Serbia
3.00 Piłka nożna: LN
5.00 Magazyn Ligi Narodów – mag.

SPORTY WALKI



21.00 ONE Friday Fights 173

Kolejna gala w Lumpinee Stadium w Bangkoku, która połączona jest z The Inner Circle. W 33. edycji tego wydarzenia o pas w muay thai w wadze lekkiej zmierzą się Regian Eersel i George Jarvis. To druga walka tych zawodników, w pierwszej wygrał The Immortal.

0.30 Piłka nożna: PKO BP Ekstraklasa – mecz: Cracovia – Wieczysta Kraków
3.00 Sporty walki: ONE Fight Night 48 LIVE

PIŁKA NOŻNA



19.45 Liga Narodów: LIVE Polska – Rumunia

Trzecim rywalem Biało-Czerwonych w tej edycji LN jest Rumunia. Po raz ostatni zespoły te mierzyły się w 2017 roku.

23.50 Lekkoatletyka: Mistrzostwa Europy – Birmingham 2026 – podsumowanie
2.15 Boks: Walka o pas IBF World w Dublinie – waga średnia: Aaron McKenna – Etinosa Oliha
3.20 Boks: Gala w Nowym Jorku – podsumowanie

MAGAZYN PIŁKARSKI



20.00 Bundesliga Clubs

Tym razem twórcy serii biorą na tapet Werder oraz Schalke – tegorocznego beniaminka niemieckiej elity.

20.40 Formuła 1: Grand Prix Bahrajnu – 1. i 2. sesja treningowa
23.25 Wywiad Eleven
23.55 RC Lens – Sekrety sukcesu – reportaż
2.20 F2: Chasing the Dream – magazyn motoryzacyjny
2.45 GP Confidential – magazyn Formuły 1
3.25 Formuła 1: Grand Prix Bahrajnu

DOKUMENTALNY



21.00 Zawodowcy: drwale (3)

Autorzy przybliżają profesję drwala. Ludzie, którzy zdecydowali się na pracę w tym wymagającym zawodzie, muszą odznaczać się siłą, sprytem, odwagą i odpornością.

22.00 Najniebezpieczniejszy zawód świata 22 – dok.
23.00 Nagi instynkt przetrwania: tajemnicza wyspa (6) – serial dok.
1.00 Hotrod wg Kindiga 10 – dok.
2.00 Eurotruckersi 3 (9)

EUROSPORT 2 HD

13.00 Kolarstwo górskie: PŚ w Whistler – zjazd kobiet i zjazd mężczyzn
14.30 Kolarstwo: Mistrzostwa świata – Montreal 2026
16.30 Strzelectwo: Mistrzostwa Europy – Malakasa 2026 LIVE
17.45 Biegi górskie: GT World Series – Wielki Mur Chiński
19.00 FIA WEC: Wyścig 24-godzinny w Le Mans
20.00 Snooker: Shenzhen Open – mecz ćwierćfinałowy
22.00 Kolarstwo górskie: Zawody PŚ w Lake Placid – short track mężczyzn
23.00 Golf: Black Desert Championship – 2. dzień LIVE

POLSAT SPORT 2 HD

6.00 Tenis: Turniej ATP w Tokio – mecz 2. rundy LIVE
8.00 Tenis: Turniej ATP w Tokio – mecz 2. rundy LIVE
10.00 Tenis: Turniej ATP w Tokio – mecz 2. rundy LIVE
13.00 Piłka nożna: LN
15.00 Piłka nożna: LN
17.00 Magazyn Ligi Narodów
18.00 Piłka nożna: Liga Narodów: Niemcy – Serbia
20.15 Koszykówka mężczyzn: Polska Liga Koszykówki: Trefl – Dziki Warszawa LIVE
20.35 Piłka nożna: Liga Narodów: Belgia – Turcja LIVE
23.00 Piłka nożna: LN
1.00 Sporty walki: FEN

CANAL+ SPORT 2 HD

7.00 Tenis: Turniej WTA w Pekinie – mecz 2. rundy LIVE
9.00 Tenis: Turniej WTA w Pekinie – mecz 2. rundy LIVE
11.00 Tenis: Turniej WTA w Pekinie – mecz 2. rundy LIVE
13.00 Tenis: Turniej WTA w Pekinie – mecz 2. rundy LIVE
15.20 Tenis: Turniej WTA w Pekinie – mecz 2. rundy
17.40 Tenis: Turniej WTA w Pekinie – mecz 2. rundy
20.00 Tenis: Turniej WTA w Pekinie – mecz 2. rundy
22.20 Tenis: Turniej WTA w Pekinie – mecz 2. rundy
0.40 Tenis: Turniej WTA w Pekinie – mecz 2. rundy

EXTREME CHANNEL HD

9.00 Liquid Edge (10)
10.00 AMA Motocross Series Highlights (10)
11.00 X Games – Aspen 2020
12.00 Drift Style (7, 8) – mag.
13.00 Action Sports World (26)
14.00 WWE Classic Gold (59-62)
15.15 WWE Highlights (60, 54)
17.00 KPW Kombat TV (27, 32)
19.00 AEW: PAN PAWŁOWSKI x PAUL WIGHT (1)
20.00 AEW Dynamite (2638)
22.00 PTW Wrestling (9)
0.15 WWE Classic Gold
2.00 AMA Motocross Series Highlights (10)
3.00 Liquid Edge (10)
4.00 Drift Style (7, 8) – mag.

ELEVEN SPORTS 2 HD

12.00 Piłka nożna: Liga niemiecka: Stuttgart – BVB
14.00 Piłka nożna: Liga włoska: Juventus – Atalanta
16.00 Piłka nożna: Liga niemiecka: Bayer – Lipsk
18.00 Formuła 1
20.00 Piłka nożna: Liga włoska: Fiorentina – Napoli
22.00 Serie A International Break Special – mag.
22.40 Bundesliga Clubs – mag.
23.00 Bundesliga Clubs – mag.
23.20 Bundesliga Clubs – mag.
23.40 Bundesliga Clubs – mag.
0.00 Piłka nożna: Liga francuska: Monaco – Lens
2.00 Magazyn piłkarski

DISCOVERY LIFE HD

8.15 Szpital (579, 580)
10.15 Nowa Maja w ogrodzie 4 (23, 24)
11.15 Idealna niania 9 (4, 5)
12.45 Klinika bez tajemnic
14.45 Szpital (578, 579)
16.45 Idealna niania 9 (3-6)
19.45 Beauty ekspert (5) – mag.
20.15 Włoska klinika otyłości
21.15 Skórze na ratunek 4 (10)
22.15 Darcey & Stacey (2)
23.15 Życie zaczyna się po 60-tce (2) – pr. rozrywk.
0.15 Powrót doktora Szczyta
1.15 Wycieczkowiec (18)
2.15 Osobiste wyzwania (1)
3.15 Szpital (476, 477)
5.15 Klinika urody (1) – mag.

POLSAT SPORT FIGHT HD

11.45 Sporty walki: Dragon Fight Night MMA 6 w Tłuszczu: D. Romański – T. Pagliariccio
13.35 Atleci – magazyn sportowy
14.00 Boks: Walka o mistrzostwo Polski w Sopocie – waga ciężka: K. Meyna – M. Wach
16.15 K.O. TV Weekly (40)
16.45 Sporty walki: Babilon MMA 57 w Ciechanowie
19.00 Z archiwum ESPN – mag.
19.45 Sporty walki: UFC Fight Night – walka: Arnold Allen – Melquizael Costa
22.10 Boks: Babilon Boxing Show w Żyrardowie: Paweł Stępień – Łukasz Stanioch

POLSAT SPORT 3 HD

6.00 Piłka nożna: Liga Narodów
8.30 Piłka nożna: Liga Narodów
11.00 Piłka nożna: Liga Narodów
13.00 Piłka nożna: LN
15.30 Tenis: Turniej ATP w Pekinie – mecz 2. rundy
17.50 Piłka nożna: LN – mecz: Łotwa – Czarnogóra LIVE
20.00 Siatkówka kobiet: TAURON Liga – mecz: UNI Opole – Chemik LIVE
23.00 Tenis: Turniej ATP w Pekinie – mecz 2. rundy
1.00 Sporty walki: Babilon MMA

CANAL+ SPORT 5 HD

12.00 Hola LaLiga – mag.
13.15 LaLiga Highlights – mag.
14.00 Piłka nożna: PKO BP Ekstraklasa: Lech Poznań – Jagiellonia Białystok
16.30 1 na 1 Extra – mag.
17.20 Ekstraklasa po godzinach – mag. piłkarski
18.00 Premier League Stories (6) – magazyn piłkarski
18.45 Premier League: The Big Interview (7) – mag.
19.25 Speedway+
20.00 Dart: World Grand Prix w Leicester LIVE
0.15 Piłka nożna: PKO BP Ekstraklasa: Lech Poznań– Radomiak Radom

ELEVEN SPORTS 4 HD

13.25 Najlepsi pomocnicy Bundesligi lat 90. – mag.
14.00 Goal Arena Bundesligi
16.00 Piłka nożna: Liga francuska: OGC Nice – Lille
18.00 Serie A (1) – mag. piłkarski
18.30 Olympique Lyon – Między legendą a teraźniejszością – dok.
19.10 Wywiad z Michałem Skórasiem – wywiad
19.35 Podróż do świata Calcio – magazyn piłkarski
20.00 Piłka nożna: Liga portugalska – mecz: Sporting CP – FC Arouca
22.00 Piłka nożna: Liga włoska: Venezia – Lazio

ELEVEN SPORTS 3 HD

14.00 Piłka nożna: Liga francuska: Olympique Lyon – Stade Rennais FC
16.00 Wywiad z Michałem Skórasiem – wywiad
16.20 Olympique Lyon – Między legendą a teraźniejszością – dok.
17.00 Bundesliga Clubs – mag.
18.00 Piłka nożna: Liga włoska: Parma – Genoa CFC
20.00 Piłka nożna: Liga niemiecka – mecz: Borussia Mönchengladbach – 1. FSV Mainz 05
22.00 Piłka nożna: Liga francuska: Olympique Marsylia – PSG

CANAL+ DOKUMENT HD

10.10 Polska z góry 2 (2-4)
11.50 Spowity tajemnicą
12.50 Auschwitz. Głosy świadków (1-5) – dok., Fr.
16.50 Legendy Ziemi – dok., Fr.
17.50 Salwador – kraj plaż i wulkanów – dok., Niem.
18.50 Dalajlama. Przez mądrość do szczęścia
20.25 Rewolucja Papieża Franciszka – film dok., Fr.
21.30 Oman. Klejnot Arabii (1, 2) – film dok., Niem. 2025
23.25 Rum i rewolucja. Historia Hawany – dok.
0.15 Prost (1-3) – serial dok., Fr.
1.55 O co biega? (5) – mag.
2.30 Twardzielki (8) – dok., Pol.

eprasa.pl 37b976a8ff

STACJE POPULARNONAUKOWE

DISCOVERY SCIENCE HD

6.00 **Jak to jest zrobione?** – serial dokumentalny, Kanada
8.00 **Jak działa wszechświat?** – serial dokumentalny, USA 2019
11.00 **Niemiecka budowlanka** (2, 3) – program rozrywkowy
13.00 **Kosmiczna mapa skarbów** – serial dokumentalny, USA 2018
15.00 **Jak działa wszechświat?** – serial dokumentalny, USA 2020
18.00 **Jak to jest zrobione?** – serial dokumentalny, Kanada 2013-2014

DOKUMENTALNY



21.00 **Poszukiwacze dinozaurów**

Clay wraca na swoje ranczo w Montanie. Z kolei Mike i jego ekipa są w Wyoming. Kontynuują wykopaliska w miejscu znalezienia skamieniałości triceratopsa.

