

NETFLIX

Disney+

HBO
max

prime video

CANAL+

4.09-10.09.2026

Popularny magazyn telewizyjny

Nr 36
31 sierpnia 2026
cena 4,99 zł
w tym 8% VAT

Tele

aż 112 stron

Program 98 stacji TV

O TYM
SIĘ MÓWI:TEJ JESIENI
„LALKA” BĘDZIE
NA USTACH WSZYSTKICH!

ZDROWIE:

Nie pozwól, by menopauza
dodała ci kilogramówIWONA PAVLOVIĆ • JULIA WIENIAWA
• TOMASZ WYGODA • RAFAŁ MASERAKTANIEC
Z GWIAZDAMINOWE GWIAZDY, NOWE EMOCJE I NOWA TWARZ W JURY.
JULIA WIENIAWA DOŁĄCZA DO SHOW I JUŻ WIADOMO,
ŻE TEJ EDYCJI NIE ŻABRAKNIJE CHARAKTERU!NOWA EDYCJA
AZJA EXPRESSNOWY SERIAL
FELICITÀCZAS
PREMIER
TRWANOWY SERIAL
CZAS
NIEDOKONANYNOWA EDYCJA
TWOJA TWARZ
BRZMI
ZNAJOMONOWA EDYCJA
OMNIBUS
- SZYBCY
I MĄDRZYWIELKI POWRÓT!
EUROPA DA SIĘ
LUBIĆ - NOWE
POKOŁENIE

KUCHNIA NIE MASZ CZASU? TE DANIA ZROBISZ W PÓŁ GODZINY!

ISSN 1230-7912
9 77 1230 791600Numer
w sprzedaży
do 6.09.2026

eprasa.pl 3b0175170c

NOWA PERGOLA TARASOWA SB 450

AMBASADOR

Szymon Marciniak

- **Krótki czas realizacji**
- Bogata gama kolorystyczna – niemal **40 kolorów w standardzie**
- **Gwarantowana jakość** – ponad 40 lat doświadczenia w produkcji osłon przeciwsłonecznych
- **Dodatkowe akcesoria:** screeny, panele przesuwne, przeszklenia, oświetlenie LED, czujniki pogodowe, smart home
- **Sieć wyspecjalizowanych partnerów** na terenie całej Polski



THE OFFICE PL

Moc atrakcji i Kropliczanki!

Dnia 12 września odbędą się obchody Dni Siedlec, na których oczywiście nie może zabraknąć ekipy „The Office PL”. Serialowa Kropliczanka została bowiem oficjalnym sponsorem wydarzenia! Na imprezie pojawi się zespół Danka (Adam Woronowicz), który zapewni gościom moc atrakcji: będą pączki od Pana Kciuka,

słynny kontener Wasiaka oraz występ Księgowego. Uczestnicy spotkają się z aktorami w specjalnej strefie, w której będą mogli poczuć się jak na planie serialu; poza tym wezmą udział w grach i zabawach z nagrodami. Istnieje też spora szansa, że poznamy dokładną datę premiery 6. sezonu serialu tej jesieni! **PM**



DAJĘ SŁOWO – MACIEJ ORŁOŚ

Szczere rozmowy

Nowa edycja



Znany prezenter telewizyjny powraca w drugiej odsłonie swojego programu. W każdym z odcinków spotka się z wybitnymi postaciami ze świata

filmu, kultury, muzyki i sztuki, które podzielą się z widzami swoimi wspomnieniami z życia prywatnego i zawodowego. Ich opowieści uzupełniane będą archiwalnymi materiałami, felietonami oraz muzyką na żywo. W tym sezonie gośćmi Macieja Orłosa będą m.in. lider Budki Suflera – piosenkarz Krzysztof Cugowski, aktorka Ewa Wiśniewska oraz aktor Stefan Friedmann. Nowe odcinki będziemy mogli oglądać w niedzielę o godz. 17.35 na antenie TVP 1. Premiera już 6 września! **PM**



Prezenterka będzie występować u boku Krzysztofa Ibisza. Zastąpi Ewę Wachowicz.

Ida Nowakowska będzie nas budzić podczas programu śniadaniowego Polsatu!

HALO TU POLSAT

Z energią i uśmiechem

Ida Nowakowska dołącza do ekipy „halo tu polsat”! Prezenterka – którą tej jesieni będziemy mogli oglądać też jako uczestniczkę w programie „Twoja Twarz Brzmi Znajomo”, a od października jako gospodynię nowego show muzycznego „Hitster” – będzie tworzyć parę z Krzysztofem Ibiszem, zastępując w tej roli Ewę

Wachowicz. – Bardzo cieszyła mnie propozycja prowadzenia programu, bo to wyjątkowy format, który w ciągu zaledwie czterech godzin pozwala spotkać ludzi z całej Polski... – wyznaje nowa prowadząca. Przypominamy, że od września „halo tu polsat” możemy oglądać w piątek, sobotę i niedzielę od godz. 8.00. **PM**

JEDNA POLSKA

Nasze małe ojczyzny

Telewizja Polska przygotowuje nowy teleturniej dla miłośników polskiej turystyki i nie tylko. „Jedna Polska” pokaże nasz kraj z perspektywy lokalnych społeczności – ludzi dumnych ze swojego regionu. Bohaterami programu będą przedstawiciele gmin lub miejscowości z różnych zakątków Polski, którzy opowie-

dzą o swoich tradycjach i historii, pochwalą się lokalnymi smakami i wyjątkowymi miejscami. Drużyny będą zdobywać punkty w konkurencjach łączących sprawność, wiedzę oraz współpracę, a wszystko będzie się odbywać w atmosferze pikniku. Zgłoszenia można przysyłać na adres jedna-polska@tvp.pl. **PM**

Marzena Rogalska i Łukasz Kadziewicz zapraszają do udziału w castingach!

fol. AKPA (2), TVP (2), Michał Charyton/Canal+

TELETYDZIEŃ 3



Małgorzata Rozenek-Majdan po raz drugi zostanie przewodniczką po dzikich ostępach.

Ksenia Ngo, influencerka, kosmetyczka oraz celebrytka, jako pierwsza dołączyła do grona uczestników.

KRÓLOWA PRZETRWANIA 4

Piękne i odważne

Stacja TVN ogłosiła pierwszą uczestniczkę czwartej edycji „Królowej przetrwania”. Ze swoimi lękami i słabościami zmierzy się w dżungli, walcząc o tytuł i nagrodę, Ksenia Ngo – naręczona Leona Myszkowskiego, a zarazem przyszła synowa Justyny Steczkowskiej. Przed celebrytką i jej rywalkami jednak trudne wyzwanie,

bo – jak pokazały wcześniejsze odciski programu – na bezludnej wyspie budzą się najdziksze, najgłębiej skrywane w nas instynkty... Dotychczas tytuł „Królowej przetrwania” zdobyły: Dominika Rybak, Josephine Kwaśniewska oraz Natalia Karczmarczyk. Prowadzącą ponownie będzie Małgorzata Rozenek-Majdan. **PM**



AGENCI NCIS: NOWY JORK

W cieniu Statuy Wolności

Agenci NCIS powracają z nową produkcją! Tym razem akcja jednego z najpopularniejszych amerykańskich seriali kryminalnych przenosi się na ulice Nowego Jorku. Głównym bohaterem tej serii będzie agent Sam Hanna (w tej roli amerykański raper i aktor LL Cool J, na zdj. z prawej), znany nam z odcisków rozgrywających

się w Los Angeles i na Hawajach. Wystąpi on w duecie z nowym partnerem, Nickiem Schaefferem, w którego wcieli się Scott Caan (na zdj. z lewej). Nowe odcinki będą miały premierę w Stanach Zjednoczonych jeszcze w tym roku, a wkrótce potem możemy spodziewać się ich emisji także w polskiej telewizji! **PM**

ANNA KALCZYŃSKA

Na pierwszym planie

Od września dziennikarka dołączy do prowadzących „Wydarzenia 18:50” – główny serwis informacyjny Polsatu. Zasiłki tworzą m.in. Dorota Gawryluk, Katarzyna Zdanowicz, Igor Sokołowski oraz Marta Budzyńska. Anna Kalczyńska z mediami informacyjnymi jest związana od ponad 20 lat. W kwietniu rozpoczęła

współpracę z Polsat News, gdzie prowadzi „Wydarzenia wieczorne” emitowane o godz. 21.50.

Wcześniej występowała też w głównym serwisie informacyjnym „World News Tonight” w TVP World, a przez wiele lat pracowała w TVN, m.in. w latach 2014-2023 współprowadziła magazyn „Dzień Dobry TVN”. **PM**



BYĆ GWIAZDA

Co u nich słychać?

Mamy kolejną niespodziankę szykowaną dla widzów na jesień! Zespół redakcyjny „halo tu polsat” pracuje nad nowym cyklem reportaży, które przyrzązą się z bliską znanymi i lubianymi postaciami show-biznesu. Bohaterami będą aktorzy, piosenkarze, celebryci, tancerze oraz artyści estradowi, którzy od lat budzą powszechne zainteresowanie. Pierwszy odcinek będzie poświęcony aktorowi znanemu nam m.in. z serialu „Pierwsza miłość”, a zarazem zwycięzcy ostatniej edycji „Tańca z Gwiazdami” – Gamou Fallowi. Premiera już w niedzielę, 6 września, o godz. 19.15 w Polsacie! **PM**



MACIEJ ZAKOŚCIELNY

Pod słońcem Italii

Od 28 sierpnia w polskich kinach można oglądać włosko-hiszpańsko-polską komedię „Zróbmy sobie przerwę” w reżyserii Christiana Marazzitiego, w której zagrał Maciej Zakościelny. Film opowiada historie trzech różnych par, które są na zupełnie innych etapach życia, a gdy kryzysy w relacjach zaczynają się potęgować, zakochani decydują się na tytułową przerwę. Zakościelny, który wcieli się w Jana – Polaka mieszkającego we Włoszech od 20 lat – wyjawiał, że najbardziej obawiał się nauki języka. Po pewnym czasie okazało się jednak, że niepotrzebnie – nawet miejscowi mówili, że jego włoski brzmi naprawdę dobrze! **PM**



Nowość w TV!

1670

News prosto z... jajka!

Podczas gdy 3. sezon hitowego serialu komediowego „1670” nie schodzi z listy najpopularniejszych produkcji na polskim Netfliksie, ekipa przygotowała dla fanów niespodziankę. Podczas ostatnich godzin otwarcia Panoramy 1670 we wrocławskiej Hali Stulecia ogłoszono, że niebawem rozpoczną się prace nad

4. sezonem serialu! Radosną nowinę przekazał Bartłomiej Topa, wcielający się w głównego bohatera produkcji, wyskakując z... jaja w samym centrum instalacji! – Ogłoszenie kontynuacji losów Adamczewskich z wnętrza wielkiego jaja było wspaniale absurdalnym przeżyciem w stylu Jana Pawła! – przyznał aktor. **PM**



Rzeźbi... ale na scenie!



LIDIA STANISŁAWSKA

Anegdoty o artystach

Bliscy twierdzą, że jego poczucie humoru uzależnia, a dystans do siebie sięga gwiazd! Wielkie plany i takie zadęcie miał w kierunku sztuki wysokiej. Malować duże oleje, konserwować zabytki architektury – to jest sztuka wysoka, a nie jakieś tam „komedioznawstwo”! Zresztą kończył szkołę średnią w tym kierunku, wykuwał aniołki i takie tam zdobne ornamenty. To go ośmieliło, by zdawać

na historię sztuki. Na egzaminie polecono mu narysować drzwi... z lotu ptaka. Nagryzmolił coś, co dla komisji było zupełnie nieczytelne. Dzieło pozostało abstrakcją, póki autor nie zaczął dzieła komentować. A czynił to tak sugestywnie, tak płomiennie, że zrobił wielkie wrażenie! „Aktorstwo jest pańskim przeznaczeniem” – usłyszał. Posłuchał, nie porzucił jednak swoich pasji. Jego jedyny sprzedany obraz zdobi gabinet terapeutyczny z przesłaniem: „Co autor chciał przez to powiedzieć?”.



WOJCIECH MECWALDOWSKI

DOWN THE ROAD

Przez miasta i dżunglę

Wraca program, w którym uczestnicy przeżywają przygodę życia. W czwartym sezonie „Down the Road” sześcioro młodych dorosłych z zespołem Downa wyrusza w podróż po Tajlandii. Swoją wyprawę rozpoczną w Bangkoku, a stamtąd ruszą z plecakami w głąb kraju – odwiedzą uliczne targi, świątynie i miasteczka, będą też

wędrować przez dżunglę. Na naszych oczach pokonają blisko 1200 kilometrów przez 20 dni, codziennie mierząc się ze swoimi lękami i słabościami. Towarzyszyć im będzie nowa prowadząca, influencerka Monika Hoffman-Piszora, mama szóstki dzieci, w tym dwojga z zespołem Downa. Premiera w niedzielę 6 września o 22.00 w TTV. **PM**

Nowa edycja

REKLAMA

OMNIBUS
SZYBCY I MĄDRZY



sobota-niedziela
18:15

TVP 2 **TVP VOD**

WIEDZA KONTRA CZAS

Słuchajmy dzieci

Nowy sezon Teatru Telewizji otworzy adaptacja „Króla Maciusia Pierwszego” Janusza Korczaka, w której Wiktoria Gorodecka wciela się w Królową. Aktorka zdradza nam, ile zostało w niej z małej Wiktorii, jak spędza wolny czas i dlaczego uwielbia biegać ze swoim jamnikiem Tadeuszem.

➔ **KRÓL MACIUS PIERWSZY**
PO 7.09 godz. 20.55 TVP 1
Udział w przedstawieniu „Król Macius Pierwszy” musiał być dla Pani wyjątkową przygodą.

Tak, i wydaje mi się, że nie-zwykle jest już samo zde-rzenie z tą historią. „Króla Maciusia” zna właściwie każdy i większości z nas ko-jarzy się on z dzieciństwem. Oczywiście w spektaklu grają też młodzi, bardzo utalentowani aktorzy, ale dużą część obsady stanowią artyści trochę starszego pokolenia. Sama widzę po sobie, że po czterdzie-stce coraz częściej wraca się do rzeczy związanych z dzieciństwem i patrzy na nie z dużym sentymentem. Zwłaszcza kiedy ma się już własne dzieci. To było zresztą widoczne podczas prób. Każdy z nas miał inne wspomnienia związane z tą książką i co chwilę ktoś mówił: „Boże, zupełnie nie pamiętałem, że są tu takie tematy”. Bo przecież Korczak pisze również o stereotypach, dyskrymi-nacji czy sposobie, w jaki traktujemy innych. **Podobno w spektaklu niektóre kwestie zostały uwspół-cześnione?**

Dotyczy to choćby sposobu przedstawiania osób

czarnoskórych i kwestii, które odbieramy obecnie inaczej niż w czasach Korczaka. Reżyser Tadeusz Kabicz chciał nie tyle zmieniać sens tej historii, ile spojrzeć na nią z dzisiejszej perspektywy. Ten spektakl będzie „gło-sem młodego pokole-nia”. Wśród ministrów pojawiają się kobiety, a krzywdzące stereotypy i obraźliwe określenia zostaną usunięte. Macius nie jest tu wyłącznie chłop-cem, który zostaje królem i wszystkiego musi nauczyć się od dorosłych. On rów-nież czegoś uczy dorosłych – podobnie jak dziś robią to nasze dzieci. Pokazują nam, że nie godzą się na dyskryminację, dostrzegają problemy ekologiczne i chcą zmieniać świat. Tadeusz chciał podkreślić właśnie to, że dzieci mają nam wiele do przekazania. Jego Macius uczy mini-strów poprawności poli-tycznej. Poza tym to także opowieść o odpowiedzial-ności i dorastaniu. Autor wyraźnie rzuca wyzwanie nieomyślności autorytetów. Byliśmy wychowywani w przekonaniu, że dorośli wszystko wiedzą lepiej,

Niedawno wróciła z waka-cji, a już niebawem rozpo-czyną pracę nad kolejnymi projektami.

W KILKU SŁOWACH

Ur. 4 XI 1982 r. w Poniewieżu. Dzieciństwo spędziła na Litwie. Absolwentka Akademii Teatralnej w Warszawie. Od 2009 r. występuje w Teatrze Narodowym w Warszawie. Uczestniczyła w 17. edycji „Tańca z Gwiazdami”. Znamy ją m.in. z seriali „Pułapka”, „Erynie”, „Skazana”, „Profilanka” i „Biała odwaga”. Jest żoną Pawła Szafrąńskiego. Ma dwie córki: Ritę i Ninę.

że istnieją pewne autorytety, których nie należy kwestionować. Maciuś pokazuje inny kierunek.

Jaki?

Przypomina, że dzieci mają w sobie odwagę, bezkompromisowość i gotowość do podążania za marzeniami, które dorośli z czasem często tracą. Widzę to choćby po swoich córkach. Mają silne poczucie sprawiedliwości. Kiedy my, dorośli, próbujemy iść na kompromis albo tłumaczyć, że pewne sprawy nie są takie proste, one natychmiast protestują: „Ale przecież to jest niesprawiedliwe”. Dla nich coś jest czarne albo białe i nie ma miejsca na kombinowanie. I właśnie to wydaje mi się takie ciekawe: że z wiekiem tracimy tę dziecięcą pewność, odwagę i potrzebę nazywania rzeczy po imieniu.

Czy coś z małej Wiktorii zostało w Pani do dziś?

Zdolność zachwycania się światem. Ostatnio byliśmy na wakacjach i moje dzieci ciągle się ze mnie śmiały, że bez przerwy powtarzam: „Boże, jakie to piękne!”, „Jakie wspaniałe!”, „Jakie cudowne!”. Szczególnie mocno reaguję tak na naturę. Zostało mi też kierowanie się intuicją. Słucham serca i jeśli czuję, że



TANIEC Z GWIAZDAMI (2025)

W studiu tanecznym odwiedziły ją córki, Rita i Nina!

powinno pójść w prawo, to nie zastanawiam się długo, tylko idę. Nadal lubię też ryzyko i adrenalinę. Nurkuje, skacze na bungee. Chyba rzeczywiście ma to coś wspólnego z dzieciństwem, gdy człowiek bez końca się wspina, huśta i sprawdza własne granice. Teraz na przykład całą rodziną odkrywamy ciekawe miejsca.

Trafiłiśmy na wielki opuszczony hotel, który można zwiedzać. Moje pierwsze pytanie brzmiało oczywiście: „A można wejść na dach?”

Na Instagramie zauważyłem też, że Pani biega z psem.

To dość zabawna historia, bo przez całe dzieciństwo nie znośiłam biegania. Któregoś dnia poszłam z moim jamnikiem Tadeuszem do weterynarza i usłyszałam, że jest za grubo. Pomyślałam: „Przecież

nie będę go głodzić”, więc zaczęłam zabierać go do lasu. Najpierw chodziliśmy na spacer, potem trochę truchtailiśmy, aż w końcu Tadeusz najwyraźniej uznał, że będzie mi biegać. Dziś jest dla mnie świetną motywacją, bo nie ma wymówki, że mi się nie chce. Rano odprowadzam dzieci do szkoły, potem robimy z Tadeuszem nasze pięć kilometrów. On dzięki temu trzyma formę, a ja mam poczucie, że nawet jeśli później spędzimy cały dzień w domu, swoją

porcję ruchu już zaliczyliśmy.

Zaczyna Pani zdjęcia do trzeciego sezonu „Profilerki”, prawda?

Tak. Scenariusz jest bardzo ciekawy. Tym razem akcja będzie rozgrywać się na Śląsku. Pojawią się tajemnice sięgające czasów sprzed II wojny światowej, wątki związane z zamkiem Książ, jego podziemi i ludźmi, którzy strzegą dawnych sekretów. To będzie ciekawa zagadka dla Julii Wigier. W nowym sezonie nie skupimy się wyłącznie na międzyludzkich dramatach i zbrodniach wynikających

z relacji bohaterów. Dojdą do tego także mocne wątki historyczne, ściśle związane z tym regionem Polski.

A jeśli między kolejnymi projektami ma Pani trochę czasu, jak Pani odpoczywa?

Haftuję obrazy, koszuje i ubrania, które później noszę. Bardzo to lubię. Zdecydowanie polecam haftowanie, bo działa trochę jak medytacja – pozwala się wyciszyć i uspokoić myśli. A dla ciała najważniejszy jest taniec. Obecnie przede wszystkim towarzyski, bo kontynuuję przygodę, która zaczęła się w „Tańcu z Gwiazdami”. Jeśli mam dzień bez tańca albo innego wysiłku fizycznego, od razu czuję, że czegoś mi brakuje.

Czyli krótko mówiąc, wyciska Pani życie jak cytrynę?

Chyba tak. Warto brać z życia wszystko, co nam daje, oczywiście wybierając to, co naprawdę sprawia nam radość. Sama jestem bardzo aktywna i staram się też zaszczepić swoim córkom odwagę, by naprawdę przeżywały swoje życie, a nie tylko przez nie przechodziły. Chcę, by żyły w pełni, bez lęku i ograniczeń, żeby miały wielki apetyt na życie i z ciekawością czekały na to, co przyniesie kolejny dzień.

Rozmawiał
MACIEJ MISIORNY

„Moje córki mają silne poczucie sprawiedliwości.”



Nowość
w TV!

KRÓL MACIUSZ PIERWSZY (2026) Z przyjemnością wcieliła się w mamę Maciusia (Tymon Bitkowski) i żonę Króla (Andrzej Konopka).



PROFILERKA (2024-2025) Polubiła Julię Wigier i już czeka na rozpoczęcie zdjęć do 3. sezonu.



DOPPELGÄNGER. SOBOWTÓR (2024) W serialu Jana Holoubka zagrała żonę Bitnera (Tomasz Schuchardt), Olę.

SZKOŁA ROCKA (2003)

Gitarzysta Dewey Finn (Jack Black) podszywa się pod nauczyciela i trafia do elitarnej szkoły, gdzie odkrywa, że jego uczniowie mają niezwykły muzyczny talent. Zamiast tradycyjnych lekcji urządza im próby zespołu. Jack Black naprawdę gra w filmie na gitarze, podobnie jak aktorzy wcielający się w jego uczniów.

SO 5.09 godz. 15.20
PARAMOUNT NETWORK

SZKOŁA NIEJEDNO MA IMIĘ...

Dzwonek na przygodę

Nowy rok szkolny nie musi oznaczać wyłącznie sprawdzianów i porannego wstawania. Na ekranie szkoła bywa miejscem szalonych przygód, pierwszych miłości, walki o popularność, odkrywania talentów, a nawet... nauki magii. Oto sześć filmowych lekcji, które warto odrobić.

AMERICAN PIE (1999) Dla Jima (Jason Biggs) i jego kumpli ostatnie miesiące nauki nie kręcą się wokół egzaminów. Chłopcy zawierają pakt: zanim skończą liceum, zdobędą doświadczenia miłosne. Szkoła to przecież nie tylko lekcje, lecz także przyjaźnie i pierwsze nieporadne kroki w dorosłość. – Na planie byliśmy po prostu dziećmi, które świetnie się bawiły – wspomina Biggs.

PT 4.09 godz. 20.00
STOPKLATKA

WREDNE DZIEWCZYNY (2004)

Cady (Lindsay Lohan) przez lata uczyła się w domu, dlatego liceum okazuje się dla niej obcym światem. Szybko poznaje panującą w nim hierarchię i trafia do grona popularnych uczennic. Szkolna codzienność przypomina dżunglę, w której liczą się wygląd, pozycja i znajomości. Co ciekawe, Lohan marzyła o roli najwredniejszej z dziewczyn, ale dostała ją Rachel McAdams.

ND 6.09 godz. 15.55
TVN FABUŁA



SZKOŁA CZAROWNIC. DZIEDZICTWO (2020) Lily czuje się obco w nowej szkole. Wszystko się zmienia, gdy poznaje dziewczyny, które odkrywają jej niezwykle moce. Nastolatki zaczynają eksperymentować z magią. Szkolne problemy – przyjaźń, akceptacja i pierwsze zauroczenia – nabierają tu czarodziejskiego wymiaru. Przy produkcji pracowały aż trzy konsultantki od magii.

📅 ND 6.09 godz. 17.45 SCI FI



PIEČEĆ MICKIEWICZA (2024) Jan Sienkiewicz (Dawid Ogrodnik) trafia do klasy, z którą inni nauczyciele sobie nie radzą. Zamiast odpytwać z regułek, pokazuje zbuntowanym uczniom, że literatura mówi także o ich życiu. Szkoła daleka jest od ideału, ale młodzi wreszcie czują się wysłuchani. Filmowe liceum nosi imię Stanisława Barei – to ukłon twórców w stronę słynnego reżysera.

📅 ŚR 9.09 godz. 20.35 POLSAT



AKADEMIA POLICYJNA 2 (1985)

Najtrudniejszy egzamin wciąż przed nimi. Mahoney (Steve Guttenberg) i jego koledzy trafiają na posterunek terroryzowany przez uliczny gang. Szkolna ławka zostaje zastąpiona radiowozem, a wykłady – praktyką w terenie. Bubba Smith, czyli Hightower, twierdzi, że na tym filmie zarobił więcej niż przez 10 lat gry w futbol.

📅 ŚR 9.09 godz. 20.15 WARNER TV

ZuccarinTM utrzymuje w normie mój poziom cukru we krwi!



Alicja miała trudności z kontrolowaniem cukru we krwi. Obawiała się komplikacji. Jednak po rozpoczęciu przyjmowania tabletek Zuccarin znalazła rozwiązanie.

Sytuacja się pogarszała

Kilka lat temu, kiedy zaczęły się moje problemy, miałam tylko lekko podwyższony poziom cukru we krwi. Zmieniłam dietę, jednak to nie wystarczyło i po jakimś czasie poziom cukru zaczął rosnąć. Znalazłam w gazecie artykuł o produkowanych w Skandynawii tabletkach **Zuccarin**, które pomagają utrzymać w normie poziom cukru we krwi i postanowiłam je wypróbować.

Szybkie działanie

Następnego ranka po rozpoczęciu przyjmowania tabletek **Zuccarin**, mój poziom cukru we krwi obniżył się, zaledwie kilka dni później unormował, a ja poczułam się znacznie lepiej. Stosuję **Zuccarin** regularnie i staram się kontrolować poziom cukru we krwi. To najlepsza rzecz, jaką zrobiłam dla siebie!

Liście morwy – przełom!

W Japonii od setek lat po posiłku pije się herbatę z liści morwy, ze względu na ich korzystne właściwości. Wyciąg z liści morwy może efektywnie stabilizować poziom cukru we krwi, powstrzymując wchłanianie cukrów z węglowodanów. Niestrawione cukry po prostu przechodzą przez układ trawienny, zamiast przenikać do układu krwionośnego. Tabletki zawierające wyciąg z liści morwy białej, zażyta przed posiłkiem, pomagają utrzymać w normie poziom cukru we krwi, kontrolować apetyt na słodkie potrawy oraz wagę.



★★★★★

**Produkt Roku 2025
wg ŚWIATA FARMACJI**

w kategorii
„Preparaty obniżające
poziom cukru”
na podstawie ankiety
przeprowadzonej
wśród farmaceutów

Suplement diety Zuccarin
– wysoka, standaryzowana
na 2% DNJ zawartość
ekstraktu z morwy białej –
800 mg w dziennej porcji.

Szukaj logo
ze Srebrnym Drzewem
– gwarancji wysokiej jakości
i efektywności.

Zapytaj o ZuccarinTM skandynawskiej firmy New Nordic

Dostępny w aptekach i na www.newnordic.pl
w opakowaniach **60 i bardziej
ekonomicznych – 120 tabletek.**

W przypadku braku może być zamówiony
specjalnie dla Ciebie przez farmaceutę.
Kod BŁOZ 8101001
ułatwi zamówienie produktu.



www.newnordic.pl
tel.: +48 22 212 54 10

New Nordic Healthbrands Polska Sp. z o.o.



Nowa edycja

DOMINIK SMARUJ

Pochodzi z Gryfina. Kocha swoją żonę Urszulę Kobielię, teatr i kamerę. W serialu „Pierwsza miłość” jako Filip Wenerski wkłada lekarski kitel, który teraz zamieni na strój obszyty cekinami.

– Chcę zobaczyć, co się dzieje, kiedy nie ma tekstu, tylko dwie osoby w ruchu – mówi. Na parkiecie zajmie się nim doświadczona Magdalena Tarnowska.

JOANNA JĘDRZEJCZYK

Olsztynianka, która podbiła świat MMA, dziś wspiera dzieci we własnej fundacji. Rękawice zamieni na taneczne buty, ale bojowego ducha nie zostawi w szatni. Postanowiła błyskawicznie nauczyć się tańczyć i mieć z tego wiele radości. – Chcę się temu totalnie oddać – zapowiada. Trener Kamil Kuroczko wie, jak poprowadzić ją z oktagonu na parkiet.

MONIKA BORZYM

Wychowała się w muzycznej rodzinie i najlepiej czuje się w jazzie. Jej dwa pierwsze albumy pokryły się platyną, a widzowie Polsatu znają ją z „Twoja Twarz Brzmi Znamo”. Ukończyła psychologię i seksuologię. Na parkiecie najbardziej obawia się... błyszczących strojów! Towarzyszyć jej będzie Michał Kassin, finalista 14. edycji show.

DOMINIK RUPIŃSKI

Zaczynał od tanecznych filmików, a dziś obserwują go ponad cztery miliony użytkowników TikToka. Śpiewa, nagrywa piosenki, stworzył nawet perfumy pachnące jego znakiem rozpoznawczym: watą cukrową. Do tańca przygotuje go debiutująca Estelle François, uczestniczka prestiżowych turniejów w Blackpool i Bournemouth.

DANCING WITH THE STARS. TANIEC Z GWIAZDAMI

Oni rozgrzeją parkiet

Przygotujcie się na moc atrakcji, a wśród nich nowe konkurencje: „Akademię Czarnej Mamby”, „Taniec z rekwizytem”, sztafetę rumbi i „Maszynę czasu”. Powróci odcinek rodzinny oraz Disney Night. Gwiazdy stawiają czoła wymagającym solówkom, uzyskują wpływ na taniec konkurencji i będą mogły liczyć na immunitet. Nie zabraknie też gości specjalnych, a w składzie jurorskim pojawi się Julia Wieniawa.

JASPER SOŁTYSIEWICZ

Widzowie Polsatu znają go z „Przyjaciółek” i „W rytmie serca”. – Cały czas staram się działać na pełnych obrotach – mówi. To nie przechwałki: zdarzyło mu się spędzić na planie 19 godzin i spać z konia. Na parkiecie tempa dotrzyma mu Daria Syta-Grobelna, która od 14. edycji czeka na swój pierwszy finał.

DANCING WITH THE STARS. TANIEC Z GWIAZDAMI
ND 6.09 godz. 19.55 POLSAT



HELENA ENGLERT

Swoją przygodę z kamerą rozpoczęła jako dwulatka. Dziś gra, śpiewa jako Hela i marzy o „sexy rumbie”. Początkowo odrzuciła propozycję udziału w show, ale uznała, że będzie świetnym „zadaniem pobocznym” w grze zwanej życiem. Do mistrzowskiego poziomu ma ją doprowadzić Roman Osadchij, który po przerwie wraca na parkiet.

MATTEO BRUNETTI

Urodził się w Rzymie, studiował ekonomię, pracował też jako pilot dronów. Do Polski przyjechał na casting do „MasterChefa” i został tu na stałe. W tańcu jest – jak mówi – „totalnie zielony”, więc każdy krok będzie dla niego nowym daniem. Przepis poda mu Izabela Skierska, mistrzyni świata i Europy.

KAROLINA „KAEYRA” BARAN

Urodziła się w Chicago, a jej głos zachwycał jurorów „American Idol”, w tym... Katy Perry. Publiczności Polsat Hit Festiwalu dała się poznać dzięki przebojowi „Sour”. – Poczucie rytmu albo się ma, albo nie. Ja wiem, że je mam – zapewnia. Towarzyszy jej Kacper Rutka, który miejsce w programie wytańczył w castingu.

PIOTR „GUMA” GUMULEC

Lider Kabaretu Chyba rozmieszał widzów Polsatu w „Kabarecie na żywo” i prowadził cykl „Chyba Czesuaf”. Teraz ma bardzo praktyczny cel: nauczyć się tańczyć, by podbijać parkiety na każdym weselu. Najchętniej zaczęłby od... poloneza. Jego nauczycielką będzie Julia Suryś-Stromecka, finalistka poprzedniej edycji.

IZA KUNA

Widzom Polsatu pokazała w „Domu pełnym zmian” i „Domu pełnym życia” swój komediowy pazur. Jest nie tylko aktorką, ale też autorką dwóch powieści o roztrzepanej Klarze. Udział w show odkładała, aż wreszcie „wszystko zagrało”. – Muszę to przejść po swojemu – zapowiada. Pomoże jej Michał Bartkiewicz, dwukrotny zdobywca Kryształowej Kuli.

KRZYSZTOF KWIATKOWSKI

Na ekranie zadebiutował jako recepcjonista Artur w polsatowskim „Hotelu 52”, a później grał w „Pierwszej miłości”. W „Twoja Twarz Brzmi Znamo” udowodnił, że potrafi przechodzić metamorfozy. Teraz chce odkryć siebie na nowo w tańcu. Kroki podpowie mu Sara Janicka, mistrzyni Polski i dwukrotna finalistka show.

MARTA „MANDARYNA” WIŚNIEWSKA

Śpiewała i tańczyła w Ich Troje, później zrobiła solową karierę. Zdobyła mistrzostwo Polski w hip-hopie, ale taniec towarzyski to dla niej zupełnie inna bajka. – Czekam na lekcję pokory – mówi. Kiedyś podczas gry w tenisa nazwano ją „leniwymi nóżkami”. Teraz wprawi je w ruch u boku Krystiana Rzymkiewicza.

hity na jesień: rozrywka

**EUROPA
DA SIĘ LUBIĆ**

Czy widzowie pokochają nową odsłonę programu?

**Nowość
w TV!**

EUROPA DA SIĘ LUBIĆ – NOWE POKOLENIE

Jak się zmieniliśmy?

➔ **EUROPA DA SIĘ LUBIĆ – NOWE POKOLENIE ND 6.09**
godz. 16.10 TVP 2

Uwielbiany przed laty show wraca na antenę Dwójki! W odświeżonej formule, z nowymi tematami, nową prowadzącą i nowymi gośćmi. Monikę Richardson

na miejscu gospodyni zastąpi Katarzyna Zielińska, a program pokaże Europę oczami nowego pokolenia, które dorastało w świecie otwartych granic, swobodnego przemieszczania się i technologii ułatwiających codzienny kontakt. W każdym odcinku,

z innym motywem przewodnim, wystąpi sześcioro uczestników z różnych krajów Europy, którzy mieszkają w Polsce. Będą rywalizować w kolejnych rundach sprawdzających wiedzę i refleks, a dwójka najlepszych zmierzy się w finale. **EGP**

Katarzyna Zielińska jako prowadząca show.

**Nowa
edycja**



EWA GOTUJE

Z miłości do tradycji

➔ **EWA GOTUJE PT 4.09**
godz. 11.50 POLSAT

Sezon jesienny prowadząca rozpocznie na malowniczym Roztoczu. Dla Ewy Wachowicz najważniejsze jest jednak, że ten region może pochwalić się wyśmienitą kuchnią, pełną receptur przekazywanych z pokolenia na pokolenie. Trzy pierwsze odcinki będą realizowane kolejno na Polesiu, południowym Podlasiu oraz na

lubelskim Powiślu. Gościem kulinarnej mistrzyni będzie Jarosław Stawiarski, marszałek województwa lubelskiego. Na pierwszy ogień w kuchni Ewy pójdą: jabłczanka z ziemniakami i boczkiem, potem będą łupcie z kaszą gryczaną i grzybami, a na deser ciasto ucierane ze śliwkami. W każdym odcinku nie zabraknie także ciekawostek krajoznawczych i turystycznych. **PM**

OMNIBUS

Spryt i dobra taktyka

➔ **OMNIBUS SO-ND 5-6.09**
godz. 18.15 TVP 2

Teleturniej „Omnibus – szybcy i mądrzy” wraca z drugim sezonem. Jesienią będzie jednak emitowany w TVP 2 (zamiast TVP 1) w soboty i niedziele. W każdym odcinku trzech wyjątkowych graczy rywalizuje w zadaniach sprawdzających wiedzę, spryt i taktykę. Zmieniono nieco format: jest pięć rund

zamiast czterech – zwycięzca przechodzi dalej, a pozostali walczą w dodatkowej rundzie o awans. W następnym odcinku do finałowej dwójki dołączy nowy zawodnik, a rywalizacja startuje od początku, co ma podkreślić tempo i zwiększyć nieprzewidywalność. Najlepsi powalczą o tytuł w sześciu finałowych odcinkach. Program prowadzi Krzysztof Czczot. **MP**

Krzysztof Czczot
czuwa nad rywalizacją.



**Nowa
edycja**

**Nowa
edycja**



Komu z nich uda się znaleźć miłość?

ROLNIK SZUKA ŻONY

Amor z bonusem

➔ **ROLNIK SZUKA ŻONY 13**
ND 6.09 godz. 21.25 TVP 1

Od 13 lat niedzielne jesienne wieczory w Jedyńce płyną pod znakiem Amora. Nadchodzi kolejna edycja show „Rolnik szuka żony”, a z nią kolejni uczestnicy – 37-letni Łukasz, 29-letni Mariusz, 21-letnia Justyna, 31-letni Wiktor i 27-letni Karol. W tym sezonie producenci mają dla widzów niespodziankę. Nie tylko

poznamy nowych bohaterów, ale też sprawdzimy, co słychać u tych, którzy występowali w poprzednich wydaniach programu – ten nowy dodatek będzie emitowany po każdym premierowym odcinku. Zobaczymy w nim pary, które odnalazły miłość, ale i uczestników, którym nie udało się poznać drugiej połówki. Show tradycyjnie poprowadzi Marta Manowska.

EGP

MASTERCHEF

Jubileusz pełen niespodzianek

➔ **MASTERCHEF ND 6.09**
godz. 19.45 TVN

Kulinarna rywalizacja kucharzy amatorów wraca w jubileuszowej odsłonie. Do grona jurorów „MasterChefa” – Magdy Gessler, Michela Morana i Przemka Klimy – w 15. edycji dołączy kucharz, prezenter telewizyjny i autor książek kulinarnych Pascal Brodnicki. Na uczestników czekają spotkania

z wyjątkowymi gośćmi, m.in. Klaudią El Dursi, Agustinem Egurrolą i raperem Żabsonem. Do studia zawita Anna Star-mach, która gościnnie oceni torty, a Matteo Brunetti sprawdzi, jak kucharze poradzą sobie w konkurencji, w której główną rolę odegra pomidor. Najlepsi zawodnicy wyruszą w kulinarne podróże do Neapolu, Londynu i Argentyny.

BD



**Nowa
edycja**

Dla polsko-francuskiego kucharza Pascala Brodnickiego nie będzie to pierwsze spotkanie z programem. Gościnnie pojawił się już w 7. i 14. edycji show.

REKLAMA

Alessandro
Parrello

Laura
Breszka

Dawid
Ogrodnik

Oriana
Celentano

Jan
Arlotti

Klementyna
Karnkowska

FELICITÀ

poniedziałek-środa 20:30

TVP 1

TVP VOD

eprasa.pl 360 75 100c



Nowa edycja

TWOJA TWARZ BRZMI ZNAJOMO

Pora na nowe oblicze

➔ **TWOJA TWARZ BRZMI ZNAJOMO PT 4.09**
godz. 19.55 POLSAT

Uczestników czekają metamorfozy, w których dobry głos to dopiero początek – liczyć się będą także aktorska precyzja, odwaga i temperament. Tym razem o Złotą

Twarz powalczą Ida Nowakowska, Maria Sadowska, Bryska, Urszula Milewska, Rafał Brzozowski, Marcin Miller, Gabriel Fleszar i Marcin Maciejczak.

Agnieszka Hekiert pomoże całej ósemce w nauce śpiewu, Marcin Przybylski podszlifuje ich

umiejętności aktorskie, a Maciej Zakliczyński będzie czuwał nad choreografią. Otuchy dodadzą im gospodarze show, Agnieszka Hyży i Maciej Rock. Nowością jesiennej edycji będzie ogromna scena, pozwalająca tworzyć efektowne inscenizacje. **MAM**

Występy ocenia Justyna Steczkowska, Małgorzata Walewska, Piotr Gąsowski oraz Stefano Terrazzino.

Nowa edycja



Prowadzący czekają na odważnych uczestników.

IDŹ NA CAŁOŚĆ

Ryzyko się opłaci?