23.00 **Tesla: Niebezpieczny umysł** – serial dokum.
1.00 **Jak działa wszechświat?** – serial dokumentalny
5.00 **Kosmiczna mapa skarbów:** Związki z Kolumbem – serial dokumentalny, USA

ID HD

6.00 **Śmierć w cieniu stadionu 4** – serial kryminalny, 2025
8.00 **Agent taki jak ty** – serial dokumentalny
10.00 **Zbrodnia w sąsiedztwie 4** – serial dokumentalny
12.00 **Taśmy zbrodni** – serial dokumentalny
14.00 **Celnicy na straży Europy** (19, 20) – serial dok., Hiszpania
15.00 **Celnicy kontra przemytnicy** – serial dokum., Hiszpania
16.00 **Proces na gorąco** – serial dok., USA
17.00 **Proces na gorąco 2** – reality show
18.00 **Śmierć na drugą zmianę 3** – serial dok.

DOKUMENTALNY



20.00 **Taśmy zbrodni:** Powiem, ale nie do kamery – USA 2021

Paul Starnes ma podejrzenia, że coś złego przytrafiło się jego wujkowi. Postanawia wezwać do jego domu pomoc. Policjanci na miejscu odkrywają miejsce zbrodni.

21.00 **Morderca z kręgu przyjaciół** – dok., USA
22.00 **Mamo, czy mogę zabić?** – serial dok.
23.00 **Gra na śmierć i życie** – serial dok.
0.00 **Koleżanki na zabój 2:** Diablica – serial dokumentalny

NATIONAL GEOGRAPHIC HD

10.00 **Niszczycielskie żywioły** (2) – dok.
11.00 **Pogodowe anomalie** (3) – dok.
12.00 **Grecja: Miejsce pełne tajemnic** (1, 5, 3) – serial dokum.
15.00 **Katastrofa w przestworzach** (7)
16.00 **Ukryte pod miastami** (2) – dok.
17.00 **Zaginione skarby Biblii: Tajemnice wiary** (4) – serial dok.
18.00 **Gułag – system śmierci** (2) – film dokum., Francja 2019
19.00 **Piekło pod wodą: II wojna światowa** (2) – dok., Kan.
20.00 **Katastrofa w przestworzach** (4)

DOKUMENTALNY



21.00 **Tajemnice wojny: Blitzkrieg** (3)

Upadek Francji i klęska Brytyjczyków były w dużej mierze skutkiem splotu okoliczności. Nazistowska propaganda przedstawiała bieg wydarzeń inaczej.

22.00 **III Rzesza: Droga do upadku** (3) – dok.
23.00 **1946: Proces tokijski** – film dokum., Francja 2025
0.00 **II wojna światowa: Historia przed trybunałem** (1) – dok.
1.00 **Tajemnice wojny: Blitzkrieg** (3) – dok.

FOKUS TV DVB T2

6.05 **48h. Zaginieni** (22) – serial krym., Polska
7.00 **Był sobie człowiek**
8.55 **Wehikuł czasu** (1002) – pr. inform.
9.00 **Starożytni kosmici** (6) – serial dok., USA
10.00 **Gwiazdy lombardu** (31, 32) – reality show
12.00 **Broń w hollywoodzkich filmach** (3, 4) – dok.
13.00 **Poszukiwacze historii** (6, 1) – dok.
14.00 **Apokalipsa Hitlera – front zachodni** (2)
15.00 **Poszukiwacze złota w Australii** (6) – dok.
16.00 **Dorwać tuńczyka** (1, 2) – serial dok., USA
18.00 **Rolnicy. Podlasie** (33, 34) – serial dok.

DOKUMENTALNY



20.00 **Zamki krzyżowców: budowle nie do zdobycia**

Po zdobyciu Jerozolimy krzyżowcy budowali na Bliskim Wschodzie twierdze. Takie zamki jak Krak des Chevaliers czy Belvoir były wzorami obronności.

21.00 **Sekrety Biblii** (3)
22.00 **Potęga i mit hitlerowskiego SS** (1, 2) – serial dokum.
0.00 **Narcos. Francuski łącznik**
1.00 **Rolnicy. Podlasie** (34-37) – serial dok.
5.00 **Kołowrotek** (12, 3)

TVP HISTORIA DVB T2

5.40 **Był taki dzień**
5.44 **Fake czy historia?**
6.25 **Arsenał. Magazyn militarno-historyczny** – mag.
8.05 **Flesz historii**
8.40 **Dom** (24) – obycz., Pol.
10.20 **Pamięć powstania**
11.30 **Królowe, które zmieniły świat** (4)
12.25 **Pieszo przez dziką Rumunię**
13.30 **Flesz historii**
14.00 **Dom** (25) – obycz., Pol.
15.40 **Sensacje XX wieku**
17.40 **Wojenne dziewczyny 2** (25) – serial hist., Pol. 2018
18.30 **Wojownicy czasu**
19.05 **Umrzeć za Warszawę** – film dok., Pol./Francja 2013

DRAMAT WOJENNY



20.10 FILM **Zaginiony w akcji 2: Początek** – USA 1985, 105 min

Rok 1972. Pułkownik Braddock i jego towarzysze broni są przetrzymywani w wietnamskim obozie. Dowódca postanawia przeciwstawić się swoim oprawcom.

21.55 **Powstanie zwykłych ludzi** – film dokum., Polska 2004
22.55 **Sensacje XX wieku**
0.45 **Encyklopedia II wojny światowej**
1.20 **Wojenne dziewczyny 2** (25) – serial hist., Pol. 2018

HISTORY HD

14.00 **Niewyjaśnione tajemnice świata 3** (16) – serial dok., USA
14.50 **Największe tajemnice świata 6** (1) – dok., USA
15.45 **Gwiazdy lombardu 13** (12)
16.15 **Absurdy przeszłości: historie pełne ryzyka 2** (2) – serial dokum.
17.10 **Tajemnice, które miały trwać wiecznie** (8) – dok.
18.10 **Największe tajemnice świata 7** (2) – serial dok., USA
19.05 **Starożytni kosmici 16** (15) – dok.
20.00 **Starożytni kosmici 17** (2) – dok.

DOKUMENTALNY



21.00 **Niewyjaśnione tajemnice wszechświata** (2)

Ludzkość od lat przygotowuje się do dalekich kosmicznych podróży. Twórcy programu zastanawiają się, czy jesteśmy gotowi, aby zostać istotami pozaziemskimi.

22.00 **Starożytni kosmici 17** (15) – dok.
23.00 **Jak to wyjaśnić? 4** (8) – dok., USA
23.55 **Absurdy przeszłości: historie pełne ryzyka 2** (2)
0.50 **Starożytni kosmici 17** (2) – dok.

DISCOVERY HISTORIA HD

9.00 **Mikroprzygoda** (10)
10.00 **Wstęp wzbroniony** (5, 6)
11.00 **Militaria na warsztat** (6)
12.00 **Muzealne tajemnice**
14.00 **Łowcy staroci** (8, 9) – dok.
16.00 **Skarby z szopy** (5-8)
18.00 **Łowcy staroci** – dok.
20.00 **Zoom na architekturę: Siedem cudów świata**
22.00 **Hazardziści** – serial dok.
0.00 **Przypadki z archiwum 10** – dok.
2.00 **Socjalistyczna Filmoteka Powiatowa**
3.00 **Europejskie bazary** (8)
4.00 **Lotniskowiec HMS Ark Royal** (8) – serial dok., USA
5.00 **Łowcy staroci** (5) – dok.

PLANETE+ HD

12.35 **Niezwykłe podróże koleją 3** (1) – serial dok., Fr.
13.40 **Piesze wędrówki po świecie** (1) – serial dokum.
14.45 **Afryka z góry** (10) – dok.
15.50 **360° Świat bez granic**
16.55 **Świat z góry 7** (8, 9) – dok.
18.00 **Dokąd dzisiaj? 4** (63, 64)
18.40 **Pomyśl, zanim zjesz!** (2)
19.45 **First Person Shooter. Idź, strzelaj, kombinuj**
20.50 **Sekrety budowniczych piramid 2** (2) – serial dok.
22.00 **Wszystko o Marii. Matce Bożej** (2) – dok., Fr.
23.10 **Śmierć na Cyprze** (3)
0.20 **360° Świat bez granic**
1.25 **Polska z góry 10** (7)

NATIONAL GEOGRAPHIC WILD HD

9.00 **Niezwykły dr Pol** (3)
10.00 **Niezwykły dr Pol** (5)
11.00 **Niezwykły dr Pol** (13)
12.00 **Dzikie, sprytne i zabójcze** (5) – serial dok.
13.00 **Olśniewająca Ameryka**
14.00 **Kangury drzewne: duchy lasu** – film dokum.
15.00 **Dzikie, sprytne i zabójcze** (5) – serial dok.
16.00 **Dzika Laponia** – film dok.
17.00 **Sekretne życie pszczół**
18.00 **Chiny: ukryte królestwa**
19.00 **RPA: kraina skrajności** (1) – film dokum., USA 2019
20.00 **Pogodowe anomalie** (6)
21.00 **Niezwykły dr Pol**
2.00 **Olśniewająca Ameryka**

POLSAT VIASAT NATURE HD

10.50 **Steve Backshall i sekretne życie pszczół** (1) – film dokum., Wlk. Bryt.
11.50 **Drapieżniki** – serial dok.
12.50 **W okowach mrozu 5** (7)
13.50 **Zabójcza pogoda 2** (5)
14.50 **Rzeczne potwory 7** (1)
15.55 **W okowach mrozu 5** (7)
16.55 **Potwory z głębin** (2)
17.55 **Drapieżniki** – serial dok.
18.55 **Rzeczne potwory 6** (6)
19.55 **W okowach mrozu 5** (8)
21.00 **Steve Backshall i sekretne życie pszczół** (1) – film dokum., Wlk. Bryt.
22.05 **Drapieżniki** – serial dok.
23.00 **W okowach mrozu 5** (8)
0.00 **Zabójcza pogoda 2** (5)

BBC EARTH HD

10.05 **Życie na pustkowiu 11**
11.05 **Cała prawda o treningach w domu**
12.05 **Ben Fogle na szkockich wyspach 2** (3) – serial dok.
13.05 **Planeta Ziemia 2. Dzienniki** – przyrod.
14.20 **W okowach mrozu 8** (10)
15.25 **Życie na pustkowiu 11**
16.20 **Niezwykłe wyspy tropikalne** (1) – serial dok.
17.30 **Planeta Ziemia 2. Dzienniki** – przyrod.
18.40 **Ben Fogle na szkockich wyspach 2** (4) – serial dok.
19.45 **Przez nieznaną Afrykę**
20.55 **W okowach mrozu 10**
22.55 **Zabójcza pogoda 6** (6, 7)

ANIMAL PLANET HD

13.00 **Irwinowie – następne pokolenie 2** – serial dok.
14.00 **Resocjalizacja z pitbullem 7** – serial dok.
15.00 **Kot z piekła rodem**
17.00 **Na krańcu Alaski** – dok.
18.00 **Weterynarz z Gór Skalistych 7** – serial dok.
19.00 **Cztery kąty, cztery łapy**
20.00 **Skazani na pożarcie 2**
21.00 **Klan z Alaski** – serial dok.
22.00 **Baseny z rozmachem**
23.00 **Resocjalizacja z pitbullem 7** – serial dok.
0.00 **Alaska: Ostatni przystanek** – serial dok.
1.00 **Irwinowie – następne pokolenie** – serial dok.

TVP DOKUMENT HD

14.10 **Dzik – nietypowy sąsiad**
15.10 **Dzikie zwierzęta i patogeny** – film dok., Fr.
16.15 **Yellowstone. Tykająca bomba** – dok., Wlk. Bryt.
17.20 **Weekendowe wypady z Greggiem Wallace'em**
18.15 **Sanatorium miłości 5** (4)
19.15 **Powstanie Warszawskie. Pragnienie wolności**
20.00 **Mont Blanc – góra wyzwań** – film dokum., Fr.
21.05 **Świat świstaka** – dok., Fr.
22.10 **Zniknąć bez śladu** – dok.
23.40 **Matka wołyńskich sierot** – film dokumentalny
0.50 **Królestwo mokradeł** (3)

POLSAT DOKU HD

11.20 **Polacy za granicą** (63, 64)
13.20 **Operacja Overlord – alianci atakują** (1, 2)
15.25 **Najkrwawsze bitwy drugiej wojny światowej** (7, 8) – dok.
17.50 **Podglądacze przyrody**
19.50 **Najniebezpieczniejsze drogi do szkoły: Kirgistan**
20.55 **Najniebezpieczniejsze drogi do szkoły: Brazylia** – dok.
22.00 **Zwierzęta: mistrzowie survivalu** (1) – serial dok.
23.05 **Zwierzęta: mistrzowie przetrwania** (2) – dok.
0.15 **Łowcy nazistów** (2)

POLSAT VIASAT EXPLORE HD

13.15 **Królowie klasycznych aut** (2) – dok., Wlk. Bryt.
14.15 **Australijscy poszukiwacze złota 3**
16.10 **Ciężarówką po lepsze życie** (6) – serial dokum.
17.10 **Bohaterowie z St. John's 3** (2) – serial dok.
18.05 **Złoto Jukonu** (2) – dok.
19.05 **Australijscy poszukiwacze złota 9**
21.00 **Ostatni kapitanowie 2**
22.00 **Australijscy poszukiwacze złota 10**
23.00 **Z samolotu do sieci** (4)
0.00 **Złoto z mroźnej krainy**
1.00 **Australijscy poszukiwacze złota 5**

POLSAT VIASAT HISTORY HD

10.40 **Militarny ranking** (4)
11.50 **Najgroźniejsi ludzie Hitlera** (9) – serial dokum.
12.40 **Miasta świata podziemi 4** (5-8) – dok.
16.35 **II wojna światowa: cena imperium** (7) – serial dok.
17.45 **Militarny ranking** (5)
18.50 **Zakazana historia 7** (2)
19.50 **Piramidy w Gizie: sięgnąć do gwiazd** – dok.
21.00 **Linie frontu** (6) – dok.
22.10 **Starożytne superbudowle 4** (4)
23.20 **Najgroźniejsi ludzie Hitlera** (10) – serial dokum.
0.15 **Miasta świata podziemi 4** (4-8) – dok.

CI POLSAT HD

12.20 **Dowody zbrodni 4**
14.10 **Tajniacy w akcji** (3) – dok.
15.05 **Zbrodnia po angielsku 4**
16.00 **Cyfrowe dowody zbrodni** (3) – serial dok.
17.00 **Pogrzebani za domem 3**
18.00 **Z archiwum 997** (1, 2)
19.00 **Policjanci, którzy zabijają** (4) – serial dokum.
20.00 **Specjaliści od zbrodni**
21.00 **Protokół zbrodni 2** (2)
22.00 **Seryjni mordercy: Zabójczy duet** (2) – dok.
23.00 **Uciec bestii** (3, 4) – dok.
23.55 **Protokół zbrodni** (10)
0.50 **Zbrodnia prawie doskonała 3** (15) – dok.
1.45 **Zabójcze wakacje 2** (3)

TRAVEL CHANNEL HD

6.00 **Nowe życie na Bahamach** (12-14, 1)
8.05 **Walka o bagaż** (1-4) – dok.
10.10 **Nieoczywiste miejsca**
12.15 **Kamperem przez świat**
14.20 **Człowiek kontra jedzenie** (27) – mag. kulin.
14.55 **Niezwykłe Stany Prokopa** (2-5) – pr. rozr.
17.00 **Śladami Wielkiej Stopy**
19.00 **Survival we dwoje** (2, 3)
21.05 **Nagi instynkt przetrwania** (5, 6) – dok.
23.10 **Kobieta na krańcu świata** (9, 10, 1) – dok., Pol.
0.55 **Kamperem przez świat**
2.55 **Śladami Wielkiej Stopy**
4.55 **Dziwaczne potrawy** (8)

DVB T DVB T2 – stacje dostępne za darmo w naziemnej telewizji cyfrowej

eprasa.pl 37b976a8ff

STACJE OGÓLNOTEMATYCZNE

TVP POLONIA

13.50 **Polonia 24 Tygodnik**
15.00 **Serwis Info** – pr. inf.
15.10 **Polskie parki narodowe** – dok., Pol.
15.40 **Piękne przyprawiONA 2** (8)
16.00 **Autoportret za mgłą. Olga Boznańska** – film dokum., Polska 2021
17.00 **Teleexpress**
17.20 **Gra słów. Krzyżówka** (1150)
17.50 **Teleexpress Extra**
18.15 **Wybieram Polskę** (1)
18.45 **Panorama**
19.20 **Powstanie Warszawskie dzień po dniu** (63)
19.30 **Program informacyjny 19.30**
19.55 **Pytanie dnia** – publ.

TVP ROZRYWKA

7.15 **Okrasa łamie przepisy** – mag. kulin.
8.20 **Familiada** – telet.
8.55 **Va banque** (1001)
9.25 **Koło fortuny** (2059)
10.05 **Makłowicz w podróży** – mag.
10.45 **Postaw na milion**
12.35 **Familiada** – telet.
13.15 **Janosik** (7) – przyg.
14.05 **Pan Mama** (60, 21) – serial kom., Polska
15.10 **Program rozrywkowy**
15.25 **Do śmiechu!** (19, 20)
17.25 **Va banque** (1002) – teleturniej
18.00 **Koło fortuny** (2060)
18.40 **Okrasa łamie przepisy** – mag. kulin.
19.45 **Jaka to melodia?**
20.25 **Do śmiechu!** (23, 24)

POLSAT CAFÉ

6.00 **Demakijaż** (183-185)
7.30 **Przyjaciółki** (43, 44) – serial obycz., Polska
9.30 **Hell's Kitchen – Piekielna Kuchnia** (13, 14) – reality show
12.30 **Wypasiona kuchnia** (22) – pr. rozrywk.
12.35 **Oszukane** (38, 39)
14.35 **Bogaty dom – biedny dom** (135)
15.35 **Drugie życie sukni ślubnej** (24) – pr. rozr.
16.05 **Hell's Kitchen – Piekielna Kuchnia** (40) – reality show
18.00 **Nasz nowy dom** (318, 319)
20.00 **Kolacja w ciemno** (62) – pr. rozrywk.
21.05 **Więzienie kobiet** (114, 115) – dok., Pol.

TV 4 DVB T2

6.00 **Strażnik Teksasu** (4, 5) – sens., USA 1996
7.55 **Bogaty dom – biedny dom** (71)
8.55 **Policjantki i Policjanci** (654-656)
11.55 **Na ratunek 112** (1002, 1003) – paradok.
12.55 **Trudne sprawy** (778-780) – paradok.
15.55 **Policjantki i Policjanci** (1459)
17.00 **Trudne sprawy II** (1376) – paradok., Pol.
18.00 **Łowcy skarbów. Kto da więcej?** (452)
19.00 **Wypasiona kuchnia** (32) – pr. rozrywk.
19.05 **Policjantki i Policjanci** (1460) – serial obycz., Polska
20.05 **A na obiad...** (4)

TTV HD DVB T2

7.30 **DeFacto 14** (20, 21)
8.30 **Kartoteka 8** (22, 23)
10.35 **Detektywi** (128, 350)
12.35 **Zakup w ciemno 5** (16) – reality show
13.35 **Zakup w ciemno 8** (20) – reality show
14.35 **Nic do zgłoszenia 2** (4) – serial dokum., Pol.
15.35 **Złomowisko PL 9** (2)
16.45 **Express** – pr. inform.
16.55 **Pogoda, sport**
17.05 **Usterka 14** (34)
17.40 **Down the road 4** (4)
18.35 **Gogglebox. Przed telewizorem 23** (11)
19.45 **Express** – pr. inform.
20.05 **Życie na kredycie 9** (9, 10) – reality show
21.05 **Zakup w ciemno extra** (35)
21.45 **Express** – pr. inform.