➔ **IDŹ NA CAŁOŚĆ ND 6.09**
godz. 16.05 TTV

Brać gotówkę czy zaryzykować i otworzyć bramkę? W trzecim sezonie teleturnieju „Idź na całość” uczestnicy znów staną przed decyzjami, które mogą przynieść im duże nagrody albo spotkanie z kultowym kotem w worku, Zonkiem. Nad przebiegiem tej nieprzewidywalnej gry

będą czuwać Zygmunt Chajzer i Robert Motyka. Ich energia, spontaniczne żarty i świetny kontakt z publicznością przyciągały dotąd przed ekrany średnio 506 tysięcy widzów. Nowe odcinki przyniosą jeszcze więcej emocji, zwrotów akcji i nagród. Samochód, pieniądze, a może podróż na Karaiby, Bali lub Hawaje? To się okaże! **MAM**

KABARET NA ŻYWO. MŁODZI I MORALNI

Weekendy uśmiechu

➔ **KABARET NA ŻYWO. MŁODZI I MORALNI SO**
5.09 godz. 19.55 POLSAT

Polsat konsekwentnie stawia na kabarety. Przed nami nowy, 11-odcinkowy „Kabaret na żywo. Młodzi i Moralni”. Zainauguruje go odcinek specjalny: „Kabaret Skeczów Męczących. 20-lecie. Jeszcze nigdy nie było tak dobrze”. Znajdą się w nim kultowe skecze, największe przeboje, wyjątko-

wi goście i niespodzianki. Od kolejnych odcinków gospodarze cyklu – Robert Górski i Robert Korólczyk – zaproszą widzów na premierowe skecze, wracające ulubione cykle, takie jak: „U Prezydenta”, „Posiedzenie rządu” czy „Fachowcy”, oraz nowe wersje „Mafii”. Ale polityka będzie jedynie dodatkiem, clou programu mają stanowić satyra obyczajowa oraz żarty z codzienności. **MP**



Nowa edycja

Robert Górski i Robert Korólczyk znów zapewnią nam pełne humoru sobotnie wieczory.

Nowa edycja



Cała ekipa jeszcze przed wyruszeniem w drogę.

AZJA EXPRESS

Od Bali do Singapuru

● AZJA EXPRESS
SO 5.09 godz. 19.45 TVN

Tym razem uczestników show czeka pełna przygód i wyzwań podróż od Bali przez Jawę aż po Singapur. Wezmą w niej udział: Mateusz Banasiuk i jego siostra Aldona, tancerz Michał Danilczuk z bratem Pawłem, Edyta Herbuś z partnerem Piotrem Bukowieckim, muzycy – Błażej Król i Robert „DrySkull”

Krawczyk, influencerka Maria Jeleniewska z himalaistką Zoją Skubis, Małgorzata Socha i artysta malarz Mariusz Szydel, Katarzyna Zillmann i Janja Lesar oraz twórca internetowy Adam „Naruciak” Zimmermann i muzyk Jakub „Dezydery” Stulin. Nad przebiegiem podróży i wypełnianiem zadań przez uczestników czuwać będzie Izabella Krzan.

EGP

TAK TO LECIAŁO!

Jest zwycięzca!

● TAK TO LECIAŁO! ND 6.09
godz. 17.15 TVP 2

Kacper Kuszewski jest już gotowy na nowy sezon programu. – Zadbanie o komfort i dobry nastrój uczestników to moje najważniejsze zadanie – mówi. Cieszy się na powrót teleturnieju, bo uwielbia śpiewać i lubi, kiedy śpiewają inni. Poza tym po dwóch latach już okrzepł w roli prowadzącego i doskonale czuje się w programie. Możemy już zdradzić, że jesienią padnie także główna wygrana – jednak kto zdobędzie 100 tys. zł, pozostaje tajemnicą. W grudniu czeka nas też odcinek specjalny, w którym wystąpią dwie topowe gwiazdy, ale to na razie niespodzianka. Poza tym będzie sporo emocji, dużo dobrej muzyki i fantastycznej zabawy.

EGP



Kacper Kuszewski
zaprasza do
wspólnej zabawy.

REKLAMA

Marcin
HYCNAR

Karolina
GRUSZKA

Natalia
RYBICKA

Grzegorz
MAŁECKI

Kinga
PREIS

Grzegorz
DAMIĘCKI

**GRA
Z CINIEM**
sezon 2

niedziela 20:25

TVP 1

TVP VOD

Nowość
w TV!

Zośka spróbuje zamknąć rozdział związany z Kamilem i wyruszy z córką do Włoch. Kobiety zburzą dotychczasowy spokój w pensjonacie „Felicità”.

FELICITÀ

Pod słońcem Apulii

☉ FELICITÀ PO 7.09
godz. 20.30 TVP 1

Zośka (Laura Breszka) i jej nastoletnia córka Oliwia (Klementyna Karnkowska) po śmierci Kamila (Dawid Ogrodnik), ukochanego męża i ojca, przyjeżdżają do malowniczego

Polignano a Mare, by uporządkować rodzinne sprawy i zamknąć bolesny rozdział. Na miejscu miejscu czekają na nie wielkie sekrety, wyzwania i... uczucia. Zośka poznaje zasadniczego adwokata Marco (Alessandro Parrello), a Oliwia przeżywa

pierwszą miłość. Obie odkryją, że na nowy początek nigdy nie jest za późno. 26 odcinków, włoski klimat, świetni polscy i włoscy aktorzy, a przede wszystkim – wciągające historie o namiętności, rodzinie i sile kobiet. Emisja od poniedziałku do środy. **BD**

Marco to adwokat, który po latach życia między Rzymem a Mediolanem wraca do rodziny w Polignano. Tu spotyka Zośkę...

Nowość
w TV!



Młodych Zuzannę i Benedykta zagrali Weronika Książkiewicz-Nathaniel i Krystian Modzelewski.

CZAS NIEDOKONANY

Uwikłani w historię

☉ CZAS NIEDOKONANY CZ
10.09 godz. 22.30 TVP 1

W centrum wydarzeń znajduje się rodzina Broków. Adam (Piotr Trojan), syn byłej działaczki Solidarności Zuzanny (Agnieszka Mandat) i dziennikarza Benedykta (Roman Frankl), wprowadza się do apartamentowca w Warszawie, wzbudzając ciekawość sąsiadów. Jego matka zaś ocze-

kuje na rozprawę w sprawie o zniesławienie Rojka (Piotr Cyrwus), byłego pułkownika SB i biznesmena, którego obwinia o śmierć brata, opozycjonisty. Gdy Rojek dowiaduje się, że Adam pracuje dla amerykańskiej korporacji, poleca synowi nawiązać z nim kontakt. Planuje też, na podstawie teczek SB, zrealizować serial inspirowany życiem Zuzanny. **BD**

M JAK MIŁOŚĆ

Gotowy do bójki

☉ M JAK MIŁOŚĆ PO 7.09
godz. 20.50 TVP 2

Choć to nowy sezon „M jak miłość”, kłopoty zostały stare. Argasiński (Karol Strasburger) będzie martwił się o Olka (Maurycy Popiel), który przez sprawę siostry Sowińskiego (Karolina Dryzner) zaczął wątpić w swój talent chirurgiczny. Chodakowski szczerze mu opowie o konflikcie

z dyrektorem (Mikołaj Krawczyk), wyznając, że nie może skoncentrować się na pracy, bo cały czas spodziewa się z jego strony jakiegos podstęp. Później Olek znów ma pecha, bo gdy do kliniki zajrzy nie w pełni sprawna Sowińska, nie rozpozna jej – i zaproponuje pomoc. Kiedy dyrektor to zobaczy, niemal rzuci się na medyka z pięściami. **BD**



Aleksander, który wini Olka za kłopoty zdrowotne Ewy, wybuchnie, gdy zobaczy, że lekarz chce jej pomóc.

Nowy
sezon

Nowy sezon



Helena jest na wolności, ale jej problemy nie znikają.

GRA Z CIENIEM

Odnaleźć synka

➔ GRA Z CIENIEM 2 ND 6.09
godz. 20.25 TVP 1

Drugi sezon „Gry z Cieniem” przyniesie nowe szpiegowskie tajemnice, nieoczekiwane sojusze i niebezpieczne konfrontacje. Po brawurowej ucieczce z więzienia najważniejszym celem Heleny (Natalia Rybicka) stanie się odnalezienie syna, Pawełka, który trafił do domu dziecka.

W tej sprawie lekarka będzie mogła liczyć na Staszkę (Kinga Preis). Jednocześnie będzie musiała nieustannie uciekać przed pościgiem Witolda Koska (Marcin Hycnar). Tymczasem Tomasz Porada „Cień” (Grzegorz Małecki) otrzymuje z Londynu kolejną misję. Ma dowiedzieć się, co kryje tajemniczy transport z łódzkiej fabryki do Moskwy.

EGP

REKLAMA

OJCIEC MATEUSZ

Zbrodnia i... egzorcyzmy

➔ OJCIEC MATEUSZ 35

CZ 10.09 godz. 20.30 TVP 1

Słynny ksiądz detektyw znów rusza do akcji! W tym sezonie zajmie się m.in. sprawą dwóch sióstr, z których jedna została zamordowana i okradziona. Ale czy na pewno winna jest druga z kobiet? Przełom w śledztwie prowadzonym przez sandomierskich policjantów przyniesie dopiero niepozor-

ny szczegół, który od razu przykuje uwagę niezawodnego Mateusza (Artur Żmijewski). Ponadto ksiądz Żmigrodzki dostanie zadanie specjalne od biskupa – ma zbadać przypadek siostry Łucji, która cierpi na niezidentyfikowane zaburzenia psychiczne. Duchowny musi ustalić, czy zakonnica wymaga interwencji w postaci egzorcyzmów...

PM



Nowe odcinki

Ksiądz Żmigrodzki od lat pomaga sandomierskim parafianom w potrzebie.



Kocham Cię, Polsko!

od 11 września

piątek 20:40

TVP 2

TVP VOD

LALKA 2026

Niektórzy twierdzą, że gdyby Wokulski wyglądał tak jak Marcin Dorociński, Izabeli (Kamila Urzędowska) nie przyszłoby do głowy, by mu się opierać.

LALKA

Jak się zmieniali Łęcka i Wokulski...

Tegoroczna jesień upłynie pod znakiem ekranizacji słynnej powieści Bolesława Prusa – i to aż dwóch! To dobra okazja, by przypomnieć sobie także klasykę – serial, który przed laty oglądała cała Polska.

➤ **LALKA ND 6.09**
godz. 14.30 TVP 1

Wielka, niespełniona miłość, panoramiczny obraz społeczeństwa końca XIX wieku i plastycznie opisana Warszawa – powieść Bolesława Prusa ma wszystko, czego potrzebuje dobra produkcja filmowa. „Lalka” aż się prosi o przeniesienie na ekran. Po raz pierwszy została sfilmowana w 1968 r. przez Wojciecha Hasa, a w 1977 r. rozbudowaną serialową wersję pokazał Ryszard Ber. Trzeba było czekać aż 50 lat na kolejną adaptację.

A nawet dwie – 16 września premierę w internecie będzie miał zrealizowany dla Netflixa serial Pawła Maślony, a dwa tygodnie później, 30 września, do kin wejdzie film Macieja Kawalskiego. Wcześniej emisję serialu Bera rozpocznie TVP 1.

Cztery wizje

Has w swoim filmie bardziej niż na aspektach społecznych skupił się na postaci Wokulskiego – jego wyobcowaniu, melancholii i marzycielstwie. Ber z kolei przedstawił szeroką panora-

mę społeczną Warszawy; jego Wokulski był mniej „pomnikowy”, a Izabela epatowała wyrachowaniem. Z zapowiedzi serialu Netflixa wyłania się najbardziej awangardowe podejście do powieści. Ma być historią o mechanizmach władzy, pożądania i społecznej przemocy, łączącą ironię i groteskę z melodramatem. Film kinowy ma natomiast postawić na współczesną interpretację motywów postępowania dwojga głównych bohaterów. Każdy z reżyserów miał inny pomysł, ale wszyscy położyli ogromny

nacisk na rozmach i wizualną stronę swoich ekranizacji.

Film Hasa kosztował zawrotne – jak na tamte czasy – 35 mln złotych, z czego aż 12 mln pochłonęła oszałamiająca scenografia. Część mebli i bibelotów wypożyczono z muzeów, zbudowano olbrzymią dekorację Krakowskiego Przedmieścia, a kostiumy wzorowano na XIX-wiecznej ikonografii. Podobny budżet miał serial Bera – tu też nie oszczędzano na kostiumach i scenografii, przy czym zdjęcia

LALKA 2026 Marek Kondrat powrócił do aktorstwa, by zagrać przyjaciela Wokulskiego – Ignacego Rzeckiego.



LALKA 2026 (SERIAL) Sandra Drzymalska chce pokazać Łęcką jako kobietę niezależną, przełamującą społeczne schematy, także w stosunku do Wokulskiego (Tomasz Schuchardt).



LALKA 1968 Dla wielu Beata Tyszkiewicz i Mariusz Dmochowski byli zbyt posągowi w swoich rolach.

realizowano w wielu plenerach. Do serialu Pawła Maślony sprowadzano specjalne tkaniny z Paryża, ściągano meble i wyposażenie wnętrz z kilku europejskich krajów, wydrukowano nawet ponad kilometr autorskich tapet i tkanin imitujących te z XIX wieku. Z kolei film Kawalskiego jest jedną z najdroższych polskich produkcji – jego budżet to 15 mln euro (ok. 63 mln zł), które przeznaczono m.in. na kostiumy, budowę imponującej scenografii (w tym fragmentu Krakowskiego Przedmieścia ze sklepem Wokulskiego) oraz zdjęcia w 48 lokacjach w Polsce i za granicą.



LALKA 1977 (SERIAL) Małgorzata Braunek i Jerzy Kamas podczas zdjęć zachowywali wobec siebie wyraźną rezerwę, co przełożyło się na ich chłodną relację na ekranie.

Małgorzaty Braunek, a Wokulski – Jerzego Kamasa. Tego ostatniego podobno trzeba było bardzo namawiać do wystąpienia w serialu i choć się zgodził, to nie przepadał za tą rolą i nie specjalnie dogadywał się ze swoją ekranową partnerką.

Jak na ich tle wypadną aktorzy z gwiazdorsko obsadzonych nadchodzących premier? W serialu w głównych rolach zobaczymy Sandrę Drzymalską i Tomasza

któremu towarzyszyła (niezbyt

na początku chętna) arystokratyczna Beata Tyszkiewicz. Dla większości widzów kolejnego pokolenia Izabela Łęcka ma twarz

skiego u Hasa zabiegał Zbigniew Cybulski, jednak zginął przed rozpoczęciem zdjęć. Ostatecznie zagrał go Mariusz Dmochowski,

Schuchardta, w filmie – Kamilę Urzędowską i Marcina Dorocińskiego. A także Marka Kondrata, który dla roli subiekta Rzeckiego zgodził się przerwać swoją aktorską emeryturę. **EGP**

Kluczowa obsada

Najwięcej emocji w każdej z produkcji budziła obsada. O rolę Wokul-

REKLAMA

EUROPA
DA SIĘ LUBIĆ
NOWE POKOLENIE
niedziela 16:10
TVP2 TVP VOD

na czasie



11 MILIMETRÓW

O tyle właśnie Pia Skrzyszowska przegrała złoto. Ale nie czuła niedosytu, bo do srebra dołożyła jeszcze brąz.

LEGENDA

Nawet gdy polskim lekkoatletom nic nie szło, jedno było pewne: Irena Szewińska wywalczy medal – na 100, 200, 400 metrów albo w skoku w dal czy w sztafecie.

Lekkoatletyka jest kobietą!

Jeszcze kilkanaście lat temu to głównie lekkoatleci dawali nam powody do radości. Ostatnie lata to jednak czas dominacji kobiet – sportsmenki przywożą z ważnych zawodów więcej medali niż ich koledzy. Warto więc je docenić!

PIERWSZY MEDAL

Choć wyniki Klaudii Kazimierskiej od dawna wskazywały, że świetnie biega na 1500 metrów, dopiero teraz udało jej się sięgnąć po medal na dużej imprezie.

➔ **LEKKOATLETYKA:**
DIAMENTOWA LIGA
W BRUKSELI PT 4.09 godz.
20.00 POLSAT SPORT 1

Niedawno zakończyły się mistrzostwa Europy w lekkoatletyce, rozegrane w tym roku w brytyjskim Birmingham. Polskę reprezentowało na Wyspach 75 zawodników: 41 kobiet i 34 mężczyzn.

Ta delikatna przewaga pań okazała się w pełni uzasadniona, bo na osiem medali zdobytych przez Białą-Czerwonych aż siedem wywalczyły kobiety.

Jeszcze na początku XXI polską lekkoatletyką rządzą mężczyźni. Dość powiedzieć, że na mistrzostwach świata w 2015 roku oraz na mistrzostwach Europy

w 2016 to panowie zdobywali dwukrotnie więcej medali niż panie. Potem proporcje się odwróciły i to zawodniczki zaczęły przywozić z lekkoatletycznych zmagania znacznie więcej krążków.

Fantastyczne wzorce

Zanim przejdziemy do fantastycznych współczesnych lekkoatletek, warto

przypomnieć kobietę, która sama zdobyła tyle medali, że mogła śmiało konkurować niemal w pojedynkę z kolegami z reprezentacji. Mowa o absolutnie wybitnej Irenie Szewińskiej. W czasie swojej szesnastoletniej kariery wywalczyła 7 medali olimpijskich oraz 16 medali mistrzostw Europy. Z jednej, prostej przyczyny w tej



MIMO PRZESZKÓD

Ze względu na problemy zdrowotne Natalia Bukowiecka nie była pewna, czy zdąży się przygotować do ME. Ale zdążyła i to na srebrny medal!

kolekcji zabrakło krążków ze światowego czempionatu – pierwsze oficjalne mistrzostwa świata w lekkoatletyce odbyły się w Helsinkach dopiero w 1983 roku. A więc trzy lata po zakończeniu kariery Szewińskiej.

Po niej przez pewien czas nie mieliśmy już takiej dominatorki w lekkoatletyce. Aż w 2009 roku na rzutni zaczęła zachwycać fenomenalna młociarka Anita Włodarczyk. Niedługo potem do trzykrotnej mistrzyni olimpijskiej oraz czterokrotnej mistrzyni świata i Europy dołączyły „Aniołki Matusińskiego”, jak zwykło się określać gwiazdy sztafety rozgrywanej na dystansie 4 x 400 metrów, z Justyną Święty-Ersetic na czele. Wkrótce „sypnęło” kolejnymi fantastycznymi sportsmenkami.

Dziewczyny górą

Wprawdzie żadna z naszych reprezentantek nie stanęła w Birmingham na najwyższym podium, ale i tak dały nam wiele powodów do radości. Nie zawiodła Ewa Swoboda, która z wynikiem 11.02 s zdobyła wicemistrzostwo Europy, po raz kolejny udawdniając, że jest jedną z najszybszych kobiet na świecie.

Nie rozczarowała również Natalia Bukowiecka – mimo problemów zdrowotnych zdołała wywalczyć srebrny medal na swoim koronnym dystansie 400 metrów. Pii Skrzyszowskiej do pełni szczęścia zabrakło naprawdę niewiele: zaledwie 0,001 sekundy, o które przegrała złoto w biegu na 100 metrów przez płotki. Za to wspólnie z koleżankami zdobyła jeszcze brąz w w sztafecie 4 x 100 metrów. Jak stwierdziła w wywiadzie – nie zamieniłaby tych dwóch krążków na indywidualne złoto.

Na wysokości zadania stały też Maria Żodzik i Katarzyna Zdziebło. Obydwie sięgnęły po srebro – pierwsza w skoku wzwyż, druga w chodzie na dystansie maratonu (42,195 km). Ale prawdziwym objawieniem tegorocznych mistrzostw Europy była Klaudia Kazimierska. Wprawdzie jej ostatnie wyniki wskazywały na rosnącą formę, ale do tej pory nigdy nie udało jej się zdobyć medalu na międzynarodowej imprezie. Aż do 16 sierpnia, gdy w sesji wieczornej ruszyła na 1500 metrów. I już po 4.08.80 mogła się cieszyć ze srebra – choć na biegni wcale łatwo nie było. Ale Polka potrafi!

HANNA MIŁKOWSKA

Dokucza Ci zmęczenie, ospałość i roztargnienie?

Można by pomyśleć, że to są pierwsze objawy starzenia, ale wcale tak nie musi być. Oto sekret, który wywarł wpływ na życie Marianne.

Sekret energii niezależnie od wieku

„Z upływem lat nasz organizm się zmienia. Jeszcze niedawno miałam mniej energii, spięte mięśnie i nawet wstawanie z niskiego fotela sprawiało mi trudność. Proste czynności nie były już tak łatwe jak kiedyś. Choć zawsze lubiłam spacerować, nie chciało mi się wychodzić z domu. Zdarzało mi się zapominać imiona i gubić słowa w rozmowie. To było frustrujące! Wtedy zdecydowałam, że muszę coś zmienić” – wyjaśnia Marianne.

Pierwszy krok do zmiany
„Szukałam czegoś, co doda mi energii i poprawi samopoczucie, czegoś, co da mi potrzebny impuls do działania.

Przyjaciółka poleciła mi Magic Magnesium Glicynian i jestem zachwycona efektami” – mówi szczęśliwa Marianne.

Wyjątkowa szwedzka tabletki
Magic Magnesium™ Glicynian to skandynawski suplement diety, łączący wysoko przyswajalny diglicynian magnezu z francuską korą sosny nadmorskiej, ekstrak-

tem z długiego pieprzu oraz witaminami B i D.

Magic Magnesium™ Glicynian ma pozytywny wpływ na poziom energii i układ nerwowy, poprawia mikrokrążenie oraz sprzyja odpoczynkowi.

Ponadto dostarcza magnez, który pomaga w prawidłowym funkcjonowaniu układu nerwowego, w połączeniu z kwasem foliowym przyczynia się do zmniejszenia zmęczenia i znużenia, a wraz z witaminą D wspomaga funkcjonowanie mięśni i kości.

Trudno uwierzyć w różnicę

Dzięki codziennemu stosowaniu **Magic Magnesium™ Glicynian** Marianne zauważyła zmiany.

„Odzyskałam energię, sprawność mięśni, a nawet poprawiła się moja pamięć” – mówi z entuzjazmem.

„Zmiana przyszła w idealnym momencie, gdy dni stawały się coraz krótsze i chłodniejsze. Czułam, że mój organizm otrzymał bardzo potrzebne wsparcie dokładnie wtedy, gdy było mi to najbardziej potrzebne”.

NAJWAŻNIEJSZE KORZYŚCI

- ✓ Zawiera łatwo przyswajalny diglicynian magnezu.
- ✓ Przyczynia się do prawidłowego funkcjonowania układu nerwowego.
- ✓ Przyczynia się do zmniejszenia uczucia zmęczenia i znużenia.
- ✓ Wspiera pracę mięśni i utrzymanie zdrowych kości.

Zapytaj o Magic Magnesium™ Glicynian skandynawskiej firmy New Nordic

Dostępny w aptekach i na www.newnordic.pl w opakowaniach zawierających 60 tabletek. W przypadku braku może być zamówiony specjalnie dla Ciebie przez farmaceutę. Kod BŁOZ 3101877 ułatwi zamówienie produktu w aptece.



www.newnordic.pl
tel.: +48 22 212 54 10

New Nordic Healthbrands Polska Sp. z o.o.



PO PIERWSZE SZCZEROŚĆ

Nigdy nikogo nie udawał. – Bywam niewolnikiem swojego charakteru, swoich przyzwyczajeń, ale jako artysta czuję się wolny. A to znaczy, że jestem skazany na siebie – mówił.



KRÓL MACIUSZ PIERWSZY (2026)

Prezes Rady Ministrów w spektaklu Teatru Telewizji to jego ostatnia rola.

➔ PO 7.09 godz. 20.55
TVP 1



ANIOŁ STRÓŻ

Szczęście znalazł u boku swojej trzeciej żony, Małgorzaty, której dziękował za anielską cierpliwość. W tym roku byli razem na premierze filmu „Król dopalaczy”, w którym zagrał gangstera Gewera.

JAN FRYCZ (1954-2026)

Legenda ekranu

Aktorstwo to wolność

Spotkanie z kamerą i praca na scenie dawały mu siłę. Zachwycał jako amant w „Zielonej miłości”, przerażał jako Dario w „Ślepnąc od świateł”, bawił jako prezes w „Edukacji XD”. Miał w sobie głęboką wrażliwość. – Cieszę się każdym dniem, samo życie jest piękne – mówił.

➔ EDUKACJA XD ŚR 9.09
godz. 20.10 ALE KINO+

Potrafił jednym spojrzeniem sprawić, że przesywały nas ciarki. Często grał ludzi wyniosłych, nieprzystępnych i groźnych, budzących respekt, nawet gdy mówili szeptem. Prywatnie ujmował poczuciem humoru, autoironią i chłopięcą skłonnością

do psot. Gdy 15 sierpnia odszedł na zawsze, przyjaciele wspominali go nie tylko jako wybitnego aktora, ale też człowieka osobnego, skrytego za pancerzem dystansu, a zarazem niezwykle spragnionego bliskości.

Marzenie siedmiolatka

Dorastał w Krakowie, w ogromnym mieszkaniu

wypełnionym książkami. Jego dziadek prowadził zakład krawiecki naprzeciwko Teatru im. Juliusza Słowackiego, jakby los od początku dyskretnie wskazywał chłopcu drogę. Ojciec, inżynier górnik, marzył o poważnym zajęciu dla syna. Idealna byłaby architektura! Janka ciągnęło jednak ku innemu światu. Jako siedmiolatek

obejrzał western „W samo południe” i zapragnął uciec od szarej rzeczywistości PRL do teatru, który kojarzył mu się z wolnością, brakiem ograniczeń, przygodą...

Dziecięcą ciekawość zachował na długie lata. Borys Szcypkowski wspominał, że nikt jak on nie potrafił tak go rozśmieszyć. Opowiadał, jak podczas jednego z wy-



EDUKACJA XD (2025)

Doskonale odnalazł się w roli prezesa Kobiela – szmeranego biznesmena, u którego Malcolm odbywał praktyki studenckie.

jazdów latali nocą modelem helikoptera po hotelowym korytarzu niczym niesforni chłopcy. W wolnych chwilach ten wielki aktor budował modele żaglowców i samolotów oraz sterował dronami. Po jego śmierci syn Michał pisał ze smutkiem, że nie będą już razem latać awionetką nad Tatrami...

Z równą pasją, choć znacznie większą powagą, podchodził do aktorstwa. Kilka dni przed śmiercią uczestniczył w Teatrze Narodowym w próbach do „Orestei”. Bez wahania przyjął też rolę Prezesa Rady Ministrów w spektaklu Teatru Telewizji „Król Maciuś Pierwszy”. Nikt nie wiedział, że stanie się jego pożegnaniem z zawodem... Jan Englert mówił, że był jak rozgrywający, który nie walczy o własny sukces, ale pomaga drużynie. Andrzej Grabowski podkreślał jego niezwykły etos pracy, a Małgorzata Kożuchowska nazywała go geniuszem obdarzonym przenikliwością i ciętym humorem.

Nie musiał grać głównych ról, żeby zaważać ekranem. Miał w sobie nutę szaleństwa jako Atanazy Bazakbał w „Pożegnaniu jesieni” i Filip w „Egoistach”. Zdobył trzy Orły – za „Pornografię”, „Pręgi” i „25 lat niewinności”. Za-

chwycił też jako diaboliczny Dario w serialu „Ślepnąc od świateł”. Jakub Żulczyk przyznał: – Wziął Pan sobie postać, którą napisałem, i przekształcił ją w coś ponadczasowego.

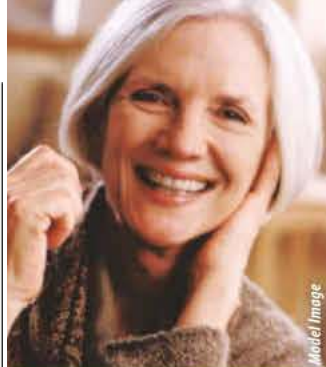
Najczulsze oblicze

W jego życiu osobistym było wiele zakrętów. Wspominał o uzależnieniu od alkoholu i terapii. Nie próbował romantyzować nałogu. Mówił, że to pułapka, w którą wpada wielu aktorów. Po wypadku samochodowym w 2015 roku przez lata zmagał się z bólem kręgosłupa. Trzykrotnie się żenił i doczekał się sześciorga dzieci. Jego relacja z córką Olgą była skomplikowana, jednak z czasem odnaleźli do siebie drogę. Po śmierci ojca aktorka pisała, że jej dzieci miały w nim ukochanego dziadka. To w tej roli odsłonił swoje najczulsze oblicze. Do końca trwała przy nim żona Małgorzata: – Ma do mnie anielską cierpliwość i daje mi poczucie bezpieczeństwa – mówił.

Nie upajał się sławą. Wolał z siebie żartować, niż tworzyć własną legendę. Pozostawił po sobie role, do których będziemy wracać, odnajdując w nich prawdę o ludzkich słabościach, tęsknotach i samotności.

MACIEJ MISIORYN

REKLAMA



**CZUŁAM SIĘ
WYŁĄCZONA...**



FAKTY O GRYCE I MIŁORZĘBIE

PRODUKOWANY W SKANDYNAWII TONE ZAWIERA:

Magnez: pomaga utrzymać odpowiedni poziom elektrolitów, co korzystnie wpływa na działanie zmysłów, w tym słuchu.

Wyciąg z gryki: zgodnie z japońską tradycją stosowany jest w celu poprawienia mikrokrążenia krwi.

Wyciąg z miłorzębu: wspomaga krążenie obwodowe i przyczynia się do dobrego słuchu.

Wyciąg z galangalu: tradycyjnie wykorzystywany w walce z problemami ze słuchem.

Wyciąg z chmielu: wykazuje właściwości uspokajające, w medycynie naturalnej używany do zapobiegania dzwonieniu w uszach.

Wyciąg z czarnej borówki: silny przeciwutleniacz.

Moje problemy ze słuchem zaczynały się stopniowo

Mąż zaczął narzekać, że nie odpowiadam, gdy mnie o coś pyta albo, że odpowiadam nie na temat. Myślałam, że przyczyną jest wosk lub woda w uszach.

Czułam, jakbym miała w uchu zatyczkę, słyszałam przytłumione dźwięki. Najgorzej, gdy wiele osób mówiło jednocześnie. Było to na tyle uciążliwe, że wykręcałam się od spotkań z przyjaciółmi. Bałam się, że powiem coś niepasującego do rozmowy.

Hałasujące wnuczęta

Przeszkadzało mi też dzwonienie w uszach. Któregoś dnia odwiedziła mnie synowa Kasia z wnuczkami. Dzieci hałasowały, więc uciekłam na chwilę do drugiego pokoju. Wtedy Kasia zaproponowała mi preparat w tabletkach **Tone** z miłorzębem i magnezem, który przyczynia się do dobrego słuchu, a ja postanowiłam go wypróbować.

Nadal stosuję Tone™

Po jakimś czasie dostrzegłam poprawę. Nadal stosuję tabletki **Tone**. Nie rezygnuję ze spotkań towarzyskich i chętniej biorę udział w rozmowach. Znow z mężem odwiedzamy przyjaciół.

Producentem suplementu diety TONE jest duńska firma New Nordic, dla której wysoka jakość jest priorytetem.

Produkt Roku 2024 wg ŚWIATA FARMACJI

w kategorii „Preparaty wspierające słuch”
na podstawie ankiety przeprowadzonej wśród farmaceutów

Dostępny w aptekach i na www.newnordic.pl
w opakowaniach 60 i bardziej ekonomicznych
– 120 tabletek.

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

Kod BŁOZ 8255901

ułatwi zamówienie produktu.



www.newnordic.pl
tel.: +48 22 212 54 10

New Nordic Healthbrands Polska Sp. z o.o.





Konflikt między Sowińskim a...

...w szpitalu pojawia się siostra dyrektora.

M jak miłość

Olek skarży się Argasińskiemu na opresyjnego szefa. Kolega po fachu proponuje rozwiązanie. Artur kontynuuje swój romans.

TVP 2, 20.50 PO ODC. 1937

Rogowski zapewnia Agnes, że zakończył romans z Joanną. Niebawem składa wypowiedzenie w szpitalu w Gródku, by zerwać kontakt z kochanką. Kiedy jednak Dobrzańska błaga go o ostatnie spotkanie, lekarz ulega i znów wpada w jej ramiona. Maria wyczuwa, że mąż ostatnio

zachowuje się podejrzanie.

Prosi Judytę o wsparcie, tłumacząc wszystko kryzysem wieku średniego. Dorota jedzie do Warszawy na badania kontrolne. Tymczasem Franek spędza dzień z Bartkiem. W końcu zaczyna mu ufać i się zaprzyjaźniają. Natalia wybiera suknię ślubną z pomocą Hani i Adama.

60 min

WT ODC. 1938

Po nocy spędzonej z Kasią Sowiński szybko kieruje swoją uwagę na kolejną lekarkę. Próbuje umówić się po dyżurze z rezydentką Klaudią, jednak ta stanowczo odrzuca jego zaloty. Olek wreszcie zwierza się Argasińskiemu, że ma konflikt z sędzią, co sprawia, że nie może



Maria zauważa zmianę w zachowaniu męża.



CHCESZ WIEDZIEĆ JESZCZE WIĘCEJ?

CZYTAJ ŚWIATSERIALI

skupić się na pracy w oczekiwaniu na kolejną intrygę wroga. Lekarz sugeruje rozwiązanie. W szpitalu Chodakowski wpada na siostrę Sowińskiego. Początkowo nie rozpoznaje pacjentki i oferuje jej pomoc. Widząc to dyrektor reaguje nagłym wybuchem furii i o mało nie rzuca się na chirurga z pięściami. Iwona, dręczona koszmarami i pojawiającymi się znakami, robi życiowe porządki. Spodziewa się rychłej śmierci. Domańska dalej osacza Marcina. Klara podszyła jej deepfake z Chodakowskim w roli głównej. Tymczasem Kama coraz mocniej obwinia się o zawodowe decyzje męża.

60 min

Klan

Lubiczowie chcą potwierdzić niepokojące informacje o przyjaciółce.

TVP 1, 18.05 PO ODC. 4727

Bożenka trzyma męża na dystans. Miłosz stara się odbudować ich relację. Witek i Ilona widzą, jak Anna rozmawia z portretem Tadeusza.

35 min

WT ODC. 4728

Irmira zmusza Igora, by pojechał z nią i dziećmi do Zambrowa. Zuza niebawem zaczyna studia. Chce odwiedzić dziekanat i poznać ludzi z roku.

35 min

SR ODC. 4729

Jerzy zastępuje w firmie nieobecny Franek. Sam przygotowuje kosztorys do przetargu. Zanie-



Wiga i Paweł martwią się o Annę.

pokojeni Lubiczowie odwiedzają Annę. Kobieta nie sprawia wrażenia zagubionej. Beata zachwala nową dziewczynę Jaśka. Do Polski wraca Jagoda.

35 min

CZ ODC. 4730

Brajan radzi Czesi, by zrezygnowała z prowadzenia przedszkola, a on znajdzie jej pracę w hotelu. Sandra jedzie na badania kontrolne do szpitala.

35 min

Pierwsza miłość

Przyjaciele Angeliki są świadkami osobistych utarczek jej rodziców.

Polsat, 18.00 PT ODC. 4241

Julita odchodzi z We-Medu. Angelika sądzi, że Białemu stało się coś złego. Kacper w sekrecie zwiększa dawkę leku Pawła.

50 min

PO ODC. 4242

Wizyta Mariusza burzy spokój Kacpra i Marysi. Dochodzi do kłótni. Angelika prosi ojca, by zdobył informacje o Białym.

50 min

WT ODC. 4243

Marysia znajduje wytchnienie w spokojnym hoteliku. Recepcjonista flirtuje z towarzyszącą jej Kingą. Proponuje wspólną wyprawę do lasu.

50 min

SR ODC. 4244

Eliza prowokuje męża do kłótni przy Angelice. Idzie i Filipie. Zbiera dowody przeciwko niemu.

50 min

CZ ODC. 4245

Seweryn nie jest w stanie wytrzymać z żoną, która zmieniła się po wypadku. Prosi o pomoc.

50 min



Eliza kłóci się z mężem przy znajomych córki.

od piątku 4.09 do czwartku 10.09



Rawiczowa odzyskuje spokój.

Barwy szczęścia

Józefina czuje wsparcie przyjaciół. Broda próbuje zaimponować wybrance swoją odwagą.

TVP 2, 20.05 PT ODC. 3391

Grzelakowie i Elżbieta wciąż są w szoku po ślubie Ewa i Romea. Sprzeciwiają się ich wspólnemu zamieszkanu. Oła nagle źle się czuje. Trafia do lekarza. **35 min**

PO ODC. 3392

Bruno próbuje zmusić Karolinę do podpisania interczy. Broda wciąż szuka biologicznego ojca. Zamiast tego znajduje miłość. **35 min**



Czy Janka odwzajemni uczucie Brody?

WT ODC. 3393

Kajetan próbuje zaimponować Jance. Gdy wybucha pożar, dołącza do akcji gaśniczej. **35 min**

SR ODC. 3394

Marcin namawia Renatę, by ta wróciła do ośrodka leczenia uzależnień. **35 min**

CZ ODC. 3395

Rawiczowa przenosi się do Basi i Tolka. Odzyskuje równowagę w gronie przyjaciół. **35 min**

Na Wspólnej

Maltretowana żona Grega znajduje sojusznickę. Brzozowski dopuszcza się przestępstwa.

TVP, 20.15 PO ODC. 4272

Po porwaniu Basi policja obserwuje Sandrę i Jana. Smolny żąda zdecydowanych działań. Wiola jest przerażona losami byłej żony Andrzeja. Kalski twierdzi, że Zoja musi zdecydować, czy oskarżyć partnera. **35 min**

WT ODC. 4273

Żona Grega wyznaje Roztoczkiej, że jest zależna od męża. Gdy wraca do domu, nie zostaje wpuszczona. Iga informuje o znalezionych w parku zwłokach. Włodek nie potrafi prowadzić baru bez Marii. **35 min**

SR ODC. 4274

Smolny liczy na odzyskanie żony, gdy policja aresztuje Rybę. Ten zaprzecza oskarżeniom. Basia, uwięziona w piwnicy, atakuje porywacza i roz-



Weronika chce pomóc Ewelinie.

poznaje jego twarz. Na Wspólnej mieszkańcy protestują przeciw restauracji na dachu. **35 min**

CZ ODC. 4275

Policjanci wypuszczają Rybę. Liczą, że ten doprowadzi ich do Basi. Wiola śledzi Andrzeja. Trafia do opuszczonego domu, w którym Brzozowski więzi byłą żonę. Uwalnia ją. Andrzej postanawia odebrać sobie życie. **35 min**



Wiola odkrywa sekret Andrzeja.

Na dobre i na złe

Milewska nie do końca wierzy w przemianę męża. Podejrzewa, że znów wpakował się w kłopoty.

TVP 2, 20.50 SR ODC. 996

Podczas dyżuru doktor Jakubek przerywa pracę, przekonany, że ma zawał. Oliwia zostaje sama. Musi podjąć się ryzykownej operacji kobiety z urazem wątroby. Później zajmuje się też Zbyszkim – który, będąc pod wpływem narkotyków, rozbił sobie głowę. Jacyno coraz mocniej

ulega zauroczeniu koleżanką. Blanka pomaga samotnej matce, u której opóźnia się poród. Wspiera też Zuzię. Po pracy Milewska kłóci się z mężem, kiedy ten przyjeżdża po małą Ninę ze śladami pobicia na twarzy. Następnego dnia, gdy lekarka zabiera córkę na spacer, rozgrywa się dramat. **50 min**



Mario wciąż musi się mierzyć z...

...brakiem zaufania Blanki.

REKLAMA

Małgorzata Pieczyńska

Katarzyna Zielińska

Małgorzata Socha

zaraz wracam

sobota – niedziela 16:00

TVP 1

TVP

VOD

reprez.pl 3b0175170c



Lombard. Życie pod zastaw 19

TV Puls, 19.00 **PT-CZ** ODC.1014-1018

Małżeństwo zastawia pamiątki z czasów PRL. Ziomecki znajduje wśród nich zegarek zaginionego kolegi. Irek jest dawcą nasienia. Dowiaduje się, że tylko on może uratować życie jednej z córek. Strażacy badają przyczynę pożaru lombardu. Barski walczy o przetrwanie firmy. Aneta organizuje synowi wystawną komunię. Ojciec chłopca sprzedaje zegarek. Tymon i jego ciężarna żona padają ofiarą oszusta, gdy chcą kupić mieszkanie. Dwaj kieszonkowcy znajdują w skradzionym portfelu zwycięski kupon lotto. Beton i Babula szukają powiązań podpalaczy z Selerem. **60 min**



PREMIERA

Komisarz Alex 26

TVP 1, 20.25 **SO** ODC. 321

Artur Dębiec zabiera Alexa na spacer nad Wisłę. Dzięki swojej czujności policyjny owczarek zwraca uwagę na niepokojące sygnały. Dociera na miejsce, gdzie dochodzi do zbrodni. Kilka dni później w rzece znalezione zostaje ciało pracownika korporacji, 31-letniego Arkadiusza Szymczaka. Śledczy odkrywają, że miał on wielu wrogów. Z każdym tropem przybywa podejrzanych, a kluczem do rozwiązania zagadki może stać się czerwony samochód. Komisarz doskonale wie o tym, że czworonóg może być tym razem szczególnie pomocny. Cała sprawa porusza Talę i skłania ją do ujawnienia pewnej bolesnej tajemnicy. **60 min**



PREMIERA

Gra z Cieniem 2

TVP 1, 20.25 **ND** ODC. 14

Spektakularna uciezka więźniarek z Olkusa powoduje zamieszanie w strukturach aparatu bezpieczeństwa. Kobiety, którym po brawurowej akcji udało się wydostać na wolność, próbują zapewnić sobie schronienie w odludnych górskich kryjówkach. Zmagają się z pocuciem niestannego zagrożenia i traumą. Ranny major Kosek opuszcza szpital. Nie zamierza tracić czasu i natychmiast podąża za Heleną. Staje się celem obławy milicji oraz funkcjonariuszy bezpieczeństwa. Jednocześnie w łodzi rozpoczyna się ryzykowna operacja wywiadowcza, dotycząca tajnych transportów kierowanych do Moskwy. **60 min**



NOWOŚĆ

Felicità

TVP 1, 20.30 **PO** ODC. 1/26

Warszawa. Spokojne życie Zośki i jej córki Oliwii burzy tajemnica z przeszłości. Obie znajdują list od zmarłego męża i ojca, Kamila. Udać się na poszukiwania tajemniczej Giulii do Polignano a Mare. **WT** ODC. 2 Giulia zgadza się na rozmowę. Twierdzi, że gdy nawiązała znajomość z Kamilem, nie miała pojęcia o jego rodzinie. Oliwia chce poznać przyrodniego brata. Wkrótce ratuje kilkuletniego chłopca przed zderzeniem z hulajnogą. **SR** ODC. 3 Dzięki spotkaniu z przystojnym Marco Zośka odrywa się na chwilę od trudnych myśli. Relacja Oliwii i Nico coraz bardziej się zacienia. Do tego między nią a Davide rodzi się sympatia. **25 min**

Splątane losy



TVP 1, 14.00

PT-CZ ODC.38-42

Burak i Yasemin stają się tematem rozmów pracowników szpitala. Para

postanawia utrzymać swoją relację w tajemnicy, a kobieta mimo plotek nie zamierza zrezygnować z dyżurów na izbie przyjęć. Remzi zdobywa informacje o Munewver. **60 min**

Szpital św. Anny



TVN, 16.50

PT-CZ ODC.134-138

Bończyk namawia Żytę na spotkanie z szefową związków i ordynatorami.