TVN STYLE HD

5.10 **Tu jest pięknie** (1) – program rozrywkowy
5.50 **Ugotowani 13** (6) – pr. kulin.-rozrywk.
6.45 **Zgłoś remont 11** (9) – program rozrywkowy
7.45 **Dzień Dobry TVN**
11.25 **Ostre cięcie** (1) – rozr.
12.25 **Ugotowani** (6)
13.25 **Kuchenne rewolucje** (7, 6)
15.30 **Pojedynek na podróże** (7) – rozr.
16.35 **Egzotyczne wakacje na każdą kieszeń. Dubaj** – program rozrywkowy
17.40 **Kuchenne rewolucje** (14, 15, 1) – program rozrywkowy
20.50 **Love the Look** (1) – mag. poradnikowy

20

OBYCZAJOWY



20.25 Echo serca (15) – Polska 2019

Monika pracuje na basenie jako ratownik. Pewnego dnia traci przytomność pod wodą. Jan nie potrafi określić, w jakim stopniu został uszkodzony mózg pacjentki.

21.15 **Na sygnale** (669, 670)
22.15 **Szansa na sukces**
23.15 **Panorama**
23.45 **Zmiennicy** (5) – kom.
0.45 **Rodzinka.pl** (293)
1.10 **Szlakiem miejsc niezwykłych: Pomniki historii**
1.30 **Program informacyjny 19.30**

ROZRYWKOWY



22.20 Tygodnik Moralnego Niepokoju – The Best of (5)

Wybór najlepszych skeczów Kabaretu Moralnego Niepokoju. Scenki ukazują codzienność w krzywym zwierciadle i przypominają, za co widzowie kochają kabaret.

23.00 **Postaw na milion** – teleturniej
0.50 **Koło fortuny** (2060, 2036) – telet.
2.05 **Tygodnik Moralnego Niepokoju – The Best of** (4) – pr. rozr.

REALITY SHOW



22.00 Gry małżeńskie (213, 86, 87) – Polska

W tym odcinku widzowie będą obserwować poczynania singla Adama, szukającego swojej drugiej połówki. Na randki zaproszą go Iwona, Sandra oraz Edyta.

1.05 **Więzienie kobiet** (19-22) – serial dokumentalny, Polska
Osadzone próbują normalnie żyć: rozmawiają przy kawie, świętują urodziny, żartują z siebie, a nawet płaczą.
3.00 **Zdrady** (188-190)

ROZRYWKOWY



20.15 Gwiazdy Kabaretu (186, 185) – Polska

Debiut Michała Paszczyka i Trupy Wysokiego Ryzyka. Artyści zaprezentują skecze „Nowy partner", „Chłop przebrany za babę" oraz pierwszą część sagi „Wikingowie".

22.30 **Patrol** – dramat sens., FILM USA 2006, 170 min
1.20 **Opowiem ci o zbrodni** (4-6) – dok.
2.50 **Opowiem ci o zbrodni 2** (1) – dok.
3.25 **Lubię disco!** (271) – program muzyczny
4.25 **Top 10 – lista przebojów** – pr. muz.

DOKUMENTALNY



22.00 Kochaj albo wróć (5) – Polska 2026

Uczestnicy programu codziennie stają przed trudnymi wyborami. Widzowie przekonają się, czy miłość wystarczy, by pokonać odległość czy różnice kulturowe.

23.00 **Gogglebox. Przed telewizorem 21** (5, 6) – pr. rozrywk.
1.00 **Diabelnie boskie** (5, 6) – reality show
1.55 **Kiedy ktoś kocha bardziej** (9, 10) – serial obycz., Turcja
3.55 **Sędzia Anna Maria Wesołowska** (538)

DOKUMENTALNY



21.50 Jestem z Polski 18 (1) – Polska 2026

Aleksandra, miłośniczka jednośladów z Warszawy, od ośmiu lat żyje na Lazurowym Wybrzeżu. Filmowcy poznają atrakcje Cannes i spacerują śladami gwiazd kina.

22.50 **Jestem z Polski 16** (36) – serial dokum.
23.50 **Kobieta na krańcu świata** (4) – dok., Pol.
0.50 **Apetyt na miłość** (12-ost.) – pr. rozrywk.
1.55 **Co nas truje** (2)
3.25 **Wiem, co jem i wiem, co kupuję** (2) – mag. poradnikowy

TVP HD HD

8.55 **Ojciec Mateusz 3** (43, 44)
10.45 **Gra słów. Krzyżówka**
11.20 **Na sygnale** (824, 825)
12.25 **Ojciec Mateusz 13** (163)
13.20 **Komisarz Alex 9** (108)
14.15 **Ranczo 4** (45, 46) – obycz.
16.10 **Daję słowo – Maciej Orłoś 2** (43) – talk-show
17.10 **Okrasa łamie przepisy**
17.45 **Makłowicz w podróży**
18.20 **Ojciec Mateusz 31** (406)
19.20 **Ranczo 9** (117) – obycz.
20.10 **Rodzinka.pl** (282, 283)
21.25 **Ojciec Mateusz 35** (449)
22.20 **Miłość jak miód** FILM – komedia romantyczna, Polska 2024, 115 min
0.15 **Glina 2** (21-23) – krym., Pol.

TVS HD

5.30 **Pasmo ciekawostek**
6.00 **Telesprzedaż**
10.05 **Dzisiaj w regionie** – inf.
10.15 **Pogoda**
10.20 **Ekomisja** – mag. ekolog.
10.50 **Wochenblatt TV** – pr. inf.
11.10 **Dzisiaj w regionie** – inf.
11.15 **Pogoda**
11.25 **Muzyczne dzień dobry**
12.50 **Klachy i Lachy** – pr. rozr.
14.30 **Hansi Hinterseer zaprasza** – pr. rozrywk.
16.55 **Muzyczne podróże Karoliny Treli** – pr. rozr.
18.00 **Koncert życzeń**
19.05 **Koncert w TVS** – pr. muz.
22.55 **Szlagierowa lista** – muz.
0.55 **Program muzyczny**

ZOOM

8.00 **Strażnik Teksasu 3** (19, 21) – serial sensacyjny
10.00 **Kobra – oddział specjalny 25** (2, 3) – sens.
12.10 **Lombard Chicago: Wszystko pod zastaw 2**
13.20 **Wojny magazynowe: Kanada** (15, 16)
14.30 **Sensacje XX wieku** (5)
16.45 **Wojciech Cejrowski – boso przez świat**
19.00 **Kobra – oddział specjalny 23** (12, 13)
21.00 **CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku** (10, 11)
23.00 **Magia nagości. Polska 5**
0.00 **Milf manor – mamuśki rządzą** (5) – reality show

TLC HD

11.00 **Poligamista szuka żony 6** (1) – serial dokum.
12.00 **Podwójne życie żon** (3)
13.00 **Cztery żony i mąż 13**
15.00 **Wiza na miłość: pierwsze spotkanie, pościelove rozmowy 8**
16.00 **Historie wielkiej wagi 5**
17.00 **Dr Pryszczylla 4** – dok.
18.00 **Wiza na miłość 11**
20.00 **Jay i Pamela 2**
21.00 **Wiza na miłość: ostatnia szansa 3** – reality show
23.00 **Wiza na miłość: ostatnia szansa. Między sporami 3** – reality show
0.00 **Dr Pryszczylla 4** – dok.
1.00 **Jay i Pamela 2**

C+ KUCHNIA HD

13.45 **Eva Longoria w poszukiwaniu hiszpańskich smaków**
14.40 **U sąsiadów w kuchni 16**
15.45 **Domowa piekarnia Kucharskiego 5** (1, 2)
16.40 **Jamie Oliver – łatwe przepisy na co dzień**
17.35 **Gotuj taniej z Jamiem** (3)
18.30 **Jedz, podróżuj, smakuj**
19.25 **Maximum Foodie 5** (1, 3)
20.20 **Jamie: uczta za mniej** (4)
21.20 **Anthony Bourdain – miejsca nieznane 11** (8)
22.05 **Anthony Bourdain – miejsca nieznane 9**
23.55 **Top Chef 22** (10)
1.00 **M jak mięso 6** (5, 6) – dok.

TVN TURBO HD

10.20 **Złomowisko PL** (9) – dok.
11.15 **Wojny samochodowe**
12.15 **Naprawy nie do naprawy** (4) – mag.
13.00 **Zawodowi handlarze**
14.30 **Wojny samochodowe**
16.30 **Jeździć, obserwować**
18.00 **Raport Turbo** – mag. inf.
18.15 **Mobilni mechanicy** (7, 8)
19.45 **Moto kombat** (4) – mag.
20.30 **Z drugiej ręki** (4) – mag.
22.00 **Raport Turbo** – mag. inf.
22.15 **Zawodowi handlarze**
23.45 **Ciężarówką przez pół świata** (4) – pr. rozrywk.
0.45 **Naprawy nie do naprawy** (4, 2) – mag.
2.15 **Megatransporty** (4, 5)

NOWA TV DVB T

7.30 **Świat według Kiepskich** (289-293) – kom., Pol. 2008
10.00 **Komisarz Mama** (20)
11.00 **Poirot 11** – serial krym.
15.00 **Świat według Bundych 7** (157) – kom.
15.30 **Świat według Bundych 8** (158-162)
18.00 **Całkiem nowe lata miodowe** (8) – kom., Pol.
18.30 **Miodowe lata** (122-125)
21.00 **Zdrady** (70) – paradok., Pol.
22.00 **Ślad** (20, 21, 91) – krym.
1.00 **Łowca pedofilów**
3.00 **TV okazje** (36, 37)
3.50 **Wehikuł czasu**
4.00 **Daleko od noszy** (78, 79)
5.00 **Pod lupą** (10, 11) – mag.

METRO

8.25 **Szpital** (930, 931)
10.20 **Sędzia Anna Maria Wesołowska** (479, 480)
12.20 **Szkoła** (641) – paradok.
13.20 **Brzydula** (153, 154) – kom.
14.30 **Za głosem serca** (37)
15.35 **Magda M. 4** (8) – obycz.
16.45 **The Floor** (3, 4) – telet.
18.00 **Złomowisko PL 5** (11)
19.00 **Kartoteka 8** (11) – serial fab.-dokum., Polska 2014
20.00 **Faceci od kuchni** – kom., FILM Fr./Hiszpania 2012, 110 min
21.50 **Taskmaster** (5) – pr. rozr.
22.50 **Zbrodnie z pierwszych stron gazet 7** (7, 8) – dok.
0.50 **Szpital** (923) – paradok.
1.50 **Szkoła** (648) – paradok.