Lekarze czuwają nad noworodkiem mającym 1,5 promila alkoholu we krwi. Sabina podejmuje próbę samobójczą. Daria rodzi córkę. Chwilę później Wroński mdleje. **65 min**

Drelich



TVP 1, 22.25

PT ODC.7

Drelich i Stryk chcą uporożować strzelaninę z rosyjską mafią. Wpadają w pułapkę.

Gangster odnosi obrażenia, a Marek musi podjąć trudną decyzję. W kryjówce odkrywa ciało Olegę. Zostaje otoczony przez policję. Nie wie, czy ma jeszcze szansę ucieczki. **60 min**

Zaraz wracam 3



TVP 1, 16.00

ND ODC.136, 137

Trwa lokalny festyn. Nowa burmistrz Renata Sikora wciąż ukrywa bliską relację ze Zbyskiem, starając się chronić spokojnego syna. Karolina celowo prowokuje Jana. Maria zabiera Julkę nad rzekę. Dochodzi tam do niebezpiecznego incydentu. **60 min**

La Promesa – pałac tajemnic



TVP 2, 15.05

PT-CZ ODC.470-474

Jana wymyka się z pałacu, by odwieźć Pię. Catalina

chce odkryć, kto otrął hrabiego. Cruz naciska na Ignacia, żeby nie zgłaszał sprawy na policję. Margarita wywozi córkę do sanatorium. **55 min**

Gliniarze



Polsat, 15.55

PT-CZ ODC.1220-958

Policjanci poszukują zabójcy diler. Także boss chce dopaść mordercę

swojego człowieka. Natalia i Kuba ruszają tropem porwanej dziewczynki. Olgierd i Krzysiek wyjaśniają okoliczności napaści na kobietę. **60 min**

Gliniarze. Ślask



Polsat, 16.55

PT-CZ ODC.5-9

Gutek i Kowalski tropią mordercę urzędnika, który przeprowadzał

audyty spółek paliwowych. Po meczu lokalnej drużyny Sandra zostaje zgwałcona. Między kibicami może wybuchnąć otwarta wojna. **65 min**

Detektywi



TVN, 17.55

PT-CZ ODC.335-339

Anna i Paweł szukają ojca klientki. Kobieta od niedawna ma z nim kontakt

i pożyczyła mu pieniądze. Maja i Maciej muszą zbadać sprawę śmierci mistrza boks. Drowicz tropi mordercę kolegi ze szkoły policyjnej. **65 min**

Akcyjowa 38



TVP 1, 18.25

PT-CZ ODC.949-953

Silvia po zabiciu Blaska opuszcza Akacyjową. Podczas

otwarcia Galerii Alday dochodzi do eksplozji. Giną dwie osoby. Samuel bankrutuje, ale odrzuca pomoc, którą oferuje mu Felipe. **65 min**

07 zgłoś się



TVP 1, 20.30

PT ODC.21

Dwoje płatnych zabójców, Kurt Rolson i Zofia Gambetti, dostaje

zlecenie na Henryka Moderskiego. Porucznik Borewicz i jego ludzie stają przed najpoważniejszym wyzwaniem w całej swojej karierze. **115 min**

Zmiennicy



TVP 2, 11.55

SO ODC.15

Jacek i Kasia starają się o mieszkanie, ale brakuje im środków

na wpłatę do spółdzielni. W tym czasie odbywa się licytacja używanych samochodów, na którą wystawiono również taksówkę nr 1313. **70 min**

U Pana Boga w ogródku



TVP 1, 9.10

ND ODC.1

Gangster Żuraw w ramach programu ochrony

świadków trafia do Królowego Mostu. Miejscowy komendant ma dość własnych problemów. Szuka męża dla córki, która urodziła nieślubne dziecko. **55 min**



PREMIERA

Na sygnale

TVP 2, 21.50 **PO** **ODC. 915, 916**

Ekipa Lisickiego jedzie do zgłoszenia o napadzie. Poszkodowany twierdzi, że został pobity, a sprawcy porwali jego żonę i córkę. Zespół Góry trafia na wieczór panieński. Panna młoda ma dolegliwości kardiologiczne.

WT **ODC. 917** Pomocy potrzebuje kobieta uwięziona w aucie z dzieckiem. Skarży się na problemy z oddychaniem i krążeniem, więc liczy się każda minuta. Alek dziwnie się zachowuje. Koledzy podejrzewają u niego guza mózgu.

SR **ODC. 918** Artur i jego ekipa jadą do nastolatka z urazem klatki piersiowej i niewydolnością oddechową. Na miejscu trafiają do domu jak z horroru, pełnego krwawych śladów i groźnych pułapek. **30 min**



PREMIERA

Ojciec Mateusz 35

TVP 1, 20.30 **CZ** **ODC. 451**

W Sandomierzu znów nie brak burzliwych wydarzeń. Sonia dzięki podjęciu terapii poukładała swoje sprawy i odzyskała wewnętrzny spokój. Teraz jednak czeka ją kolejne wyzwanie, któremu musi stawić czoła. Z niespodziewaną wizytą zjawia się u niej bowiem dawno niewidziana siostra, która weszła w konflikt z prawem.

Następnego dnia Sonia zostaje znaleziona martwa, a do tego okazuje się, że z jej domowej kasety zniknęły pieniądze. Policjanci rozpoczynają śledztwo. Kluczowe dla sprawy okazują się ekspertyza patologiczna oraz niepozorny szczegół, na który zwraca uwagę proboyszcz. **60 min**



Zdrada

Polsat, 21.40 **CZ** **ODC. 2** Patryk angażuje się w śledztwo dotyczące morderstwa Ludwika Karolczaka, licząc, że okaże się ono przełomem w jego karierze. Sądzi, że w sprawę zamieszany jest szwagier zmarłego, Hubert Czarciński. Bartek mówi ojcu, że był nad Wisłą w wieczór śmierci wujka. Biznesmen z pomocą Joachima obmyśla plan zapewnienia synowi alibi.

Julia spotyka się potajemnie z Pawłem. Wyznaje mu, że jej mąż jest prokuratorem. Restauracja Elizy znajduje się na skraju bankructwa, jednak kobieta nie zamierza prosić o pomoc ojca. Ona i jej partner pochłonęli są własnymi sprawami. Nie dostrzegają problemów nastoletnich dzieci. **75 min**



NOWOŚĆ

Czas niedokony

TVP 1, 22.30 **CZ** **ODC. 1/8** Adam Brok, syn Zuzanny, dawnej działaczki Solidarności, i Benedykta, dziennikarza z czasów PRL, wprowadza się do apartamentowca w Warszawie. Jego matka oczekuje na rozprawę za znieśławienie byłego pułkownika SB Jacka Rojka. Wini go za śmierć brata, opozycjonisty, który zginął w niejasnych okolicznościach w Gdańsku w 1985 roku.

Rojek dowiaduje się, że Adam pracuje dla amerykańskiej korporacji. Nakłania syna, Roberta, żeby nawiązał z nim kontakt. Chce też, aby zrealizował serial oparty na historii Zuzanny, wykorzystując dokumenty z archiwów SB. Zamierza uczynić z kobiety ikonę Solidarności. **55 min**

Policjantki i Policjanci



TV 4, 19.05

PT-CZ **ODC. 1440-1444**

Ofiarą ataku pada kobieta, która prowadziła kanał internetowy o swojej rodzinie. Marek i Daria szukają winnych. Białach i Bachleda interweniują w sprawie nielegalnych prób odnalezienia skarbu. Kolejne policyjne śledztwo dotyczy otrucia. **70 min**

Uroczysko



TV 4, 20.05

PO-CZ **ODC. 265-268**

Ekipa bada sprawę śmierci prezesa Jana Polkowskiego. Jego ciało znaleziono na terenie agroturystyki. Wkrótce ginie lokalny dziennikarz, a potem – jego partnerka. Filip obserwuje pisarza Błażeja Przygodę. Marek zgłasza zaginięcie biskupa Mrugały. **35 min**

Sprawiedliwi – Wydział Kryminalny



TV 4, 20.40

PO-CZ **ODC. 1044-1047**

Więzień Marcin Kaszuba trafia do szpitala z poważnymi obrażeniami. Policjanci przesłuchują oddziałowego. Śledczy razem z Kujawińską ruszają w pościg za byłym żołnierzem z PTSD, który zabił partnerkę i porwał pasierbicę. **60 min**

Sprawiedliwi. Trójmiasto



TV 4, 21.40

PO-CZ **ODC. 161-164**

Ktoś zabija Marcina, który szukał winnych śmierci żony, strażniczki poległej podczas akcji. Patrycja i Maksym próbują znaleźć zaginioną siedmiolatkę. Maja i Wiktor badają sprawę napadu na jubilera. Zniknęły kosztowności o wartości dwóch mln zł. **65 min**

Zajazd. Będzie się działo 2



STOPKLATKA, 16.00

PO-CZ **ODC. 5-8**

Marian sądzi, że jest 1978 rok. Pietrzkowie urządzają mu pokój w stylu PRL. Marek spotyka dawną kochankę. Może być ojcem jej syna. W zajazdzie odbywa się spotkanie dawnych maturzystów. **60 min**

Matlock



TVP 2, 22.55

PO **ODC. 11, 12** Sarah i Shae sprawdzają przeszłość Matty.

Kancelaria reprezentuje Bena Vogela, który chce ratować świat dzięki zasiewaniu chmur. Kolejna sprawa dotyczy podziału opieki nad synem Palomy i Bruna. **100 min**

Berlin Ku'damm 77



TVP 2, 22.20

WT **ODC. 19** RFN, lata 70. Linda Müller kręci dokument o szkole tańca Galant i rodzinie Schöllacków.

Towarzyszy z kamerą Caterinie, jej córkom i wnuczkom. Kolejne rozmowy ujawniają skrywane przez lata tajemnice. **60 min**

Edukacja XD



Ale kino+, 20.10

SR **ODC. 3, 4**

Malcolm podejmuje praktyki zawodowe. Wymaga to wsparcia ze strony mocy paranormalnych. Niebawem chłopak trafia do firmy Prezesa i Korytki, gdzie musi iść na moralne kompromisy. Dołącza do niego Stomil. **75 min**

Patience 2



Ale kino+, 20.10

ND **ODC. 1, 2/8** Ekipa musi wyjaśnić sprawę śmierci mężczyzny, którego całkowicie pozbawiono krwi.

Tropi też zabójcę studentki akademii muzycznej i jej profesora. Patience i Elliot idą na pierwszą randkę. **135 min**

Piekiel kobiety



HBO, 21.50

PO **ODC. 1/6** Lata 30. Helena prowadzi z mężem pismo z anonsami matrymonialnymi.

Dowiaduje się o śmierci tancerki rewiowej i dramatach innych kobiet. Dostrzega ich związek z działalnością swojej gazety. **50 min**

FBI: Most Wanted 5



AXN, 21.55

PO **ODC. 2** Ktoś organizuje zamachy bombowe na policjantów, którzy pracowali w tajnej jednostce Ghost Squad.

Sprawa ma związek z zatrzymaniem i torturami obywatela Turcji, Kamala Berka. **60 min**

The Pitt 2



HBO, 20.00

WT **ODC. 8** Dana wpada w furję, gdy znajduje zestaw do badań po gwałcie, którego policja nie odebrała przez dwa tygodnie.

Ogilvie i Javadi rywalizują ze sobą w czasie diagnozy. Oboje popełniają błąd. **50 min**

PREMIERA 10.09

Pionek

➔ SERIAL KRYMINALNY

Morderstwo, do którego dochodzi na Górnym Śląsku, do złudzenia przypomina zbrodnię dawnego seryjnego zabójcy, zwanego „Wampirem z Szombierek”. Ofiarą jest studentka architektury, która ginie w taki sam sposób, jak przed laty zabijał Norman Pionek (Łukasz Simlat) odsiadując karę dożywocia, wszystko wskazuje na to, że pojawił się jego naśladowca. Prowadzone przez komisarz Kocur (Maria Seweryn) śledztwo przyciąga uwagę znanych z 1. sezonu – „Ślebody” – dziennikarza Bastiana Strzygonia (Maciej Musiał) oraz antropolożki Anki Serafin (Maria Dębska).



CHCESZ
WIEDZIEĆ
WIĘCEJ?
CZYTAJ
NETFILM

skySHOWTIME



PREMIERA 4.09

Katastrofa w duecie

➔ KOMEDIA AKCJI

Marcin Dorociński, Ryan Reynolds i Kenneth Branagh w obsadzie brawurowej komedii akcji. Gdy amerykański pilot, porucznik Troy Kelly (Reynolds), zostaje wysłany na tajną misję na terytorium Związku Radzieckiego, nie wszystko idzie zgodnie z planem. Jego

samolot zostaje zestrzelony, a on sam jest zdany tylko na siebie. Na terenie wroga Kelly poznaje m.in. Nikołaja Ustinowa (Branagh) – byłego agenta KGB i fana amerykańskiej popkultury. Nietypowemu duetowi po piętach depcze jednak inny były agent KGB, Aleksander Volkov (Dorociński).

PREMIERA 2.09

Biegaczka

➔ THRILLER

Maia Marten (Gal Gadot) jest jedną z najlepszych londyńskich prawniczek. Ale kiedy podczas porannego joggingu odbiera telefon z wiadomością o uprowadzeniu jej syna, jej dotąd perfekcyjnie poukładane życie w jednej chwili się rozpada. Porywacz (Damien Lewis) stawia jasne

warunki – aby Noah przeżył, kobieta ma cały czas biec, nie rozłączać się, wykonywać wszystkie polecenia i – co najważniejsze – nie wolno jej wzywać pomocy. Maia rozpoczyna więc morderczy bieg przez Londyn, będąc pod nieustanną obserwacją i spełniając wszystkie żądania psychopaty.



prime video



PREMIERA 2.09

Gwiezdne wojny: Mandalorian i Grogu

➔ SF / FANTASY

Po upadku złowieszczonego Imperium, gdy kierujący nim watażkowie rozpierzchli się po Galaktyce, nastają nowe rządy. Odradzająca się krok po kroku Nowa Republika pragnie ochronić wszystko to, o co walczyła Rebelia. Ma w tym pomóc zwerbowanie łowcy nagród Din

Djarina (Pedro Pascal) i jego podopiecznego Grogu, zwanego też Baby Yoda, których znamy z serialu „Mandalorian”. Film to prawdziwa gratka dla miłośników uniwersum „Gwiezdnych wojen”, które po siedmiu latach przerwy wróciły najpierw na wielki ekran, a teraz trafiają do streamingu.



PREMIERA 9.09

Uwikłani: Marfil

➔ ROMANS / THRILLER

Dla hiszpańskiego magnata próba porwania jego córki, Marfil Cortés (Ester Expósito), jest sygnałem, że nawet w Ameryce on i jego bliscy nie są bezpieczni. Od tej chwili mieszkająca w Nowym Jorku dziewczyna nie może nigdzie się ruszyć bez ochroniarza wynajętego przez

ojca. Małomówny i mroczny Sebastián Moore (Hugo Diego García) nie odstępuje jej na krok, co doprowadza Marfil do szału. Z czasem jednak tajemniczy i opiekuńczy strażnik zaczyna zdobywać jej zaufanie, a wkrótce także serce. Film na podstawie kolejnej powieści Mercedes Ron („Moja вина”).



PREMIERA 10.09

Dziewczyna z załogi

➔ SERIAL DRAMATYCZNY

Teagan Tao (Miku Martineau) była wschodzącą gwiazdą wioślarstwa i wszystko wskazywało na to, że czeka ją świetlana przyszłość. Ale gdy wokół jej rodziny wybucha skandal, 16-latką musi razem z matką przeprowadzić się na Wschodnie Wybrzeże. W nowym miejscu

Teagan zaczyna naukę w eliitarnej szkole Easton Prep. Jej jedyną szansą na powrót do ukochanego sportu jest przyjęcie pozycji sterniczki w upadającej męskiej załodze. Nieświadomie nastolatka wpłtuje się w zaciętą rywalizację między aroganckim kapitanem Joshem a ambitnym zawodnikiem Camem.



PREMIERA 8.09

Zgiń kochanie

➔ DRAMAT

Tuż przed narodzinami ich pierwszego dziecka Grace (Jennifer Lawrence) i Jackson (Robert Pattinson) wprowadzają się do domu na odludziu. Szybko jednak okazuje się, że życie z dala od bliskich, a także samo rodzicielstwo są znacznie większym wyzwaniem, niż oboje przypuszczali.

Szczególnie dotkliwie odczuwa to Grace: zamiast cieszyć się macierzyństwem, zaczyna zmagać się z ciężką depresją poporodową. Z czasem granica między rzeczywistością a tym, co dzieje się w jej głowie, coraz bardziej się zaciera, prowadząc ją na skraj szaleństwa.





PREMIERA 10.09

Gdzie jest mój agent? – film

➔ KOMEDIA

Pięć lat po spektakularnym upadku agencji aktorskiej Ask jedna z jej głównych agentek – Andréa Martel (Camille Cottin) – postanowiła reżyserować filmy. Jednak kiedy

na planie pierwszej produkcji Martel dochodzi do skandalu i kolejni aktorzy rezygnują, wszystko zaczyna się sypać. Nie mając innego wyjścia, Martel prosi byłych kolegów z agencji Ask o pomoc.

Problem w tym, że mimo upływu czasu nie wszystkie zatargi poszły w niepamięć. Film jest spin-offem przebojowego serialu, który doczekał się wersji międzynarodowych, w tym polskiej.



NETFLIX



PREMIERA 9.09

Konsekwencje prawdy

➔ SERIAL THRILLER

Ian Ridley (Patrick Brammall), niegdyś detektyw, obecnie pracuje jako policyjny dyspozytor w stanie Wiktoria w Australii. Gdy odbiera dramatyczny telefon od nastolatki, słysząc jej głos, zamiera – jest przekonany, że po drugiej stronie słuchawki znajduje się

Maggie, jego córka zaginiona przed laty. Nie bacząc na konsekwencje, Ridley rozpoczyna desperackie śledztwo, próbując jeszcze raz ją odnaleźć. Ale im więcej tropów sprawdza, w tym większą obsesję popada. Sześcioczęściowy serial inspirowany jest powieścią Ryana Davida Jahna.

PREMIERA 1.09

Najbogatsza kobieta świata

➔ DRAMAT

Gdy w życiu Marianne Farrère (Isabelle Huppert), dziedziczki kosmetycznego imperium, pojawia się charyzmatyczny fotograf Pierre-Alain Fantin (Laurent Lafitte), wydaje się, że będzie o tylko przelotny romans. Ich relacja szybko jednak przeradza się w związek

pełen fascynacji i... rosnących wątpliwości. Hojne darowizny przekazywane przez Marianne Fantinowi – dzieła sztuki, wyspy, polisy ubezpieczeniowe – budzą podejrliwość jej bliskich i wywołują medialny skandal. Film inspirowany jest życiem Liliane Bettencourt, spadkobierczyni fortuny L'Oréal.





PREMIERA 3.09

Chad Powers 2

➔ **SERIAL KOMEDIOWY**

Nowe „wcielenie” Russa Hollidaya (Glen Powell) – Chad Powers – robi prawdziwą furorę w świecie amerykańskiego futbolu. Osiem lat temu, przez jeden fatalny błąd, Powers musiał pożegnać się ze sportową karierą, ale postanowił wrócić na boisko pod zmienioną tożsamo-

ścią. I błyskawicznie wyrósł na gwiazdę drużyny South Georgia Catfish. Jednak utrzymanie tajemnicy z każdym dniem staje się coraz trudniejsze. Jego niestandardowe zachowanie na boisku przyciąga uwagę, a coraz więcej osób zaczyna się zastanawiać, czy Chad Powers czegoś nie ukrywa.



PREMIERA 11.09

W zespole siła!

➔ **CZARNA KOMEDIA**

Gdy hiszpańska firma Tío Mochales – niegdyś potentat w sprzedaży rodzimych serów – pogrąży się w kryzysie, zarządzający chwytają się ostatniej deski ratunku. Aby zwiększyć popyt na swoje wyroby, postanawiają nie tylko zachęcić klientów, ale przede wszystkim

zmotywować własnych pracowników. Ma w tym pomóc wyjazd integracyjny do wioski, w której wszystko się zaczęło. Gdy na miejscu przypadkiem wychodzi na jaw, że po powrocie mają ruszyć masowe zwolnienia, między pracownikami wybucha rywalizacja, która nieuchronnie prowadzi do katastrofy.



NETFLIX



PREMIERA 2.09

Udręki serca

➔ **SERIAL DRAMATYCZNY**

Meksyk. Wychowana w liberalnej rodzinie Emilia Sauri (Renata Vaca) marzy o tym, by zostać lekarką. Ale na drodze do realizacji tych planów staje silne pragnienie romantycznej miłości – i... dwóch atrakcyjnych mężczyzn. Jej uwagę przyciągają buntownik Daniel Cuenca

(Juan Pablo Fuentes) i spokojny lekarz Antonio Zavalza (Iván Amozurrutia). Co gorsza, Emilia czuje, że wybór pomiędzy budzącymi się uczuciami a ambicjami jest prawie niemożliwy. Siedmiodzienny serial oparty jest na nagradzanej powieści Angelesa Mastretty i wyreżyserowany przez jej córkę.

PREMIERA 10.09

M.I.A.

➔ **SERIAL KRYMINALNY**

Tylko zemsta może przynieść ukojenie Etcie Tiger Jonze (Shannon Gisela). Po tragicznej śmierci bliskich 21-latk z Florydy odkrywa, że prowadzona przez jej rodzinę przystań była w rzeczywistości przykrywką dla przemytu narkotyków przez jeden z największych karteli,

a ona sama jest ich kolejnym celem. Jedynym wyjściem jest ucieczka. Ukrywając się przed służbami i płatnymi zabójcami, przyjmując nową tożsamość, Etta dociera do Miami. Tam zbliża się do członków kartelu, by zdobyć ich zaufanie i namierzyć tych, którzy odpowiadają za śmierć jej bliskich.



skySHOWTIME

NETFLIX

MOTORYZACJA I TECHNIKA
Nasz hit


Zamek Beynac skrywa wiele tajemniczych komnat. Imponująca budowla stanowiła plan hollywoodzkich produkcji.

Makro inżynieria

SR National Geographic, 22.00 Pasjonująca opowieść o technologiach, które zmieniały reguły gry. Jak grube muszą być mury, by zatrzymać wroga, a jak sprytnie systemy, by wypuścić 20 samolotów w 20 minut?

Pięciocodinkowa seria prezentująca cuda inżynierii. Fascynująca podróż, która przybliży genialne rozwiązania architektoniczne, osiągnięcia związane z lotnictwem i marynarką. Specjaliści opowiedzą o zamkach warownych, które miały chronić szlachtę, czy XVI-wiecznych cytadelach o murach liczących kilka metrów grubości. Widzowie będą mieli okazję poznać również zespół akrobacyjny Francuskich Sił Powietrznych, Patrouille

de France, lotniskowiec Charles de Gaulle, a także imponujące odrzutowce pasażerskie.

Twierdza nie do zdobycia

Położony na pionowym wapiennym klifie, bezpośrednio nad rzeką Dordogne, średniowieczny Beynac skrywa wiele pułapek. Stanowił on plan filmowy dla takich produkcji jak „Goście, goście 2” czy „Joanna d’Arc”, a tuż przed śmiercią miał przebywać w nim Ryszard Lwie Serce. Potężne mury

Château de Fougere w Bretanii mają grubość siedmiu metrów. Wybudowana w dolinie rzeki Nançon warownia zajmuje obszar dwóch hektarów i posiada trzynaście wież. To największa średniowieczna twierdza na Starym Kontynencie zachowana w tak dobrym stanie. Lotniskowiec Charles de Gaulle to duma francuskiej marynarki. W 20 minut startuje z niego nawet 20 myśliwców Rafale. Jest to możliwe dzięki zastosowaniu unikalnej technologii.

Pociąg do Polski

ND TVP 1, 8.30



Twórcy serii opowiadają o polskim kolejnictwie jako wygodnym, interesującym i ekologicznym środku transportu. Zabiorą widzów do popularnych miejsc turystycznych i kulturalnych.

32 TELETYDZIEŃ

Jedździć, obserwować

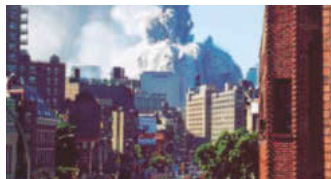
ND TVN Turbo, 12.30



Program pokazuje pracę pięciu niezależnych warsztatów. W 8. sezonie pojawia się także profesjonalny detailing, czyli kompleksowe czyszczenie i renowacja wnętrza oraz nadwozia.

Konstruktorzy z Ground...

PO TVP 1, 22.50



Dzień 11 września 2001 r. zmienił losy mieszkańców Nowego Jorku, USA i reszty świata. Autorzy prezentują, na czym polegała praca inżynierów, którzy zabezpieczali wówczas akcję ratunkową.

PRZYRODA I PODRÓŻE

Podróże z Danem Snowem 2

SO Fokus TV, 17.00



Historyk zbada tajemnicę zatopionego miasta. Być może legenda o Atlantydzie ma źródło w rzeczywistych wydarzeniach, a opis Platona odnosił się do prawdziwego miejsca.

Eva Zu Beck: Przekroczyć...

ND National Geographic, 12.00



Pochodząca z Polski blogerka udaje się na pustynię Wadi Rum w Jordanii. Uczy się sztuki przetrwania i umiejętności adaptacji od beduińskiej rodziny. Później wyrusza na samotną wyprawę.

Dwa pingwiny

WT TVP 1, 12.50



Losy rodziny pingwinów maskowych, która próbuje wychować dwa pisklęta – Pierwszego i Drugiego. Rodzice muszą wykazać się odwagą i wytrwałością, by zapewnić im przetrwanie.

Królestwo zwierząt

SR BBC Earth, 17.40



Historia czterech rodzin zwierząt zamieszkujących dolinę Luangwa w Zambii. Rywalizują tu m.in. stado lwicy Lary, lamparcica Olimba i jej młode, wataha likaonów oraz klan krokut.

HISTORIA I BIOGRAFIE

Burzliwa historia Tudorów
ND National Geographic, 15.00



Suzannah Lipscomb i Dan Snow odkrywają inne oblicze Marii I Stuart. Badacze prześledzili drogę władczyni z Francji do Anglii. Okazuje się, że była charyzmatycznym strategiem.

Bitwa o Atlantyk

PO Fokus TV, 21.00



Prowadzący odsłaniają kulisy jednego z najbardziej brutalnych starć II wojny światowej, w którym życie straciło ponad 100 tysięcy osób. Analizują rolę niemieckich U-Bootów.

Sekrety piramid

SR BBC Earth, 19.45



Brytyjski komik i wielbiciel nauki Dara Ó Briain wybiera się w podróż do Egiptu w celu rozwikłania tajemnic piramid. Pomogą mu archeologka Rakshy Dave i egiptolog dr Chris Naunton.

Unia francusko-brytyjska...

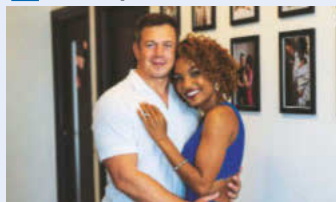
CZ Planete+, 22.00



W czerwcu 1940 r. naziści wkroczyli do Paryża, a Francja znalazła się na krawędzi kapitulacji. Churchill i de Gaulle poparli wówczas zaskakujący projekt pełnej unii z Wielką Brytanią.

CZŁOWIEK I SPOŁECZEŃSTWO

Kochaj albo wróć
PT TTV HD, 22.00



Serial śledzi losy szczęścia międzykulturowych par. Partnerzy poznali się podczas wakacji czy przez aplikacje randkowe i stoją przed zadaniem budowania wspólnego życia w Polsce.

Czego nie jeść

SO CANAL+ KUCHNIA, 11.50



Profesor Tim Spector i doktor Kandi Ejiofor spotykają się z Brytyjczykami borykającymi się z problemami zdrowotnymi. Tłumaczą, jakich produktów należy unikać i czym je zastąpić.

Zniknąć bez śladu

ND TVP Kultura, 23.05



W Japonii działają firmy, które pomagają ludziom rozpuścić się w powietrzu. Film przybliży świat podwójnych tożsamości, rodzinnych dramatów oraz niezaspokojonych ambicji.

Wszystkie mity...

SR Planete+, 23.10



Autorzy filmu sprawdzają, z jakimi oczekiwaniami mierzą się dzisiejsze mamy. W natłoku „dobrych rad” szukają własnej drogi oraz odpowiedzi, czy mogą liczyć na realne wsparcie.

DOM I KUCHNIA

Kuchenne rewolucje
PT TVN Style, 19.50



Joanna i Luciano otworzyli Bistro 12 Siedliszcz przy drodze krajowej nr 12 pomiędzy Lublinem a Chełmem. Lokal szybko zaczął tracić klientów. Potrzebna jest fachowa pomoc.

Najbrzydsze podwórko...

SO HGTV, 11.45



Ekipa specjalistów od ogrodów przemierza USA w poszukiwaniu zaniedbanych podwórek. Gdy trafiają na właścicieli przytłoczonych chaosem, proponują im darmową metamorfozę.

Ucieczka na wieś 25

ND CANAL+ DOMO, 13.15



Sara i Gordon są parą od roku. Chcą kupić pierwszy wspólny dom. Ich wymarzona lokalizacja to półwysep Kintyre na zachodnim wybrzeżu Szkocji. Są też gotowi na zmianę stylu życia.

Przystanek slow food 4

WT TVP HD, 16.40



Twórcy odwiedzają wieś w gminie Tarczyn. Skupią się na jabłkach. Jacek Szklarek i Piotr Wójcik przygotowują kotlet z sezonowanej wieprzowiny z kością, który podadzą z owocowym puree.

MOCNE OPowieści

Al-Kaida: Przed 11 września
PT National Geographic, 21.00



Amerykański niszczyciel rakietowy USS Cole, dowodzony przez Kirka Lippolda, 16 października 2000 roku zatrzymał się w jemeńskim porcie Aden. Okręt zaatakowali zamachowcy.

Nawiedzone miasteczko

SO ID, 23.00



Rodzina z Seattle przeprowadza się do opuszczonego miasteczka, aby przekształcić je w rancho dla gości. Przybysze są zaniepokojeni paranormalnymi zjawiskami wokół nich.

Śmierć na Cyprze

ND Planete+, 22.00



Wiosną 2019 roku odkrycie zwłok kobiety w szybie kopalniami stało się punktem wyjścia do śledztwa, które przerodziło się w jedną z najgłośniejszych spraw kryminalnych na Cyprze.

Ameryka Trumpa – od...

ND Fokus TV, 22.00



Analiza pierwszych miesięcy drugiej kadencji Donalda Trumpa: zaostreżenia polityki wobec migrantów na granicy USA z Meksykiem oraz głębokich cięć w strukturach federalnych.

FAMILIJNY



Sonic. Szybki jak błyskawica

PT Paramount Network, 20.00
Obdarzony niezwykle umiejętnościami niebieski jeźź pozna nowego przyjaciela, Toma. Łączą siły, aby powstrzymać złego geniusza. Przebijowa adaptacja popularnej serii gier wideo.
120 min USA/Jap./Kanada 2020 reż. J. Fowler, wyk. J. Marsden, J. Carrey, T. Sumpter, A. Pally

KOMEDIA



Jak dogryźć mafii

PT PULS 2, 21.00
Bruce Willis wraca do roli prywatnego detektywa, którą bawił w serialu „Na wariackich papierach”. Próbuje odzyskać psa z rąk gangstera, w którego wcielił się Jason Momoa („Aquaman”).
120 min USA 2017 reż. M. Cullen, wyk. B. Willis, J. Goodman, J. Momoa, E. Robinson

KOMEDIA ROMANTYCZNA



Jak stracić chłopaka w 10 dni

PT TVN 7, 20.00
Andie na potrzeby artykułu uwodzi Bena, żeby potem go do siebie zniechęcić. On dzielnie znosi jej niekończące się wybrzydki. Ma własny cel. Ekranizacja powieści Michele Alexander i Jeannie Long.
155 min USA/Niemcy 2003 reż. D. Petrie, wyk. K. Hudson, M. McConaughey, A. Goldberg

DRAMAT



Sala samobójców. Hejter

PT Kino Polska, 22.25
Tomek zostaje wydany z uczelni za plagiat. Rodzice przyjaciółki przestają wspierać go finansowo. Chłopak postanawia się zemścić. Wielowymiarowy dramat społeczny o manipulacji, złości i hipokryzji.
160 min Polska 2020 reż. J. Komasa, wyk. M. Musiałowski, A. Kulesza, V. Aleksander



Zwierzaki na resorach

SO PULS 2, 19.00
Początkujący rajdowiec zyskuje szansę pokonania aktualnego mistrza podczas trwającego cztery dni turnieju. Fabuła opiera się na wyścigu, którego trasa biegnie wzdłuż Jedwabnego Szlaku.
120 min USA/Wielka Brytania/ZEA 2023 reż. R. Venokur, dub. D. Kulec, R. Kibalski, T. Jarosz



Wakacyjni przyjaciele

SO Polsat 2, 20.10
Poznani podczas urlopu znajomi wyracają do góry nogami życie pewnej pary. Frywolna komedia ze znanym amerykańskim wresztlerem, aktorem i raperem Johnem Ceną w obsadzie.
140 min USA 2021 reż. C. Tarver, wyk. J. Cena, M. Hagner, L. R. Howery, Y. Orji, A. M. Horsford



Seks w wielkim mieście 2

SO Warner TV, 19.15
Losy bohaterki znanego serialu. Carrie dostrzega symptomy kryzysu w małżeństwie. By zapomnieć o problemach, wyjeżdża z przyjaciółkami do Abu Zabi. Samantha wywołuje skandal obyczajowy.
175 min USA 2010 reż. M. P. King, wyk. S. J. Parker, K. Cattrall, K. Davis, C. Nixon



Brutalista

SO CANAL+ PREMIUM, 23.00
Ocalały z Holokaustu węgierski architekt László Tóth emigruje do USA. Otrzymuje od losu szansę, gdy snobistyczny Van Buren zleca mu zaprojektowanie centrum kulturalnego w Filadelfii. Trzy Oscary.
220 min USA/Wielka Brytania/Kan. 2024 reż. B. Corbet, wyk. A. Brody, F. Jones, G. Pearce



Kopciuszek

ND Polsat, 12.50
Osierocona Ella pozostaje na łasce macochy i jej córek. Pewnego dnia gnębiona dziewczyna poznaje w lesie księcia. Adaptacja klasycznej baśni w reżyserii Kennetha Branagha.
145 min USA/Wik. Bryt. 2015 reż. K. Branagh, wyk. L. James, C. Blanchett, R. Madden, N. Anozie



Kac Vegas 3

ND TVN Fabuła, 20.00
Ostatnia odsłona trylogii Todda Phillipsa – reżysera głośnego „Jokera”. Weterani szalonych wieczorów kawalerskich wiozą kumpła na terapię. Po drodze wklejają się w mafijne porachunki.
135 min USA 2013 reż. T. Phillips, wyk. B. Cooper, E. Helms, Z. Galifianakis, J. Bartha



Raj dla par

ND Polsat, 22.55
O kryzysach w związkach z przyróżeniem oka. Kilka par udaje się na egzotyczną wyspę, by poddać się terapii małżeńskiej. Czekają ich nietuzinkowe sesje prowadzone przez ekscentrycznego Marcela.
140 min USA 2009 reż. P. Billingsley, wyk. V. Vaughn, J. Bateman, J. Favreau, M. Akerman



Dom dobry

ND HBO, 20.00
Gośka poznaje Grześkę przez internet. Początkowo mężczyzna wydaje się ideałem. Sielanka jednak szybko zamienia się w koszmar. Poruszający temat przemocy domowej film zdobył pięć Orłów.
105 min Polska 2025 reż. W. Smarowski, wyk. A. Turkot, T. Schuchardt, A. Kulesza

SENSACJA I THRILLER



W potrzasku

PT TV Puls, 20.00

Były agent sił specjalnych, Nero, rusza na poszukiwania syna, który został uprowadzony przez potężny gang. Sensacja z mistrzem gatunku – Scottem Adkinsem – w roli głównej.

110 min USA 2020 reż. I. Florentine, wyk. S. Adkins, M. Van Peebles, S. Elder, K. Perez

AKCJA I PRZYGODA



Twisters

PT TVN, 20.00

Studentka Kate dołącza do zespołu testującego system wykrywający burze. Wraz z Tylerem stawia czoło potężnemu huraganowi. Efektowne kino oddające hołd „Twisterowi” z 1996 roku.

155 min USA 2024 reż. L. I. Chung, wyk. K. M. O'Brian, G. Powell, M. Tierney, K. Shipka

HORROR I SF



Ciche miejsce: Dzień pierwszy

PT TVN, 22.35

Nowy Jork. Istoty z kosmosu likwidują wszystko, co wydaje dźwięk. Samira i inni ocalali muszą zachować ciszę, by przetrwać. Prequel postapokaliptycznego horroru Johna Krasinskiego z 2018 roku.

130 min USA 2024 reż. M. Sarnoski, wyk. L. Nyong'o, D. Hounsou, J. Quinn, A. Wolff

KLASYKA



Jumanji

PT AXN, 21.05

Dzieci gra planszowa okazuje się niebezpieczna. Przekonują się o tym Judy i Peter. Saturn za efekty specjalne i dla Bonnie Hunt za rolę drugoplanową. Nominację dostała także Kirsten Dunst.

125 min USA 1995 reż. J. Johnston, wyk. R. Williams, K. Dunst, B. Pierce, B. Hunt, J. Hyde



Szklana pułapka 5

SO Polsat, 22.00

Niezniszczalny policjant bierze udział w kolejnej misji. McClane jedzie do Rosji, by odnaleźć syna. Na miejscu odkrywa, że jest on agentem CIA. Razem muszą udaremnić atak nuklearny.

125 min USA 2013 reż. J. Moore, wyk. B. Willis, S. Koch, J. Courtney, M. E. Winstead



Geosztorm

SO TVN 7, 20.00

System satelitów chroniących Ziemię zaczyna ją niszczyć. Awaria okazuje się skutkiem sabotażu. Wielka katastrofa według Deana Devlina, współautora scenariusza „Dnia Niepodległości”.

150 min USA 2017 reż. D. Devlin, wyk. G. Butler, J. Sturgess, A. Cornish, A. M. Lara



Terminator: Genisys

SO TVN Fabuła, 22.15

Kolejny rozdział konfliktu ludzi ze sztuczną inteligencją. Lider ruchu oporu w walce z maszynami wysłał Kyle'a Reese'a do roku 1984. Przybysz zastaje inną rzeczywistość, niż się spodziewał.

155 min USA/Kanada 2015 reż. A. Taylor, wyk. A. Schwarzenegger, J. Clarke, E. Clarke



Wyjście awaryjne

SO Kino Polska, 20.00

Bożena Dykiel w satyrze na drobnomieszczańską moralność i obłudę. Naczelniczka gminy dowiadyuje się, że jej niezamężna córka jest w ciąży. By zapobiec skandalowi, planuje mistyfikację.

120 min Polska 1982 reż. R. Załuski, wyk. B. Dykiel, M. Gładkowska, A. Golejewski



Mission: Impossible – Dead Reckoning

ND TVN 7, 20.00

Ekipa agentów IMF nie może dopuścić, by nowa broń wpadła w niepowołane ręce. Siódma odsłona cyklu. U boku Toma Cruise'a wystąpił m.in. Marcin Dorociński.

205 min USA 2023 reż. C. McQuarrie, wyk. T. Cruise, R. Ferguson, V. Kirby, I. Varma, C. Elwes



Siedmiu wspaniałych

ND TVP 2, 20.40

Grupa najemników broni mieszkańców pogranicza przed zakusami bandytów. Remake filmu Johna Sturgesa z 1960 r., który został zainspirowany „Siedmioma samurajami” Akiry Kurosawy.

140 min USA/Australia 2016 reż. A. Fuqua, wyk. D. Washington, C. Pratt, V. D'Onofrio



Uniwersalny żołnierz

ND PULS 2, 21.55

Jean-Claude Van Damme kontra Dolph Lundgren w widowiskowym filmie twórcy hitu „Pojutrze”. Luc oraz Andrew giną w Wietnamie. Zostają przywróceni do życia jako cyborgi z tajnego oddziału.

125 min USA 1992 reż. R. Emmerich, wyk. J.C. Van Damme, D. Lundgren, A. Walker



Missisipi w ogniu

ND STOPKLATKA, 20.00

Do Meridan na południu Stanów Zjednoczonych przyjeżdżają dwaj agenci FBI. Dokonano tu trzech morderstw. Ważny głos w dyskusji na temat segregacji rasowej. Oscar za zdjęcia Petera Biziou.

160 min USA 1988 reż. A. Parker, wyk. G. Hackman, W. Dafoe, F. McDormand, B. Dourif

FAMILIJNY



Ella zaklęta

PO TVN Fabuła, 17.55

Wróżka sprawia, że Ella spełnia wszystkie polecenia innych ludzi. Dziewczyna ma dość takiego życia. Szuka sposobu, by odwrócić zaklęcie. Wyrusza w pełną przygodę podróż. Według powieści Gail Carson Levine. **125 min** USA/Irlandia/Wlk. Bryt. 2004 reż. T. O'Haver, wyk. A. Hathaway, H. Dancy, C. Elwes

KOMEDIA



Jeszcze większe dzieci

PO Super Polsat, 21.05

Kontynuacja zawirowanej komedii z 2010 roku. Lenny przenosi się z żoną i dziećmi do miasteczka, w którym dorastał. Spotkanie z dawnymi przyjaciółmi budzi w mężczyźnie i jego kumpłach młodzieńczą fantazję. **130 min** USA 2013 reż. D. Dugan, wyk. A. Sandler, K. James, C. Rock, D. Spade, S. Hayek

KOMEDIA ROMANTYCZNA



Co z oczu, to z serca

PO FILMBOX+ One, 22.00

Jack i jego kompan uciekają z więzienia. Wchodzi im w drogę agentka FBI. Bandyci biorą ją na zakładniczkę. Między nią a Jackiem rodzi się uczucie. Przewrotna love story z nominowanym do Oscara scenarzystą. **165 min** USA 1998 reż. S. Soderbergh, wyk. G. Clooney, J. Lopez, V. Rhames, D. Farina

DRAMAT



Dzień kobiet

PO Kino Polska, 22.05

Halina jest zatrudniona w sklepie znanej sieci handlowej. Dostaje awans na stanowisko kierownicze. Okazuje się, że korporacja łamie prawa pracowników. Inspirowany faktami pełnometrażowy debiut Marii Sadowskiej. **115 min** Polska 2012 reż. M. Sadowska, wyk. K. Kwiatkowska, E. Lubos, G. Barszczewska



Kevin sam w domu

WT Polsat, 20.35

McCallisterowie lecą do Paryża. Przez nieuwagę zostawiają 8-letniego syna. Chłopiec próbuje powstrzymać włamywaczy. Grający tytułową rolę Macaulay Culkin szturmem zdobył serca widzów na całym świecie. **135 min** USA 1990 reż. C. Columbus, wyk. M. Culkin, J. Pesci, D. Stern, J. Heard, C. O'Hara



Sami swoi. Początek

WT TVN Fabuła, 20.00

Sąsiedzi Pawlak i Kargul mieszkają we wsi na Podolu. Ich kłótnie burzą spokój lokalnej społeczności. Prequel słynnej trylogii Sylwestra Chęcińskiego. Produkcja stanowi pełnometrażowy debiut reżyserski Artura Żmijewskiego. **155 min** Polska 2023 reż. A. Żmijewski, wyk. A. Bobik, K. Dziuba, P. Gałgąza, W. Humaj



A właśnie, że tak!

WT TVP Kobieta, 22.30

Rozwódka Daphne jest matką trzech dorosłych córek. Szukając idealnego męża dla najmłodszej z nich, nieoczekiwanie sama spotyka miłość. W roli głównej zobaczymy znakomitą i nieodżałowaną Diane Keaton. **110 min** USA 2007 reż. M. Lehmann, wyk. D. Keaton, M. Moore, G. Macht, T. E. Scott



Bohemian Rhapsody

WT TVN, 22.45

Uzdolniony wokalistę Farrokh „Freddie” Bulsara dołącza do zespołu Smile. Pod nową nazwą, Queen, formacja odnosi światowy sukces. Odtwórca głównej roli, Rami Malek, został nagrodzony Oscarem i Złotym Globem. **160 min** Wlk. Bryt./USA 2018 reż. B. Singer, wyk. R. Malek, L. Boynton, G. Lee, B. Hardy



Wicked

SR CANAL+ PREMIUM, 17.15

Outsiderka Elphaba ujawnia magiczne zdolności. Na Uniwersytecie Shiz zaprzyjaźnia się z marzącą o popularności Galindą. Ekranizacja słynnego musicalu nawiązującego do powieści „Czarnoksiężnik z Krainy Oz”. **165 min** USA/Kan./Islandia 2024 reż. J. M. Chu, wyk. C. Erivo, A. Grande, J. Goldblum, M. Yeoh



Depresja gangstera

SR TVP 1, 22.35

Mafioso Paul Vitti po śmierci ojca popada w depresję. Szuka porady u doktora Bena Sobela. Niebawem nie może już bez niego funkcjonować. Znakomita, autoironiczna rola Roberta De Niro, czyli słynnego Vita Corleone. **110 min** USA/Australia 1999 reż. H. Ramis, wyk. R. De Niro, B. Crystal, L. Kudrow, J. Viterelli



Pod gwieździstym niebem

SR CANAL+ Film, 18.20

Początkujący autor romansów Ian w słonecznej Apulii znajduje miłość i odzyskuje wenę. Także jego ciotka Audrey zyskuje szansę, by jeszcze raz się zakochać. Dająca nadzieję produkcja w doborowej obsadzie. **95 min** USA 2025 reż. M. Danner, wyk. A. Pettyfer, E. De Dominicis, T. Collette, A. Garcia



Piep*żyć Mickiewicza

SR Polsat, 20.35

Dante i jego koledzy uznawani są w szkole za czarne owce. Uczniów próbuje zrozumieć polonista Jan. Dawid Ogrodnik, znany z filmów „Chce się żyć”, „Najmro” czy „Jesteś Bogiem”, w roli nietuzinkowego nauczyciela. **130 min** Pol. 2024 reż. S. Bustamante-Drozd, wyk. D. Ogrodnik, H. Tarres, K. Embadora



Jak wytresować smoka 3

CZ Polsat Film, 14.55

Nad Berk nadciąga niebezpieczeństwo. W obliczu zagrożenia Czakawa wyrusza w podróż. Nominowana do Oscara finałowa odsłona przygód wikinga i jego skrzydatego przyjaciela. **130 min** USA/Japonia 2019 reż. D. DeBlois, dub. G. Drojewski, J. Kamiński, W. Machnicki



Ibiza

CZ PULS 2, 21.00

Rozwódnik Philippe zabiega o przychylność nastoletnich dzieci ukochanej. Zabiera całą rodzinę na szalone wakacje. Christian Clavier w produkcji dla miłośników francuskich komedii. **110 min** Francja/Belgia 2019 reż. A. Lemort, wyk. C. Clavier, J. Starr, M. Seigner, P. Groyne



Zakochani w Rzymie

CZ TVP Kultura, 20.05

Mozaika historii miłosnych według Woody'ego Allena, rozgrywających się w Wiecznym Mieście. Bohaterem jednej z nich jest student, który ulega urokowi koleżanki swojej partnerki. **120 min** USA/Wł./Hiszp. 2012 reż. W. Allen, wyk. J. Eisenberg, R. Benigni, A. Pill, P. Cruz



Serena

CZ Polsat Film, 21.00

Lata 30. XX wieku. Żona biznesmena nie chce dopuścić, by majątek dziedziczył nieślubny syn męża. Podejmuje drastyczne kroki. Wizualny majstersztyk na motywach prozy Rona Rasha. **130 min** USA/Francja/Czechy 2014 reż. S. Bier, wyk. J. Lawrence, B. Cooper, R. Ifans, S. Harris

SENSACJA I THRILLER



Brygada ponad prawem powraca

PO TV Puls, 21.55

Kontynuacja pełnego przemocy obrazu z 2015 r. Byli komandos Niels postanawia wykorzystać okazję, by zemścić się na przestępcach, którzy zabili jego żonę. W misję wika córke.

115 min Francja 2023 reż. B. Rocher, wyk. A. Lenoir, C. Mayance, S. Essaidi, J. Reno

AKCJA I PRZYGODA



Starcie tytanów

PO TVN 7, 21.00

Hollywoodzka wizja mitu i remake filmu Desmond'a Davisa „Zmierzc tytanów” z 1981 roku. Wojownicy ruszają do krainy umarłych, chcąc powstrzymać mściwego Hadesa. Na ich czele staje waleczny Perseusz.

140 min USA 2010 reż. L. Leterrier, wyk. S. Worthington, L. Neeson, R. Fiennes, A. Avalos

HORROR I SF



Jurassic World: Dominion

PO Polsat, 20.25

Ocalone z Isla Nublar dinozaury rozprzyszyły się po całym świecie. Claire i Owen w domu na odludziu opiekują się wnuczką Lockwooda. Dziewczynka zostaje porwana. Szósta odsłona zapoczątkowanego w 1993 roku cyklu.

195 min Chiny/Malta/USA 2022 reż. C. Trevorrow, wyk. C. Pratt, B. D. Howard

KLASYKA



Pokój z widokiem

PO TVP Kultura, 22.40

Rok 1907. Lucy, Angielka z zamożnej rodziny, poznaje we Florencji przystojnego George'a. Po powrocie do kraju zaręcza się jednak z innym. Adaptacja powieści Edwarda Morgana Forstera. Trzy Oscary.

125 min Wielka Brytania 1985 reż. J. Ivory, wyk. H. Bonham Carter, J. Dench, J. Sands



Ludzie miasta

WT TVP 1, 22.10

W Nowym Jorku dochodzi do strzelaniny, w której ginie dziecko. Zastępca burmistrza wszczyna śledztwo. Wpada na trop afery korupcyjnej na szczytach władzy. Atutem filmu jest znakomita obsada z Alem Pacino na czele.

120 min USA 1996 reż. H. Becker, wyk. A. Pacino, J. Cusack, B. Fonda, D. Aiello



Trefny wóz

WT TV Puls, 20.00

Michael wypożycza samochód, lecz przez pomyłkę wsiada do innego. Wplątuje się w intrygę związaną z korupcją. Główną rolę zagrał tragicznie zmarły w 2013 roku Paul Walker, gwiazdor serii „Szybcy i wściekli”.

110 min USA 2012 reż. M. M. Dewil, wyk. P. Walker, G. De Villiers, N. McLean, L. Haidarian



Wyspa

WT TVN 7, 21.00

Mieszkańcy ukrytego pod ziemią ośrodka wierzą, że przetrwali katastrofę ekologiczną. Lincoln Six Echo odkrywa zbrodnicze praktyki władz. Planuje ucieczkę. Imponujący rozmachem film reżysera „Armageddonu”.

170 min USA 2005 reż. M. Bay, wyk. E. McGregor, S. Johansson, D. Hounsou, S. Bean



Prawo ojca

WT Kino Polska, 21.55

Nastoletnia Marta zostaje zgwałcona. Sprawcy pozostają na wolności. Michał Kord musi chronić córkę, której zeznania mogą pogrzążyć bandytów. Sam wymierza im sprawiedliwość. Debiut reżyserski Marka Kondrata.

125 min Polska 1999 reż. M. Kondrat, wyk. M. Kondrat, N. Roguż, M. Foremniak, Ł. Nowicki



Księga luster

SR TV Puls, 20.00

Roy jest emerytowanym detektywem cierpiącym na alzheimera. Postanawia ponownie przyrzeć się sprawie zabójstwa profesora, do którego doszło przed laty. Adaptacja kryminału rumuńskiego pisarza E. O. Chirovicio.

130 min Australia/USA 2024 reż. A. Cooper, wyk. R. Crowe, K. Gillan, M. Csokas, T. Flanagan



Krwawy diament

SR TVN 7, 21.00

Rybak z Sierra Leone chce odnaleźć uprowadzonego przez rebeliantów syna. Pomaga mu przemysłnik Archer. Nominowany do Oscara w pięciu kategoriach obraz ukazuje dramatyczną sytuację ludzi żyjących w Afryce.

180 min USA/Niemcy/Wlk. Bryt. 2006 reż. E. Zwick, wyk. L. DiCaprio, D. Hounsou



Czerwony świt

SR STOPKLATKA, 21.50

Północnokoreańscy żołnierze atakują USA. Bracia Jed i Matt prowadzą partyzancką walkę z wrogiem. Remake filmu z 1984 roku. Grającego w pierwowzorze Patricka Swayze zastąpił Chris Hemsworth („Thor”).

110 min USA 2012 reż. D. Bradley, wyk. C. Hemsworth, J. Hutcherson, I. Lucas, J. Peck



Szabla od Komendanta

SR TVP Kultura, 20.00

Utrzymany w sielskiej tonacji, przyprowadzony doświadczeniem i ironią film twórcy „Jasminum”. Były legionista, Jakubek, i jego koledzy pomagają w znalezieniu żony dla pewnego nieśmiałego młodzieńca.

115 min Polska 1995 reż. J. J. Kolski, wyk. B. Pawlik, F. Pieczka, W. Gołas, W. Malajkat



Zdrajca

CZ Ale kino+, 20.10

Sycylijscy gangsterzy zostali aresztowani dzięki zeznaniu Buscetty. Mafia wydaje na zdradcę wyrok śmierci. Film powinien przypaść do gustu miłośnikom „Ojca chrzestnego”.

175 min Wł./Fr./Niem. 2019 reż. M. Bellocchio, wyk. P. Favino, M. F. Cândido, F. Ferracane



Herkules

CZ TVP 2, 22.40

Syn Zeusa przyjmuje propozycję króla Tracji. Wraz z kompaniami ma zmienić jego żołnierzy w niepokonaną armię. Na podstawie znanej powieści graficznej Steve'a Moore'a.

105 min USA 2014 reż. B. Ratner, wyk. D. Johnson, I. McShane, J. Hurt, R. Sewell



Hitman: Agent 47

CZ TV 4, 23.10

Stworzony w laboratorium superzabójca walczy z korporacją, która zamierza zbudować armię podobnych do niego morderców. Ekranizacja cyklu bijących rekordy popularności gier.

130 min USA/Niem./Wlk. Bryt. 2015 reż. A. Bach, wyk. R. Friend, H. Ware, Z. Quinto



Apollo 13

CZ STOPKLATKA, 22.20

Amerykański statek kosmiczny ulega awarii. Rozpoczyna się walka o życie. Za kanwę scenariusza posłużyła książka, którą napisał astronauta Jim Lovell wspólnie z Jeffreyem Klugerem.

175 min USA 1995 reż. R. Howard, wyk. T. Hanks, B. Paxton, E. Harris, G. Sinise, K. Bacon



Alexandre Ferreira, gwiazda portugalskiej kadry, ma w CV występy w Warcie Zawiercie i LUK-u Lublin.

Kamil Semeniuk ma za sobą najlepszy okres w karierze, naznaczony sukcesami w klubie i reprezentacji.

Jakub Popiwczak jest podstawowym libero w kadrze.

SIATKÓWKA MĘŻCZYZN • MISTRZOSTWA EUROPY 2026

W drodze po złoto

Biało-Czerwoni wykonali już część planu na 2026 rok – wygrali Ligę Narodów. Oby był to jedynie przedsmak show, jaki dadzą podczas czempionatu Starego Kontynentu.

➔ **POLSKA – PORTUGALIA**
CZ 10.09 godz. 14.50 POLSAT

Drużyna kierowana przez Nikołą Grbicia pozostaje na topie mimo problemów kadrowych. Drugi z rzędu triumf w Lidze Narodów to już jednak przeszłość. Pora na najważniejsze zawody w tym sezonie – 34. mistrzostwa Europy.

Nietypowe miejsce

Turniej znów będzie miał czterech gospodarzy. W tę rolę wcielią się: Włochy, Bułgaria, Rumunia i Finlandia. Co ciekawe, dwa pierwsze kraje pełniły ją także w poprzednim czempionacie. Wyjątkowa będzie arena meczu inauguracyjnego rywalizację w gru-

pie A. Włosi i Szwedzi zmierzają się bowiem na Piazza del Plebiscito, czyli głównym placu w Neapolu (CZ 10.09 godz. 20.50 Polsat Sport 1). Na Półwyspie Apenińskim zostanie rozegrana też większość meczów fazy pucharowej z finałem włącznie.

Zrobić swoje

Reprezentacja Polski trafiła do grupy B, a jej spotkania w tej fazie czempionatu odbędą się w Sofii. Na początek skonfrontuje się z Portugalią, a dwa dni później – z Izraelem. W niedzielę 13 września czeka ją mecz z Macedonią Północną, najniższą notowanym przeciwnikiem w tym etapie turnieju. Następnie

na drodze naszej kadry stanie Ukraina (WT 15.09). Fazę grupową Tomasz Fornal i spółka zakończą starciem z najsilniejszym przeciwnikiem, wicemistrzem świata Bułgarią (ŚR 16.09). Do 1/8 finału awansują drużyny z miejsc od pierwszego do czwartego. W przypadku Biało-Czerwonych wyjście z grupy wydaje się formalnością.

Złoty kwintet

Tylko pięciu mistrzów Europy z 2023 roku może przystąpić do obrony tytułu. To Jakub Popiwczak, Tomasz Fornal, Kamil Semeniuk, Aleksander Śliwka i Wilfredo León. Taki skład drużyny to efekt decyzji selekcjonera, ale też nie-

których siatkarzy. W kilku przypadkach ich powodem były problemy zdrowotne. To przez nie w drużynie brakuje m.in. Jakuba Kochanowskiego i Mateusza Bieńka. Trener musiał więc postawić na nowy zestaw środkowych na czele z mierzącym aż 217 cm Bartłomiejem Lemańskim. Choć drużyna ma nowe oblicze, to jej motorami napędowymi pozostają Fornal, Semeniuk i León. Czy ten tercet poprowadzi naszą drużynę do dziesiątego medalu za kadencji Grbicia? Celem Orłów jak zwykle jest złoto. A to wywalczone 26 września w Assago zapewni nie tylko prestiż, ale też kwalifikację do igrzysk olimpijskich w Los Angeles. **TJ**

PIŁKA NOŻNA
• LIGA MISTRZÓW UEFA

Start najlepszej z lig

➔ **MECZ 1. KOLEJKI WT 8.09**
godz. 20.55 C+ EXTRA 1

Latem po raz pierwszy w historii w kwalifikacjach do Champions League wystąpili dwaj przedstawiciele Ekstraklasy. Mimo że Lech i Górnik Zabrze ostatecznie nie znaleźli się wśród 36 uczestników startującej właśnie fazy ligowej, fani futbolu na najwyższym poziomie na pewno nie będą mogli narze-

kać na nudę. W pierwszej serii gier, która potrwa od wtorku do czwartku, warto zwrócić uwagę na postawę broniącego tytułu PSG i mierzącego w drugi finał z rzędu Arsenalu. Intrygująco zapowiada się też m.in. mecz z udziałem Realu Madryt, który pod wodzą José Mourinha ma znów zaważować najlepsze klubowe rozgrywki w Europie. Taki sam cel mają m.in. Bayern Monachium i Manchester City. **TJ**



Declan Rice i jego koledzy z Arsenalu w poprzednim sezonie LM nie przegrali meczu.

João Neves z PSG jest wyceniany aż na 140 mln euro.

PIŁKA NOŻNA • PKO BP EKSTRAKLASA

Szlagier w Poznaniu

➔ **LECH – RAKÓW ND 6.09**
godz. 17.25 CANAL+ SPORT 3

Na początku sezonu Medaliki postawiły na to, by zapewnić sobie przepustkę do Ligi Konferencji. Mocno ucierpiały na tym ich wyniki na krajowym podwórku. Po rozegraniu trzech meczów w Ekstraklasie ekipa Dawida Krocza zamykała tabelę z zerowym dorobkiem punktowym. W efekcie Częstochowanie muszą zakasać rękawy

i wziąć się za odrabianie strat do ścisłej ligowej czołówki. W hicie 7. kolejki piłkarzy spod Jasnej Góry zadowoli tylko zwycięstwo nad mistrzem Polski, któremu ostatnim razem ulegli w Poznaniu 3:4. Czekają ich jednak arcytrudne zadanie. Kolejorz bowiem otrząsnął się już po klęsce w rewanżu 2. rundy eliminacji Ligi Mistrzów z Aarhus i wygląda na drużynę, która ma niewiele słabych punktów. **TJ**



Michał Gurgul i Jean Carlos (z prawej) odgrywają ważne role w swoich drużynach.



Melvyn Richardson zajął 7. miejsce w klasyfikacji strzelców ubiegłej edycji Ligi Mistrzów – zdobył 103 gole.

PIŁKA RĘCZNA MEŻCZYZN
• LIGA MISTRZÓW

W nowym formacie

➔ **HBC NANTES – ORLEN WISŁA PŁOCK ŚR 9.09**
godz. 18.45 POLSAT SPORT 1

Rusza zreformowana Champions League. Wystąpią w niej dwadzieścia cztery drużyny (zamiast szesnastu) podzielone na sześć grup. Dwie najlepsze z każdej z nich awansują do fazy zasadniczej. W niej będą dwie grupy po sześć ekip. Te, które zajmą miejsca od pierwszego do czwartego, zagrają w ćwierćfinale. Zmienił się format, ale nie duet reprezentantów Superligi. Rodzimą piłkę ręczną wciąż będą promować Industria Kielce i Wisła Płock. Mistrzowie Polski rozpoczną rozgrywki od starcia w Hali Legionów ze swoim szwajcarskim odpowiednikiem, HC Kriens-Luzern (ŚR 9.09 godz. 20.45 Polsat Sport 1). W grupie F za rywali będą mieli także bardzo silny SC Magdeburg i Kolstad Håndball. Nafciarzy

na początek czeka wyjazd do Nantes na mecz z wicemistrzem Francji. W grupie B zagrają też z MT Melsungen i Vardarem Skopje. Poprzedni sezon zarówno Industria, jak i Wisła zakończyły na fazie play-off. W kampanii 2026/2027 tego nie powtórzą, gdyż... takiej rundy w rozgrywkach już nie będzie. Oba kluby mają spore możliwości i jeszcze większe ambicje, a to często stanowi mieszankę wybuchową. **TJ**



Dylan Nahi rozgrywa szósty sezon w barwach drużyny z Kielce.

PIŁKA NOŻNA

PT Ⓟ 2. liga niemiecka Eleven Sports 1	SO Ⓟ PKO BP Ekstraklasa CANAL+ Sport 3
18.25 Mecz: DSC Arminia Bielefeld – FC St. Pauli	17.25 Mecz: Korona Kielce – Wisła Kraków
PT Liga francuska Eleven Sports 4	SO Ⓟ Liga włoska Eleven Sports 2
18.55 Mecz: Olympique Lyon – AJ Auxerre	17.55 Mecz: Inter – SSC Napoli
PT Liga niemiecka Eleven Sports 3	
20.20 Mecz: VfB Stuttgart – 1. FC Köln	
PT Ⓟ PKO BP Ekstraklasa CANAL+ Sport 3	
20.25 Mecz: Piast – GKS Katowice	
PT Liga włoska Eleven Sports 1	
20.40 Mecz: Genoa – Como 1907	
PT Ⓟ Betclit 1. Liga TVP Sport	
20.55 Mecz: Bruk-Bet Termalica Nieciecza – Lechia Gdańsk	
PT Liga angielska CANAL+ Extra 1	
20.55 Mecz: Ipswich Town FC – Liverpool FC	
PT Liga hiszpańska CANAL+ Sport 2	
20.55 Mecz: Betis – Real Madryt	
PT Liga francuska Eleven Sports 2	
21.00 Mecz: PSG – AS Monaco	
SO Ⓟ Betclit 2. Liga TVP Sport	
11.55 Mecz: Podhale Nowy Targ – Sandecja Nowy Sącz	
SO Ⓟ 2. liga niemiecka Eleven Sports 3	
12.55 Mecz: VfL Wolfsburg – FC Energie Cottbus	
SO Liga angielska CANAL+ Extra 1	
13.25 Mecz: Newcastle United FC – AFC Bournemouth	
SO Ⓟ PKO BP Ekstraklasa CANAL+ Sport 3	
14.40 Mecz: Widzew – Radomiak	
SO Liga włoska Eleven Sports 2	
14.55 Mecz: Fiorentina – Torino	
SO Liga niemiecka Eleven Sports 3	
15.20 Mecz: TSG 1899 Hoffenheim – Borussia Dortmund	
SO Ⓟ Betclit 1. Liga TVP 3	
15.25 Mecz: Miedź Legnica – Chrobry Głogów	
SO Liga angielska CANAL+ Extra 5	
15.55 Mecz: Brentford FC – Sunderland AFC	
SO Liga angielska CANAL+ Extra 7	
15.55 Mecz: Brighton & Hove Albion FC – Leeds United FC	
SO Liga angielska CANAL+ Extra 6	
15.55 Mecz: Fulham FC – Crystal Palace FC	
SO Liga angielska CANAL+ Extra 1	
15.55 Mecz: Manchester City FC – Coventry City FC	
SO Liga angielska CANAL+ Extra 3	
15.55 Mecz: Nottingham Forest FC – Tottenham Hotspur FC	
SO Ⓟ Liga francuska Eleven Sports 3	
17.10 Mecz: RC Lens – FC Lorient	



SO Liga niemiecka Eleven Sports 1	ND Liga włoska Eleven Sports 4
18.20 Mecz: FC Schalke 04 – FC Bayern Monachium	14.55 Mecz: Frosinone Calcio – Venezia FC
SO Ⓟ Liga angielska CANAL+ Extra 1	ND Liga włoska Eleven Sports 2
18.25 Mecz: Hull City AFC – Aston Villa FC	14.55 Mecz: Parma – AC Monza
SO Liga hiszpańska CANAL+ Sport	ND Ⓟ Liga niemiecka Eleven Sports 3
18.25 Mecz: Rayo Vallecano – Racing Santander	15.20 Mecz: Hamburger SV – 1. FSV Mainz 05
SO Ⓟ PKO BP Ekstraklasa CANAL+ Sport 3	ND Ⓟ Liga francuska Eleven Sports 4
20.10 Mecz: Motor Lublin – Legia	17.10 Mecz: Angers SCO – Stade Rennais FC
SO 2. liga niemiecka Eleven Sports 4	ND Liga niemiecka Eleven Sports 2
20.25 Mecz: Dynamo Drezno – VfL Bochum	17.20 Mecz: Eintracht – Augsburg
SO Ⓟ Liga włoska Eleven Sports 1	ND Liga angielska CANAL+ Extra 1
20.40 Mecz: AS Roma – Atalanta	17.25 Mecz: Arsenal – Chelsea
SO Ⓟ Liga francuska Eleven Sports 2	ND Ⓟ PKO BP Ekstraklasa CANAL+ PREMIUM; CANAL+ Sport 3
20.40 Mecz: OGC Nice – Le Mans	17.25 Mecz: Lech – Raków
SO Ⓟ Liga hiszpańska CANAL+ Sport	ND Ⓟ Liga włoska Eleven Sports 1
20.55 Mecz: Villarreal – Deportivo	17.55 Mecz: Bologna FC – US Sassuolo Calcio
ND Ⓟ Liga holenderska Polsat Sport 2	19.25 Mecz: GKS Tychy – Avia Świdnik
12.10 Mecz: Groningen – Twente	ND Ⓟ PKO BP Ekstraklasa CANAL+ Sport 3; TVP Sport
ND Ⓟ 2. liga niemiecka Eleven Sports 3	20.10 Mecz: Jagiellonia – Śląsk
13.25 Mecz: Hertha BSC – 1. FC Magdeburg	ND Ⓟ Liga włoska Eleven Sports 1
ND Ⓟ Betclit 1. Liga TVP Polonia; TVP Sport	20.40 Mecz: Juventus – AC Milan
14.15 Mecz: Arka Gdynia – ŁKS	ND Liga francuska Eleven Sports 2
ND Ⓟ PKO BP Ekstraklasa CANAL+ Sport 3	20.40 Mecz: Marsylia – Paris FC
14.40 Mecz: Cracovia – Górnik Zabrze	ND Liga hiszpańska CANAL+ Sport 2
ND Liga angielska CANAL+ Extra 1	20.55 Mecz: Espanyol – Sevilla FC
14.55 Mecz: Everton FC – Manchester United FC	PO Liga włoska Eleven Sports 1
	17.55 Mecz: Cagliari – US Lecce
	PO Ⓟ PKO BP Ekstraklasa CANAL+ Sport 3; CANAL+ Sport 5
	17.55 Mecz: Wieczysta Kraków – KGHM Zagłębie Lubin
	PO Ⓟ Betclit 1. Liga TVP Sport
	18.55 Mecz: Ruch Chorzów – Unia Skierniewice
	PO Ⓟ PKO BP Ekstraklasa CANAL+ Sport 3
	20.25 Mecz: Pogoń – Wisła Płock
	PO Ⓟ Liga włoska Eleven Sports 1
	20.40 Mecz: Udinese – SS Lazio
	PO Liga hiszpańska CANAL+ Sport
	21.25 Mecz: Elche – Real Sociedad
	WT LM UEFA CANAL+ 360; CANAL+ Extra 1; CANAL+ Extra 2
	20.55 Mecz fazy ligowej
	SR Liga saudyjska Polsat Sport 3
	19.55 Mecz: Al-Nassr – Abha Club
	SR LM UEFA CANAL+ 360; CANAL+ Extra 1; CANAL+ Extra 2
	20.55 Mecz fazy ligowej
	CZ LM UEFA CANAL+ 360; CANAL+ Extra 1; CANAL+ Extra 2
	20.55 Mecz fazy ligowej

FORMUŁA 1

PT Grand Prix Włoch Eleven Sports 1	PT Grand Prix Włoch Eleven Sports 1
12.25 1. sesja treningowa	15.55 2. sesja treningowa
PT Grand Prix Włoch Eleven Sports 1	SO Grand Prix Włoch Eleven Sports 1
12.25 3. sesja treningowa	15.55 Sesja kwalifikacyjna
SO Grand Prix Włoch Eleven Sports 1	ND Grand Prix Włoch Eleven Sports 1
14.55 Wyścigi	

HOKEJ

PT Liga Mistrzów Polsat Sport 3	SO Liga Mistrzów Polsat Sport 3
18.50 Mecz: Frölunda HC – SaiPa Lappeenranta	16.20 Mecz: HC Pilzno 1929 – GKS Tychy
SO Liga Mistrzów Polsat Sport 3	CZ Liga Mistrzów Polsat Sport 2
17.50 Mecz: GKS Tychy – HC Davos	

KOLARSTWO

PT Vuelta a Espana Eurosport 1	SO Vuelta a Espana Eurosport 1
14.45 13. etap: Almunécar – Loja	14.45 14. etap: Jaén – Sierra de La Pandera



ND Vuelta a Espana Eurosport 1	WT Vuelta a Espana Eurosport 1
14.45 15. etap: Palma del Rio – Kordoba	14.45 16. etap: Cortegana – Palos de la Frontera
SR Vuelta a Espana Eurosport 1	14.45 17. etap: Dos Hermanas – Sevilla
CZ Vuelta a Espana Eurosport 1	14.45 18. etap: El Puerto de Santa Maria – Jerez de la Frontera

KOSZYKÓWKA KOBIEC

- CZ** Mistrzostwa świata – Niemcy 2026 **TVP Sport**
- 11.20 Mecz ćwierćfinałowy
- CZ** Mistrzostwa świata – Niemcy 2026 **TVP Sport**
- 14.20 Mecz ćwierćfinałowy
- CZ** Mistrzostwa świata – Niemcy 2026 **TVP Sport**
- 17.35 Mecz ćwierćfinałowy
- CZ** Mistrzostwa świata – Niemcy 2026 **TVP Sport**
- 20.35 Mecz ćwierćfinałowy

LEKKOATLETYKA

- PT** **P** Diamentowa Liga w Brukseli **Polsat Sport 1**
- 20.00 1. dzień
- SO** **P** Diamentowa Liga w Brukseli **Polsat Sport 2**
- 20.00 2. dzień
- WT** **P** World Athletics Continental Tour Silver – Rovereto 2026 **TVP Sport**
- 20.24 Palio Città della Quercia

PIŁKA NOŻNA KOBIEC

- SO** Mistrzostwa świata U-20 – Polska 2026 **TVP Sport**
- 14.55 Mecz: Polska – Argentyna
- WT** Mistrzostwa świata U-20 – Polska 2026 **TVP Sport**
- 17.55 Mecz: Polska – Meksyk

PIŁKA RĘCZNA KOBIEC

- WT** **ORLEN Superliga Kobiet** **Polsat Sport 1**
- 20.15 Mecz: Energa Start Elbląg – Enea MKS Gniezno

PIŁKA RĘCZNA MEŻCZYZN

- SO** **ORLEN Superliga** **Polsat Sport 2**
- 18.00 Mecz: Corotop Gwardia Opole – REBUD KPR Ostrowia Ostrów Wielkopolski
- ND** **ORLEN Superliga** **Polsat Sport 2**
- 15.00 Mecz: Śląsk – Piotrkowianin Piotrków Trybunalski
- SR** Liga Mistrzów **Polsat Sport 1**
- 18.45 Mecz: HBC Nantes – ORLEN Wisła Płock
- SR** Liga Mistrzów **Polsat Sport 1**
- 20.45 Mecz: Industria Kielce – HC Kriens-Luzern

SIATKÓWKA KOBIEC

- SO** Mistrzostwa Europy 2026 **Polsat Sport 1**
- 14.45 Mecz półfinałowy
- SO** Mistrzostwa Europy 2026 **Polsat Sport 1**
- 17.45 Mecz półfinałowy

ND Mistrzostwa Europy 2026

- Polsat Sport 1**
- 14.45 Mecz o 3. miejsce
- ND** Mistrzostwa Europy 2026 **Polsat Sport 1**
- 17.45 Mecz finałowy

SIATKÓWKA MEŻCZYZN

- SO** Mecz towarzyski **Polsat Sport 1**
- 20.30 Polska – Finlandia
- SR** Mistrzostwa Europy 2026 **Polsat Sport 3**
- 17.45 Mecz grupy B: Bułgaria – Macedonia Północna
- SR** Mistrzostwa Europy 2026 **Polsat Sport 2**
- 18.45 Mecz grupy D: Rumunia – Łotwa
- CZ** Mistrzostwa Europy 2026 **Polsat; Polsat Sport 1**
- 14.45 Mecz grupy B: Polska – Portugalia



CZ Mistrzostwa Europy 2026

- Polsat Sport 2**
- 15.45 Mecz grupy D: Francja – Szwajcaria
- CZ** Mistrzostwa Europy 2026 **Polsat Sport 1**
- 18.45 Mecz grupy D: Turcja – Niemcy
- CZ** Mistrzostwa Europy 2026 **Polsat Sport 1**
- 20.50 Mecz grupy A: Włochy – Szwecja

SNOOKER

- PO** Turniej English Open **Eurosport 2**
- 14.00 1. dzień
- WT** Turniej English Open **Eurosport 2**
- 14.00 2. dzień
- WT** Turniej English Open **Eurosport 2**
- 20.00 2. dzień

SR Turniej English Open

- Eurosport 2**
- 14.00 3. dzień
- SR** Turniej English Open **Eurosport 2**
- 20.00 3. dzień
- CZ** Turniej English Open **Eurosport 2**
- 14.00 4. dzień
- CZ** Turniej English Open **Eurosport 2**
- 20.00 4. dzień

SPORTY WALKI

- SO** UFC Fight Night **Polsat Sport 3**
- 19.00 Walka: Nora Cornolle – Klaudia Sygula
- SO** UFC Fight Night **Polsat Sport 3**
- 21.00 Walka: Dan Hooker – Salahdine Parnasse

TENIS

- PT** Turniej US Open w Nowym Jorku **Eurosport 2**
- 16.30 Mecz 3. rundy gry pojedynczej
- PT** Turniej US Open w Nowym Jorku **Eurosport 3; Eurosport 4**
- 17.00 Mecz 3. rundy gry pojedynczej
- PT** Turniej US Open w Nowym Jorku **Eurosport 1**
- 17.45 Mecz 3. rundy gry pojedynczej
- SO** Turniej US Open w Nowym Jorku **Eurosport 3; Eurosport 4**
- 16.30 Mecz 3. rundy gry pojedynczej
- SO** Turniej US Open w Nowym Jorku **Eurosport 1**
- 17.45 Mecz 3. rundy gry pojedynczej
- ND** Turniej US Open w Nowym Jorku **Eurosport 2**
- 16.30 Mecz 4. rundy gry pojedynczej
- ND** Turniej US Open w Nowym Jorku **Eurosport 1**
- 17.45 Mecz 4. rundy gry pojedynczej
- PO** Turniej US Open w Nowym Jorku **Eurosport 1; Eurosport 2**
- 17.00 Mecz 4. rundy gry pojedynczej
- WT** Turniej US Open w Nowym Jorku **Eurosport 1**
- 17.45 Mecz ćwierćfinałowy gry pojedynczej
- WT** Turniej US Open w Nowym Jorku **Eurosport 1**
- 0.45 Mecz ćwierćfinałowy gry pojedynczej

SR Turniej US Open w Nowym Jorku

- Eurosport 1**
- 17.45 Mecz ćwierćfinałowy gry pojedynczej
- SR** Turniej US Open w Nowym Jorku **Eurosport 1**
- 1.30 Mecz ćwierćfinałowy gry pojedynczej
- CZ** Turniej US Open w Nowym Jorku **Eurosport 1**
- 0.30 Mecz półfinałowy gry pojedynczej kobiet

ZUŻEL

- PT** **PGE Ekstraliga** **CANAL+ Sport 5**
- 17.30 Rewanżowy mecz o 5.-6. miejsce
- PT** **PGE Ekstraliga** **CANAL+ Sport**
- 17.30 Mecz fazy play-off
- PT** **PGE Ekstraliga** **CANAL+ Sport**
- 20.00 Mecz fazy play-off
- SO** Indywidualne Mistrzostwa Europy **TVP Sport**
- 18.55 2. runda w Güstrowie



ND Metalkas 2. Ekstraliga

- CANAL+ Sport 5**
- 12.30 Rewanżowy mecz półfinałowy fazy play-off: Hunters PSŻ Poznań – INNPRO ROW Rybnik
- ND** Metalkas 2. Ekstraliga **CANAL+ Sport 5**
- 15.00 Rewanżowy mecz półfinałowy fazy play-off: Abramczyk Polonia Bydgoszcz – H. Skrzydlewski Orzeł Łódź
- ND** **PGE Ekstraliga** **CANAL+ Sport**
- 16.45 Mecz półfinałowy fazy play-off: Unia Leszno – Sparta
- ND** **PGE Ekstraliga** **CANAL+ Sport**
- 19.15 Mecz półfinałowy fazy play-off: Motor Lublin – PRES Grupa Deweloperska Toruń

SUPERMARKET CHEF • MATEUSZ GUNCCEL

Wciągnięci w gotowanie

Nowość w TV!

Sam kiedyś był oceniany przez innych. Dziś Mateusz Guncel stanął po drugiej stronie – został jurorem w „SuperMarket Chef”. Program nie tylko dostarcza rozrywki, ale też uczy, jak mądrze robić zakupy.

Jego najlepszym kuchennym wsparciem jest siedmioletni syn, Alan.



➤ SUPERMARKET CHEF

PT 4.09 godz. 18.25

SUPER POLSAT

Woli Pan oceniać czy być ocenianym?

Stanowczo wolę oceniać.

Czyli stres związany z byciem ocenianym dał się Panu mocno we znaki?

Oj tak, zdecydowanie.

Ale rola jurora w takim programie jak „SuperMarket Chef” to chyba spora odpowiedzialność, prawda?

Tak, to duża odpowiedzialność, ale po ostatnich latach, w czasie których zdobyłem doświadczenie, czuje się już na siłach, by oceniać innych. Uważam, że wszedłem na poziom pozwalający zasiadać w jury programów kulinarnych.

A jak Panu się podoba ten pomysł na gotowanie w sklepie, czyli to, na czym bazuje „SuperMarket Chef”?

Dla mnie to jest ekstra pomysł! Uważam, że ten program to jest strzał w dziesiątkę. W dzisiejszych czasach, gdy bardzo często kupujemy za dużo albo niepotrzebne składniki, co wiąże się z nadmiernymi wydatkami, nasz program pokazuje, jak można to uporządkować. Podchodzimy do wybranych klientów supermarketu, mówimy: „Słuchajcie, macie 80 złotych i możecie dla nas

coś przygotować, a jak się uda, to wygracie super nagrody”. Uczestnicy ruszają w bój – mają 15 minut, muszą się zmieścić w budżecie i wykorzystać wszystkie składniki. I szybko się okazuje, że za te 80 złotych da się kupić sporo produktów i przygotować bardzo smaczny posiłek.

Narzucacie uczestnikom, co mają gotować?

Mamy temat przewodni, ale zwykle jest on bardzo szeroki, jak np. sałatki. I uczestnik może przygotować absolutnie dowolną sałatkę. Tak naprawdę ten temat przewodni jest jedynie inspiracją, a nie ograniczeniem.

To jest spora różnica w stosunku do innych konkursów kulinarnych, gdzie zwykle trzeba się trzymać precyzyjnie ustalonego tematu.

Tak, oczywiście, to w konkursach kulinarnych zwykle bywa dokładnie określone. Co jednak nie oznacza, że człowiek nie może trochę zaszaleć, jak ja w „MasterChefie”, kiedy w Australii zdecydowałam się przygotować ślaską zasmażaną kapustę. (śmiech) **Był jakiś uczestnik programu, który Pana zaskoczył?**

Wielu było takich uczestników, którzy nas zaskoczyli. Bo na początku tak

nieśmiało opowiadali nam o tym, co przygotowują, a potem te dania im wychodziły kosmicznie dobrze. A mnie i Jurkowi Sobieniakowi kopara opadała.