ANTENA HD DVB T2

12.05 **Wojny kontenerowe 2** (12, 13) – serial dok., USA
13.00 **Klątwa Wyspy Dębów 5**
14.00 **Australijscy poszukiwacze złota 5**
16.00 **Unforgettable: Zapisane w pamięci** (19) – krym.
16.55 **Detektywi z Bordeaux 7** (10) – serial krym., Fr./Bel.
18.00 **77 TV 3** (1, 3) – pr. rozrywk.
20.00 P! **Morderstwa we Francji – Collioure** – film krym., FILM Francja 2015, 125 min
22.05 P! **Morderstwa we Francji – Avignon** – film krym., FILM Francja 2016, 115 min
0.00 **Sekret siostry** – dramat FILM krym., USA 2018, 100 min

WP DVB T

11.00 **Wariaci za kierownicą 7**
12.00 **Komisarz Cassandre: Zbrodnie w Alpach 4** (1)
14.00 **Pokochaj lub sprzedaj Vancouver 2** (17, 18)
16.00 **Pokochaj lub sprzedaj Quebec** (8) – reality show
16.55 **Pogoda**
17.00 **Niewyjaśnione tajemnice świata 3** (22, 25) – serial dok., USA
19.00 **Makłowicz w podróży**
20.00 **Policjanci w akcji** (7) – serial obycz., Polska 2026
21.00 **Policjanci w akcji 2** (5)
21.50 **Pogoda**
22.00 **Mistrzowie Kabaretu** (3)
23.00 **Mistrzowie Kabaretu 16**

C+ DOMO HD

12.10 **Wielkie projekty: Nowa Zelandia 9** (7)
14.00 **Adres: rezydencje marzeń** (5) – serial dok.
15.00 **Wakacyjne domy na wynajem** (16) – dok.
15.55 **Daleko od miasta 16**
16.50 **Gardeners' World 15** (5)
18.00 **Ucieczka na wieś 23** (19)
19.00 **Wielkie projekty: Szwecja 4** (1) – serial dok.
20.00 **Daleko od miasta 11**
21.00 **Adres: rezydencje marzeń** (6) – serial dok.
22.05 **Wielkie projekty: Australia 12** (3) – dok.
23.10 **Pomocy! Kupiliśmy wioskę** (5) – serial dokum.

HGTV HD

10.00 **Letnia chata na lata 13**
11.55 **Odlotowy ogród** (5)
12.30 **Nowe życie w starym domu: Witajcie we Włoszech** (3, 4) – pr. rozr.
14.35 **Mieszkanie na miarę**
16.30 **Polowanie na ogród 9** (8)
17.05 **Polowanie na ogród – tarasy** (1, 2) – pr. rozrywk.
18.20 **Weekendowa metamorfoza 2** (7, 8)
20.10 **Zgłoś remont** (5) – pr. rozr.
21.05 **Zgłoś remont 11** (1) – rozr.
22.05 **House Hunters – Poszukiwacze domów 8** (2-6) – pr. rozr.
0.45 **Poszukiwacze domów: Australia** (1, 2) – dok.

eprasa.pl 37b976a8ff

P! Premiera w TV

STACJE DZIECIĘCE | STACJE INFORMACYJNE

POLSAT 2 HD

5.50 **Wydarzenia**
6.30 **Nasz nowy dom** (269) – reality show
7.30 **Na ratunek 112** (1049, 1050) – serial paradokum.
8.30 **Sekrety rodziny** (170-172) – paradok.
11.30 **Trudne sprawy** (931) – serial paradokum.
12.30 **Dlaczego ja?** (1472, 1473) – paradok.
14.30 **Wypasiona kuchnia** (2) – program rozrywk.
14.35 **Świat według Kiepskich** (420-424) – serial kom., Pol. 2013
17.05 **48h. Zaginieni** (279, 280) – krym., Pol.
19.05 **Gliniarze** (1057) – serial paradokum.
20.05 **Ślad** (49) – krym., Pol.

SUPER POLSAT DVB T2

8.15 **SuperLudzie Extra** (50) – magazyn
8.30 **Świat według Kiepskich** (356-358)
10.00 **Wydarzenia 24** – inf.
10.30 **SuperLudzie** (10)
11.00 **SuperMarket Chef** (4) – reality show
11.30 **Sołtysi** (9, 10) – dok.
13.25 **Bitwa o palety** (18)
14.25 **Hell's Kitchen – Piekielna Kuchnia 3** (29)
15.55 **Ninja Warrior Polska** (39)
17.50 **Świat według Kiepskich** (472)
18.20 **SuperMarket Chef** (5) – reality show
18.55 **Świat według Kiepskich** (473)
20.00 **Rolniczki** (1) – dok.

TV 6 DVB T

6.00 **Więzienie** (188, 189)
6.55 **Policjantki i Policjanci** (829, 830) – serial obycz., Polska
8.55 **Kobra – oddział specjalny** (192, 193) – serial sens., Niemcy
11.00 **48h. Zaginieni** (128-130) – krym., Pol.
14.00 **Policjantki i Policjanci** (1260) – serial obycz., Polska
15.00 **Uroczysko** (165, 166) – serial krym., Polska
16.00 **Kobra – oddział specjalny** (194, 195) – serial sens., Niemcy
18.05 **Strażnik Teksasu** (6, 7) – sens., USA 1996
20.05 **CSI: Kryminalne zagadki Miami** (215, 216) – krym., USA

BBC FIRST HD

6.00 **Z pamiętnika położnej 10** (4)
7.00 **Tajemnice Brokenwood 7** (2)
8.40 **Lewis 4** (5) – krym.
9.40 **Ojciec Brown 5** (11)
10.40 **Z pamiętnika położnej 11** (1)
11.45 **Z pamiętnika położnej 10** (4, 6)
13.50 **Ojciec Brown 5** (2)
14.50 **Ojciec Brown 13** (9)
15.50 **Lewis 4** (5) – krym.
16.55 **My Life is Murder 5** (7) – serial kryminalny
18.00 **Morderstwa w Midsomer 21** (3) – krym., Wlk. Bryt. 2019
19.55 **Śmierć pod palmami 12** (2) – serial kryminalny
21.00 **Po powodzi 2** (1)

TVP ABC DVB T2

9.00 **Stacyjkowo** (5, 6)
9.30 **Domisie** – dla dzieci
10.00 **Ugotuj nam bajkę**
10.20 **Bolek i Lolek wyruszają w świat**
10.45 **Reksio** (65, 1) – anim.
11.05 **Pająk Lucas 2** (33)
11.15 **Świnka Peppa 4**
11.35 **Pszczółka Maja**
12.00 **Strażak Sam 8**
12.25 **Domisie** – dla dzieci
12.55 **Mrówki górą! Sekretne życie roślin** (2) – mag.
13.00 **Zaczarowany świat...** (13)
13.20 **Ptyś i Bill** (27, 28)
13.50 **Odo** (85) – serial anim.
14.05 **Nawet nie wiesz, jak bardzo Cię kocham** (13, 14)
14.35 **Świnka Peppa**

TVN 24 HD

7.30 **Jeden na jeden**
8.00 **Serwis informacyjny, Prognoza pogody**
9.55 **Biznes** – pr. publicyst.
10.00 **Serwis informacyjny, Prognoza pogody**
10.55 **Biznes** – pr. publicyst.
11.00 **Serwis informacyjny, Prognoza pogody**
11.55 **Biznes** – pr. publicyst.
12.00 **Serwis informacyjny, Prognoza pogody**
13.55 **Biznes** – pr. publicyst.
14.00 **Serwis informacyjny, Prognoza pogody**
14.55 **Biznes** – pr. publicyst.
15.00 **15 na żywo** – inf.
16.00 **Fakty po południu**
18.00 **Tak jest** – pr. publ.
19.15 **Serwis informacyjny**
19.25 **Fakty po Faktach** – program inform.

PARADOKUMENTALNY



21.05 Gliniarze (987) – Polska 2024

Kuba zauważa podejrzanie się zachowujących mężczyzn. Śledztwo doprowadza go do karanej wcześniej kobiety, która szuka zemsty na swoich konkurentach.

22.05 **Gdzie śpiewają raki**
FILM – dramat obyczajowy, USA 2022, 160 min
0.45 **Bez urazy** – komedia, FILM USA 2023, 140 min
3.05 **Wydarzenia**
3.45 **SuperLudzie Extra** (43) – magazyn
4.00 **Strzelnica Renaty Mauer** (12)

SCIENCE FICTION



21.00 Szósty dzień – USA/ FILM Kanada 2000, 160 min

Przyszłość. Prawo zabrania klonowania ludzi. Pilot Adam odkrywa jednak, że ma sobowtóra, który zajął jego miejsce. Chce wiedzieć, kto i w jakim celu stworzył jego kopię.

23.40 **Bezsenność**
FILM **w Seattle** – komedia romantyczna, USA 1993, 130 min
1.50 **Backdoor. Wyjście awaryjne** (8) – kom.
2.15 **Świat według Kiepskich** (441-443)
3.50 **Nasz nowy dom** (263, 264)

KRYMINALNY



22.00 Kości (183, 184) – USA 2014

Dr Camille Saroyan zatrudnia stażystę. Brennan docenia jego wiedzę i doświadczenie zawodowe, lecz daje mu odczuć, gdzie jest jego miejsce w hierarchii laboratorium.

23.55 **We krwi** – film
FILM sensacyjny, USA/Wlk. Bryt./Portoryko 2014, 135 min
2.10 **Krejzi patrol** (37-39) – serial krym., Polska
3.40 **Kochane pieniądze** (21, 22) – paradok., Pol.
5.45 **Telezakupy TV Okazje** – mag. rekl.

SENSACYJNY



22.00 W cieniu podejrzeń (8) – Wlk. Bryt./USA

Leo uruchamia odliczanie. Jednocześnie Vanessa i Scott poznają przeszłość Cresswella, która dotąd pozostawała tajemnicą.

23.00 **Harry Wild 5** (5)
0.00 **Lynley** (2) – krym.
0.55 **Line of Duty – Wydział wewnętrzny 3** (1-3)
4.10 **Co ludzie powiedzą** (4) – serial komediowy
4.40 **Co ludzie powiedzą?** (5) – kom.
5.10 **My Life is Murder 5** (7) – serial krym.

ANIMOWANY



14.45 Kid Lucky (13, 14) – Francja 2020

Luke i jego wierzchowiec przeżywają rozmaite przygody. Wspólnie starają się uniknąć niebezpieczeństw, nie jest to jednak łatwe zadanie.