Słyszałam, że już od kilku lat nie gotuje Pan solo, bo w kuchni pomaga Panu syn? Czyżby on też zamierzał zawodowo zajmować się gotowaniem?

Tak, mój synek, który dwa tygodnie temu skończył siedem lat, uwiłbia pomagać mi w kuchni. Już jako pięciolatek robił ze mną steki i uważnie przyglądał się, jak gotuję. W ogóle jest bardzo ciekawy świata jak tytułowy George z animowanej bajki o pewnej reżolutnej małpce. Oczywiście wiadomo, że interesują go różne zabawki czy jakieś gierki, ale gdy tylko słyszy ruch w kuchni, to zaraz stoi obok mnie. (śmiech)

Kto częściej gotuje w domu, Pan czy narzeczona?

Częściej gotuje narzeczona, bo ostatnio częściej niż ja jest w domu. Ale jeśli tylko jestem, chętnie przyrządzam dania dla bliskich.

A narzeczona dobrze gotuje?

No musi (śmiech). Ale nauczyła się, że jak coś mi nie smakuje, to oświadcza: „To sam sobie zrób!”.

Rozmawiała
HANNA MIŁKOWSKA

Przez wiele lat był oceniany. Teraz Mateusz Guncel może oceniać innych.

W programie „SuperMarket Chef” wspólnie z Jurkiem Sobieniakiem oceniają, jak Polacy radzą sobie z kulinarnymi wyzwaniami.

Służba pełna wyzwań

➔ POLICJANCI W AKCJI 2
PT 4.09 godz. 21.00 WP

Oglądając ten serial, możemy przekonać się, jak wygląda praca policyjnych patroli. Drugi sezon „Policjantów w akcji” będzie liczyć 10 odcinków. Kamera śledzi cztery ekipy policyjne podczas codziennej służby. Zobaczymy m.in. interwencje związane z awanturami sąsiedzkimi, kradzieżami, ale również pościgami. W rolach funkcjonariuszy występują byli policjanci i choć pokazują fikcyjny świat, jest on inspirowany autentycznymi wydarzeniami. Dzięki temu ich emocje i dialogi są naturalne, jakby uczestniczyli w rzeczywistej interwencji. Jak w prawdziwym życiu, na służbie muszą wykazać się odwagą, opanowaniem i umiejętnością szybkiego podejmowania decyzji. MJ



W ręce policyjnych patroli wpadają też groźni przestępcy.

Chociaż praca
jest ciężka,
funkcjonariusze nie
tracą pogody ducha.

Nowość
w TV!



Międzykulturowe
pary opowiedzą
o swojej
codzienności.

KOCHAJ ALBO WRÓĆ

Razem mimo różnic

➔ KOCHAJ ALBO WRÓĆ
PT 4.09 godz. 22.00 TTV

Statystyki pokazują, że co 25. małżeństwo nad Wisłą jest zawierane z osobą z innego kraju. To zainspirowało twórców reality show „Kochaj albo wróć”, aby pokazać Polki i Polaków w takich związkach. Poznamy sześć międzykulturowych par, w których jedna osoba pochodzi z Polski, a druga – z Konga, Turcji,

Tunezji, Chin albo Brazylii. Partnerzy poznali się podczas wakacji lub przez aplikację randkowe, a teraz budują wspólne życie w Polsce. Ekipa filmowa towarzyszy im w codziennym życiu, w którym nie brak dla obu stron kompromisów, poświęceń i trudnych decyzji. Czy miłość wystarczy, aby pokonać przeciwności, z którymi przyszło im się mierzyć? MJ

W POTRZASKU

Misja bez litości

➔ W POTRZASKU PT 4.09
godz. 20.00 TV PULS

Spokojne życie byłego komandosa kończy się w jednej chwili. Nero (Scott Adkins) musi rozprawić się z kilkoma gangami, by odzyskać uprowadzonego syna. Dla Adkinsa był to kolejny film z reżyserem Isaakiem Florentine'em, którego z zachwytem nazywa swoim mistrzem i nauczycielem sztuk

walki. Reżyser sam przez lata trenował i uczył karate. Słynną walkę z dwoma przeciwnikami w kuchni nakręcono w zaledwie kilka godzin. Adkins nalegał też, by używać broni na ślepe naboje zamiast generować cyfrowe wystrzały, bo autentyczny huk i odrzut znacznie lepiej wyglądają na ekranie. Dzięki temu sceny akcji są bardziej realistyczne. ACZ



Nero nie cofnie się
przed niczym, by
odzyskać syna.

TVP 1

TVP 1

DV3 T2

TVP 2

TVP 2

DV3 T2

polsat

POLSAT

DV3 T2

- 5.00 Spłątane losy** (37) – serial obyczajowy, Turcja 2024
- 5.50 Akacyjowa 38** (932) – telenowela, Hiszpania 2018
- 7.00 Transmisja mszy świętej z Sanktuarium Matki Bożej na Jasnej Górze**
- 7.30 Cudowny krucyfik Baryczkowski** – film dokumentalny, Polska 2025, reż. Jan Sobierajski
- 8.00 Serwis Info** – program informacyjny, Polska
- 8.10 Pogoda Info**
- 8.15 Noce i dnie** (11): U schyłku dnia – serial obyczajowy, Polska 1977
- 9.15 Ranczo 10** (126): Edukacyjne dylematy – serial obyczajowy, Polska 2016
- 10.10 Komisarz Alex 25** (309): Zamiana miejsc – serial kryminalny, Polska 2026
- 11.05 Ojciec Mateusz 20** (252): Vistula Beach – serial kryminalny, Polska 2018
- 12.00 Serwis Info** – program informacyjny, Polska
- 12.10 Agrobiznes** – magazyn rolniczy
- 12.30 Agropogoda**
- 12.40 Magazyn rolniczy**
- 13.00 Natura w Jedyńce: Dzika granica Ameryki – północne rubieże** – film dokumentalny, Kanada 2020, reż. Jeff Morales
- 14.00 Spłątane losy** (38) – serial obyczajowy, Turcja 2024
- 15.00 Serwis Info** – program informacyjny, Polska
- 15.10 Pogoda Info**
- 15.25 Gra słów. Krzyżówka** – teleturniej, Polska 2019-2026
- 16.00 Dziedzictwo** (1022) – serial obyczajowy, Turcja 2020
- 17.00 Teleexpress, Pogoda**
- 17.25 Jaka to melodia?** – teleturniej muzyczny
- 18.05 Reportery** – magazyn reporterów
- 18.25 Akacyjowa 38** (949) – telenowela, Hiszpania 2018
- 19.30 Program informacyjny 19.30**
- 19.55 Pytanie dnia** – program publicystyczny, Polska 2026



20.30 KRYMINALNY

07 zgłoś się (21-ost.)

Platny zabójca Kurt Rolson (Marcin Troński, zdj.) ma zlikwidować szantażystę. W tym samym celu ktoś inny wysłał do Polski Zofię Gambetti. Postanawiają działać razem. Borewicz i jego ludzie czeka najtrudniejsze zadanie w karierze. **115 min**



22.25 KRYMINALNY

Drellich (7-ost.)

Stryk (Olaf Lubaszenko, zdj.) i Drellich (Filip Pławiak, zdj.) zamierzają upozorować strzelaninę z mafią, ale wpadają w pułapkę. Ada wyjawia iźle mroczne sekrety z przeszłości. Grozi przekazaniem ich policji. Po powrocie do kryjówki Marek natrafia na ciało Olega. Zostaje otoczony przez funkcjonariuszy. **60 min**



23.25 DRAMAT

Biała odwaga Jedrek (Filip Pławiak) pochodzi ze starego góralskiego rodu. Po wybuchu II wojny światowej, w odróżnieniu od brata (Julian Świeżewski, zdj.), przyjmuje propozycję współpracy od Niemców. **125 min**

- 5.00 Rodzinka.pl** (219): W salonowca gracie? – serial komediowy, Polska 2017
- 5.30 M jak miłość** (1831) – serial obyczajowy, Polska 2024
- 6.20 Anna Dymna – spotkamy się:** Halina Zielenka – talk-show
- 6.50 Barwy szczęścia** (3390) – serial obyczajowy, Polska 2026
- 7.30 Pytanie na śniadanie – pobudka** – magazyn, Polska 2026
- 7.55 Pytanie na śniadanie**
- 11.40 Operacja zdrowie** (21) – magazyn med., Polska 2024
- 12.15 Nabożeństwo metodystyczne. Dni Odnowy Kościoła** – program religijny
- 13.15 Panna młoda** (188) – serial obyczajowy, Turcja 2024
- 14.05 Va banque** – teleturniej, Polska
- 14.35 Na sygnale** (913): Byliśmy tak blisko – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2026 W trakcie dyżuru Martyna oraz Piotr jadą na wezwanie do więzienia. Okazuje się, że Miłosz doznał perforacji przełyku po polknięciu kapsułki do prania. Romek pracuje jako konsultant medyczny na planie filmowym. **30 min**
- 15.05 La Promesa – pałac tajemnic** (470) – serial obyczajowy, Hiszpania 2024 (patrz obok)
- 16.00 Koło fortuny** – teleturniej, Polska 2025
- 16.35 Familiada** – teleturniej
- 17.20 Panna młoda** (189) – serial obyczajowy, Turcja 2024 Sukces kwesty wywołuje złość u Cihana i Beyzy. Mężczyzna zaczyna naciskać na Hancer, żeby oddała dom. Mukadder odkrywa, kto stoi za szantażem. Siła chce wyjechać ze Stambułu, żeby odciąć się od problemów. **55 min**
- 18.15 Va banque** – teleturniej, Polska
- 18.50 Jeden z dziesięciu** – teleturniej
- 19.25 Barwy szczęścia** (3390) – serial obyczajowy, Polska 2026



15.05 OBYCZAJOWY

La Promesa – pałac tajemnic (470)

Candela znajduje sposób, by pomóc Virtudes w odzyskaniu syna. Jana (Ana Garcés, zdj.) wymyka się z pałacu, by odwiedzić przebywającą w ukryciu Pię. Petra ją straszy, że zaniedbuje obowiązki. Catalina zaczyna własne śledztwo dotyczące otrucia hrabiego. **55 min**



20.05 OBYCZAJOWY

Barwy szczęścia (3391)

Ewa (Gabriela Ziemnicka, zdj.) i Romeo (Jacek Tyszkiewicz, zdj.) budzą się w hotelu Stańskich jako małżeństwo. Grzelakowie i Elżbieta, którzy w nocy dostali zdjęcie z ich ślubu, wciąż nie mogą otrząsnąć się z szoku. Ola źle się czuje. Trafia do lekarza. Postanawia szczerze porozmawiać z Justinem. **35 min**



22.50 ROZRYWKA

Mazurska Noc Kabaretowa 2026. Muszkieterowie... (1, 2)

Kolejna edycja kultowego wydarzenia w Miragowie nad jeziorem Czos. Na scenie pojawili się m.in. Ani Mru-Mru (zdj.), Katarzyna Pakosińska i Andrzej Grabowski. **120 min**

- 4.55 Disco Gramy** – program muzyczny, Polska 2026
- 5.40 Telezakupy TV Okazje**
- 6.00 Nowy dzień** – program informacyjny
- 8.00 halo tu polsat** – magazyn, Polska 2026
- 11.50 Ewa gotuje** (576) – magazyn kulinarny, Polska 2026 Prowadząca odwiedzi malownicze Roztocze. Przyrządzi zupę z jabłek, podaną z ziemniaczanym purée i skwarkami z boczką. Potem zaserwuje tradycyjne gołąbki. **35 min**
- 12.25 Gliniarze. Śląsk** (4): Szafir – serial kryminalny, Polska 2026
- 13.25 Gliniarze** (950, 951): Sfora; Komandos – serial paradokmentalny, Polska 2024 Recydywista pada ofiarą ataku bożownika. Adam i Olga ustalają, że organizował on napady na sklepy z elektroniką i sprzętem RTV. **125 min**
- 15.30 Wydarzenia 24**
- 15.50 Pogoda**
- 15.55 Gliniarze** (1220): Ramię w ramie – serial paradokmentalny, Polska 2026 Policjanci prowadzą śledztwo w sprawie śmierci diler. Przypuszczają, że to gangsterskie porachunki. Ku ich zaskoczeniu szef grupy przestępczej zamierza dotrzeć do zbrojcy swojego człowieka. **60 min**
- 16.55 Gliniarze. Śląsk** (5): Krwawe gody – serial kryminalny, Polska 2026 Zostają znalezione zwłoki urzędnika, który zajmował się audytami spółek paliwowych Guzman i Kowalski ustalają, że miał wielu wrogów. Podejrzenia padają na zazdrośnego biznesmena. **65 min**
- 18.00 Pierwsza miłość** (4241) – serial obyczajowy, Polska 2026 (patrz obok)
- 18.50 Wydarzenia**
- 19.15 Gość „Wydarzeń”** – program publicystyczny
- 19.25 Wypasiona kuchnia** (5) – program rozrywkowy, Polska 2026
- 19.35 Sport, Pogoda**



18.00 OBYCZAJOWY

Pierwsza miłość (4241)

Julita odchodzi z kliniki. Jej pożegnanie z Radkiem widzi Maja, która wysnuwa myślnie wnioski. Ilona nie rozumie, czemu Bartek (Rafał Kwietniewski, zdj.) przekłada przeprowadzkę. Mariusz ma pretensje, że Paweł dostaje w szpitalu psychiatrycznym za silne leki. **50 min**



19.55 ROZRYWKA

Twoja Twarz Brzmi Znamo (226)

W legendy estrady tym razem będą się wcielić m.in. Ida Nowakowska, Maria Sadowska, Gabriel Fleszar i Rafał Brzozowski. Ich metamorfozy oceni jury, w którym znalazła się m.in. Justyna Steczkowska. Program poprowadzą Maciej Rock oraz Agnieszka Hryzi (oboje na zdj.). **140 min**



22.15 PRZYGODOWY

Mumia

Komandos Nick Morton (Tom Cruise, zdj.) i jego przyjaciel Chris Vail (Jake Johnson) poszukują w Iraku grupy terrorystów. Powodują wybuch, który odśladnia starożytny grobowiec. Budzą tryb siły zła. **150 min**

20

- 20.10 Sport, Pogoda**
- 20.30 07 zgłoś się** (21-ost.): Przerwany urlop – serial kryminalny, Polska 1987 (patrz obok)
- 22.25 Drellich** (7-ost.) – serial kryminalny, Polska 2025 (patrz obok)
- 23.25 Biała odwaga** – dramat wojenny, Polska 2024, reż. Marcin Koszałka, wyk. Filip Pławiak, Julian Świeżewski, Jakub Gierszał, Sandra Drzymalska (patrz obok)
- 1.30 Protektor** – dramat sensacyjny, USA 2012, reż. Boaz Yakin, wyk. Jason Statham, Catherine Chan, Robert John Burke, James Hong
- 3.10 Kronika wypadków miłosnych** – dramat obyczajowy, Polska 1985, reż. Andrzej Wajda ▶ **5.15**

TVN	DVB T2	PULS	TV PULS	DVB T2	TVN 7	DVB T2
5.40 Uwaga! – magazyn reporterów 5.55 Ukryta prawda (1465) – serial paradokumentalny, Polska 2023 6.50 Kuchenne rewolucje (12) – program rozrywk., Pol. 2023 Stary Młyn w komży należy do Rafała i jego partnerki. Na drodze do sukcesu stanęły inflacja i gigantyczne rachunki. Magda Gessler próbuje dowiedzieć się, czemu lokal nie przyciąga klientów. 55 min 7.45 Dzień Dobry TVN – magazyn 11.25 Kuchenne rewolucje (4, 2) – program rozrywkowy, Pol. Ekipa odwiedza Puławę. Niedaleko od centrum miasta mieści się restauracja Cudnie. Lokal prowadzi Karolina i Damian. Sala świeci pustkami, dziennie zjawia się tam średnio pięciu gości. 135 min 13.40 Ukryta prawda (1604, 1605, 1753) – serial paradokumentalny, Polska Zonaty 52-letni Jacek zakochuje się w 30-letniej sąsiadce Weronice. Nie wie, że to partnerka jego syna. Wkrótce zrywa ona z nim kontakty. Jacek odnajduje ją pod miastem. Czeko go tam kolejne wstrząsy. 190 min 16.50 Szpital św. Anny (134) – serial obyczajowy, Polska 2026 (patrz obok) 17.55 Detektywi (335) – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2026 Do Anny i Pawła zgłasza się małżeństwo. Ojciec kobiety zniknął bez śladu. Klientka dopiero niedawno nawiązała z nim kontakt i pożyczyla mu 10 tysięcy złotych. Na kolejne spotkanie mężczyzna już nie przyszedł. 65 min 19.00 Fakty 19.30 Sport 19.35 Raport US Open (6) – magazyn sportowy, Polska 2026 19.40 Pogoda 19.50 Uwaga! – magazyn reporterów 20.00 Twisters – film katastroficzy, USA 2024, reż. Lee Isaac Chung, wyk. Katy M. O'Brian, Glen Powell, Maura Tierney, Kiernan Shipka (patrz obok) 22.35 Ciche miejsce: Dzień pierwszy – horror s.f., USA 2024, reż. Michael Sarnoski, wyk. Lupita Nyong'o, Dijimon Hounsou, Joseph Quinn, Alex Wolff (patrz obok) 0.45 Chłopaki nie płaczą – komedia kryminalna, Polska 2000, reż. Olaf Lubaszenko, wyk. Maciej Stuhr, Cezary Pazura, Wojciech Kłata 2.55 Kuba Wojewódzki (1) – talk-show, Polska 2026 4.00 Uwaga! – magazyn reporterów 4.20 Nauka jazdy 5 (23) – program rozrywk., Pol. 2022 4.55 Zamieszkać na plaży 5 (2) – program rozrywkowy, USA	16.50 OBYCZAJOWY Szpital św. Anny (134) Trwa nerwowe oczekiwanie na konkurs na dyrektora. Bończyk namawia Zytę (Jolanta Fraszynska, zdj.) na spotkanie z szefową związków oraz ordynatorami. Tymczasem stan pacjenta z ostrą białaczką gwałtownie się pogarsza. 65 min 20.00 KATASTROF. Twisters Studentka Kate (Daisy Edgar-Jones, zdj.) dołącza do zespołu testującego system wykrywający burze. Niebawem wraz z Tylerem (Glen Powell) staje oko w oko z potężnym zagrożeniem nadciągającym nad Oklahomę. By przetrwać, dowodzone przez nich rywalizujące zespoły muszą ze sobą współpracować. 155 min 22.35 HORROR SF Ciche miejsce: Dzień pierwszy Nowy Jork. Tajemnicze istoty z kosmosu likwidują wszystko, co wydaje dźwięk. Samira (Lupita Nyong'o, zdj.) i inni ocalali muszą zachować absolutną ciszę, by przetrwać atak. 130 min	6.00 Policjanci z Miami 4 (22): Lustrzane odbicie – serial kryminalny, USA 1988 7.00 Policjanci z Miami 5 (1): Wrogie przejęcie – serial kryminalny, USA 1988, wyk. Don Johnson, Edward James Olmos 8.00 Kobra – oddział specjalny (2, 3): Bez tchu; Zoe – serial sensacyjny, Niemcy 2019 10.00 Zaklinaczka duchów 4 (84) – serial fantasy, USA 2009 11.00 Kotka (23) – telenowela, Meksyk 2014 Z pewnym oporem Esmeralda poddaje się gruntownej metamorfozie. Niebawem ona i Pablo widzą się z oddali. Mężczyzna jest pod wrażeniem jej przemiany. 60 min 12.00 Nie igraj z aniołem (154) – serial obyczajowy, Meksyk 2008 Rocio postanawia zamieszkać w domu San Romana. Mówi Onelii o rozstaniu z Vicentem. Marichuy odzyskuje przytomność. Ana Julia obwinia Candelarię o jej wypadek. 60 min 13.00 Wspaniałe stulecie (88) – serial kostiumowy, Turcja 2012-2013 14.00 Kuriery 2 (73) – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2023 15.00 Lombard. Życie pod zastaw 14 (728, 729) – serial obyczajowy, Polska 2024 17.00 Kuriery 2 (74) – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2023 Julia spotyka się z Turkiem, który od dawna mieszka w Polsce. Ojcowie zakochanych są przeciwni ich związkowi. Krystyna ma narastające problemy z odżywianiem. 60 min 18.00 Lombard. Życie pod zastaw 19 (1013, 1014) – serial obyczajowy, Polska 2026 Pola, po wyjściu z więzienia, pracuje u Zbigniewa, który molestuje pracownice. Gdy staje w obronie Kasi, wpada w kłopoty. Młoda Azjatica twierdzi, że Barski jest jej ojcem. 120 min 20.00 Piątki ze Scottem Adkinsem: W potrzasku – thriller, USA 2020, reż. Isaac Florentine, wyk. Scott Adkins, Mario Van Peebles, Steven Elder, Karlee Perez (patrz obok) Isaac Florentine specjalizuje się w reżyserii filmów akcji. Tworząc często współpracując ze Scottem Adkinsem, m.in. przy „El Gringo”, „Porwanym” i „Strażniku granicy”. 110 min 21.50 Liberator – film sensacyjny, USA/Francja 1992, reż. Andrew Davis, wyk. Steven Seagal, Damian Chapa, Troy Evans, David McKnight (patrz obok) 23.55 Snajper 2 – film sensacyjny, USA 2002, reż. Craig R. Baxley, wyk. Tom Berenger, Bokeem Woodbine, Erika Marozsán, Tamás Puszkás (patrz obok) 1.35 Zobacz to!	20.00 THRILLER W potrzasku Nero (Scott Adkins, zdj.), były agent sił specjalnych, dowiaduje się, że porwany jego syna. By ocalić chłopaka, zmuszony jest stanąć do nierównej konfrontacji z zeznaną potężnymi syndykami przestępczymi. Czas mija, a każdy najmniejszy błąd może zdecydować o życiu zakładnika. 110 min 21.50 SENSACYJNY Liberator Okręt wojenny USS „Missouri” wypływa w rejs. Na otwartym morzu Stranix (Tommy Lee Jones) i Krill (Gary Busey) strzelają do kolegów. Chcąc przejąć znajdującą się na pokładzie broń atomową i szantażować nią światowe rządy. Nie wiedząc, że okręto- wój kucharz Casey Ryback (Steven Seagal, zdj.) to były komandos. 125 min	5.20 Ten moment (35) – serial paradokumentalny, Polska 2015-2016 5.55 Szkoła (425-427) – serial paradokumentalny, Polska 2017 8.45 Ukryta prawda (1378, 1525, 1526) – serial paradokumentalny, Polska 2010 Na osiedlu została napadnięta młoda kobieta. W ciężkim stanie trafiła do szpitala. Anna Potaczek i Maciej Dębosz próbują ustalić tożsamość poszkodowanej. Odnajdują jej zdjęcia w bazie osób zaginionych. Zgłoszenie wpłynęło 8 lat temu. 125 min 13.55 Kryminalni (4): Gra, część 2 – serial kryminalny, Polska 2006 Zawada tropi seryjnego mordercę. Psychopata stara się skierować śledztwo na błędny trop, podrzucając fałszywe dowody. Nie zdaje sobie sprawy, że komisarz nie da się tak łatwo przechytrzyć. 65 min 15.00 Szpital (862, 863) – serial paradokumentalny, Polska 2018 Pomocy wymaga dwudziestolatka potrącona przez samochód. Sprawca wypadku jest w niej zadowolony. Doktor Dominika Gajda przyjmuje na oddział rodzającą. Lekarze podejrzewają u dziecka zespół Downa. 120 min 17.00 Sędzia Anna Maria Wesołowska (547): Strzelba – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2011 Tomasz Bukowski, Kochający mąż, syn i przyjaciel, jest oskarżony o zamordowanie brata, Adama. Sędzia musi rozważyć, czy ktoś go wrabia w zabójstwo. 60 min 18.00 SOS Ekipy w akcji (58) – serial paradokumentalny, Polska 2018 (patrz obok) 19.00 Ukryta prawda (1679) – serial paradokumentalny, Polska 2025 (patrz obok) 20.00 Jak stracić chłopaka w 10 dni – komedia romantyczna, USA/Niemcy 2003, reż. Donald Petrie, wyk. Kate Hudson, Matthew McConaughey, Adam Goldberg, Thomas Lennon (patrz obok) 22.35 Monte Carlo – komedia przygodowa, USA/Węgry/Francja 2011, reż. Thomas Bezucha 0.50 Hotel Paradise 13 (6) – reality show, Polska 2026 1.50 Miasta, w których straszy (5) – serial dokumentalny, USA 2019 2.50 Fachowcy 2 (1) – serial paradokumentalny, Polska 2018 3.30 Dorota was urządzi! 4 (7) – pr. rozrywk., Polska 2016 4.10 Usterka 11 (22) – serial fabularno-dokumentalny, Pol.	18.00 PARADOKUM. SOS Ekipy w akcji (58) Kobieta zgłasza stłuczkę na parkingu. Sąsiad, który zniszczył jej samochód, odjechał. Inni policjanci reagują na zgłoszenie od dyrektora szkoły. Przechodźnik dzwoni na numer alarmowy z informacją o dymie wydobywającym się z domu. 60 min 19.00 PARADOKUM. Ukryta prawda (1679) Emerytowany strażak znajduje wnuczkę pijaną pod drzwiami domu. Odkrywa, że spotyka się z Jan-kiem, który eksperymentuje z używkami. Chce wes- tać ją z synem sąsiada. Wkrótce dziewczyna trafia do szpitala z ciętymi ranami. Przyznaje się do samo- okaleczenia. 60 min 20.00 KOMEDIA Jak stracić chłopaka w 10 dni Benjamin (Matthew McConaughey, zdj.) zakłada się z szefem, że stworzy w końcu stały związek. Trafia jednak na dziennikarkę (Kate Hudson, zdj.), która ma wobec niego własny plan. 155 min	

TVP 3	TVP 3	D&T	TVP POLONIA	TV 4	D&T	PULS 2	D&T	TVP ROZRYWKA	TVP ROZRYWKA	TTV HD	D&T					
12.00 Telekurier – mag., Polska	12.30 Rączka gotuje – mag.	13.00 Agrobiznes – mag.	13.30 Niebezpieczne związki	14.20 Niezwykłe miejsca	14.30 Program informacyjny 14.30	15.00 Koronka do Miłosierdzia Bożego – pr. religijny	15.20 Serwis Info Dzień – inf.	15.30 Program lokalny	19.30 Dlaczego krowa... – magazyn przyrodniczy	19.45 Kryminalna siódemka	20.00 Dziennik regionów	20.13 Gość Regionów – publ.	20.30 Ktokolwiek widział, ktokolwiek wie – publ.	21.00 Program lokalny	22.00 Dziennik regionów	
15.00 Serwis Info – pr. inform.	15.10 Polskie parki narodowe – serial dok.	15.40 Słowo daje! – magazyn	15.50 Dlaczego krowa...	16.00 Generali polskich nadziei – Władysław Anders (1)	17.00 Teleexpress	17.20 Gra słów. Krzyżówka	17.50 Teleexpress Extra – inf.	18.15 Stacja Arktika	18.45 Panorama	19.20 Powstanie Warszawskie dzień po dniu (35) – cykl reportaży	19.30 Program informacyjny 19.30	19.55 Pytanie dnia – pr. publ.	20.10 Sport, Pogoda			
6.00 Strażnik Teksasu (15, 16) – serial sensacyjny	8.00 Bogaty dom – biedny dom (127) – reality show	9.00 Policjantki i Policjanci (594-596) – serial obycz.	11.55 Na ratunek 112 (1079, 1080) – paradok.	12.55 Trudne sprawy (878-880) – paradok., Pol.	15.55 Policjantki i Policjanci (1439) – obycz., Pol. 2026	17.00 Trudne sprawy II (1356) – serial paradokumentalny	18.00 Łowcy skarbów. Kto da więcej? (557)	19.00 Wypasiona kuchnia (4) – pr. rozrywk., Pol. 2026	19.05 Policjantki i Policjanci (1440) – obycz., Pol. 2026							
12.00 Psi Patrol 4 – serial anim.	12.35 Marta mówi 2 – anim.	13.00 Gmiesie 4 – serial anim.	13.35 Smerfy – serial anim.	14.00 Baranek Shaun 4 – serial animowany	14.35 Finaes 2 i Ferb 2 – anim.	15.00 Miraculous: Biedronka i Czarna Kot 3 – anim.	16.00 Patryk Rozgwiazda Show – serial animowany	17.00 SpongeBob Kanciastoparty 9 – serial anim.	18.00 Pingwiny z Madagaskaru 3 – serial anim.	19.00 Kacze opowieści – serial animowany	20.00 Lombard. Życie pod zastaw 18 (1001) – serial obyczajowy, Polska 2026					
6.40 Gra słów. Krzyżówka	7.10 Okrasa łamie przepisy	8.20 Familiada – teleturniej	8.55 Va banque – teleturniej	9.25 Koło fortuny – telet., Pol.	10.05 Makłowicz w podróży	10.45 Postaw na milion	12.35 Familiada – teleturniej	13.15 Czerdziesiąt lat później (2) – serial kom.	14.20 Pan Mama (52, 53) – serial kom., Polska 2026	15.30 Tak to leciało!	16.30 Do śmiechu! (12) – rozr.	17.25 Va banque – teleturniej	18.00 Koło fortuny – telet., Pol.	18.35 Okrasa łamie przepisy	19.40 Makłowicz w podróży	20.15 Postaw na milion
5.00 Złomowisko PL 7 (13)	6.00 24 godziny – mag. inf.	7.05 Sport	7.10 Express – pr. inform.	7.35 DeFacto 13 (4, 5)	8.30 Kartoteka 6 (12, 13)	10.35 Detektywi (107, 108)	12.35 Zakup w ciemno 4 (40)	13.35 Zakup w ciemno 8 (4)	14.35 Nic do zgłoszenia 6 (11)	15.35 Złomowisko PL 7 (16)	16.45 Express – pr. inform.	16.58 Pogoda, Sport	17.05 Usterka 14 (26) – serial fab.-dokum., Polska 2021	17.45 Życie na kredycie 7 (7, 8) – reality show, Polska	18.40 Gogglebox. Przed telewizorem 24 (10)	19.45 Express, Pogoda – inf.

OBYCAJOWY	OBYCAJOWY	ROZRYWKA	KOMEDIA SENSACYJNA	ROZRYWKA	REALITY SHOW
22.30 Złoty chłopak (232) Tarik wyznaje Seyran, że wie o jej chorobie. Rodzina Korhanów przybywa do restauracji. Tam dziadek Halis ogłasza, że przekazuje władzę swojemu synowi. 60 min	20.25 Echo serca (11) Magda okłamuje kolegów, że święta spędzi z rodzicami w Berlinie. W rzeczywistości czeka ją samotna wieczera wujgłini. Niespodziewanie otrzymuje zaproszenie od Andrzeja. 50 min	20.15 Gwiazdy Kabaretu (182, 179) – Polska Lubelski Kabaret Zdolni i Skromni (zd.) zaprezentuje skecze: „Kon”, „Widzowie Po” oraz „Musical”. Nie zabraknie również nietypowej rozgrywki z publicznością. 125 min	21.00 Jak dogryźć mafii – USA FILM 2017, reż. Mark Cullen Prywatny detektyw Steve Ford (Bruce Willis, zd.) narazą się mafii. Szeł gangu w odwecie porwuje jego psa. Ford zawiera z bossem układ. Zgadza się odzyskać dla niego walizkę z kokainą. 120 min	22.10 Tygodnik Moralnego Niepokoju – The Best of (1) – Polska 2025 Wybór najlepszych skeczy znanej warszawskiej grupy. Kultowe scenki ukazują codzienne sytuacje w którym zwierciadło i przypominają, że co widzowie kochają ten kabaret. 40 min	20.05 Życie na kredycie 9 (1, 2) – Polska 2026 Perypetie Polaków zmagających się z drożyzną, m.in. przedsiębiorcy prowadzącego lodziarnię nad morzem oraz Bartka, który spłaca długi i nie wstydzi się pożyczać pieniędzy od rodziny. 60 min
23.30 Kryminalna siódemka 23.55 Panorama 0.25 Program informacyjny 19.30 1.20 Kryminalna siódemka 1.40 Dziedzictwo (887) 2.30 Niebezpieczne związki 2.30 Program informacyjny 19.30 3.50 Prywatne życie zwierząt 3 (10) – przyrod.	20.25 Echo serca (11) 20.25 Na sygnale (661, 662) 22.15 Szansa na sukces. Opole 2026 2 (8) 23.15 Panorama 23.45 Zmiennicy (1) – serial komediowy, Polska 1986 0.45 Rodzinka.pl (284) – serial komediowy, Polska 2020 1.10 Szlakiem miejsc niezwykłych: Pomniki historii – cykl reportaży	22.20 Reakcja łańcuchowa – thriller, USA 1996, wyk. Keanu Reeves 0.35 Opowieści o zbrodni (1-4) – serial dokum., Pol. 2.40 Śmierć na 1000 sposobów (11) – dok. 3.00 Gwiazdy Kabaretu (77) 3.25 Lubie disco! (253) – muz. 4.25 Top 10 – lista przebojów – pr. muz. 5.30 Telezakupy TV Okazje	23.00 Bez paniki – thriller, FILM Wielka Brytania 2024 0.55 Pila 5 O – horror, FILM USA/Kanada 2008 3.00 Lombard. Życie pod zastaw 6 (263) – serial obyczajowy, Polska 2020 4.00 Niesamowite! (21, 22) – serial dokumentalny, Pol. 5.00 Kręcimy z gwiazdami 2 (12) – pr. rozr., Pol. 2012	22.50 Kabaret Letnią Porą (44) – pr. rozr., Pol. 2021 23.50 Do śmiechu! (14) – rozr., Polska 2024-2026 0.45 Niepewne sytuacje 3 (5) – pr. rozr., Polska 2026 1.15 Koło fortuny – teleturniej, Polska 2026 2.35 Kabaret Letnią Porą (22) – pr. rozr., Pol. 2021	21.05 Zakup w ciemno extra (23) – reality show, Polska 21.45 Express, Pogoda – inf. 22.00 Kochaj albo wróć (1) – serial dokumentalny, Pol. 23.00 Gogglebox. Przed telewizorem 24 (1, 2) 1.00 Diableni boskie 3 (15, 16) – reality show, Pol. 1.55 Kiedy ktoś kocha bardziej (1, 2) – obycz.

TVP 3	TVP 3 PROGRAMY LOKALNE	TVP HD	KULTURA	ANTENA HD	TV 6
BIAŁYSTOK 17.05 Strefa otwarta 17.25 Wojownicy czasu 17.55 Kreatywni po godzinach 18.05 Przystanek Kultura 18.20 Z Koronkiewiczem przez Podlasie 18.30 Obiektyw 18.50 Sport, Pogoda 19.00 Bez kantów 21.00 Wykrywacz kłamstw 21.20 Pilna sprawa 21.30 Obiektyw BYDGOSZCZ 17.30 Klub Kultura 18.30 Zbliżenia 19.00 Rosół polski 21.00 Jeszcze dzień z życia 21.12 Słowo daje! 21.20 Ekspert ZUS odpowiada 21.30 Zbliżenia 21.45 Sport, Pogoda GDANSK 17.30 Do brzegu 17.50 Polacy na morze 18.15 Czyżewskiego 42 18.30 Panorama 19.00 Zawodowcy 21.00 Bezgranicznie: Karaś&Frej 21.15 Czyżewskiego 42 21.30 Panorama KATOWICE 16.45 Dzień z bliska 17.30 Chodźmy do teatru 17.50 Sobota w Bytkowie 18.15 Wiesz jak jest 18.30 Aktualności 18.55 Pogoda, Sport 19.10 Gramy dla was 21.15 Zdarzyło się 21.30 Aktualności KRAKÓW 16.48 Bohaterowie małych oczyszczeń 17.10 Msza święta dla chorych 18.00 Etno Malopolska 18.30 Kronika 18.55 Tematy dnia 19.16 Turystyczna jazda 21.03 Wykrywacz kłamstw 21.21 Bezbiednie 21.30 Kronika 21.45 Tematy dnia LUBLIN 16.50 Milego popołudnia 17.55 Turystyczna Marka Roztocze 18.10 Zobacz, co słychać 18.30 Panorama lubelska 19.00 Magazyn sportowy 19.15 Scena jest Twoja 21.02 Zdarzenia 21.15 Gość „Panoram” 21.30 Panorama lubelska	ŁÓDŹ 17.10 Reportaż 17.45 Wykrywacz kłamstw 18.05 Za szczybą 18.15 Konkretnie 18.30 Łódzkie wiadomości dnia 18.50 Sport, Pogoda 19.00 Ostatni mistrzowie 21.00 Zapraszamy do nas 21.30 Łódzkie wiadomości dnia POZNAN 16.44 Prosto z lasu 17.00 Wspólne popołudnie 17.30 Teleskop 17.44 Wspólne popołudnie 18.30 Teleskop 18.56 Reportaż sportowy 21.02 Wykrywacz kłamstw 21.22 Litera i Sztuka 21.30 Teleskop RZESZÓW 16.44 Stacja Rzeszów Główny 17.02 Kalejdoskop filmowy 17.10 Msza święta dla chorych 18.01 Studio lato 18.30 Aktualności 19.00 Odkryj regiony 19.13 Podkarpackie tablice i inskrypcje 21.00 Wykrywacz kłamstw 21.30 Aktualności SZCZECIN 16.45 Pensjonat nad rozlewiskiem 17.10 Misja Przyroda! 17.45 Wyższa Szkoła Jazdy 18.15 Witaj w klubie 18.30 Kronika 18.52 Pogoda, Sport 19.10 Gramy dla was 21.15 Zdarzyło się 21.30 Aktualności WARSZAWA 16.45 Dobrego dnia 17.35 Bohaterki 18.00 Zawsze na temat 18.30 TKW 18.42 Kurier Mazowiecki 19.00 Tacy byliśmy 21.00 Zawsze na temat 21.30 Kulier Warszawy i Mazowsza WROCLAW 16.44 Okno na pogranicze 17.15 Fenomeny 17.46 Magazyn Dolnośląski 18.00 Przyszłość jest teraz 18.14 Oblicza kultury 18.30 Fakty 18.58 Rozmowa „Faktów” 19.11 W swoim czasie 21.02 Pamięć zapisana w pikselach 21.16 Rozmowa „Faktów” 21.30 Fakty	7.55 Rodzinka.pl (51, 52) – kom. 8.55 Ojciec Mateusz 29 (381) 9.50 Ojciec Mateusz 30 (382) 10.45 Gra słów. Krzyżówka 11.20 Na sygnale (768, 769) 12.25 Ojciec Mateusz 11 (135) 13.20 Komisarz Alex 22 (270) 14.15 Ranczo 8 (93, 94) – obycz. 16.10 Daję słowo – Maciej Orłoś (2) – talk show 17.10 Okrasa łamie przepisy 17.45 Makłowicz w podróży 18.20 Ojciec Mateusz 29 (378) 19.20 Ranczo 6 (73) – obycz., Pol. 20.10 Rodzinka.pl (250, 251) 21.25 Ojciec Mateusz 34 (445) 22.20 Pogromcy duchów FILM – komedia s.f., USA 1984 0.15 Krew z krwi 3 (7-9) – sens. 3.10 Hit Man – komedia FILM sensacyjna, USA 2023	13.05 Kuba – film dok., Pol. 2023 14.35 „W Polskę idziemy...” czyli jubileusz Wiesława Gołasa – pr. rozr., Pol. 2001 15.45 Wyjazd służbowy 16.40 Polskie drogi (8) 18.25 Video Killed the Radio Star (25) – dok., Wlk. Bryt. 18.55 Rawhide 3 (58) – przyg. 20.00 Trzej muszkieterowie: FILM D’Artagnan – przyg., Niemcy/Belgia/Francja 2023 22.10 Akta Sherlocka Holmesa (2) – krym., Wlk. Bryt./USA 23.10 Kobiety i XX wiek FILM – dramat obycz., USA 2016 1.20 Funeralia – krótkometraż. 1.35 I co jeszcze 2.00 Rożyszerzy (2) – serial dok. 2.55 Nieproszony gość – film FILM obyczajowy, Polska 1986	11.05 Polska. Największe tajemnice (3) – rozr., Pol. 12.05 Co Polak potrafi na drodze? (1) – rozr., Pol. 13.05 Niezwykły dr Pol (15) 14.05 Kłątwa Wyspy Dębów 4 (10) – reality show, USA 15.05 Wojny kontenerowe (8, 9) – serial dokumentalny 16.00 Australijscy poszukiwacze złota 3 (4, 5) – serial dok., Australia 18.00 77 TV 4 (13, 14) – rozr., Pol. 20.00 Morderstwa we Francji FILM – Mont-Saint-Michel – dram. krym., Francja 2022 22.05 Morderstwa we Francji FILM – Wypsy Lerynskie – dram. krym., Francja 2023 0.05 Śmierć na wakacjach FILM – dramat krym., USA 2015	8.55 Kobra – oddział specjalny (108, 109) 11.00 48h. Zaginięci (268-270) 14.00 Policjantki i Policjanci (1240) – serial obycz., Polska 15.00 Uroczysko (125, 126) 16.00 Kobra – oddział specjalny (110, 111) 18.05 Strażnik Teksasu (17, 18) 20.05 CSI: Kryminalne zagadki Miami (183, 184) – krym. 22.00 Kości (159, 160) – krym. 0.00 Obcy – ósmy pasażer FILM „Nostromo” – horror s.f., Wielka Brytania/USA 1979 2.25 Krejzj patrol (22, 23) – serial kryminalny, Polska 3.30 Kochane pieniądze (66, 67) – serial paradokum. 5.35 SuperLudzie Extra – mag. 5.45 Telezakupy TV Okazje

BBC FIRST	ROMANCE TV	COMEDY CENTRAL	TVN FABELA
12.55 Śmierć pod palmami 12 (1, 2) – serial kryminalny 15.45 Ojciec Brown 11 (9) 15.55 Lewis 2 (1) – serial kryminalny, Wielka Brytania 2007 17.00 My Life is Murder 3 (5) – serial kryminalny 18.00 Morderstwa w Midsomer 18 (1) – serial kryminalny, Wielka Brytania 2016 19.55 Śmierć pod palmami 8 (6) – krym., Wlk. Bryt./Fr. 21.00 Po powodzi (3) – krym. 22.00 W cieniu podejrzenia (4) 23.10 Harry Wild 5 (1), reż. Emer Conroy 0.05 Annika (4) – serial krym.	12.25 Wiele krów i czarna owca – obycz., Niem. 2020 14.20 Inga Lindström: FILM Na zawiesz Sommerlund – melodramat, Niemcy 2014 16.15 Käthe i ja: Adoptowane dziecko – dramat obyczajowy, Niemcy 2021 18.05 Górski lekarz (79) – obycz. 20.00 Statek marzeń FILM – Vancouver – film obyczajowy, Niemcy 2023 21.55 Bachmannowie. Stan zagrożenia – komedia, Niemcy 2026 23.50 Górski lekarz (79) – obycz. 1.40 Statek marzeń FILM – Vancouver – film obyczajowy, Niemcy 2023	11.55 Teoria wielkiego podrywku 5 (20-24) – kom. 14.00 Teoria wielkiego podrywku 6 (1) – serial komediowy, USA 2012-2013 14.30 Dwóch i pół (13-16) – kom. 16.30 Przyjaciele 8 (5-10) – kom. 19.30 Gliniarz z Beverly Hills FILM – komedia sens., USA 1984, reż. Martin Brest 21.55 The Office PL 3 (5, 6) 23.00 Comedy Club 12 (1) – rozr. 23.35 Comedy Club 7 (1) – rozr. 0.05 Miasteczko South Park 7 (15) 0.30 Miasteczko South Park 8 (1) 1.00 Pracoholicy 3 (9, 10)	7.45 Detektywi (246-249, 2) 10.55 Lekarze 3 (9) – obycz., Pol. 11.55 Zapukaj do moich drzwi (76, 77) – telen., Turcja 2020 13.55 Młode giny (5) – krym. 14.55 Detektywi – fab.-dok., Pol. 16.05 Na Wspólnej (69) – obycz. 16.40 Motywy filmowe – mag. 16.55 Flash – film s.f., USA/ FILM Kanada/Australia 2023 20.00 Kac Vegas – komedia, FILM USA/Niemcy 2009 22.25 Wydział pościgowy FILM – film sensacyjny, USA 1998 0.55 To – horror, USA/Kanada FILM 2017, reż. Andy Muschietti 3.45 Dziewczyny z Hollywood 3 (16) – rozr. 4.05 Ukryta prawda (1357)

STOPKLATKA

- 6.00 Kabaretowe hity (5)
6.55 Wojciech Cielkowski – bosso przez świat
8.00 Robert Makłowicz (146, 143) – mag. kulin.
9.50 Górski lekarz (6, 7)
11.55 Kryminalne zagadki Mazur (1) – serial kryminalny, Niemcy 2021, wyk. Claudia Eisinger
14.00 Hudson i Rex 8 (4)
15.00 Komisarz Rex – Powrót do Wiednia (1) – serial kryminalny, Austria/Niemcy 2026, wyk. Maximilian Brückner, Ferdinand Seebacher
17.00 Katastrofy w przestworzach (8, 5) – serial dokumentalny



20.00 Wreszcwie piątek:
FILM American Pie – USA 1999, reż. Paul Weitz
Grupa nieporadnych kolegów chce przeżyć inicjację seksualną jeszcze w szkole średniej. Zostało im niewiele czasu. Ostatnią szansą na to doświadczenie jest bal na zakończenie nauki. 120 min

- 22.00** Świadek – dramat
FILM sensacyjny, USA 1985, wyk. Harrison Ford, Kelly McGillis
0.10 Ekstradycja 2 (3, 4) – serial sensacyjny, Polska
2.50 W nich cała nadzieja
FILM – dramat s.f., Polska 2023
4.30 Jaś Fasola (12, 10) – serial kom., Wlk. Bryt.

13 ULICA

- 6.35 Morderstwa w Lille
FILM (Ciche zbrodnie) – film kryminalny, Francja 2017
8.35 Motyw (7, 8) – krym., Kan.
10.25 Bez śladu (11, 12) – krym.
12.20 Kasandra 2 (2) – krym., Fr.
14.15 Tajemnice chóru – film
FILM kryminalny, Francja 2020
16.20 Motyw (9, 10) – krym., Kan.
18.10 Bez śladu (13, 14) – krym.
20.00 Kasandra 2 (3) – krym., Fr.
22.00 Tajemnice Hannah
FILM Swensen 4: Zgnie jabłko – film kryminalny, Kanada 2024
23.55 Potrójna intryga
FILM – thriller, USA 2022
1.55 Motyw (7, 8) – krym., Kan.
3.45 Morderstwa w Lille
FILM (Ciche zbrodnie) – film kryminalny, Francja 2017

SCI FI

- 6.00 Kroniki Spiderwick (2) – serial s.f., USA/Kan. 2024
7.00 Bibliotekarze (3, 4)
9.00 Medium 5 (1, 2) – krym.
11.00 SurrealEstate 3 (7, 8)
13.00 Przygody Merlina 4 (8, 9)
15.10 Medium 5 (3, 4) – krym.
17.10 SurrealEstate 3 (9, 10) – serial grozy, Kanada 2025
19.00 Przygody Merlina 4 (10, 11) – fantasy, Wlk. Bryt.
21.00 Transformers
FILM – film s.f., USA 2007
0.00 Nadchodzący – thriller,
FILM Serbia/USA 2018
1.55 SurrealEstate 3 (9, 10) – serial grozy, Kanada 2025
3.55 Kroniki Spiderwick (1, 2) – serial s.f., USA/Kan. 2024

POLSAT 2

- 5.50 Wydarzenia
6.30 Nasz nowy dom (345)
7.30 Na ratunek 112 (1009, 1010) – paradok.
8.30 Sekrety rodziny (110-112) – paradok., Pol.
11.30 Trudne sprawy (991) – serial paradokumentalny
12.30 Dlaczego ja? (1432, 1433) – paradok.
14.30 Wypasiona kuchnia (4)
14.35 Świat według Kiepskich (313-317) – serial kom., Polska 2009
17.05 48h. Zaginięni (239, 240) – serial kryminalny, Polska
19.05 Gliniarze (1037) – serial paradokumentalny, Pol.
20.05 Ślad (29) – serial krym.
21.05 Gliniarze (967) – paradok.



22.05 Life – USA 2017, reż. Daniel Espinosa
Astronauta Rory Adams (Ryan Reynolds, zd.) i jego kompani badają próbki z Marsa. Czeka ich starcie z inteligentną i zabójczą formą życia. Nie mogą dopuścić, by dotarła na Ziemię. 125 min

- 0.10 Wakacyjni przyjaciele
FILM – komedia, USA 2021
2.35 Wydarzenia
3.15 Ewa gotuje (537) – mag.
4.05 Strzelnica Renaty Mauer (8) – pr. sportowy
5.00 Interwencja – mag.
5.10 Drwale i inne opowieści Bieszczadu (57) – serial dokumentalny
5.30 Telezakupy TV Okazje

POLSAT FILM

- 6.00 Jedziemy na ryby! (31)
7.00 Na ratunek 112 (869) – serial paradok., Pol. 2023
7.30 Doktor Martin (76) – serial obycz., Wlk. Bryt.
8.30 Przyjaciółki (215, 216)
10.25 Świat według Kiepskich (71, 72, 163, 164, 191)
13.25 Ponad wszystko – film
FILM obyczajowy, USA 2017
15.25 Robin Hood – dram. przg., USA/Am. Wielka Brytania 2010
18.20 Szklana pułapka – film
FILM sensacyjny, USA 1988
21.00 Barry Seal: Król przemytu – film biograf., USA/Japonia/Kan. 2017
23.15 Patriotka – dram. hist., USA/USA/Niemcy 2000
2.50 Ślad (44, 45) – serial krym.
4.50 Na ratunek 112 (919, 920)

PARAMOUNT NETWORK

- 10.30 W rytmie hip-hopu – film
FILM obyczajowy, USA 2001
13.00 Czardziejki (3, 7, 8)
15.00 Pingwin z Madagaskaru (18) – serial animowany
15.30 Choć nogi nie masz
FILM – komediodramat, USA 2007
17.45 Wojownicze żółwie
FILM ninja: Wyjście z cienia – film przygodowy, USA/Hongkong/Chiny 2016
20.00 SCS. Zszybki jak błyskawica – film familijny, USA/Japonia/Kanada 2020
22.00 Krzyk – horror, USA 1996, wyk. Drew Barrymore, Roger Jackson
0.05 Babilon – komediodramat,
FILM USA 2022, wyk. Brad Pitt

TVP SERIALE

- 5.30 Rodzinka.pl (143, 144)
6.30 Na sygnale (526, 527)
7.35 Ojciec Mateusz 6 (76)
8.30 Komisarz Alex 9 (108)
9.25 Rodzinka.pl (145) – kom.
10.00 Klan (1492) – telen., Pol.
10.35 Ranczo (13) – obycz., Pol.
11.30 Ranczo 2 (14) – obycz.
12.30 Komisarz Alex 25 (320)
13.30 Ojciec Mateusz 6 (427, 428) – serial krym.
15.25 Komisarz Alex 9 (109) – serial kryminalny, Polska
16.15 Na sygnale (528, 529) – serial fabularno-dokum.
17.25 Ranczo 2 (15, 16) – obycz.
19.30 Ojciec Mateusz 33 (429) – serial kryminalny, Polska
20.30 Ojciec Mateusz 6 (77) – serial kryminalny, Polska



21.30 Ranczo 2 (17, 18) – Polska 2007
We wsi szkuje się pierwsza od lat wizyta biskupa. Na te okazje wójt postanawia przydzielić duchownemu dyskretną ochronę. Dostojnik szybko demaskuje chrząniącego policjanta w cywilu. 120 min

- 23.30 Ojciec Mateusz 33 (430, 431) – serial kryminalny, Polska 2025
1.30 Trzeci oficer (1, 2) – serial sensacyjny, Polska
3.30 Stulecie Winnych 4 (47) – serial obycz., Pol. 2022
4.20 Klan (1492) – telenowela, Polska 2008
4.50 Zaraz wracam 2 (133) – serial obycz., Pol. 2025

HBO

- 11.10 The Last Rifleman – dram.
FILM biograf., Wlk. Bryt./Ir. 2023
12.50 Na planie 23 (36) – mag.
13.15 Kochanek królowej
FILM – dram. historyczny, Dania/Szwecja/Czechy 2012
15.30 The Pitt 2 (7) – serial obycz.
16.25 Blue Moon – dram.
FILM biograficzny, USA/Ir. 2025
18.05 Wieżnia labiryntu
FILM – thriller, USA/Kanada/Wielka Brytania 2014
20.00 Rewolwerowcy
FILM – western, USA 2025
21.40 Ulepszeni – film s.f., **FILM** Kanada/Cyp 2025
23.05 Złodziej z przypadku
FILM – thriller, USA 2025, wyk. Austin Butler, Griffin Dunne
0.50 Piękna i rzeźnik – horror
FILM komediowy, Kan./USA 2020

FX

- 7.00 Kości (14, 15) – serial krym.
9.00 CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas (2) – serial krym.
10.00 CSI: Kryminalne zagadki Miami (24, 25) – krym., USA
11.55 CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku (5, 6)
13.45 Agenci NCIS 10 (5, 6)
15.35 CSI: Kryminalne zagadki Miami (1, 2) – serial krym.
17.25 Z archiwum X (13, 14) – s.f.
19.15 Agenci NCIS: Sydney (9) – serial krym., Australia/USA
20.10 CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku (7, 8)
22.00 Bogowie Egiptu – przg., **FILM** USA/Australia/Chiny 2016
0.35 Z archiwum X (14) – s.f.
1.35 Zabójcze umysły (4-6)

KINO POLSKA

- 6.00 Zwierzęta Wajraka 3 (4, 5) – serial dokum., 2022
6.50 Polska Kronika Filmowa – serial dokum.
7.15 Bolek i Lolek na wakacjach (7, 8) – serial animowany
7.40 Przygody Myszkki (7, 8) – serial animowany, 1978
8.00 Złoty interes (1) – rozr.
8.55 Widzisz? – krótkometraż.
9.25 Noce i dnie (1, 2-ost.)
FILM – film obyczajowy, 1975
13.20 Basia sama w domu
FILM – komedia, 2021, wyk. Magdalena Zaborniak
15.05 Stara baśń – film kostiumowy, 2003
17.20 Pogranicze w ogniu (10, 11) – serial sensacyjny



20.00 Kamienie na szaniec
FILM – 2014, reż. Robert Gliński
Rudy (Tomasz Ziętek, zd.) i jego przyjaciele są harcerzami. Ich plany na przyszłość burzy wybuch II wojny światowej. Młodzi ludzie walczą w obronie ojczyzny. Rudy walczy w ręce Gestapo. 145 min

- 22.25 Sala samobójców.
FILM Hejter – dram. obyczajowy, 2020, wyk. Maciej Musiałowski
1.05 Dom zły O – dram. kryminalny, 2009, wyk. Arkadiusz Jakubik
3.40 Wtorek O – komedia, **FILM** 2001, wyk. Paweł Kukiz, Bolek
5.35 Moje stare – etiuda film.

WARNER TV

- 8.20 Bajer z Bel-Air 2 (14, 15)
9.15 Prawo Agaty 6 (3) – obycz.
10.15 Pełniejsza chata (10, 11)
11.20 Teraz albo nigdy! (6, 7)
13.15 Bajer z Bel-Air 2 (14-17)
15.15 Pełniejsza chata (10-13)
17.45 Dziewczyna
FILM na pożegnanie – komedia romantyczna, USA 1977
20.00 Rodzinne rewolucje
FILM – komedia, USA 2014
22.20 Mroczne cienie – czarna
FILM komedia, USA/Australia/Wielka Brytania 2012
0.25 Rio Bravo – western, USA
FILM 1959, wyk. John Wayne
1.45 Wywiad z wampirem
FILM – horror, USA 1994
3.25 Bez wody zgody – dram. obyczajowy, USA 2009
5.25 Z góry przepraszam (7)

FILMBOX+ ONE

- 9.45 Vera 5 (3) – krym., Wlk. Bryt.
11.45 Zagadki kryminalne panny Fisher (9) – krym.
12.55 Poirot (1) – krym., Wlk. Bryt.
15.05 Strażnik Teksasu (17, 18) – serial sensacyjny, USA
17.05 Vera 5 (4) – krym., Wlk. Bryt.
18.55 Poirot (3) – krym., Wlk. Bryt.
20.00 Immortals. Bogowie i herosi – film fantasy, USA 2011, wyk. Luke Evans, Freida Pinto
22.30 Wróg u bram – dram. wojenny, Niemcy/USA/Irlandia 2001, wyk. Jude Law
1.10 Istota – thriller s.f., **FILM** Kanada/Francja/USA 2009
3.45 Pokój grozy – thriller, USA
FILM 2016, wyk. Miel Raido

AXN

- 6.00 CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 14 (14, 15) – serial kryminalny, USA/Kanada
7.30 Ostry dyżur 4 (15, 16) – serial obycz., USA 1998
9.25 Castle 6 (14, 15) – serial kryminalny, USA 2014
11.20 Rekrut 5 (9, 10) – serial krym., USA 2022-2023
13.10 Dowody zbrodni 4 (18, 19) – serial kryminalny
15.10 FBI 4 (13, 14) – serial kryminalny, USA 2021
17.10 CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 7 (10, 11) – serial kryminalny, USA/Kanada
19.10 Castle 6 (16, 17) – serial kryminalny, USA 2014



21.05 Jumanji – USA 1995, **FILM** reż. Joe Johnston
Dzieci znajdują niezwykle grę planszową. Gdy rzucą ją kostką, uwalniają uwiecznionego w niej przed laty Alana (Robin Williams, zd.). Za nim przybywają groźne zwierzęta i myśliwcy. 125 min

- 23.10 Dzień Świątaka
FILM – komedia, USA 1993, wyk. Bill Murray
1.10 Castle 6 (16, 17) – krym.
3.05 CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 7 (10, 11) – krym., USA/Kan.
5.00 CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 5 (9) – serial krym., USA/Kan.
5.45 Blok promocyjny AXN

ALE KINO+

- 8.50 The Office PL (7, 8) – kom.
10.00 Grantchester 10 (3, 4)
12.05 Detektyw Foyle (3)
13.55 Pęknięte lustro – film
FILM kryminalny, Wlk. Bryt. 1980
16.00 Trzy dni Kondora
FILM – dram. sens., USA 1975
18.15 Detektyw Foyle (4) – serial krym., Wlk. Bryt.
20.10 Sztuka zbrodni – sens., **FILM** Wlk. Bryt./USA/Niemcy 2020
FILM – thriller, USA 2023
0.25 Igrając z ogniem – thriller,
FILM Francja/Belgia 2023
2.10 Kruk 2. Czorny Woron nie śpi (5) – serial krym.
3.20 Pornografia – film obycz., **FILM** jowy, Polska/Francja 2003
5.15 Furioza (3) – dram.
FILM kryminalny, Polska 2020

CANAL+ SERIALE

- 9.50 Siędem cudów świata z Bettany Hughes (3)
10.40 Łapu capu – rozr., Pol. 2026
10.50 Naruto 4 (23-25) – anime
12.20 Łapu capu Extra (8) – rozr.
12.55 The Office PL 2 (4-6)
14.35 Captain Tsubasa (40-42)
16.00 Daleka Północ odkryta na nowo (1, 2) – film dok.
18.00 Spirala kłamstw (1, 2)
20.00 Kontyngent (1, 2)
21.35 Maly Grand Hotel (8)
22.00 The Walking Dead: Daryl Dixon (3, 4) – serial grozy
23.50 Wywiad z wampirem (7)
0.45 Wywiad z wampirem 2 (1) – serial fantasy, USA
1.40 Ekspedycja XD (1-5)
2.40 Kiedy ślub? (7, 8) – kom.

CANAL+ PREMIUM

- 7.30 Girl Climber. Wspinaczka – film dok.
8.55 Zgred – dram.
FILM obyczajowy, Polska 2025
10.20 Kiedy nadchodzi jesień
FILM – dram. obycz., Fr. 2024
12.00 Wszyscy święci – film
FILM obyczajowy, Polska 2002
13.20 Wszystko, czego nie zdaliśmy powiedzieć (8, 9) – kom.
14.25 Milli Vanilli – film dokum.
16.10 Premierowa jazda
16.25 Listy do Julii – komedia
FILM romantyczna, USA 2010
18.10 Łapu capu – pr. rozr., Pol.
18.15 Wicked – musical, USA/**FILM** Kanada/Islandia 2024
21.00 The Walking Dead: Dead City 3 (6)



21.50 Księga ocalenia – USA **FILM** 2010, reż. Albert Hughes
Ziemia po kataklizmie. Wędrowiec Eli (Denzel Washington, zd.) trafia do zbudowanego na zgłiszczach miasta. Rządzi nim Carnegie. Pragnie on zdobyć księgę, której pilnie strzeże przybysz. 115 min

- 23.45 Martwych nie boli
FILM – western, USA/**FILM** Dania/Meksyk 2023
1.50 Wrooklyn Zoo – dram.
FILM obyczajowy, Polska 2024
3.55 Benek – komediodramat, Polska 2007
5.35 Call me lala

CANAL+ FILM

- 11.55 W kogo ja się wrodziłem? – film obyczajowy, Polska 2001
12.55 Kiler-ów 2-óch
FILM – komedia, Polska 1999
14.50 L.A.R.P. Miłość, trole i inne rzeczy – komedia, Polska 2025
16.20 Łapu capu – rozr., Pol. 2026
16.25 Kopnięci w czasie
FILM – kom., Francja/Belgia 2025
18.55 Ultimatum Bourne'a
FILM – sens., USA/Niemcy 2007
19.55 Łapu capu – rozr., Pol. 2026
20.00 Amerykański gangster
FILM – film sensacyjny, USA 2007
22.30 Rust. Legenda Zachodu
FILM – western, USA 2024, wyk. Alec Baldwin, Josh Hopkins
0.45 Miasteczko Shelby Oaks
FILM – horror, Belgia/USA 2024

CANAL+ 360

- 14.00 Zholowani: ciężarówka w opalach 2 (10) – dok.
15.00 Wykrzyczał historii 3 (1)
16.00 Okrety wojenne 2 (2) – dok.
17.00 W trasie z Normanem Reedeusem (1) – serial dok.
18.00 Porzucone konstrukcje (12) – serial dok., Wlk. Bryt.
18.55 Zholowani: ciężarówka w opalach 2 (8) – dok.
19.50 W trasie z Normanem Reedeusem (3) – serial dok.
20.50 II wojna światowa w kolorze: największe bitwy (2) – serial dok., 2021
21.55 Eksperyment: Odsiadka (2) – reality show, Pol. 2025
23.00 Lotnisko na Alasce 5 (10) – serial dokumentalny, USA

TVP SPORT 12.00 Skoki do wody – wieża 10 m synchronicznie mężczyzn 13.05 Skoki do wody – wieża 10 m synchronicznie dziewczyn mieszanych 13.55 Lekkie gadki – mag. 15.00 Piłka nożna – Mecz Legend: Chorzów – Polska – Brazylia 16.55 Piłka nożna: Mistrzostwa Świata 2026 – skróty finałów 17.55 Piłka nożna: Pogoń Grodzisk Mazowiecki – Warta Poznań (live) 20.05 Kamera TVP Sport  20.30 Piłka nożna: Betclit 1. Liga – mecz: Bruk-Bet Termalica Nieciecza – Lechia Gdańsk (live) 23.30 Sportowy wieczór 0.00 Boks: Polska Liga Boks: RKB Wiskok 1995 Rzeszów – Golden Team Nowy Sącz 2.25 Boks: Gala w Meksyku: O. Valdez – R. Medina	EUROSPORT 1 6.00 Kolarstwo: Vuelta a Espana: Vera – Calar Alto 8.30 Tenis: Turniej US Open w Nowym Jorku – mecz 2. rundy gry pojedynczej (live) 10.30 Tenis: Turniej US Open w Nowym Jorku – 2. runda 12.30 Racing for excellence 13.00 Kolarstwo: Tour de l'Avenir – podsumowanie 14.00 Kolarstwo: Vuelta a Espana: Vera – Calar Alto 14.45 Kolarstwo: Vuelta a Espana – 13. etap (live) 17.45 Tenis: Turniej US Open w Nowym Jorku – mecz 3. rundy (live)	POLSAT SPORT 1 6.00 Siatkówka kobiet: Mistrzostwa Europy 2026 9.00 Polsat Futbol Cast – magazyn piłkarski Program poświęcony piłce nożnej. Kibice poznają częściej skrajnie różne opinie na dany temat. 10.00 Siatkówka kobiet: Mistrzostwa Europy 2026 13.00 Siatkówka mężczyzn: Memoriał Huberta Wagnera 15.00 Siatkówka kobiet: Mistrzostwa Europy 2026 17.30 Siatkówka kobiet: Mistrzostwa Europy 2026	TVP ABC 8.10 Ernest i Celestyna 8.20 Dino Kumble 8.30 Wisper 9.00 Tru i Tęczowe Królestwo 9.30 Domisie 10.00 Ugotuj nam bajkę 10.20 Bolek i Lolek 10.45 Reksio 11.05 Paksaj Lucas 2 11.30 Pszczółka Maja 11.55 Strażak Sam 6 12.25 Domisie 13.00 Zaczarowany świat... 13.20 Prys i Bill 13.30 Prys i Bill 2 13.50 Odo  14.05 Jak borsuk z lisem 2 14.45 Topo Gigio 15.10 Laboratorium alchemika 15.20 Al-chemik 15.40 Mała Marinette 16.10 Ropuch i przyjaciele 16.40 Rev i Roll 17.05 Kosmo-kumple	MINIMINI+ 4.32 Księżniczka Hania i Grymasek 4 4.38 Detektyw Lodyga 4 5.05 Bardzo male stworzonka 6.10 Ciekawski George 7 6.39 Ciekawski George 8 7.33 Kicia Kocia 2 8.30 Cloudy & Stormy 9.05 Bing 2 10.00 Edzio i Lusja 11.25 Baczne oczka 11.55 Marta mówi 12.50 Moje urodziny 12.59 Marta mówi 14.00 Basia 2 15.10 Kicia Kocia  15.55 Blaze i megamaszyny 3 17.20 Staś i fajna Babcia 17.50 Moje urodziny 17.57 Staś i fajna Babcia 18.40 Dora i przyjaciele 19.35 Kicia Kocia 2 20.25 Mały Charlie 21.36 Zouk 22.04 Trojaczki 22.42 Polly Pocket 6	TVN 24 7.30 Jeden na jeden – poranny wywiad TVN 24 8.00 Serwis informacyjny, Prognoza pogody 10.00 Serwis informacyjny, Prognoza pogody 11.00 Serwis informacyjny, Prognoza pogody 12.00 Serwis informacyjny, Prognoza pogody 14.00 Serwis informacyjny, Prognoza pogody 15.00 15 na żywo – mag. inf. 16.00 Fakty po południu 18.00 Tak jest – pr. publicyst. 19.15 Serwis informacyjny 19.25 Fakty po Faktach  20.00 Bez kitu – pr. publicyst. 21.00 Polska i świat 22.00 Szkoła kontaktowe 23.00 Dzień po dniu 23.40 Biznes – pr. publicyst. 0.00 Fakty po Faktach 0.50 Bez kitu – pr. publicyst. 1.50 Tak jest – pr. publicyst. 2.45 Nowa Maja w ogrodzie 3.15 Szkoła kontaktowe
CANAL+ SPORT 11.20 Piłka nożna: PKO BP Ekstraklasa: Lech – Jagiellonia 13.40 1 na 1 Extra 14.15 Jej Wysokość Premier League 15.50 Klich. Poza schematem (2) 16.20 Premier League: The Big Interview 16.55 Speedway+ 17.30 Żużel: PGE Ekstraliga: GKM Grudziądz – Włkniarz (live) 20.00 Żużel: PGE Ekstraliga: Gezet Stal Gorzów – Falubaz (live) 22.30 Sporty walki: ONE Friday Fights 169 1.45 Piłka nożna: PKO BP Ekstraklasa – mecz: Piast Gliwice – GKS Katowice 4.10 Premier League Stories	EUROSPORT 2 11.00 Kolarstwo: Vuelta a Espana – 12. etap: Vera – Calar Alto 13.00 Tenis: Turniej US Open w Nowym Jorku – mecz 2. rundy gry pojedynczej (live) 14.30 Tenis: Turniej US Open w Nowym Jorku – 2. runda 16.30 Tenis: Turniej US Open w Nowym Jorku – mecz 3. rundy (live) 19.00 Tenis: Turniej US Open w Nowym Jorku – mecz 3. rundy (live) 22.00 Tenis: Turniej US Open w Nowym Jorku – mecz 3. rundy (live) 1.00 Tenis: Turniej US Open w Nowym Jorku – mecz 3. rundy (live)	POLSAT SPORT 2 6.00 Siatkówka kobiet: Mistrzostwa Europy 2026 8.30 Hokej: LM – mecz: Dynamo Pardubice – GKS Tychy 11.30 Kajakarstwo: Mistrzostwa Świata – Poznań 2026 13.00 Piłka nożna: Puchar Włoch – 2. runda: Cagliari – Hellas 15.00 Siatkówka kobiet: Mistrzostwa Europy 2026 17.30 Siatkówka kobiet: Mistrzostwa Europy 2026 20.00 Piłka nożna: Liga holenderska 22.30 Siatkówka kobiet: Mistrzostwa Europy 2026 23.00 Siatkówka kobiet: Mistrzostwa Europy 2026 1.00 Sporty walki: FEN	NICKELODEON 8.10 Sonic Prime 8.40 Harmidom 3 10.05 SpongeBob Kanciastoparty 10 10.35 SpongeBob Kanciastoparty 9 11.30 SpongeBob Kanciastoparty 14 11.50 Grzmotomocni: Tajniacy 2 12.50 Niebezpieczny Oddział 2 13.20 SpongeBob Kanciastoparty 14 14.20 Harmidom 7 15.20 Harmidom 15.35 Harmidom 2 16.00 Patryk Rozgwieżdża Show 16.30 SpongeBob Kanciastoparty 12	TELETOON+ 8.20 Kumple z dżungli – na ratunek! 8.47 Gadający Tom i przyjaciele 3 9.25 Było sobie życie 9.55 Ki i Hi w Królestwie Pandy 10.24 Angelo rzadzi 10.49 Siostry 2 11.22 Polly Pocket 6 12.16 Charlotte i trzy muszkieterki 12.45 Kumple z dżungli na ratunek! 3 13.13 Kumple z dżungli – na ratunek! 13.39 Polly Pocket 6 14.22 Dinus i Lusja 14.50 Siostry 3 15.19 Polly Pocket 6	TVP Info... TVP INFO 16.00 Dzień w godzinę 16.45 Trochę kultury 17.00 Teleexpress 17.15 Teleexpress Extra 17.35 Panorama 17.42 Wykrzywacz kłamstw 18.00 Panorama 18.30 Forum 19.10 Serwis Info Wieczór 19.30 Program informacyjny 19.30 20.18 Kłamstwo nie przejdzie 21.00 Kwiatki polskie 21.45 Panorama 22.10 Oko na świat 22.30 Program informacyjny 19.30 22.45 112. Magazyn kryminalny 23.00 Wydarzy się jutro
CANAL+ SPORT 2 10.30 Tenis: Turniej WTA w Monterrey – finał gry pojedynczej 13.00 Tenis: Turniej WTA w Monterrey: Camila Osorio – Ann Li 15.20 Tenis: Turniej WTA w Monterrey – mecz 1. rundy: Janice Tjen – Dajana Jastremska 17.35 8 wspaniałych (2) 18.35 Tenis: Turniej WTA w Monterrey: C. Bucsa – A. Bondar 20.55 Piłka nożna: Liga hiszpańska: Real Betis Balompie – Real Madryt (live) 23.15 Tenis: Turniej WTA w Monterrey: P. Urdary – E. Mertens 1.30 Piłka nożna: PKO BP Ekstraklasa – mecz: Górnik Zabrze – Wisła Kraków	ELEVEN SPORTS 1 12.10 Formula 1: Grand Prix Włoch – 1. sesja treningowa (live) 13.55 Formula 3: Grand Prix Włoch – sesja kwalifikacyjna (live) 14.50 Formula 2: Grand Prix Włoch – sesja kwalifikacyjna (live) 15.40 Formula 1: Grand Prix Włoch – 2. sesja treningowa (live) 17.30 Bundesliga Clubs 17.50 Inside Serie A (3) 18.25 Piłka nożna: 2. liga niemiecka – mecz: DSC Arminia Bielefeld – St. Pauli (live) 20.40 Piłka nożna: Liga włoska – mecz: Genoa – Como (live) 22.55 Formula 1: Grand Prix Włoch – 1. i 2. sesja treningowa 1.45 F2: Chasing the Dream	POLSAT SPORT 3 6.00 Piłka nożna: Liga holenderska 8.30 Kajakarstwo: Mistrzostwa Świata – Poznań 2026 11.00 Piłka nożna: Liga holenderska 13.00 Kajakarstwo: Mistrzostwa Świata – Poznań 2026 15.00 Piłka nożna: Liga saudyjska 17.30 Kajakarstwo: Mistrzostwa Świata – Poznań 2026 18.50 Hokej: LM – mecz: Frölunda – SaiPa Lappeenranta (live) 22.00 Piłka nożna: Liga holenderska 0.00 Kajakarstwo: Mistrzostwa Świata – Poznań 2026 2.30 Sporty walki: Babilon MMA	NICK JR. 8.06 Świnka Peppa 7 8.10 Świnka Peppa 4 8.25 Pan Krokodyl 8.55 Barabapapa i jego rodzinka 9.25 Barabapapa – szczęśliwa rodzinka 9.45 Tim Rex wśród gwiazd 10.50 Świnka Peppa z móż 11.20 Dora 5 11.50 Zwierzęta zagadki 12.20 Rube i jego ekipa 3 12.50 Psi Patrol 3 13.50 Barabapapa i jego rodzinka 2 14.40 Rogata ekipa 4 15.10 Zwierzęta zagadki 16.30 Dora 5 17.00 Pan Krokodyl	DISNEY JUNIOR 8.00 Spidey i superkumple 2 8.30 Jej Wysokość Zosia: Królewska Szkoła Magii 2 9.00 Klub Myszkki Miki Plus 10.00 Blue 2 11.00 Jej Wysokość Zosia: Królewska Szkoła Magii 2 11.30 Psia Brygada 12.00 Spidey i superkumple 2 12.30 Blue 3 13.00 Klub Myszkki Miki Plus 14.00 Superkoty 14.30 Jej Wysokość Zosia: Królewska Szkoła Magii 15.00 Iron Man i super ekipa 15.30 Spidey i superkumple 2 16.00 Blue 3 17.00 Klub Myszkki Miki Plus	POLSAT NEWS 8.00 Nowy dzień 10.00 W rytmie dnia 12.50 Wydarzenia 12.50 13.30 W rytmie dnia 15.30 Sport 15.50 Wydarzenia 15.50 16.30 Punkt widzenia Jankowskiego 18.00 Najważniejsze pytania 19.15 Gość „Wydarzeń” 19.50 Debaty Gozdry 21.50 Wydarzenia wieczorne 22.30 Dzień na świecie 23.30 Obraz dnia 0.00 Najważniejsze pytania 1.25 Punkt widzenia Jankowskiego 2.40 Wydarzenia wieczorne
CANAL+ SPORTS 10.15 Ekstraklasa na gorąco 11.20 Premier League Stories (2) 11.50 Premier League: The Big Interview (3) 12.25 Speedway+ 13.00 Dart: Czech Darts Open (live) 17.30 Żużel: PGE Ekstraliga: GKM Grudziądz – Włkniarz (live) 20.00 Strongman: PP – Kolo 2026 21.00 Dart: Czech Darts Open (live) 23.15 Piłka nożna: PKO BP Ekstraklasa – mecz: Piast Gliwice – GKS Katowice 1.45 Premier League Preview	ELEVEN SPORTS 2 12.00 Piłka nożna: Liga niemiecka – mecz: BVB – Hamburger SV 14.00 Piłka nożna: Liga włoska: Juventus – Parma Calcio 1913 16.00 Piłka nożna: Liga niemiecka: Lipsk – Borussia M'gladbach 17.55 Bundesliga Weekly (3) 18.25 Piłka nożna: 2. liga niemiecka – mecz: Hannover 96 – Karlsruher SC (live) 20.40 Bundesliga Clubs 21.00 Piłka nożna: Liga francuska – mecz: Paris Saint-Germain – AS Monaco (live) 23.10 Inside Serie A (3) 23.45 Bundesliga Clubs	POLSAT PLAY 6.00 Budowlaney 6.30 Kolowrotek 7.00 Dorwać tuńczyka 9.00 Wojny magazynowe 15 10.00 Wojny kontenerowe 11.00 Hardkorowy lombard 14.00 Polacy za granicą 16.00 Złomiarze – serial dokumentalny 18.05 Poszukiwacze historii – serial dokumentalny 20.05 Chłopi 22.00 Zawód glina 23.05 Łowca pedofilów 4.00 Starożytni kosmici	TVN TURBO 8.20 Gadźet 4.0 9.20 Fani czterech kółek 18 11.15 Złomowisko PL 10 12.15 Naprawy nie do naprawy 13.00 Zawodowi handlarze 14.30 Wojny samochodowe 16.30 Jeździć, obserwować 18.00 Raport Turbo 18.15 Uwaga! Pirat 20.30 Z drugiej ręki 22.00 Raport Turbo 22.15 Zawodowi handlarze 23.45 Naprawy nie do naprawy 1.15 Nic do zgłoszenia 2.15 Megatransporty 3.45 Wypad z kraju 2	TVS 5.30 Pismo ciekawostek 6.00 Telesprzedzą 10.05 Dzisiaj w regionie 10.20 Ekonomia 10.50 Wochenblatt TV 11.10 Dzisiaj w regionie 11.25 Muzyczne dzień dobry 12.50 Klachy i Lachy 14.30 Hansi Hinterseer zaprasza 16.55 Muzyczne podróże 18.00 Koncert żywcem 19.05 Koncert w TVS 21.05 Koncert w TVS 22.55 Szlagierowa lista 0.55 Program muzyczny	TV TRWAM 18.15 Westerplatte młodych 19.00 Warto zauważyć... w mijającym tygodniu 19.30 Historie Starego Testamentu 19.45 Modlitwa z telefonicznym udziałem dzieci 20.00 Informacje dnia 20.20 Różaniec 20.50 Kartka z kalendarza – powstanie warszawskie 21.00 Apel Jasnogórski 21.20 Informacje dnia 21.40 Polski punkt widzenia 22.00 Kto ratuje jedno życie – film dokumentalny, Polska

OBCY: ZIEMIA

Zło nigdy nie śpi

Nowość w TV!

Przez niego zapomnieliśmy o zielonych ludzikach z Kosmosu!

Kultowy potwór powraca w serialowej odsłonie i trafia prosto na naszą planetę. Gotowi na dawkę czystego strachu?



Długie zębiska i ostre pazury – oto Ksenomorf z „Obcy kontra Predator” (Disney+). Kto mu się przeciwstawi?

➔ OBCY: ZIEMIA SO 5.09
godz. 20.00 FX

Dla wielu z nas to jedno z najbardziej przerażających wyobrażeń kosmity w historii kina – ogromna, czarna, połyskująca od śluzu i śliny istota, przypominająca hybrydę człowieka, maszyny i owada, z zębami ostrymi jak brzytwy. Ksenomorf, czyli tytułowy obcy, został zaprojektowany przez szwajcarskiego artystę H.R. Giger, który przeniósł na ekran własne nocne koszmary i fobie. Do stworzenia potwora wykorzystał m.in. prawdziwą ludzką czaszkę, przerwatwy (jako „ścięgna”) oraz lubrykanty. – Chciałem stworzyć coś estetyczne-go, co hipnotyzuje, od

W serialu „Obcy: Ziemia” Wendy (Sydney Chandler), hybryda dziewczyny i maszyny, musi stoczyć walkę ze złem z Kosmosu i potężną korporacją.

czego nie możesz oderwać wzroku, mimo że potwornie się tego boisz – tłumaczył. Niezwykły styl Gigera, łączący piękno, śmierć, erotykę i maszyny, zachwylił Ridleya Scotta, reżysera pierwszego filmu z cyklu.

Każdy musi się bać

„Obcy: Ósmy pasażer Nostromo” z 1979 roku okazał się przełomem w dziejach horroru. Miał przerażać do szpiku kości nie tylko widzów, ale samych twórców i aktorów podczas zdjęć. Wielokrotnie na planie dochodziło do wybuchów paniki, jak np. w scenie „narodzin” obcego – gdy z klatki piersiowej Johna Hurta wyskoczył mały Ksenomorf, a na obsadę wytrysnął gejzer sztucznej krwi. Załamania nerwowe wśród aktorów były na porządku dziennym, a Ridley Scott miał celowo manipulować nimi, aby wydobyć z nich autentyczny, paraliżujący strach.

Dodatkowo napięta atmosfera i granie w ciasnych kombinezonach i kaskach kończyło się często omdleniami i podduszeniami. Przed Sigourney Weaver, wcielającą się w twardą Ellen Ripley, było więc niełatwe zadanie – poskromić swój strach i przeistoczyć się w nieustraszoną bohaterkę z karabinem...

Prawdziwe potwory... to ludzie?

Cykl o obcym okazał się ogromnym sukcesem – nakręcono 9 filmów pełnometrażowych, a w planach są kolejne! Od 5 września zaś po raz pierwszy w polskiej telewizji będziemy mogli oglądać serial rozgrywający się w świecie Ellen Ripley i androida Davida, czyli „Obcy: Ziemia”. Reżyser i scenarzysta Noah Hawley pragnął powrócić do kolebki „Obcego” i opowiedzieć historię o potworze wciąż mrożącym nam krew w żyłach. W odróżnieniu od



Sklonowana 200 lat po śmierci Ripley w „Obcym: Przebudzenie” (Disney+) zamierza uciec ze stacji opanowanej przez obcych.



Android David (Michael Fassbender) w „Prometeuszu” (Disney+) chce zgłębić wiedzę o Inżynierach i ich cywilizacji.

wcześniejszych produkcjach tym razem akcja rozgrywa się na naszej planecie. Zamiast klaustrofobicznych korytarzy statków kosmicznych i bezkresnych przestrzeni Wszechświata czy starożytnych kolonii po raz pierwszy możemy zobaczyć, jak wygląda serce ludzkiej cywilizacji w 2120 roku. Ta wizja przyszłości nie napawa optymizmem. Ziemia staje się areną bezwzględnej walki o technologiczną dominację pomiędzy pięcioma korporacjami w wyścigu po sekret nieśmiertelności i przedłużenia ludzkiego życia. Dowiadujemy się też, że to właśnie działania korporacji Weyland-Yutan sprawiły, iż Ksenomorf trafił na Ziemię na dwa lata przed startem statku Nostromo. Nic dziwnego, że Ellen Ripley i jej załoga wyruszyli na misję kosmiczną, chcąc uciec jak najdalej od brudnej walki o władzę i ludzkiego zepsucia... **PM**



Na żywo

Belgijski piosenkarz Danzel często występuje w Polsce.