15.15 **Al-chemik** (25) – mag.
15.35 **Lassie i przyjaciele**
16.05 **Ricky Zoom** (13, 14)
16.35 **44 Koty** (13, 14)
17.05 **Robin Hood** (37, 38)
17.30 **Super Wings** (129, 130) – anim.
18.00 **Opowieści z zielonego lasu**
18.30 **The Garfield Show**
19.00 **Dolina Muminków**

PUBLICYSTYCZNY



20.00 Bez kitu

Przy jednym stole spotkają się przedstawiciele różnych ugrupowań, instytucji i urzędów, aby prowadzić dyskusje dotyczące polityki, społeczeństwa i gospodarki.

21.00 **Polska i świat** – inf.
22.00 **Szkło kontaktowe**
23.00 **Dzień po dniu** – mag.
23.40 **Biznes** – pr. publicyst.
0.00 **Fakty po Faktach**
0.50 **Bez kitu** – pr. publ.
1.50 **Tak jest** – pr. publ.
2.45 **Nowa Maja w ogrodzie** – mag.
3.10 **Akademia ogrodnika** – mag.

POLSAT PLAY HD

6.00 **Budowlańcy** (69) – dok.
6.30 **Kołowrotek** (227) – mag.
7.00 **Dorwać tuńczyka** (14, 15)
9.00 **Wojny magazynowe**
10.00 **Gwiazdy lombardu**
11.00 **Hardkorowy lombard**
14.00 **Polacy za granicą** (65, 66)
16.00 **Złomiarze** (13, 14) – dok.
18.05 **Poszukiwacze historii**
20.05 **Chłopaki do wzięcia** (491, 492, 469, 470) – dok.
22.00 **Zawód glina** (2) – dok.
23.05 **Łowca pedofilów** (239, 240, 162, 163)
1.05 **Więzienie** (100, 101) – dok.
2.00 **Złomiarze** (2) – dok., Pol.
3.00 **Starożytni kosmici** (41, 42, 198) – serial dokum.

FOOD NETWORK HD

12.05 **Człowiek, ogień i wyżerka** (4, 5) – mag.
13.10 **Apetyt na miłość** (6)
14.10 **Mistrzostwa w halloweenowych wypiekach** (1)
16.15 **Kuchenne rewolucje** (12)
17.15 **Sexy kuchnia Magdy Gessler** (6) – mag. kulin.
17.50 **Torty nie z tej ziemi** (3)
18.50 **Mistrzostwa w halloweenowych wypiekach** (1)
20.50 **24/24** (4) – maraton kulin.
21.55 **Akcja: Restauracja!** (8)
22.55 **Posiekani** (13)
23.55 **Symon gotuje w ogrodzie** (13, 14, 1)

POLSAT RODZINA HD

10.25 **Jeźdźcy smoków na końcu świata**
11.55 **Rodzina zastępcza** (170, 171) – kom., Pol. 2004
13.50 **Niezwykłe pociągi**
15.50 **Świat z góry** (10, 11)
17.00 **Wypasiona kuchnia** (30)
17.10 **Pingwiny z Madagaskaru** (15-18)
19.00 **Rodzina zastępcza** (195) – serial komediowy, Polska
20.00 **Całkiem nowe lata miodowe** (16, 17) – kom.
21.10 **Miodowe lata** (125)
22.00 **Akademia sztuk walki**
FILM – film przygodowy, USA 2015, 125 min
0.05 **Tajne operacje Hitlera**

BBC LIFESTYLE HD

13.30 **10 lat mniej – powrót 2**
14.30 **Wielkie brytyjskie wypieki 5** (6) – pr. rozrywk.
15.40 **Zapraszam do stołu: Wielka porcja 20** (6)
17.40 **Prawda o Koronie: dynastia Windsorów** (2)
18.50 **Mistrzowie szycia 10**
20.00 **Wielkie brytyjskie wypieki 5** (7) – pr. rozrywk.
21.00 **Najlepszy konsultant ślubny** (5) – pr. rozrywk.
22.00 **Seks-notowania** (1)
23.00 **Seks i miłość dookoła świata – Christiane Amanpour** (1) – serial dok.
0.00 **Wstydliwe choroby: online 2** (3, 4) – serial dok.

NICK JR. HD

14.40 **Rogata ekipa 3** (4)
15.15 **Zwierzęce zagadki** (2)
15.45 **Świnka Peppa 5** (8-15)
16.30 **Dora** (2) – serial anim.
17.00 **Pan Krokodyl** (4) – anim.
17.30 **Barbapapa i jego rodzinka** (14) – serial anim.
18.00 **Rubble i jego ekipa 5** (1)
18.30 **Psi Patrol 9** (22) – anim.
19.00 **Santiago z mórz** (9)
19.30 **Przygody Misia Paddingtona** (2) – anim.
19.59 **Świnka Peppa 8** (2)
20.05 **Świnka Peppa 2**
20.36 **Świnka Peppa** (4-6)
21.00 **Barbapapa i jego rodzinka 2** (19, 18, 17)
22.25 **Psi Patrol** (20-22) – anim.

POLSAT NEWS HD

13.55 **Pogoda**
14.00 **W rytmie dnia – serwis informacyjny**
14.55 **Pogoda**
15.00 **W rytmie dnia – serwis informacyjny**
15.30 **Sport, pogoda**
15.50 **Wydarzenia 15:50**
16.30 **Punkt widzenia Jankowskiego** – pr. publ.
18.00 **Najważniejsze pytania**
19.15 **Gość „Wydarzeń"** – publ.
19.50 **Debata Gozdyry** – publ.
21.50 **Wydarzenia wieczorne**
22.30 **Dzień na świecie** – pr. inf.
23.30 **Obraz dnia – serwis informacyjny**
0.00 **Najważniejsze pytania**

TVP KOBIETA DVB T2

14.00 **Lecę za miłością** (4)
14.30 **Blisko – rozmowy z Aleksandrą Piotrowską** – magazyn
15.00 **Rodzinka.pl** (316) – kom.
15.30 **Ojciec Mateusz 14** (179, 180) – krym., Pol. 2015
17.25 **Kalendarz przyrody** (2) – cykl dokumentalny, Niem.
18.30 **Tak to leciało!** (86)
19.30 **Panna młoda** (5) – obycz.
20.30 **Wichrowe wzgórze** (363) – serial obycz., Turcja 2024
21.30 **La Promesa – pałac tajemnic** (331) – obycz.
22.30 **Matki równoległe**
FILM – dramat obyczajowy, Fr./Hiszpania 2021, 130 min

E! ENTERTAINMENT HD

10.35 **Z kamerą u Kardashianów** (9, 10)
12.25 **Tyler Henry – medium z Hollywood** – pr. rozrywk.
14.15 **Plastyczna fuszerka** (1)
16.05 **Z kamerą u Kardashianów** (11, 12)
18.00 **Oglądaj na żywo, co się dzieje!** – program rozrywk.
18.30 **Tyler Henry – medium z Hollywood** (21) – pr. rozr.
20.30 **Plastyczna fuszerka**
22.30 **Z kamerą u Kardashianów** (13, 14)
0.30 **Oglądaj na żywo, co się dzieje!** – program rozrywk.
1.00 **Tyler Henry – medium z Hollywood** – pr. rozrywk.

TV TRWAM DVB T

17.55 **Poczet wielkich Polaków** – pr. hist.
18.00 **Anioł Pański**
18.05 **Informacje dnia**
18.15 **Westerplatte młodych**
19.00 **Warto zauważyć... w mijającym tygodniu**
19.30 **Historie Starego Testamentu** – serial anim.
19.45 **Modlitwa** – religijny
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 **Starowiejski profesor Józef Bielawski** – dok.

BBC BRIT HD

11.25 **Brytyjskie fabryki 2** (6)
12.30 **Top Gear 18** (7) – mag.
13.35 **Olbrzymie maszyny 2** (2)
14.35 **Cuda inżynierii** (1) – dok.
15.40 **Who Wants to Be a Millionaire z Jeremym Clarksonem 4** (25)
16.45 **Brytyjskie fabryki 2** (6)
17.50 **Top Gear 19** (1) – mag.
18.55 **Cuda inżynierii** (1) – dok.
19.55 **Cuda inżynierii kolejowej** (1) – serial dok.
21.00 **Obóz Bergen-Belsen: historia nieznana** – dok.
22.00 **48 godzin do zwycięstwa** (2) – dok.
23.00 **Top Gear 18** (7) – mag.
0.05 **Top Gear 12** (6) – mag.

MINI MINI+ HD

9.05 **Bing** (9-14) – serial anim.
10.00 **Pszczółka Maja 2** (44-48)
11.25 **Baczne oczka** (3-6)
11.55 **Marta mówi** (54, 55)
12.50 **Moje urodziny** – dla dzieci
12.59 **Marta mówi** (56, 57)
13.55 **Moje urodziny** – dla dzieci
14.00 **Basia 2** (4-8) – anim., Pol.
15.10 **Kicia Kocia** (12, 13, 1-3)
15.55 **44 Koty** (6-10) – anim., Wł.
17.20 **Staś i fajna Babcia**
17.50 **Moje urodziny** – dla dzieci
17.57 **Staś i fajna Babcia** (39)
18.15 **Leśna rodzina** (7-12)
18.40 **Dora i przyjaciele 2**
19.35 **Kicia Kocia** (11-13) – anim.
20.04 **Kicia Kocia 2** (1, 2) – anim.
20.25 **Mały Charlie** (24-26, 1, 2)

TVP 3 DVB T2

13.20 **Agropogoda**
13.30 **Niebezpieczne związki**
14.20 **Niezwykłe miejsca**
15.00 **Koronka do Miłosierdzia Bożego** – program religijny
15.20 **Serwis Info Dzień** – inf.
15.30 **Program lokalny**
19.30 **Dlaczego krowa...** – mag.
19.45 **Kryminalna siódemka**
20.00 **Dziennik regionów** – inf.
20.13 **Gość Regionów** – pr. publ.
20.30 **Ktokolwiek widział, ktokolwiek wie** – mag.
21.00 **Program lokalny**
22.00 **Dziennik regionów** – inf.
22.20 **Pierwsza Druga w Trójce** – mag. piłkarski
22.30 **Złoty chłopak** (252)

DVB T DVB T2 – stacje dostępne za darmo w naziemnej telewizji cyfrowej

eprasa.pl 37b976a8ff

NOWOŚCI Z TARGÓW IFA 2026

GADŻETY, KTÓRE ROBIĄ WRAŻENIE

Dzięki tej sprytnej elektronice życie staje się prostsze, bo oszczędza czas, przejmuje drobne obowiązki i w mgnieniu oka dostarcza potrzebnych informacji. Co ciekawego pokazano ostatnio w Berlinie?



Podczas targów IFA 2026 zaprezentowano humanoidalnego robota Agibot X2 Ultra (zdj.), który demonstrował ruchy tai chi.