Gwiazdą wieczoru będzie Edyta Górniak.

LATO Z RADIEM I TELEWIZJĄ POLSKA

Wielki finał trasy!

➔ **LATO Z RADIEM I TELEWIZJĄ POLSKĄ SO 5.09 godz. 20.00 TVP 2**

Zgodnie z zapowiedzią mi wielki finał tegorocznej trasy „Lata z Radiem i Telewizją Polską” odbędzie się w Białych Błotach – malowniczej miejscowości położonej zaledwie 2 kilometry od Bydgoszczy, w obrębie Pradoliny Toruńsko-Eberswaldzkiej i Puszczy

Bydgoskiej. Już o godz. 7.30 „Pytanie na śniadanie” będzie nadawać z głównego placu przy ul. Czeremchy, a wieczorem, o godz. 20.00, w tym samym miejscu rozpocznie się koncert z udziałem muzycznych gwiazd. Wystąpią m.in. Edyta Górniak, Natalia Kukulska, Big Day, Big Cyc, Wanda i Banda, Mateusz Ziółko, Staszek Karpiel-Bułecka, Danzel i Mietek Szcześniak. **MJ**

Nowy sezon



Krawat, który Kamil będzie nosił nawet w prosektorium, to pamiątka z podróży na Hawaje. Styl nowego kolegi nie umknie uwadze Artura.

KOMISARZ ALEX 26

Elegancki? Zawsze i wszędzie!

➔ **KOMISARZ ALEX 26 SO 5.09 godz. 20.25 TVP 1**

Już na początku 26. sezonu w serialu pojawi się nowy patolog – Kamil Wichrowski (w tej roli Krzysztof Szczepaniak), który na czas nieobecności Leona (Janusz Chabior) przejmie jego obowiązki. Legendarny specjalista wyjedzie bowiem do Anglii z gościnnymi wykładami, a jego miejsce zajmie dawny wychowa-

nek. Już pierwsze spotkanie Kamila z komisarzem Arturem Dębem (Karol Dziuba) pokaże, że nowy patolog łączy ogromną wiedzę z poczuciem humoru i świetnym gustem muzycznym. Zamiast typowej dla prosektorium ciszy w pomieszczeniu zabrzmi dobry jazz. Kamil od razu wyraźnie zaznaczy też, że nawet przy sekcji zwłok nie rezygnuje z elegancji. **BD**

MASKA ZORRO

Szpada, honor i miłość

➔ **MASKA ZORRO SO 5.09 godz. 14.45 POLSAT**

Po latach spędzonych w więzieniu Zorro (Anthony Hopkins) wychodzi na wolność i szuka następcy. Wybiera złodziejzka Alejandro (Antonio Banderas). Czekają kurs szermierki, manier i... miłości, gdy zakochuje się w córce gubernatora, Elenie. Catherine Zeta-Jones dostała tę rolę, gdy Steven Spielberg,

producent filmu, zobaczył ją w telewizyjnym „Titanicu”. Słynne rozcinanie jej sukni nakręcono na żywo – kostium zrobiono tak, by rozpadł się sam. A świetne sceny walki na szpady to zasługa trenera aktorów Boba Andersona – olimpijskiego szermierza, który w „Gwiezdnym wojnach” zakładał kostium Darth Vadera i walczył z Lukiem Skywalkerem. **ACZ**



Don Diego, Elena i Zorro wciągają się w groźną intrygę.

MECZ LEGEND. CHORZÓW: POLSKA – ANGLIA

W Kotle Czarownic

➔ **MECZ LEGEND. CHORZÓW: POLSKA – ANGLIA SO 5.09 godz. 15.55 TVP 1**

Stadion Śląski w Chorzowie znów będzie areną wyjątkowych zmagania. To tam rozegrany zostanie mecz futbolowych legend, w którym na murawę wybiegną gwiazdy piłkarskiej reprezentacji Polski i Anglii. W polskiej drużynie zagrają m.in. Zbigniew Boniek, Dariusz

Dziedkanowski i Euzebiusz Smolarek. Po stronie Anglii wystąpią m.in. John Terry, Robbie Fowler i Joe Hart. Spotkanie nawiąże do jednego z najbardziej pamiętnych rozdziałów polsko-angielskiej rywalizacji – historycznego meczu z 6 czerwca 1973 roku, kiedy Polska pokonała Anglię 2:0 w Chorzowie, a stadion zyskał przydomek „Kotła Czarownic”. **MP**

Jedną z gwiazd meczu będzie Zbigniew Boniek.



Na żywo

TVP 1

- 5.20 Pytanie dnia** – program publicystyczny, Polska 2026
- 5.40 Reporterzy** – magazyn reporterów
- 5.55 Oko na świat** – magazyn, Polska 2024-2026
- 6.20 Balans bieli** – program religijny, Polska 2025
- 7.00 Transmisja mszy świętej z Sanktuarium Matki Bożej na Jasnej Górze**
- 7.40 Rok w ogrodzie** (1181)
- 8.05 Rok w ogrodzie extra** (454)
- 8.20 Pełnosprawni** (668) – magazyn dla niepełnosprawnych
- 8.50 Ranczo 10** (127): Dominator – serial obyczajowy, Polska 2016
- 9.50 Komisarz Alex 25** (310): Psi przyjaciel – serial kryminalny, Polska 2020
- 10.50 Ojciec Mateusz 20** (253): Ufo – serial kryminalny, Polska 2018
- 11.45 Dobre strony:** Małgorzata Szumowska i Krzysztof Zalewski – cykl felietonów, Polska 2024
- 12.00 Gwiazdy w południe: El Dorado** – western, USA 1967, reż. Howard Hawks
- 14.25 Okrasa łąmie przepisy:** Smak jesiennej maliny – magazyn kulinarny, Polska 2022
- 15.00 Skróty z konferencji Jesień 2026** – reportaż
- 15.55 Piłka nożna** – Mecz Legend – 1. połowa meczu: Polska – Anglia (live) (patrz obok)
- 16.50 Teleexpress**
- 17.00 Piłka nożna** – Mecz Legend – 2. połowa meczu: Polska – Anglia (live)
- 18.40 Jaka to melodia?** – teleturniej muzyczny
- 19.30 Program informacyjny 19.30**
- 19.55 Pytanie dnia** – program publicystyczny, Polska 2026



15.55 SPORT

Piłka nożna

Na Stadionie Śląskim w Chorzowie zmierzą się legendy polskiego i angielskiego futbolu. W składzie Białe-Czerwonych zobaczymy m.in. Łukasza Piszczka (zdj.), Zbigniewa Bońka i Tomasza Hajto. W barwach ekipy z Wysp Brytyjskich wystąpią m.in. John Terry i Robbie Fowler. **55 min**



20.25 KRYMINALNY

Komisarz Alex 26

Podczas spaceru nad Wisłą Alex jest jedynym świadkiem zbrodni. Wkrótce w rzece zostaje znalezione ciało. Dłbiec (Karol Dziuba, zdj.) z ekipą badającą sprawę. **60 min**

TVP 2

- 5.15 Barwy szczyścia** (3387, 3388) – serial obyczajowy, Polska 2026
- 6.25 M jak miłość** (1935) – serial obyczajowy, Polska 2026
- 7.30 Pytanie na śniadanie – pobudka** – magazyn, Polska 2026
- 7.55 Pytanie na śniadanie Górna półka smaku** (2) – magazyn kulinarny, Polska 2026
- 11.55 Zmiennicy** (15-ost.): Nasz najdroższy – serial komediowy, Polska 1986 (patrz obok)
- 13.05 Panna młoda** (189) – serial obyczajowy, Turcja 2024
- 14.00 Familiada** – teleturniej
- 14.35 Koło fortuny** – teleturniej, Polska 2026
- 15.15 Szansa na sukces. Opole 2026 2** (8): Poparzeni Kawą Trzy – widowisko, Polska 2026
- 16.20 Na dobre i na złe** (995): Co masz zrobić jutro, zrób dzisiaj – serial obyczajowy, Polska 2026
- 17.20 Panna młoda** (190) – serial obyczajowy, Turcja 2024
- Tajemniczy darczyńca zaprasza Hancer na kolację. Siła przyjmuje propozycję Engina i zgadza się prowadzić jego dom. Mukadder konfrontuje się z Deryą, domagając się wyjaśnień. **55 min**
- 18.15 Omnibus – szybcy i mądrzy** – teleturniej, Polska 2026
- 19.10 Słowo na niedzielę**
- 19.25 Rodzinka.pl** (312): Ćciani – serial komediowy, Polska 2026
- Kuba stara się zaimponować Soni. Kacper ponownie poucza brata. Tomek wpada w panikę, przekonany, że Magdzie odeszły wody. W grobie przyjaciół trwa świętowanie imienin Natalii. Ludwik godzi się z Markiem. **35 min**



11.55 KOMEDIOWY

Zmiennicy

Jacek (Mieczysław Hryniewicz, zdj.) i Kasia (Ewa Blaszczyk, zdj.) dowiadują się, że wysokość wkładu, jaki muszą wnieść do spółdzielni mieszkaniowej, przekracza ich możliwości. Odbywa się licytacja, na której wystawiono tak-sówkę. Gonschorek, Klusek i Kuśmider mają plan. **70 min**



20.00 WIDOWISKO

Lato z Radiem i Telewizją Polską

W Białych Błotach publiczność będzie bawić się w rytm niezapomnianych przebojów. Zaprezentują się m.in. Edyta Górniak i Alicja Szemplińska (zdj.). **135 min**

POLSAT

- 4.40 Disco Gramy** – program muzyczny, Polska 2026
- 5.25 Telezakupy TV Okazje**
- 6.00 Nowy dzień** – program informacyjny
- 8.00 halo tu polsat** – magazyn, Polska 2026
- 11.25 Nasz nowy dom** (372) – reality show, Polska 2026
- Elżbieta Romanowska odwiedza ośrodek szkolno-wychowawczy. Zaplecze sportowe placówki pozostawia wiele do życzenia. Nie jest przystosowane do potrzeb niepełnosprawnych. **80 min**
- 12.45 Małolatki na obozie** – film familijny, USA 2007, reż. Fred Savage, wyk. Cuba Gooding Jr., Paul Rae, Richard Gant, Lochlyn Munro (patrz obok)
- Sequel hitu „Małolatki u taty” z 2003 roku, w którym wystąpił Eddie Murphy. Jest to również debiut reżyserki aktora Freda Savage’a, znanego z roli Kevina Arnolda w serialu „Cudowne lata”. **120 min**
- 14.45 Maska Zorro** – film przygodowy, USA/Meksyk 1998, reż. Martin Campbell, wyk. Antonio Banderas, Anthony Hopkins, Catherine Zeta-Jones, Stuart Wilson (patrz obok)
- Za kamerą stanął twórca „Casino Royale”. Dwie nominacje do Oscara i Złotego Globu, w tym dla odtwórcy głównej roli Antonio Banderasa. Występ w filmie przyniósł mu światową sławę. **165 min**
- 17.30 Awantura o kasę** – teleturniej, Polska 2026
- 18.50 Wydarzenia**
- 19.15 Prezydenci i premierzy** – pr. publicyst., Polska
- 19.25 Wypasiona kuchnia** (6) – program rozrywkowy, Polska 2026
- 19.35 Sport, Pogoda**



12.45 FAMILIJNY

Małolatki na obozie

Dwaj ojcowie, Phil (Paul Rae, zdj.) i Charlie (Cuba Gooding Jr., zdj.), organizują letni wypoczynek dla dzieci. Przekonują się, że opieka nad niesfornymi maluchami przerasta ich możliwości. Zwracają się do pułkownika Hinton (Richard Gant) o wsparcie. **120 min**



14.45 PRZYGODOWY

Maska Zorro

XIX wiek. Obrońca pokrzywdzonych, Zorro (Anthony Hopkins), wychodzi po latach z więzienia. Postanawia mianować swoim następcą złodzieja Murrietę (Antonio Banderas, zdj.). **165 min**

REKLAMA

SOBOTA | 18:00
ELEVEN SPORTS 2
INTER MEDIO LAN
SSC NAPOLI

SOBOTA | 18:00
ELEVEN SPORTS 2
SERIE A
NOWY SEZON
LIGI WŁOSKIEJ
W ELEVEN SPORTS!

NIEDZIELA | 20:45
ELEVEN SPORTS 1
JUVENTUS FC
AG MILAN

- 20.05 Sport, Pogoda**
- 20.25 Komisarz Alex 26** (321): Alex to widział – serial kryminalny, Polska 2026 (patrz obok)
- 21.25 Hit na sobotę: Jedno życie** – dramat biograficzny, Wielka Brytania 2023, reż. James Hawes, wyk. Anthony Hopkins, Johnny Flynn, Lena Olin, Helena Bonham Carter (patrz obok)
- 23.25 Filip** – dramat wojenny, Polska 2022, reż. Michał Kwieciński, wyk. Eryk Kulm, Victor Meutelet, Caroline Hartig, Zoe Straub
- 1.35 Biała odwaga** – dramat wojenny, Polska 2024, reż. Marcin Koszałka, wyk. Filip Pławiak, Julian Świążewski, Jakub Gierszał
- 3.40 Jaka to melodia?** – teleturniej muz. **4.30**



21.25 BIOGRAFICZNY

Jedno życie

Brytyjczyk Nicholas Winton jest poruszony dramatem żydowskich uchodźców z Niemiec i Austrii. Zaczyna organizować transporty do Anglii. Wspiera go matka Babi (Helena Bonham Carter, zdj.). **120 min**

- 20.00 Lato z Radiem i Telewizją Polską:** Białe Błota – widowisko, Polska 2026 (patrz obok)
- Finałowy koncert ogólnopolskiej trasy, która objęła 12 miast, zapowiada się imponująco. Wystąpią Natalia Szroeder, Natalia Kukulska, Big Day czy Staszek Karpiel-Bulecka. **135 min**
- 22.15 Gabi Drzewiecka zaprasza** (1) – talk-show
- 23.15 Bezpieczna przystań** – melodramat, USA 2013, reż. Lasse Hallström, wyk. Julianne Hough, Josh Duhamel, Cobie Smulders, Irene Ziegler (patrz obok)
- 1.15 Wszystko, co kocham** – dramat obyczajowy, Polska 2009, reż. Jacek Borcuch
- 2.55 Akacja 38** – telenowela, Hiszpania 2015-2021 **4.30**



23.15 MELODRAMAT

Bezpieczna przystań

Katie (Julianne Hough, zdj.) przyjeżdża do Southport. Za sprawą przypadku nawiązuje znajomość z Alexem (Josh Duhamel, zdj.). Jej życie komplikuje jednak mroczna przeszłość. **120 min**

- 19.55 Kabaret na żywo. Młodzi i Moralni** (1) – program rozrywkowy, Polska 2026 (patrz obok)
- 22.00 Szklana pułapka 5** – film sensacyjny, USA 2013, reż. John Moore
- John McClane (Bruce Willis) jedzie do Rosji, aby odnaleźć swojego syna, który okazuje się agentem CIA. Wspólnymi siłami muszą udaremnić atak nuklearny. **125 min**
- 0.05 Ciemniejsza strona Greya** – melodramat, USA/Chiny 2017, reż. James Foley
- Ana (Dakota Johnson) wie, że luksusowe życie u boku Graya (Jamie Dornan), który stara się zrezygnować z przesadnej kontroli. **160 min**
- 2.45 Pitch Perfect 3** – komedia muzyczna, USA/Chiny 2017, reż. Trish Sie



19.55 ROZRYWKOWY

Kabaret na żywo. Młodzi i Moralni

Jubileuszowy występ Kabaretu Skępców Męczących (zdj.) w amfiteatrze Kadzielnia w Kielcach. Grupa zaprezentowała swój program „Jeszcze nigdy nie było tak dobrze”. **125 min**

tvn	TVN	DVB T2	puls	TV PULS	DVB T2	TVN 7	DVB T2
5.40 Uwaga! – magazyn reporterów 5.55 Ukryta prawda (1466) – serial paradokumentalny, Polska 2023 6.50 Kobieta na krańcu świata (1) – serial dokumentalny, Polska 2026 Martyna Wojciechowska odwiedza Sundarbany na granicy Indii i Bangladeszu. Poznaje kobiety, m.in. Kabitę Mondal, których mężowie zginęli wskutek ataku tygrysa. 55 min 7.45 Dzień Dobry TVN – magazyn 11.30 Dobrze zrobione w domu (3) – magazyn poradnikowy, Polska 2026 Przewodnik po remontach oraz wykańczaniu wnętrz. Wiesław Skiba pokazuje, jak samodzielnie radzić sobie z typowymi problemami, np. podczas budowy domu. 10 min 11.40 Na Wspólnej (4268-4271) – serial obyczajowy, Polska 2026 W dniu pogrzebu Marii do baru przychodzi Dorota, która była z Włodkiem w chwili śmierci jego żony. Zięba prosi ją, by została na uroczystości. Później przy grobie matki pojawia się Grzegorz. 100 min 13.20 The Floor. VIP Challenge – teleturniej, Polska 2026 15.40 Lara Croft: Tomb Raider FILM – film przygodowy, Wielka Brytania/Niemcy/USA 2001, reż. Simon West, wyk. Angelina Jolie, Jon Voight, Iain Glen, Noah Taylor (patrz obok) Film przygodowy ze świetnymi efektami specjalnymi i scenami walk, którego główną bohaterką jest wzorowana na słynnej postaci z gry komputerowej. W tej roli utalentowana Angelina Jolie. 135 min 17.55 Taskmaster (1) – program rozrywkowy, Polska 2026 19.00 Fakty 19.30 Sport 19.35 Raport US Open (7) – magazyn sportowy, Polska 2026 19.40 Pogoda 19.45 Azja Express (1) – reality show, Pol. 2026 (patrz obok) 21.35 Bohemian Rhapsody FILM – dramat biograficzny, Wielka Brytania/USA 2018, reż. Bryan Singer, wyk. Rami Malek, Lucy Boynton, Gwilym Lee, Ben Hardy (patrz obok) 0.15 Strażnicy – film s.f., USA 2009, reż. Zack Snyder Zamordowano Komedianta, jednego z herosów, którzy walczyli ze złem. Rorschach (Jackie Earle Haley) postanawia ostrzec resztę superb bohaterów, m.in. Jedwabną Zjawę (Malin Akerman). Trafiają oni na trop intrygi. 205 min 3.40 Uwaga! – magazyn reporterów 4.00 Młode gliny (3) – serial kryminalny, Polska 2026 5.05 Nauka jazdy 5 (24) – program rozrywk., Pol. 2022	 15.40 PRZYGODOWY Lara Croft: Tomb Raider Dzielną archeologką (Angelina Jolie, zdj.) odziedziczyła po ojcu zamilowanie do poszukiwania skarbow. Pewnej nocy natrafia na starożytny zegar – klucz do odnalezienia przedmiotu dającego władzę nad czasem oraz przesłania. Chce go zdobyć bractwo iluminatów. 135 min 19.45 REALITY SHOW Azja Express (1) Osiem par, w tym Mateusz Banasiuk oraz jego siostra Aldona (oboje na zdj.), bierze udział w wyścigu przez Indonezję, Malezję i Singapur. Na trasie uczestnicy mierzą się z upałem i serią trudnych zadań. Start wyprawy ma miejsce na Bali. Duety muszą jak najszybciej wydstać się z turystycznego raj. 110 min 21.35 BIOGRAFICZNY Bohemian Rhapsody Farrokh „Freddie” Bulsara (Rami Malek, zdj.) zostaje wokalistą zespołu Smile. Pod nową nazwą, Queen, formacja odnosi światowy sukces. Jej lider traci kontrolę nad swoim życiem. 160 min	6.00 Kobra – oddział specjalny (17, 18, 1) – serial sensacyjny, Niemcy Pewna prawniczka staje się świadkiem napadu, który ma tragiczny finał. Semir i Paul stwierdzają, że zdarzenie to miało być jedynie przykrywką dla zbrodni. 180 min 9.00 Tak! jest świat 11 – program informacyjny, Polska 2026 Anna Bogusiewicz podsumowuje kluczowe wydarzenia minionego tygodnia. Wyjaśnia, jak wpływają one na codzienne życie Polaków, co pozwala lepiej zrozumieć bieżącą sytuację. Ważnym elementem są również rozmowy z inspirującymi gośćmi, którzy dzielą się swoimi doświadczeniami, a także spojrzeniem na aktualne kwestie. 25 min 9.25 Boso przez świat: Waniilia – cykl reportaży, Polska 2009 Wojciech Cejrowski zabiera widzów na jedną z madagaskarskich plantacji waniili. Przybliża historię tej rośliny oraz osobliwości dotyczące uprawy i obróbki jednej z najdroższych przypraw. 35 min 10.00 Lombard. Życie pod zastaw 14 (721, 723, 725, 727, 729) – serial obyczajowy, Polska 2024 Czternastoletnia Luiza w ramach tajnego wyzwania ma spędzić sama 48 godzin w bunkrze. Choruje na niewydolność nerek i stanowi to dla niej zagrożenie. Nastolatka kupuje w lombardzie latarkę, termos oraz powerbank. 300 min 15.00 Lombard. Życie pod zastaw 19 (1010-1014) – serial obyczajowy, Polska 2026 Adam Kocłowski organizuje nielegalne walki bokserskie. Po jednej z nich umiera Olek, a policja otrzymuje anonim o procederze. Detektyw Babula planuje akcję pod przykrywką. Andżelika i Mariusz wciąż walczą o porwanego przez Noemi Igora. Każdy trop jest na wagę złota. 300 min 20.00 Mocne sobotnie kino: Liberator 2 – film sensacyjny, USA 1995, reż. Geoff Murphy, wyk. Steven Seagal, Eric Bogosian, Everett McGill, Katherine Heigl (patrz obok) 22.05 Elita zabójców – film sensacyjny, USA/Australia/Wielka Brytania 2011, reż. Gary McKendry, wyk. Robert De Niro, Jason Statham, Yvonne Strahovski, Clive Owen (patrz obok) Scenariusz filmu inspirowany jest powieścią autorstwa Raula Fienessa. 150 min 0.35 Akt zemsty – film sensacyjny, Bułgaria/USA 2017, reż. Isaac Florentine, wyk. Antonio Banderas, Karl Urban, Paz Vega, Cristina Serafini (patrz obok) 2.15 Zobacz to!	 20.00 SENSACYJNY Liberator 2 Travis Dane (Eric Bogosian), po wykuleniu go z rządowego zespołu, pragnie się zemścić. Porywa luksusowy pociąg i przejmując kontrolę nad tajnym satelitarnym systemem bojowym. Jednym z pasażerów składu okazuje się Casey Ryback (Steven Seagal, zdj.), były komandos. 125 min 22.05 SENSACYJNY Elita zabójców Były płatny zabójca (Jason Statham, zdj.) dowiaduje się, że jego mentor (Robert De Niro) został porwany. By go ocalić, musi zamiast niego wykonać zadanie dla szefa z Omanu – zabić eksagentów SAS, odpowiedzialnych za śmierć syna bogacza. Ma ich zlikwidować, zanim jego ciężko chorego zleceniodawca umrze. 150 min	5.05 Szkoła (428) – serial paradokumentalny, Polska 2017 6.05 Wiza na miłość: pierwsze spotkanie (19) – program rozrywkowy, USA 2019 7.00 Nowe Zwirowane Melodie (36, 37) – serial animowany, USA 2018 7.30 Chłopiec i wilk – film familijny, Francja/Belgia 2019, reż. Adria Garcia Sara (Carmen Maura) dzieli się z bliskimi niesamowitymi historiami. Jedną z nich robi ogromne wrażenie na Hugo (Enzo Ingignoli). Okazuje się, że przed laty kobieta stanęła oko w oko z wilkiem. Bestia zastrzegła, że wróci w jej 80. urodziny. 105 min 9.15 Ukryta prawda (1517, 1518) – serial paradokumentalny, Polska 2023 11.20 Mówię Wam 5 (3) – program kulturalny, Polska 2026 12.35 Ukryta prawda (1519, 1672) – serial paradokumentalny, Polska 2024 Śledczy prowadzą poszukiwania ciężarnej trzydziestolatki Magdaleny, która została porwana w drodze z firmy na spotkanie z ojcem. Koleżanka z pracy podejrzewa szefa o romans z zaginioną. Wkrótce zaczyna mu grozić. 65 min 17.15 Fantastyczne zwierzęta: Zbrodnie Grindelwalda FILM – film fantasy, Wielka Brytania/USA 2018, reż. David Yates, wyk. Eddie Redmayne, Johnny Depp, Jude Law, Katherine Waterston (patrz obok) Reżyser filmu, David Yates, przacyował przy czterech częściach „Harry’ego Pottera”. Scenariusz napisała sama J.K. Rowling. Efekty specjalne nominowano do Bafty. 165 min 20.00 Geostorm – film s.f., USA 2017, reż. Dean Devlin, wyk. Gerard Butler, Jim Sturgess, Abbie Cornish, Alexandra Maria Lara (patrz obok) 22.30 Heroski – film sensacyjny, USA/Wielka Brytania 2023, reż. Jordan Gertner, wyk. Sasha Luss, Wallis Day 0.10 Wydział pościgowy FILM – film sensacyjny, USA 1998, reż. Stuart Baird, wyk. Tommy Lee Jones, Wesley Snipes, Robert Downey Jr., Joe Pantoliano (patrz obok) 3.00 Miasta, w których strasz (6) – serial dokumentalny, USA 2019 3.50 Usterka 11 (31) – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2019 4.25 Dorota was urządzi! (8) – program rozrywkowy, Polska 2016	 17.15 FANTASY Fantastyczne zwierzęta: Zbrodnie Grindelwalda Schwyty mag (Johnny Depp) ucieka w trakcie eskorty. Chce sprawić, by na całym świecie czarodzieje rządili mugolami. Dumbledore (Jude Law) próbuje pokrzyżować jego plany. Prosi o pomoc byłego ucznia (Eddie Redmayne, zdj.). 165 min 20.00 FILM SF Geostorm Ziemia jest niszczona przez siły natury. Na orbitę zostaje wysłana seria satelitów, których zadaniem jest monitorowanie klimatu i gwarantowanie bezpieczeństwa. Niebawem system zaczyna atakować planetę. Misja usunięcia awarii zostaje powierzona jego twórcy Jake’owi (Gerard Butler, zdj.). Pomaga mu brat. 150 min 20.10 SENSACYJNY Wydział pościgowy Skazany za zabójstwo Marka Sheridan (Wesley Snipes, zdj.) ucieka w drodze do więzienia. Ścigają go szeryf Gerard (Tommy Lee Jones) oraz agent Royce (Robert Downey Jr., zdj.) z FBI. 170 min		

TVP 3	TVP 3	D&T	TVP POLONIA	TVP POLONIA	TV 4	D&T	PULS 2	D&T	TVP ROZRYWKA	TVP ROZRYWKA	TTV HD	D&T		
8.05 Kryminalna siódemka	8.25 Dobre historie – mag.	9.00 Zielnik regionalny	9.25 Telekurier – mag., Polska	9.50 Magiczne Podniale z Sebastianem Karpiem-Buleką (1)	10.25 Makłowicz w podróży	11.00 Wielka naturalna bariera (3-ost.) – film dok.	12.05 Rolnicy – serial dok., Pol.	12.35 Rączka gotuje – mag.	13.10 Regiony na TAK – mag.	13.30 Program lokalny	15.00 Koronka do Miłosierdzia Bożego – pr. religijny	15.25 Piłka nożna: Betclic 1. Liga: Miedź Legnica – Chrobry Głogów (live)	17.30 Program lokalny	
11.55 Podróż za jeden uśmiech (5, 6) – przyg.	13.05 Jak to się mówi, czyli Kasia u Bralczyka (65)	13.35 Echo serca (11) – obycz.	14.25 Na sygnale (661, 662)	15.25 Okrasa łamie przepisy	15.55 Piłka nożna: Polska – Anglia (live)	16.50 Telexpress	17.00 Piłka nożna: Polska – Anglia (live)	18.30 Chichot losu (12)	19.20 Powstanie Warszawskie dzień po dniu (36) – cykl reportaży	19.30 Program informacyjny 19.30	19.55 Pytanie dnia – pr. publ.	20.05 Sport, Pogoda		
6.00 Łowcy skarbów. Kto da więcej? (209) – reality show, Polska 2023	7.00 Galileo (1147, 1148) – pr. popularnonaukowy	9.05 Jesteśmy dla dzieci – magazyn	9.30 Galileo (1149, 1194, 1195) – program popularnonaukowy	12.30 Mini Galileo (172)	12.55 Paddington – film	FILM	familijny, Wielka Brytania/ Francja/USA 2014.	14.55 Policjanci i Policjanci (1426-1429) – obycz., Pol.	19.00 Wypasiona kuchnia (5) – pr. rozrywk., Pol. 2026	19.05 Policjanci i Policjanci (1430) – obycz., Pol. 2026				
5.50 Ale numer! 18 (5) – pr. rozrywk., Kan. 2017	6.35 Smerfy – serial animowany	7.35 Pingwiny z Madagaskaru 3 – serial anim.	8.35 Safari – film animowany, Niemcy 2010	10.10 Kumba – film	FILM	animowany, RPA 2013	11.55 Boso przez świat – cykl reportaży, Polska 2009	12.55 Gwiazdy Mazurskiej Nocy Kabaretowej (12, 13) – pr. rozr., Polska	14.55 Sekret władcy gór – baśń filmowa, Czechy/ Słowacja/Niemcy 2022	17.00 Dwie siostry – baśń filmowa, Niemcy 2020				
10.45 Szansa na sukces. Opole 2026 (10)	11.45 Przyrodnik na tropie (43) – serial dokumentalny	12.20 Prywatne życie zwierząt 13 (6) – przyrod.	12.55 Daję słowo – Maciej Orłoś (4) – talk-show	13.55 Postaw na milion	15.45 Program rozrywkowy	16.05 Omnibus – szybcy i mądrzy – telet., Polska	16.35 Omnibus – szybcy i mądrzy – dogrywka	16.55 Jeden z dziesięciu	17.35 Koło fortuny – telet., Pol.	18.10 Program rozrywkowy	18.25 63. KFPW w Opolu – 45 lat. Jubileusz Lady Pank – koncert, Pol. 2026			
9.45 Express, Pogoda – inf.	10.05 Gogglebox. Przed telewizorem 19 (1)	11.05 Nic do zgłoszenia 6 (1)	12.05 Zakup w ciemno extra 3 (3) – reality show	12.35 Zakup w ciemno 8 (2-4)	15.45 Express, Pogoda – inf.	16.05 Idź na całość 2 (29)	17.05 Usterka 14 (27) – serial fab.-dokum., Polska 2021	17.45 Express – pr. inform.	18.00 Pogoda, Sport	18.10 Zakup w ciemno extra 3 (2) – reality show	18.45 Kochaj albo wróć (1)	19.45 Express, Pogoda – inf.	20.00 Zakup w ciemno 6 (34)	21.00 Gogglebox. Przed telewizorem 19 (1)

PROGRAM INFORMACYJNY	SZPIEGOWSKI	KRYMINALNY	ANIMOWANY	WIDOWISKO	FAB.-DOKUM.
 20.00 Dziennik regionów Reportery zbierają najważniejsze informacje z ośrodków regionalnych. Dotyczą one ostatnich wydarzeń politycznych, kulturalnych i gospodarczych. 15 min 20.15 Regiony na TAK – mag. 20.30 O milimetr – magazyn 21.00 Program lokalny 22.00 Dziennik regionów – program informacyjny 22.30 Kryminalna siódemka 23.00 O milimetr – magazyn 23.30 Regiony na TAK – mag. 23.55 Panorama 0.25 Program informacyjny 19.30 TVP 3 jest wspólnym pasmem programowym lokalnych stacji telewizyjnych: Białystok, Bydgoszcz, Gdańsk, Katowice, Kraków, Lublin, Łódź, Poznań, Rzeszów, Szczecin, Warszawa, Wrocław	 20.20 Zatok szpiegów 2 (17) Franz odnajduje Gretę w Berlinie i pomaga jej uciec przed Engelem. Kobieta wyznaje mu, że kiedyś zdradziła go, próbując sprzedać informacje o Johannu, który miał powiązania z Sowietami. 50 min 21.10 Prosta historia FILM o morderstwie – dramat obyczajowy, Polska 2016 22.40 Dobry żart (13) – pr. rozr. 23.00 Stawka większa niż życie (1) – serial wojenny, Polska 1967 0.05 To jest grane – wakacyjnie (102) – program muzyczny 0.40 Chichot losu (12) – serial obyczajowy	 20.05 Sprawiedliwi – Wydział Kryminalny (1040-1043) – Polska 2026 Podczas ślubu Kowalskiego i Marii policjanci dostają zgłoszenie o szkodnym autobusie zalegającym w lesie. Górską i Kujawską jadą na miejsce. Odkrywają porzucone dziecięce rzeczy. 250 min 0.15 Gwiazdy Kabaretu (58, 59) – pr. rozr., Polska 2.20 STOP Drogówka – magazyn policyjny 3.25 Lubie disco! (254) – program muzyczny 4.25 Top 10 – lista przebojów – program muzyczny, Polska 5.30 Telezakupy TV Okazje	 19.00 Zwierzaki na resorach FILM – USA/Wielka Brytania/ZE 2023 Zhi, początkujący rajdowiec, otrzymuje szansę pokonania aktualnego mistrza podczas trwającego cztery dni turnieju. Zyskuje siostrzenicę. Aby wygrać, musi przezwyciężyć swoje lęki. 120 min 21.00 Wieczny student 2: Taj FILM rzański – komedia obyczajowa, USA 2006 23.00 Epicentrum – thriller, FILM USA 2014, wyk. Richard Armitage 0.50 Kobra – oddział specjalny (3) – sens. 2.35 Wstydlive choroby 6 (7, 8) – dok., Wlk. Bryt.	 19.25 Kabaretowa Noc pod Gwiazdami: Kogo tu nie było! (1-3) – Pol. 2026 Jubileusz 50-lecia powstania Lidzbarskich Wiceworów Humoru i Satyry ma szansę stać się powrotem do tradycji kabaretu. Z tej okazji na scenie pojawi się m.in. Artur Andrus (zdj.). 190 min 22.35 Postaw na milion – teleturniej, Polska 0.30 Kolo fortuny – telet., Pol. 2.05 Kabaret Letnią Porą (9, 10) – pr. rozr., Pol. 2021 4.10 Do śmiechu! (8) 5.05 Tygodnik Moralnego Niepokoju – The Best of (29) – pr. rozr., Pol. 2025	 22.00 Damy i wieśniaczki. PL 11 (3) – Polska 2026 W tym odcinku arystokratka z Krakowa zupełnie nie poradzi sobie w starciu z rybnymi łakami, natomiast wieśniaczka z Łącka polegnie, gdy przyjdzie jej spróbować kawioru. 60 min 23.00 Gogglebox. Przed telewizorem 24 (3) 0.00 Gogglebox. Przed telewizorem 25 (1) 1.20 Diablenie boskie 3 (17) 1.50 Zapakuj do moich drzwi (144) – telenowela 2.55 Never Give Up (1) – telen., Brazylia 2023 3.55 Detektywi (54) – serial fab.-dokum., Polska 2023

TVP 3	TVP 3 PROGRAMY LOKALNE	TVP HD	TVP KULTURA	antena ANTENA HD	TV 6
BIAŁYSTOK 14.45 Historie niezapiskane 17.30 Klub seniora 17.50 DorastaMy 18.15 Ze zdrowiem na Ty 18.30 Obiektyw 18.50 Sport, Pogoda 19.00 Świadkowie czasu 19.20 Słownik polsko/polski 19.45 Dwory i dworki Lubelszczyzny 21.00 Kwartet 21.30 Obiektyw 21.50 Sport BYDGOSZCZ 17.30 Bliziej nieba 18.00 Uwierz w sport 18.30 Zbliżenia 19.00 Agregacja 19.30 Po kochaj Grudziądz 19.45 Eko-opcja 21.00 Raport naukowy 21.30 Zbliżenia 21.45 Sport, Pogoda GDANSK 14.45 Bezgranicznie: Kara&Rej 17.30 Drogi wolności 18.00 Reportaż TVP Gdańsk 18.30 Panorama 19.00 Do brzegu 21.00 Reportaż TVP Gdańsk 21.30 Panorama 21.43 Pogoda KATOWICE 14.50 Gramy dla was 17.31 Misja interwencja 18.00 Rączka gotuje 18.30 Aktualności 18.55 Pogoda, Sport 19.10 Na KON-cu świata 19.27 Godka bez granic 19.45 Energia bez mitów 21.00 Schlesien Journal 21.15 Zioliowa apteka 21.30 Aktualności KRAKÓW 17.35 Magazyn medyczny 17.45 Krzemionki 30. Przystanek reportaż 18.00 Kulturalnie mówiąc 18.30 Kronika 18.55 Kronika kulturalna 19.10 Bohaterowie małych ojczyzn 19.25 Turystyczna jazda 19.35 Pełnosprawni 21.00 Makłowicz w podróży 21.30 Kronika LUBLIN 14.45 Zobacz, co słychać 17.30 Tydzień w polityce 18.10 Naturalnie w podróży 18.30 Panorama lubelska 19.00 Film dokumentalny 21.10 Kwadrans samorządowy 21.30 Panorama lubelska	ŁÓDŹ 17.45 RODOWY dziękowisko 18.00 ABC pacjenta 18.19 Teatr Wielki z kulis 18.30 Łódzkie wiadomości dnia 18.50 Sport, Pogoda 19.00 Świat na chętny łapy 21.30 Łódzkie wiadomości dnia 21.50 Za szczybą POZNAŃ 17.47 Dzień z TVP 3 Poznań 17.58 Ewa i jej goście 18.30 Teleskop 18.51 Medycyna i ty 19.07 Pociąg do Wielkopolski 19.25 Dzień z TVP 3 Poznań 19.36 Litera! Szuka 19.46 Prosto z lasu 21.01 Wyższa Szkoła Jazdy 21.31 Teleskop 21.50 Wiadomości sportowe RZESZÓW 17.46 Z życia regionu 18.00 Odkrywamy Podkarpackie 18.30 Aktualności 19.00 Z życia regionu 19.13 Liczy się pasja 19.29 Koncert 21.00 Wojownicy czasu 21.30 Aktualności SZCZECIN 17.35 Pracownia reportażu 17.47 Mała ojczyzna hrabiego Zedtwitza 18.30 Kronika 18.55 Z indeksem w reku 19.15 Misja Przyrodzi 19.30 Dobry tytuł 21.00 Dzień z życia artysty 21.30 Kronika 21.50 Wokół nas WARSZAWA 17.30 Dobrego dnia z gwiazdą 18.00 Informacje z Mazowsza 18.15 To był tydzień 18.30 TKW 18.40 Kurier Mazowiecki 18.54 Wiadomości sportowe 19.33 Reagujemy 21.00 Eksperyment empatia 21.30 Kurier Warszawy i Mazowsza WROCŁAW 17.31 Przyszłość jest teraz 17.51 Kulturalnie mówiąc 18.15 W swoim czasie 18.30 Fakty 18.54 Pogoda 19.19 Pamieć Miasta 19.33 Mój pierwszy dzień 21.03 Wyższa Szkoła Jazdy 21.30 Fakty	6.00 Na dobre i na złe (507) 6.55 Ranczo 3 (29) – obycz., Pol. 7.55 Różdżka.pl (53, 54) – kom. 8.55 Ojciec Mateusz 30 (383, 384) – krym., Pol. 2023 10.45 Czy wiesz, że? (302) – dok. 11.20 Na sygnale (770, 771) 12.25 Ojciec Mateusz 11 (136) 13.20 Komisarz Alex 22 (271) 14.15 Ranczo 8 (95, 96) – obycz. 16.10 Postaw na milion – telet. 17.10 Okrasa łamie przepisy 17.45 Makłowicz w podróży 18.20 Ojciec Mateusz 29 (379) 19.20 Ranczo 6 (74-76) – obycz. 22.20 Legenda Zorro – film FILM przygodowy, USA 2005 0.40 Krew z krwi 3 (10) – sens. 1.40 Gilina (1, 2) – serial krym. 3.55 RoboCop – film s.f., USA FILM 1987, reż. Paul Verhoeven	12.00 23. Festiwal Kultury Żydowskiej Warszawa Singera – reportaż, Polska 12.35 Hollywoodzki remake (1) 13.40 U Pana Boga za miedzą FILM – komedia, Polska 2009 15.45 Alternatywy 4 (4) – kom. 17.00 Tamte lata, tamte dni 17.40 Dyktator – komedia, USA FILM 1940, reż. Charles Chaplin 20.00 Ślodzjak – dramat FILM obyczajowy, USA 2019 21.45 Klub Jazzowy – koncert 23.00 Trzej muszkieterowie: FILM D'Artagnan – przyg., Niemcy/Belgia/Francja 2023 1.15 23. Festiwal Kultury Żydowskiej Warszawa Singera – reportaż, Polska FILM obyczajowy, Polska 1993	6.55 Najlepsze Koncerty Szlagier TV! – pr. muz. 7.55 Sekretne historie muzyczne (2) – pr. rozrywk. 8.55 Niezwykły dr Pol (11-15) 14.00 Australijscy poszukiwawcze złota 5 (16-18) – dok., Australia 17.00 Co Polak potrafi na drodze? (1) – rozr., Pol. 18.00 77 TV 4 (18) – pr. rozr., Pol. 19.00 77 TV 6 (2) – pr. rozr., Polska 20.00 Morderstwa we Francji FILM – Saint Martin – dramat kryminalny, Francja 2024 22.00 Dzielnicy z piwnicy FILM – thriller, USA 2021 23.55 Mroczny lokator FILM – horror, USA 2022 2.05 Raport 77 (1) 4.00 77 TV 4 (18) – pr. rozr., Pol.	6.00 Cudownych rodziców mam – cykl felietonów 6.15 Jeżdżący smoków: Na końcu świata – anim. 7.40 Kupiliśmy zoo FILM – komediodramat, USA 2011 10.10 Cobra Kai (3-5) – przyg. 12.00 Strażnik Teksasu (3, 4) – serial sensacyjny, USA 2010 14.00 Poirot (7, 8) – serial krym. 16.20 Columbo (41, 42) – krym. 20.00 CSI: Kryminalne zagadki Miami (185, 186) – serial kryminalny, USA 2010 22.00 Kości (161, 162) – krym. 23.55 Tropiciel – film FILM przygodowy, USA/Kan. 2007 2.05 Kieży patrol (24) – krym. 2.40 Kochane pieniądze (68-70) – serial paradoksm. 5.45 Telezakupy TV Okazje

STOPKLATKA

6.00 Komisarz Rex 6 (10-13) – serial kryminalny, Austria/Niemcy 2001

10.00 Hudson i Rex 8 (4, 5) – serial kryminalny, Kanada 2024

12.00 Kryminalne zagadki Mazur (2) – serial kryminalny, Niemcy 2021

14.10 Janosik – film

FILM przygodowy, Polska 1974, wyk. Marek Pereczko

17.00 Niezgodna – film s.f., USA 2014, wyk. Shailene Woodley, Theo James

Przyszłość Beatrice dołącza do buntowników, którzy rzucili wyzwanie bezdusznemu systemowi. Czeka ją próba charakteru. **180 min**

DRAMAT SENSACYJNY

20.00 Głośne hity: Kontrabanda – USA/Wielka Brytania/Francja 2012

Byli przemytnicy Chris Farraday (Mark Wahlberg, zdj.) podejmują się ryzykownej akcji. Wraca do działalności, ponieważ chce spłacić dług szwagra. Jeśli mu się nie uda, straci bliskich. **140 min**

22.00 Czerwony smok

FILM – thriller, USA/Niemcy/Włochy 2002

0.50 Patriota

FILM – sensacyjny, USA 1998, wyk. Steven Seagal

2.30 Nazywam się Alfred Hitchcock

FILM – film dokum., 4.45 **Kabaretowe hity** (2) – pr. rozrywk., Pol. 2023

POLSAT 2

5.50 Wydarzenia

6.30 Bogaty dom – biedny dom (109) – reality show

7.30 Ewa gotuje (571, 572) – magazyn kulinarny

8.30 Z klimatem i z pasją – program publicystyczny

9.00 Dlaczego ja? (1433-1437) – serial paradokumentalny, Polska

14.00 Sekrety rodziny (188) – serial paradokumentalny

14.55 Wypasiona kuchnia (5) – pr. rozrywk., Pol. 2026

15.05 Wieżenie kobiet (106-109) – serial dok., Pol.

17.00 Nasz nowy dom (361) – reality show, Pol. 2026

18.10 Sekrety rodziny (1, 2) – serial paradokumentalny

KOMEDIA

20.10 Wakacyjni przyjaciele – USA 2021

Emily i Marcus (Lil Rel Howery, zdj.) przyjeżdżają do meksykańskiego kurortu. Poznają tam inną parę, Kyle (Meredith Hagner, zdj.) i Rona (John Cena, zdj.). Spędzają z nimi szalony tydzień. **140 min**

22.30 Samolot z forsą

FILM sensacyjny, USA 2020

0.05 Kapitan Phillips

FILM biograf., USA 2013

2.55 Interwencja

FILM – mag.