KAMERA NA MAGNES

RUGONE XSNAP 7 PRO to pancerny smartfon z odłączaną kamerą, która działa niezależnie od telefonu, a po podpięciu automatycznie kopiuje nagrania do jego pamięci – waży 39 gramów, ma ultraszerokokątny obiektyw, elektroniczną stabilizację obrazu i jest wodoodporna. Telefon oferuje prawie 7-calowy ekran AMOLED, aparat 50 MP i kamerę noktowizyjną 64 MP przydatną po zmroku. Do tego 12 GB RAM i baterię o pojemności aż 9300 mAh. Premiera w październiku, cena ok. 4700 zł.



I SŁYSZYSZ JAK TRZEBA



ANKER RIC HEARING AIDS PRO przeznaczony jest dla osób z łagodnym do umiarkowanego ubytkiem słuchu. Ten zestaw 2 ergonomicznych aparatów słuchowych wyposażono w funkcję AI, która wykorzystuje 4 mikrofony do wzmacniania mowy i ograniczania hałasu otoczenia. Poziom naładowania baterii (starcza na 12 godz.), połączenie Bluetooth i tryb pracy sprawdzisz na wyświetlaczu wbudowanym w etui ładujące. Aparaty są odporne na pył i wodę. Do sprzedaży trafią w 2027 roku.

NA KIWNIĘCIE PALCEM

CIRCULAR RING 3 PRO to biometryczny pierścień z tytanu z funkcją płatności zbliżeniowych. Czujniki monitorują m.in. trendy poziomu glukozy i ciśnienia krwi oraz saturację, wykrywają też migotanie przedsionków. Wibracje działają jak dyskretny budzik i przypomną o przyjęciu leków. Bateria wystarcza na 12 dni. Filigranowy **RING 3 SLIM** również obsługuje NFC, a do tego monitoruje sen, tętno, temperaturę skóry i aktywność fizyczną. Bateria działa do 10 dni. Oba modele będą w sprzedaży na początku 2027 roku.

W PARZE RAŹNIEJ

IROBOT ROOMBA DUO to prototyp robota z parownicą, który ma na „grzbiecie" towarzysza – opuszczany na mechanicznym ramieniu dostępny już w sprzedaży model Roomba Plus 575 Combo. Oba urządzenia korzystają ze wspólnej mapy domu w aplikacji Roomba Home i wymieniają informacje podczas pracy dzięki sztucznej inteligencji: jednostka główna odkurza i myje duże powierzchnie, a jej kompan dociera pod meble, w wąskie szczeliny i inne miejsca, które roboty zwykle pomijają.

DYSKRETNY POMOCNIK



EVEN REALITIES G2 to okulary smart z mikrowyświetlaczem, który pokazuje informacje na soczewkach. Urządzeniem można sterować poprzez panel dotykowy na oprawce (np. przewijać menu i tekst) lub wkładanym na palec pierścieniem. Brak kamery sprzyja prywatności – okulary nie nagrywają obrazu ani dźwięku, ale mają mikrofony do obsługi głosowej. Asystent AI tłumaczy na bieżąco w 33 językach, a nawigacja pokazuje trasę. Cena: 2250 zł za okulary i 950 zł za pierścień.

FOT.: MATERIAŁY PRASOWE (6)

eprasa.pl 37b976a8ff



Na pytania Czytelników odpowiada
INŻ. JAROSŁAW KUCHAREK,
absolwent Politechniki Łódzkiej od 30 lat związany z branżą satelitarną

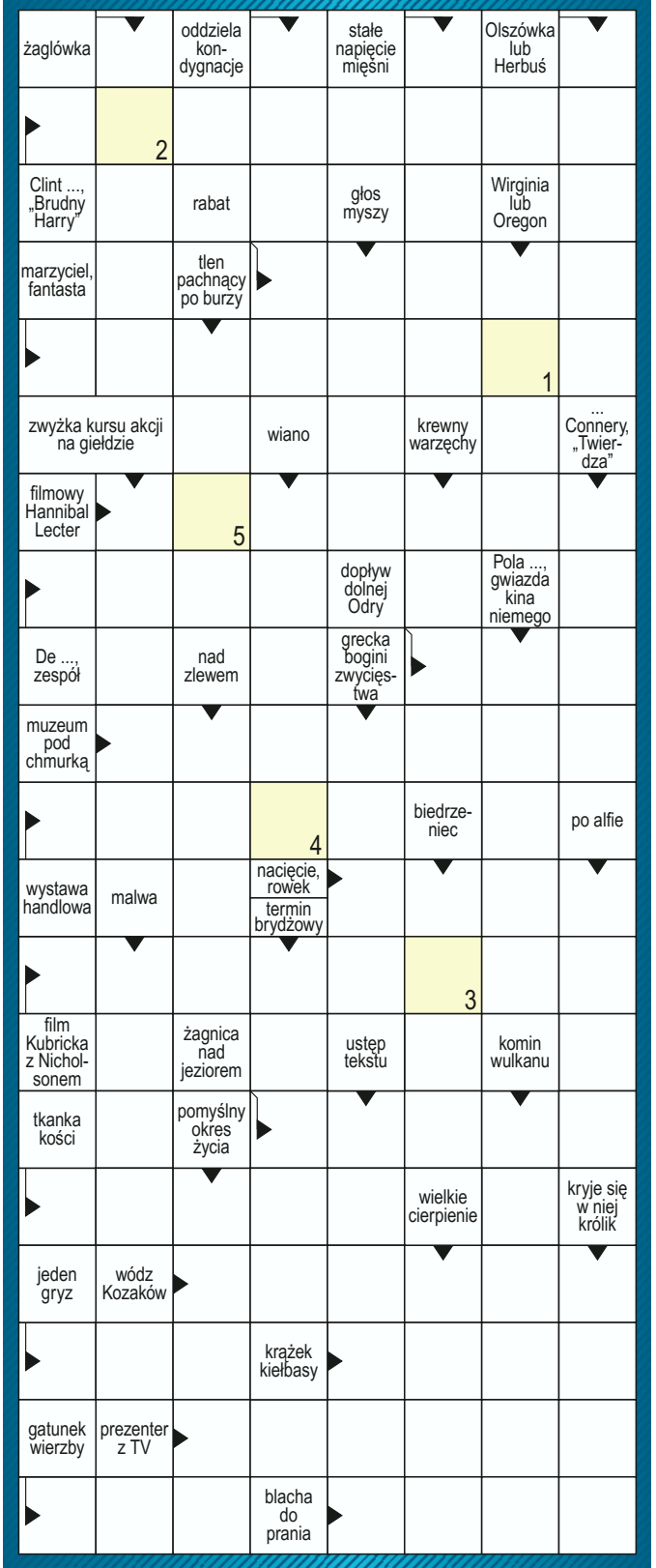
Prosimy o przysyłanie pytań z opisem problemu e-mailem na adres: inzynier@toiowo.pl

SŁUCHAWKI DLA OSOBY Z UBYTKIEM SŁUCHU

PAN HENRYK ma 83 lata, jest w miarę sprawny fizycznie, a jedynym mankamentem jest stopniowy ubytek słuchu i to znaczny. 20 lat temu posługiwał się słuchawkami przewodowymi, ale „czuł się jak piesek na smyczy" – ograniczało to jego ruchy. Przez 15 lat służyły mu słuchawki bezprzewodowe, z których był bardzo zadowolony, Sony MDR-RF 840R, ale ich żywotność się skończyła. Zaczął używać słuchawek Sony MDR-RF 810 R, lecz nie spełniają jego oczekiwań. Modele te różnią się przede wszystkim tonacją dźwięku (wyższe dźwięki odpowiadają mu bardziej). Ma telewizor Samsung, korzysta z TV kablowej i dekodera HDMI firmy Vectra. Od dłuższego czasu poszukuje w wyspecjalizowanych punktach sprzedaży słuchawek, które spełniałyby jego oczekiwania – takich jak Sony MDR-RF 840R – ale bezskutecznie. Czytelnik liczy na ukierunkowanie jego dalszych poszukiwań. W ostatnich lata słuch mu się znacznie pogorszył – by cokolwiek usłyszeć, przyciska słuchawki do ucha; zakresy głośności w telewizorze i w słuchawkach są ustawione na maksa, a mimo to słyszalność jest słaba, a czasem zerowa. Pyta, czy jest możliwość uzyskania wyższego głosu i nieco większej mocy w jednym lub drugim odbiorniku? A może są aparaty słuchowe z regulacją dźwięku? Chciałby wiedzieć, czy ma szansę być czynnym słuchaczem programów TV, czy może być jedynie odbiorcą obrazu przesuwającego się przed oczami?

JK Pański stary telewizor Samsung posiada jeszcze analogowe wyjście na słuchawki na typowym gnieździe typu jack. Nowego typu telewizory, a co za tym idzie i słuchawki, pracują już w oparciu o przesył radiowy Bluetooth. Słuchawek z wejściem typu jack raczej Pan już nie znajdzie, a już na pewno dobrej klasy. Czy słuchawki nowego typu spełniłyby Pana oczekiwania? Trudno powiedzieć. Musiałby Pan w jakimś firmowym salonie przetestować zestaw „telewizor-słuchawki". Jeśli któryś z modeli słuchawek spełniałby Pana oczekiwania, to do starego telewizora istnieje możliwość dołożenia nadajnika Bluetooth, który z kolei podłącza się do wyjścia dźwięku typu jack z telewizora. Wszystko po to, aby razem ze słuchawkami nie zmieniać też u Pana telewizora.

ROZWIĄŻ DLA PRZYJEMNOŚCI



LITERY Z PONUMEROWANYCH PÓL UTWORZĄ HASŁO

1	2	3	4	5

MEDIA NEWS



MUZYCZNE HITY ZA DARMO

STRREAMING W Rakuten TV pojawił się bezpłatny kanał Stingray Total Hits Poland. Nadaje hity polskie i zagraniczne z ostatnich pięciu lat. Zamiast teledysków są plansze i grafiki, podobnie jak np. na Stingray Greatest Hits czy Stingray Remember The '80s. Do oglądania są za to np. Qello Concerts by Stingray.

WIĘCEJ SPORTOWYCH EMOCJI

OFERTA Vectra dołączyła do swojej oferty telewizyjnej kanały Eurosport 3 HD i Eurosport 4 HD. Trafiły też do wybranych pakietów w ofercie Multimedia, Limes, Elsat, SGT Plus i EVIO Plus. Kanały te pokazują m.in. Speedway GP, mecze NBA, dodatkowe mecze z Wielkich Szlemów, łyżwiarstwo figurowe.

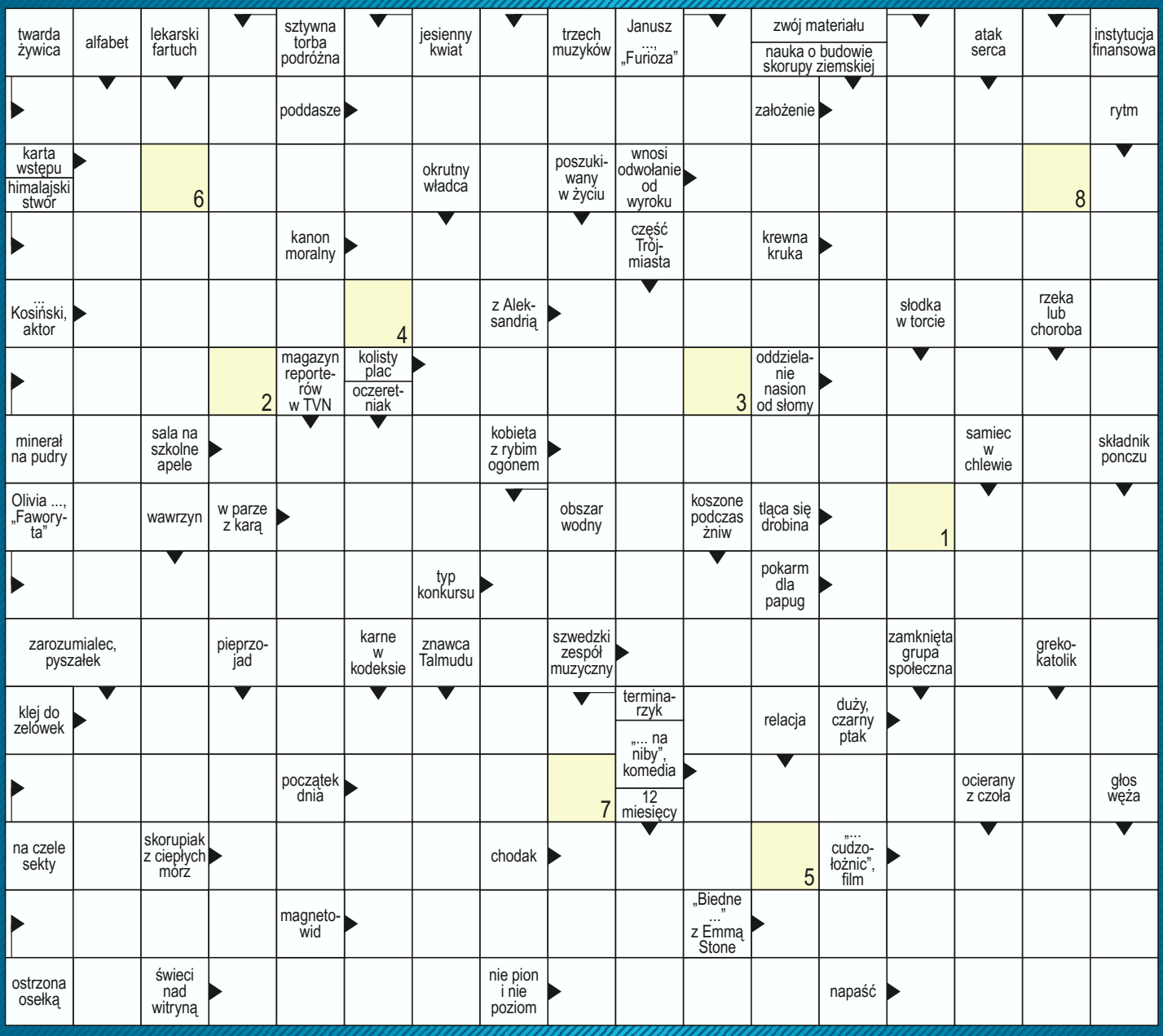


FOT.: EAST NEWS, MAT. PRASOWE/SCREEN RAKUTEN TV

eprasa.pl 37b976a8ff

BAW SIĘ Z NAMI!

Rozwiąż dla przyjemności!



LITERY Z PONUMEROWANYCH PÓL UTWORZĄ HASŁO

1	2	3	4	5	6	7	8

REDAKCJA & WYDAWNICTWO

Adres redakcji: ul. Motorowa 1, 04-035 Warszawa, adres mailowy: redakcja@toiowo.pl
Redaktor naczelna: Marta Lubartowska **Redaktor zarządzający:** Artur Kosiński **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, Paulina Miluska, Hanna Miłkowska, Maciej Misiorny, Joanna Pasztelańska, Mirosław Piwowarek,
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

Wydawnictwo Bauer Sp. z o.o. Sp. j.
ul. Motorowa 1, 04-035 Warszawa
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
Prenumerata krajowa i zagraniczna: czytelnia.pl, e-mail: prenumerata@bauer.pl, tel.: 67 210 86 05, 67 354 16 05.

Dyrektor biura reklamy: Izabela Sarnecka
Dyrektor segmentu pism telewizyjnych: Aneta Rym-Gałka, e-mail: Aneta.Rym@bauer.pl
www.bauer.pl/reklama/
Dyrektor ds. dystrybucji i obsługi klienta: Piotr Ludwicki, e-mail: kolportaz@bauer.pl
Druk: Bauer Print Ciechanów Sp. z o.o. Sp.j.
Copyright: Wydawnictwo Bauer Sp. z o.o. Sp. j.
Program TV – AKPA

Adres do korespondencji:
Redakcja TO&OWO TV
ul. Motorowa 1,
04-035 Warszawa

Rozpowszechnianie wszelkich materiałów redakcyjnych bez zgody Wydawcy jest zabronione. Redakcja nie ponosi odpowiedzialności za zmiany w programie telewizyjnym wprowadzone przez stacje po oddaniu pisma do druku. Za treść ogłoszeń redakcja ponosi odpowiedzialność w granicach wskazanych w ust. 2 art. 42 ustawy Prawo prasowe. 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.

Fotorealistyczne obrazy w tym wydaniu, które zostały wygenerowane lub zmodyfikowane przy użyciu sztucznej inteligencji, oznaczamy następującym symbolem:

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

eprasa.pl 37b976a8ff

SUDOKU

PUSTE POLA WYPEŁNIJ TAK, ABY W KAŻDEJ KOLUMNIE, KAŻDYM RZĘDZIE I KWADRACIE OBWIEDZIONYM POGRUBIONĄ LINIĄ ZNALAZŁY SIĘ CYFRY OD 1 DO 9.

6				2				
					1		7	3
			6		3			9
		7		1		4	6	2
		4				8		
2	3	5		4		7		
4			2		8			
3	5		1					
				5				4

			6				2	9
			2	1	4			
7		3		5				
8		6			1		9	4
	7						1	
1	3		9			2		7
				8		5		2
			1	9	2			
3	8				5			

reżyser „Dekalogu” | do wbijania pali w grunt | bombowa wyrwa na dziurze | pasza w silosie / orszak konny | bawole serce | w palenisku / domek psa | 2,54 cm / sprzęt alpinisty

linia ciśnienia na mapie | 4

trzeci w gardle | tworzywo ceramiczne / japońska sztuka układania kwiatów | 6 | malowidło na elewacji

„... według Kiepskich” | ... Karowski, inżynier z serialu | fatamorgana, miraż | pieniądz danego kraju | wycięcie w sukni

ptasi przełyk | nadobność | Podsiadło i Ogrodnik

2 | obok Saturna | gaz w płucach | ... Woronowicz, aktor | wytrąca się z roztworu | Kupidyn

dla najlepszego filmu | Agata ..., „Rewers” | 5 | Tomasz ..., „Rodzinka.pl” | 1

F dla fizyka | 3 | japońskie zapasy

graniczy z Syrią | zbrojny atak | „Pan ... szuka miliona”, komedia

dzierżawa lokalu | gra w rzutki

LITERY Z PONUMEROWANYCH PÓL UTWORZĄ HASŁO

1	2	3	4	5	6

eprasa.pl 37b976a8ff

REKLAMA

ZAMÓW ZA 89 ZŁ!



BĄDŹ PRZYGOTOWANY

Tę latarkę warto zawsze mieć pod ręką!

ZASIĘG DO 200 m!

NOWA LATARKA PATROLOWA Z TRYBEM SOS

– oświetlisz posesję wokół domu, działkę, kemping, leśną ścieżkę, garaż, piwnicę czy sytuację alarmową na drodze!

POTĘŻNY STRUMIEŃ ŚWIATŁA I ŁADOWARKA DO TELEFONU!

Ta niewielka, lekka latarka ma w sobie **moc solidnego patrolowego sprzętu**, a możesz z łatwością zabrać ją wszędzie! Jest idealna do codziennego użytku w domu, na działce i kempingu, monitorowania posesji po zmroku czy wyprawy do lasu na grzyby. W przypadku nagłej awarii prądu zastąpi świece – wytrzymały akumulator sprawia, że **jest zawsze gotowa do użytku**, bez obaw o rozładowane baterie.

4 silne diody LED dają potężny strumień światła o mocy **800 lumenów**, dzięki czemu dokładnie oświetla wszystko w zasięgu wzroku – **możesz zobaczyć wyraźnie obiekty oddalone nawet o 200 m!**

- **4 tryby świecenia:** mocne, średnie, boczne, stroboskopowe
- **Funkcja powerbanka** do ładowania telefonu
- **Działa jak przenośna lampa** – możesz zawiesić ją pod sufitem
- **Wodoodporna** i wytrzymała
- **Szybkie ładowanie USB**





Oprócz standardowej funkcji świecenia, latarka posiada **stroboskopowy tryb SOS**, który pozwala zaalarmować otoczenie w sytuacjach awaryjnych. Specjalny **boczny panel świetlny** zapewnia dodatkowe **rozproszone światło robocze** – sprawdzi się jako lampka do czytania czy precyzyjne doświetlenie miejsca pracy w garażu lub piwnicy.

Latarka pełni również funkcję **powerbanka USB** – naładujesz nią rozładowany telefon komórkowy.







NIE DAJ SIĘ ZASKOCZYĆ CIEMNOŚCI!

Zadzwoń i odbierz nową **latarkę patrolową LED za 89 zł!**

Oferta obowiązuje wyłącznie do wyczerpania zapasów.

58 319 38 27

Pon.-pt. 8:00-20:00,
sob. i niedz. 9:00-20:00;
Standardowy koszt połączenia telefonicznego dla danego operatora.

Szczegóły oraz informacje dotyczące zwrotów i reklamacji dostępne są pod adresem sprzedawcy: Nargo Invest Sp. z o.o., ul. Żołnierzy i Armii Wojska Polskiego 10/B6, 81-383 Gdynia, +48 538448631, contactpl@globadvice.info. Regulamin: https://customers-statute.com/statute/pl/.