3.15 Wydarzenia

4.00 Ewa gotuje (538) – mag.

4.30 SuperLudzie

FILM (16) – dok.

5.10 Drwale i inne opowieści Bieszczadu

(58) – serial dokumentalny

TVP SERIALE

5.45 Na sygnale (904) – serial fabularno-dokum., Polska

6.15 Ogniem i mieczem (4-ost.) – hist., Pol. 1999

7.15 Na sygnale (905-909) – serial fab.-dokum., Polska 2026

10.05 Ranczo (10, 11) – serial obyczajowy, Polska 2006

11.55 Rodzinka.pl (310-312) – serial kom., Polska 2026

13.30 Ojciec Mateusz 33 (421, 422) – serial kryminalny, Polska 2025

15.30 Komisarz Alex 25 (320) – serial kryminalny, Polska

16.25 Ranczo (12) – serial obyczajowy, Polska 2006

17.30 Czarne chmury (4) – serial przyg., Pol. 1973

WOJENNY

18.35 Stawka większa niż życie (1) – Polska 1967

Radziecki wywiad postanawia wykorzystać podobieństwo Koliciego do aresztowanego oficera Abwehry, Hansa Klossa. Jako agent J-23 Polak rozpoczyna tajną misję w armii wroga. **70 min**

19.40 Ojciec Mateusz 33

(423-425) – serial krym.

22.40 Ranczo

(13) – obycz., Pol.

23.40 Ranczo 2

(14) – obycz.

0.50 Komisarz Alex 25

(320) – serial kryminalny, Polska

1.40 Ojciec Mateusz 35

(449) – serial kryminalny, Polska

2.35 PiłBul

(27) – serial sens.

3.40 Trzeci oficer

(2) – sens.

4.40 Rodzinka.pl

(168, 169)

KINO POLSKA

6.00 Och! Kabaret 2 (3, 4)

7.40 Polska Kronika Filmowa – serial dokum.

8.10 Reksio (2, 5) – serial anim.

8.35 Miś Kudłatek (1, 2)

9.00 Do przerywu 0:1 (1, 2) – serial obyczajowy, 1969

10.25 Podróż za jeden uśmiech – przyg., 1972

12.10 Ranking najpolskiego kina (1, 2) – pr. rozrywk.

13.35 Moja – film krótkometr.

13.50 Papierowe małżeństwo – komedia obyczajowa, Polska/Wielka Brytania 1991

15.45 Nie ma róży bez ognia – komedia obycz., 1974

17.55 Komedia małżeńska – komedia obycz., 1993

KOMEDIA

20.00 Wyjście awaryjne – 1982, reż. Roman Zaluski

Naczelniczka gminy, Kołędowa (Bożena Dykiel, zdj.), dowiaduje się, że jej niezamężna córka jest w ciąży. By zapobiec skandalowi, zamierza znaleźć dziewczynę odpowiedzialnego męża. **120 min**

22.00 Ach śpij, kochanie

FILM – film kryminalny, 2017, wyk. Andrzej Chyra

23.50 Mistyfikacja

FILM – dramat kryminalny, 2010, wyk. Maciej Stuh

2.10 Cialo

FILM – komedia, 2003, wyk. Rafał Królikowski, Edyta Olszowska

4.35 Obudź się

FILM – dramat obyczajowy, 2022

AXN

6.10 Spider-Man: Uniwersum – film animowany, USA 2018

8.05 FBI: International 4 (20) – serial kryminalny, USA

9.05 FBI: Most Wanted 5 (1) – serial kryminalny, USA 2020, wyk. Roxy Sternberg, Keisha Castle-Hughes

10.05 Rekrut 5 (1-5) – serial krym., USA 2022-2023

15.05 CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 14 (16-20) – krym., USA/Kan.

20.00 Zieł mamusi 2: Jak przetrwać święta – komedia, USA/Chiny 2017, wyk. Mila Kunis, Kristen Bell

THRILLER

22.15 Iluzja 2 – Francja/USA/Hongkong 2016

Daniel (Jesse Eisenberg, zdj.) i jego koledzy przyjmują kolejne zlecenie. Tym razem mają wykraść cenny czip, który umożliwia dezyfrykację każdego systemu komputerowego na świecie. **150 min**

0.45 Men in Black: International

FILM – komedia s.f., Chiny/USA 2019, wyk. Chris Hemsworth, Tessa Thompson

2.55 Dzień Świątka

FILM – komedia, USA 1993, wyk. Bill Murray, Andie MacDowell

5.00 Rekrut 5

(6) – serial krym.

5.45 Blok promocyjny AXN**CANAL+ PREMIUM**

7.25 Kwiat ośmiu gór – dok.

8.45 Brat – film obyczajowy, Polska 2025

10.20 Morderstwo w ambasadzie – film krym., Wlk. Bryt. 2025

11.45 Łapu capu – pr. rozr., Pol.

12.00 Dog Man – film animowany, USA 2025

13.30 Zmienne kształty 2 – film familijny, Niemcy 2026, wyk. Emilie Cherif

15.10 Czarna woda

15.30 Dalej jada! 2

FILM – komedia, Polska 2025

17.10 Pod gwiazdzistym niebem – komedia romantyczna, USA 2025

18.50 Kopnięci w czasie – komedia, Fr./Belgia 2025

DRAMAT WOJENNY

20.30 Bękarty wojny – USA/Niemcy 2009, reż. Quentin Tarantino

Rok 1944. Porucznik Raine (Brad Pitt, zdj.) formuje jednostkę do walki z Niemcami złożoną z żydowskich ochotników. Oddział odkrywa się ponurą sławą. **150 min**

23.00 Brutalista

FILM – dramat obyczajowy, USA/Wielka Brytania/Kanada 2024

2.40 Trzy miłości

FILM – thriller erotyczny, Polska 2025, wyk. Marta Nieradkiewicz

4.25 W stronę słońca

FILM – film dokumentalny, Pol. 2023

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

13 ULICA

6.20 Balthazar 5 (2) – krym., Fr.

7.20 Morderstwo

FILM w Saint-Paul De Vence – film kryminalny, Fr. 2017

9.20 Bez śladu

(5-11) – serial kryminalny, USA

15.45 Kasyndra

(3, 4) – krym., Fr.

19.45 Astrid i Raphaëlle 2

(1, 2) – krym., Fr./Bel./Szwajcaria

22.00 Zabójstwo w Lourdes

FILM – film kryminalny, Fr. 2021

0.05 Uwiedziona moc

FILM s.f., USA 2022, wyk. Bruce Willis, Michael Rooker

2.15 Tajemnice Hannah Swensen 4: Zgnie jabłko

FILM – film kryminalny, Kanada 2024

4.10 Morderstwo w koronkach

FILM – dramat kryminalny, Fr./Belgia 2025

POLSAT FILM

8.05 Był sobie człowiek (18-20) – serial animowany

9.45 Rodzina Addamsów 2

FILM – film anim., USA/Kan. 2021

11.40 Jumanji

FILM przygodowy, USA 1995

13.50 Faceli w czerni

FILM – komedia s.f., USA 1997

15.50 Jak wyrosnąć

FILM smoka 3 – film animowany, USA/Japonia 1919

18.00 Szyby i wściekli 9

FILM – film sensacyjny, Kanada/Tajlandia/USA 2021

21.00 Wojna o jutro

FILM – dramat s.f., USA 2021

23.50 Skazaniec

FILM kryminalny, USA 2008

2.00 Ślad

(63, 46, 47) – krym.

5.00 Na ratunek 112

(920, 921) – serial paradok., Pol. 2025

HBO

13.00 Player One – film s.f., FILM USA/Indie 2018

15.15 Ścieżki życia

FILM – dramat obycz., Wielka Brytania 2024

17.10 Gru i Minionki: Pod przykrywką

FILM – film animowany, USA 2024

18.45 Opowieści z zaczarowanego ogrodu

FILM – film animowany, Czechy/Słowacja/Słowenia 2025

20.00 Problemat

FILM USA 2023, wyk. Julio Torres

21.45 Oni cie zabiją

FILM – horror komediowy, USA 2026

23.20 Król Artur: Legenda miecza

FILM – film przygodowy, USA/Wielka Brytania/Australia 2017

1.25 Ostatni pojedynek

FILM hist., Wlk. Bryt./USA 2021

WARNER TV

9.20 Kopciuszek: Rostańczona historia – kom. muz., USA/Kan. 2008

11.05 Facet z ogłoszenia

FILM – kom. romant., USA 2005

13.05 Pokerowy bief

FILM – komediodramat, USA/Australia/Niemcy 2007

15.30 Rewolwer i melonik

FILM – film sensacyjny, USA 1998

17.10 Wiecznie młody

FILM obyczajowy, USA 1992

19.15 Seks w wielkim mieście 2

FILM – komedia romantyczna, USA 2010, wyk. Sarah Jessica Parker

22.10 Komórka

FILM sensacyjny, USA/Niem. 2004

0.00 Hannibal

(5, 6) – krym.

1.50 Wywiad z wampirem

FILM – horror, USA 1994

Ale kino+

9.20 Michael Clayton – thriller, FILM USA 2007, wyk. George Clooney, Tilda Swinton

11.45 Patience

(1-6) – krym.

17.55 Złota dama

FILM – film biograf., Wielka Brytania 2015

20.10 Agent

FILM – film sensacyjny, USA 2024, wyk. Aaron Eckhart, Olga Kurylenko

22.15 Więcej niż Walkiria: Upadek Czwartej Rzeszy

FILM – dramat historyczny, USA 2016

0.25 Podwójna tożsamość

FILM – dramat sensacyjny, USA/Niemcy 2007

2.25 Kruk 2. Czorny Woron nie śpi

(6-ost.) – krym., Pol.

3.30 Kobieta na dachu

FILM – dram. obycz., Polska 2022

5.05 Furioza

(4-ost.) – sens., Pol.

CANAL+ FILM

12.55 Długi weekend – film obyczajowy, Polska 2004

14.10 Saga „Zmierzczeni”

FILM – film fantasy, USA 2012

16.00 Premierowa jazda

FILM – film biograf., Kanada 2025

17.55 Jason Bourne

FILM – thriller, USA 2016, wyk. Matt Damon

19.55 Łapu capu

FILM – pr. rozr., Pol. 2026

20.00 The Wasp

FILM – thriller, Wlk. Bryt./USA/Finlandia 2024

21.35 Sirat

FILM – dramat psychologiczny, Francja/Hiszpania 2025

23.30 Pila 6

FILM – horror, Kanada/USA/Wielka Brytania 2009

1.00 Utrata równowagi

FILM – dramat psychologiczny, Polska 2024

SCI FI

6.00 Medium 4 (11-15) – serial kryminalny, USA 2008

11.05 Przygody Merlina 4

(2-6) – serial fantasy, Wlk. Bryt.

16.05 Pana Magorium cudowne emporium

FILM – komedia fantasy, USA 2007, wyk. Dustin Hoffman, Natalie Portman

TLC	TLC
10.00 Mój chłopak jest maminsynkiem 3 – rozr.	
11.00 Rodzina Chantel 3	
12.00 Ekstremalne choroby	
13.00 Historie wielkiej wagi: Brazylia 2 – reality show	
14.00 Megasknery na pomoc (1) – reality show, USA	
15.00 Wiza na miłość: Wielka Brytania 2 – reality show	
17.00 Wielkie lato małych ludzi (8) – reality show	
18.00 Wiza na miłość 12 (15)	
20.00 Baylen – życie na głos 3 (12)	
21.00 Premiera: Design w australijskim stylu	



22.00 Premiera: Kamera, akcja, wpadka! – rozr.
23.00 Moje paranoje
0.00 Dr Przyszczyła 3
1.00 Baylen – życie na głos 3 (12)
2.00 Design w australijskim stylu – pr. rozr., USA 2023
3.00 Kamera, akcja, wpadka! – pr. rozr., USA

POLSAT CAFÉ	POLSAT CAFÉ
6.00 Komisarz Mama (15) – serial kryminalny, Polska	
7.05 Demakijaz (118) – rozr.	
7.30 Drugie życie sukni ślubnej (16) – rozr., Pol.	
8.00 Bogaty dom – biedny dom (131, 132, 156) – reality show, Polska	
11.00 Nasz nowy dom (256) – reality show, Pol. 2022	
12.00 Shopping Queens. Królowe Zakupów (70-72) – rozr., Polska 2022	
15.00 Kolacja w ciemno (24-26) – rozr., Polska 2023	
18.00 Nasz nowy dom (257, 258) – reality show	



20.00 Dancing with the Stars. Taniec z gwiazdami (163) – pr. rozrywk., Pol. 2025
23.00 Gry małżeńskie (152, 153) – reality show
1.00 Więzienie kobiet (58-61) – serial dok., Pol.
3.00 Zdrady (110-112) – serial paradokumentalny, Pol.

TVN STYLE	TVN STYLE
5.35 Anatomia piękna 2 (10) – pr. rozrywk., Pol. 2025	
6.30 Co za tydzień – mag.	
7.05 Magda gotuje internet (6) – magazyn kulinarny	
7.35 Dobrze zrobione w domu (1) – mag.	
7.45 Dzień Dobry TVN – mag.	
11.30 Jestem z Polski (6, 3, 1) – serial dok., Pol. 2022	
14.30 Do zobaczenia 2 (6)	
15.00 Bitwa o gości (5) – reality show, Pol. 2025	
16.00 Ostre cięcie 12 (5) – 17.00 Złoty remont 11 (6) – pr. rozrywk., Pol. 2026	
18.00 Projekt City (6) – pr. rozr.	



18.35 Ugotowani 13 (5)
19.35 Kuchenne rewolucje (3, 11) – pr. rozrywk., Pol.
21.40 Top Model (1)
23.05 Nagi raj. Wielka Brytania 2 (1)
0.10 Dziewice (1)
1.10 Pani gadziet erotycznie (1) – mag. poradnikowy
1.45 Apetyt na miłość (5)

DISCOVERY CHANNEL	DISCOVERY CHANNEL
8.00 Teorie spiskowe pod lupą	
9.00 Gorączka złota: Na kłopoty Freddy Dodge 5: Czterdzieści dni	
10.00 Złoto drwali	
11.00 Od samochodu do domu 3 (2)	
12.00 Awantura o fure	
13.00 Złomowisko PL 5 (5, 6)	
15.00 Nic do zgłoszenia (3)	
16.00 Racja Collins biorą się do roboty (6)	
17.00 Ciężarówka przez Route 66 (3)	
18.00 W dżungli z Edem Staffordem (3)	



19.00 Fani czterech kółek: w trasie 2 (1)
20.00 W oku cyklonu (1)
21.00 Najniebezpieczniej: szawad świata 22
22.00 Złoto drwali
23.00 Gwiezdne bitwy
0.00 Tajemnice Alaski
1.00 Poszukiwacze przeklętego złota 5 (1)

TVP HISTORIA	TVP HISTORIA
8.25 Było, nie minęło... 9.05 Przybłice i kaptury (5)	
10.10 Odnałazł zaginione (5)	
10.40 Podziemne Włochy	
11.50 Wszystkie kolory świata	
12.55 Magiczny Adriatyk (4)	
14.00 Ex Libris – magazyn	
14.30 Umarłem, aby żyć – film	
FILM wojenny, Polska 1984	
16.10 Gdańsk 1939 – film dok.	
17.10 Sława i chwała (5)	
18.25 Flesz historii (777)	
18.55 Długa droga do wojny (1) – film dok., Wlk. Bryt.	
20.05 Największe tajemnice monarchii (1)	



21.10 Znajdź cię – dramat
FILM obycz., USA/Polska 2019
23.15 Psy wojny – film sens., Wielka Brytania/USA 1980
1.10 Historia w postaciach zapisana
3.10 Sława i chwała (5) – serial historyczny, Polska
4.10 Umarłem, aby żyć – film wojenny, Polska 1984

FOKUS TV	FOKUS TV
11.00 Wraki, które zmieniły świat (9, 10) – serial dok.	
13.00 Rolnicy. Podlasie (31-33) – serial dok., Pol.	
16.00 Podróże Gienka i Jastrzębia (1, 2) – dok.	
17.00 Premiera: Podróże z Danem Snowem (2) – serial dokum., Wlk. Bryt.	
18.00 Ekstremalne drogi do szkoły 2 (1) – dok., Fr.	
19.00 Premiera: Jak to wyjaśnić? (5) – dok., USA	
20.00 Premiera: Świat z góry. Zamki (2) – serial dokum.	
21.00 Mroczne tajemnice templariuszy (1) – dok.	



22.00 Premiera: Wygrać z żywiołem (4) – dok.
23.00 Poza kontrolą: Koszmar w parku rozrywkowy – film dok., Fr.
0.00 Przestępcze podziemie (6) – dok.
1.00 Rolnicy. Podlasie (2-5) – serial dokum., Pol. 2026
5.00 Kolowrotek (6, 7) – mag.

METRO	METRO
5.45 Niezwykłe Stany Prokopa 5 – pr. rozr., Polska	
6.40 Gorączka złota 12 – dok.	
8.35 Klan z Alaski – serial dokum.	
11.45 Złomowisko PL 4 – dok.	
13.45 Makłowicz w drodze 2	
14.55 Farma Clarksona – dok.	
15.55 Jestem z Polski 3 – dok.	
18.00 Kryminalni (12, 13) – krym.	
20.05 Faceli od kuchni – kom.	
FILM Francja/Hiszpania 2012	
22.00 Teściowie – komedia, Polska	
FILM 2021, wyk. Marcin Dorociński	
23.40 Kuba Wojewódzki	
0.15 Strazacy 24h – pr. rozr., Pol.	
1.45 Szpital (870) – paradok., Pol.	
2.15 Szkoła (621) – paradok., Pol.	
3.20 Nowa Maja w ogrodzie 2	
4.40 Szpital (863) – paradok., Pol.	

ZOOM	ZOOM
8.00 Jakubiak rozgryza Tajlandię i Kambodżę	
9.35 Wojciech Ciejrowski – bosu przez świat	
12.50 Sensacje XX wieku – hist.	
15.00 Sławka większa niż życie (9, 10) – serial wojenny, Polska	
17.45 Kingsajz – komedia, Polska	
FILM 1987, wyk. Jerzy Stuhr	
20.00 Jaś Fasola (11, 12) – kom.	
21.05 Joker – dramat	
FILM sensacyjny, USA 2015	
23.00 Adam szuka Ewy. Niemcy 2 – pr. rozr., Niemcy	
0.10 Magia nagości. Włochy	
1.45 Magia nagości. Najsmaczniejsze kaski	
2.40 Kabaretowe przeboje 2	
4.50 I love Kabaret – pr. rozr., Pol.	

FOOD NETWORK	FOOD NETWORK
8.55 Smakolki z fabryki – dok.	
9.55 MasterChef – pr. rozrywk.	
11.25 Misja: kolacja – serial dok.	
12.25 Kuchnia jak u mamy – mag.	
13.35 W kuchni szefa	
14.40 Molly gotuje na farmie	
15.40 Kobieta na Dzikim Zachodzie – magazyn kulin.	
16.45 Szeł Jet: przepis na Azję 3	
17.50 Dziecięce mistrzostwo wypieków: słodkie duety	
18.50 Trafic w ciasto – mag. kulin.	
19.50 Makłowicz w drodze	
20.20 Makłowicz w Polsce	
20.55 Magda gotuje internet	
21.25 Kuchenne rewolucje – rozr.	
23.35 Jedzenie w trasie – mag.	
1.45 Budżetowe wyzwanie	
3.50 Posiekani – teleturystyki kulin.	

DISCOVERY SCIENCE	DISCOVERY SCIENCE
6.00 Zagadki wszechświata z Morganem Freemanem	
8.00 Podziemne sekrety	
10.00 Jak to jest zrobione?	
12.00 Jak to jest zrobione – samochody marzeń 2	
14.00 Jak działa wszechświat?	
16.00 Zagadki wszechświata z Morganem Freemanem	
18.00 Jak to jest zrobione?	
20.00 Autostrada spotkań z UFO: Legenda o skinkwalcerze; UFO w południowej Kalifornii	
22.00 Tajemnice Alaski	
0.00 Śladami Wielkiej Stopy	
2.00 Zaginione miejsca	
4.00 Jak to jest zrobione – samochody marzeń 2	

NATIONAL GEOGRAPHIC	NATIONAL GEOGRAPHIC
6.00 Najniebezpieczniejsze drogi Europy	
8.00 Uwaga, katastrofa! – dok.	
10.00 Katastrofa w przestworzach	
16.00 Morskie megamaszyny	
17.00 Wiskie konstrukcje III Rzeszy: Wojna z Ameryką	
19.00 Kierunek: Kuejczou (1)	
20.00 Grecja: Miejsce pełne tajemnic	
21.00 Starożytne konstrukcje	
22.00 Ukryte pod miastami	
23.00 Ciemna strona świata	
1.00 Złapać przemytnika	
2.00 Wyprowadź na dno	
4.00 II wojna światowa: Historia przed trybunałem	

BBC EARTH	BBC EARTH
10.00 Dzika Wielka Brytania	
11.05 Przez dziką Amazonię (1)	
12.05 W okowach mrozu 4 – dok.	
17.10 David Attenborough i cuda natury 4 – serial dok.	
17.40 Wielka nowozelandzka przgoda – serial dokum.	
18.45 Parki narodowe z lotu ptaka: Irlandia – serial dok.	
19.45 Zjawiskowa Ziemia – dok.	
21.00 Sekretne życie drzew	
21.55 Ben Fogle: wyjść do źródła Nilu – serial dok.	
23.00 Dziką Wielką Brytanią	
0.00 Brutalna planeta – dok.	
0.55 Krótka kronika dłuższego życia – serial dokumentalny	
2.00 Wielka nowozelandzka przgoda – serial dokum.	

WP	WP
11.10 Pogoda	
11.15 Wariaci za kierownicą 6	
12.15 Pokochaj lub sprzedaj 6	
13.10 Pokochaj lub sprzedaj Quebec 3 – reality show, Kan.	
14.10 Pokochaj lub sprzedaj Vancouver: Siva and Sinna	
15.05 Policjanci z sąsiedztwa 6	
17.00 Pogoda	
17.05 Policjanci z sąsiedztwa 6	
19.00 Policjanci w akcji 2 (1)	
20.00 Policjanci z sąsiedztwa 6	
21.00 Strażacy z sąsiedztwa	
21.50 Pogoda	
22.00 Mistrzowie Kabaretu 17	
23.00 Mistrzowie Kabaretu 8	
0.00 Przeboje kabaretu	
1.00 Mistrzowie Kabaretu 12	

NOWA TV	NOWA TV
6.55 Wehikuł czasu	
7.30 Interwencja – taka jest Polska (573) – mag.	
8.20 Frieren. U kresu drogi (17, 18) – serial anim. Japonia	
9.30 Dragon Ball Super (123-131) – serial anim. Jap.	
14.00 Co ludzie powiedzą? 5 (36-38) – kom., Wlk. Bryt. 1995	
16.00 Miodowe lata (107-110)	
20.00 Poltrot 6 – serial kryminalny	
22.00 Poltrot 7 (1) – krym., Wlk. Bryt.	
0.00 Ślad (83) – serial kryminalny	
1.00 Łowca pedofilów – dok.	
3.00 TV okazje	
3.50 Wehikuł czasu	
4.00 Sala operacyjna	
5.00 Pod lupą – magazyn	

HGTV HOME & GARDEN	HGTV HOME & GARDEN
10.45 Uratuj swój ogród 8 – mag.	
11.45 Najbardziej podwórko w dzielnicy – pr. rozrywk.	
12.45 Pogromcy chaosu – pr. rozr.	
13.40 Weekendowa metamorfoza 5 – pr. rozr.	
15.35 Polowanie na ogród 9	
16.40 Polowanie na ogród 8	
17.15 House Hunters – Poszukiwacze domów	
18.55 Weekendowa metamorfoza 5 – pr. rozr.	
19.50 Weekendowa metamorfoza 6 – pr. rozr.	
20.45 Weekendowa metamorfoza 4 – pr. rozr.	
21.40 Mieszkanie na miarę	
23.35 Zamek w spadku 2 – dok.	

TRAVEL CHANNEL	TRAVEL CHANNEL
6.00 Farma pełna miłości – dok.	
8.05 Dzikie zwierzęta: Smakowite miasta – serial dok.	
9.40 Dzikie zwierzęta: Smakowite miasta – dok.	
10.10 Niezwykłe Stany Prokopa	
12.15 Baseny z rozmachem	
14.20 Ciężarówka przez Stany	
15.55 Człowiek kontra jedzenie – magazyn kulinarny	
18.00 Dzikie zwierzęta: Smakowite miasta – serial dok.	
20.05 Nagi instynkt przetrwania – serial dokumentalny	
22.10 Azja Express – reality show	
23.45 Cali i zdrowi – pr. rozrywk.	
1.50 Hotelowe rewolucje – dok.	
4.55 Człowiek kontra jedzenie	

NATIONAL GEOGRAPHIC WILD	NATIONAL GEOGRAPHIC WILD
13.00 Geniusze afrykańskiej dzicy – film dokumentalny	
14.00 Morze Czerwone: magiczny ogród ewolucji	
15.00 Nieujarzmiona Kostaryka	
15.30 Zjednoczone Stany Zwięzce	
16.00 Złotki natury – dok., Niem.	
17.00 Ratując żyrafy – film dokum.	
18.00 Niezwykłe wędrowki zwierząt	
19.00 Zabójcze szerszenie Azji	
20.00 Europa z powietrza	
21.00 Walki zwierząt	
22.00 Śmierć przycychy po zmroku: Stranger Things	
23.00 Europa z powietrza	
0.00 Niezwykły dr Pol	

POLSAT WIASAT HISTORY	POLSAT WIASAT HISTORY
6.00 Zakazana historia 7	
6.45 Berlin 1936: olimpiada Hitlera w kolorze – dok.	
7.40 Podziemna armia – dok.	
9.45 Naciści: korzenie zła	
12.35 Tajne bronie	
15.50 II wojny światowej	
18.00 Czołg: najważniejsza broń II wojny światowej	
21.00 Naciści, U-booty i bitwa o Atlantyk (1/2) – film dok.	
22.05 Wojna Adolfa Hitlera	
0.20 Wojna światowa: 1914-1945	
2.15 Tajne bronie	
11.05 II wojny światowej	
4.55 Zakazana historia 7	

CANAL+ KUCHNIA	CANAL+ KUCHNIA
14.35 Ziemia, ogień i smak – dok.	
15.35 Nie bój ryby! – mag. kulin.	
16.00 Jamie gotuje w Gruzji	
16.55 Jamie Oliver: jedz na zdrowie – serial dokum.	
17.55 Ziemia, ogień i smak – dok.	
18.45 Czego nie jeść – serial dok.	
19.50 Poza utartym szlakiem: Colini i Manu – serial dokum.	
20.45 Włoska uczta – serial dok.	
21.40 James Martin: hiszpańska przgoda – serial dokum.	
22.35 Tajemnice indyjskich smaków – serial dokum.	
23.00 Wszystkie smaki fermentacji 2 – serial dok.	

CANAL+ DOMO	CANAL+ DOMO
13.10 Cudotwórcy: zakochaj się w swoim domu na nowo	
14.10 Wielkie projekty: Australia 11 – serial dokum.	
15.20 Gardeners' World 16	
16.30 Tomasz Pagowski. Remont u Ciebie 9 – mag.	
17.00 Kupione i co dalej? 3	
18.00 Daleko od miasta 16 – dok.	
19.00 Zbudujemy ten dom 3	
20.00 Po pierwsze lokalizacja! – Nowa Zelandia – dok.	
21.00 Wielkie projekty: Australia 12 – serial dokum.	
22.10 W mieście czy na wsi?	
23.00 Luksusowa ucieczka 8	

SUPER POLSAT	SUPER POLSAT
15.00 SuperMarket Chef	
15.30 Serca dwa – serial dokum.	
16.00 Złomiarze – serial dokum.	
17.00 Świat według Klepskich (580, 581, 584, 585) – kom.	
19.00 Kolacja w ciemno – pr. rozr.	
21.00 Inwazja: Bitwa o Los Angeles – film s.f., USA 2011	
23.25 Underworld: Bunt Lykanów – horror, USA/Nowa Zelandia 2009	
1.15 Backdoor. Wyjście awaryjne (7) – serial kom.	
1.45 Świat według Klepskich (478-481) – serial kom., Polska	
3.50 Nasz nowy dom	

TVP Kobieta	TVP Kobieta
12.50 Niedźwiedzie, niebezpieczne sąsiedztwo – film dokum.	
14.00 Rodzinka.pl (180, 181)	
15.00 Tańczące ze światem – Magia – magazyn	
15.30 Olciet Mateusz 10	
17.25 Z ut royalsoów	
18.30 Warszawskie śpiewają (nie)zakazane piosenki 2026 – koncert	
19.30 Miłość i nadzieja (355)	
20.30 Wichrowe włosy (336)	
21.30 Karol, władca Hiszpanii	
23.25 Dotknij nieba – dram.	
FILM biograf., USA 2018	

PLANETE+	PLANETE+
12.30 Miasto szczurów – dok.	
13.35 Natura. Proces ciągłej zmiany – film dokumentalny	
14.50 Najdziksze ostępy Europy	
16.50 Targowiska świata: Dłjon	
17.55 Dokąd dzisiaj? 4 – dok.	
18.40 Polska z góry. Kamki, dworki, pałace 2	
19.40 Keanu Reeves. Mesjasz popkultury – film dokum.	
20.50 Nicole Kidman. Oczy szeroko otwarte – film dok.	
22.00 Nastasyja Kinski. Wyzwolona – film dokum.	
23.10 Johnny Depp. Wieczny buntownik – film dokum.	

TVP DOKUMENT	TVP DOKUMENT
13.30 Tacy byliśmy	
14.00 Dzikie korytarze	
14.50 San Diego – najdziksze miasto Ameryki – film dok.	
15.50 Cuda światowego transportu: Rewolucja	
16.55 Podróżnicy – odkrywcy	
18.00 Sanatorium miłości 2	
18.50 Gerard Philippe – ostatnia zima Cyda – film dokum., Fr.	
20.10 Serena Williams: Siła i sława – film dokumentalny	
21.45 Polski Broadway, czyli kabaret dwudziestolecia międzywojennego – dok.	
22.50 Fantastyczny Matt Pary	

TVP SPORT DVB T2 5.40 Sportowy wieczór 6.15 Retro TVP Sport – mag. 8.25 Piłka nożna: Betcliff 1. Liga 10.30 Strongman: Puchar Europy – Krynicza Źródło 2026 11.30 Polska Liga Żeglarska – magazyn sportowy 11.55 Piłka nożna: Betcliff 2. Liga – mecz: Podhale – Sandecja (live) 14.15 Piłka nożna kobiet: Mistrzostwa świata U-20 – Polska 2026 – mecz: Polska – Argentyna (live) 17.35 Lekkie gadki – mag.	EUROSPORT 1 6.00 Kolarstwo: Tour de l'Avenir – podsumowanie 7.00 Kolarstwo: Vuelta a Espana – 13. etap: Almunécar – Loja 8.30 Tenis: Turniej US Open w Nowym Jorku – mecz 3. rundy gry pojedynczej 10.30 Tenis: Turniej US Open w Nowym Jorku – 3. runda 13.00 Kolarstwo: Vuelta a Espana – 13. etap 14.45 Kolarstwo: Vuelta a Espana – 14. etap (live) 17.45 Tenis: Turniej US Open w Nowym Jorku – mecz 3. rundy (live)	POLSAT SPORT 1 6.00 Siatkówka kobiet: Mistrzostwa Europy 2026 8.00 Lekkoatletyka: Diamantowa Liga w Brukseli 10.00 Magazyn Polskiego Sportu – mag. sportowy 11.00 Siatkówka kobiet: Mistrzostwa Europy 2026 13.00 Siatkówka kobiet: Mistrzostwa Europy 2026 14.45 Siatkówka kobiet: Mistrzostwa Europy 2026 – mecz półfinałowy (live) 17.45 Siatkówka kobiet: Mistrzostwa Europy 2026 – mecz półfinałowy (live)	TVP ABC DVB T2 8.20 Dino Kumble 8.30 Wisper 9.00 Tru i Tęczowe Królestwo 9.30 Domisie 10.00 Cześć, czy mogę Ci zjeść? 10.20 Bolek i Lolek 10.45 Reksio 11.05 Pajak Lucas 2 11.30 Pszczółka Maja 11.55 Strażak Sam 6 12.25 Domisie 13.05 Hulahoo 13.20 Prys i Bill 2 13.50 Odo 14.05 Jak borsuk z lisem 2	MINIMINI+ 10.10 Baczne oczka 10.30 Jeżyk Happy 10.51 Basia 2 11.20 Marta mówi 11.50 Mały Charlie 12.20 Smerfy 12.55 Baranek Shaun 13.21 Kicia Kocia 13.37 Robotkowo 14.00 Bing 2 14.20 Blaze i megaszyn 3 14.45 Looloo Kids 15.01 Gazu, pieski, gazu! 2 15.28 Kicia Kocia 2 15.45 Jeżyk Happy 16.02 Marta mówi 16.30 Zouk	TVN 24 6.00 Serwis informacyjny, Prognoza pogody 8.00 Serwis informacyjny, Prognoza pogody 9.50 Kadr na Kino – mag. 10.00 Serwis informacyjny, Prognoza pogody 12.00 Serwis informacyjny, Prognoza pogody 14.00 Serwis informacyjny, Prognoza pogody 15.30 Ranking Mazura 16.00 Fakty po południu 18.00 Dwie strony 19.05 Kadr na Kino – magazyn filmowy 19.20 Fakty po Faktach
18.35 Żużel: Indywidualne ME – 2. runda w Głogowie (live) 22.05 Sportowy wieczór 22.40 Piłka nożna: Chorów: Polska – Anglia 0.45 Boks: Gala w Londynie – podsumowanie 1.45 Boks: Gala w Montrealu – podsumowanie	19.30 Tenis: Turniej US Open w Nowym Jorku – mecz 3. rundy gry pojedynczej (live) 22.30 Tenis: Turniej US Open w Nowym Jorku – mecz 3. rundy (live) 0.45 Tenis: Turniej US Open w Nowym Jorku – mecz 3. rundy (live)	20.30 Siatkówka mężczyzn – mecz towarzyski: Polska – Finlandia (live) Przed reprezentacją Polski ostatni sprawdzian przed mistrzostwami Europy. 23.00 Siatkówka kobiet: Mistrzostwa Europy 2026 1.00 Boks	14.35 Świnka Peppa 3 14.45 Topo Gigio 15.10 Laboratorium alchemika 15.20 Zwierzaki Czytali 15.45 Mała Marinette 16.10 Rupuch i przyjaciele 16.40 Rev i Roll 17.05 Kosmo-kumple	16.56 Ciekawski George 17.55 Dora poznaje świat 7 19.40 Smerfy 20.08 Cloudy & Stormy 20.35 Dolina Muminków 3 21.01 Wierszyki domowe 21.31 Troskliwe Misie: Uwolnić magię 22.14 Barbie: Dreamhouse Adventures 2	20.00 Superwizjer – mag. 21.00 Rozmowy o końcu świata – pr. publicyst. 22.00 Szkło kontaktowe 23.00 Dzień po dniu 0.00 Fakty po Faktach 0.40 Rozmowy o końcu świata – pr. publicyst. 1.45 Nic do zgłoszenia – dok. 2.40 Nowa Maja w ogrodzie
CANAL+ SPORT 11.15 Żużel: PGE Ekstraliga – mecz: GKM Grudziądz – Włókniarz 14.00 Żużel: PGE Ekstraliga: Gezet Stal Gorzów – Falubaz 16.45 1 na 1 Extra 18.25 Piłka nożna: Liga hiszpańska – mecz: Rayo Vallecano – Racing Santander (live) 20.55 Piłka nożna: Liga hiszpańska – mecz: Villarreal CF – RC Deportivo La Coruña (live) 23.10 Sporty walki: ONE Friday Fights 169 0.15 Premier League Stories 0.50 Klich. Poza schematem (1, 2) 2.00 Piłka nożna: PKO BP Ekstraklasa – mecz: Motor Lublin – Legia Warszawa	EUROSPORT 2 12.00 Kolarstwo: Tour de l'Avenir – podsumowanie 13.00 Tenis: Turniej US Open w Nowym Jorku – mecz 3. rundy 14.30 Tenis: Turniej US Open w Nowym Jorku – 3. runda 16.30 Tenis: Turniej US Open w Nowym Jorku – mecz 3. rundy (live) 19.00 Tenis: Turniej US Open w Nowym Jorku – mecz 3. rundy (live) 22.00 Tenis: Turniej US Open w Nowym Jorku – mecz 3. rundy (live) 1.00 Tenis: Turniej US Open w Nowym Jorku – mecz 3. rundy (live)	POLSAT SPORT 2 6.00 Siatkówka kobiet: ME 2026 8.30 Hokej: LM – mecz: Dynamo Pardubice – GKS Tychy 11.30 Kajakarstwo: Mistrzostwa świata – Poznań 2026 13.00 Piłka nożna: Liga holenderska 15.00 Siatkówka kobiet: ME 2026 18.00 Piłka ręczna mężczyzn: ORLEN Superliga: Gwardia Opole – Ostrów (live) 20.00 Lekkoatletyka: Diamantowa Liga w Brukseli – 2. dzień (live) 22.00 Siatkówka kobiet: ME 2026 – półfinał 0.00 Magazyn Polskiego Sportu 1.00 Sporty walki: FEN	NICKELODEON 8.55 SpongeBob Kanciastoporty 16 9.55 SpongeBob Kanciastoporty 11 10.15 Sonic Prime 2 11.10 Harmidom 8 11.45 Orange Carpet All Access 9 12.05 Starcie Grzmotomocnych – film dla młodzieży, Kanada 2026, reż. Trevor Kirschner 13.20 Niebezpieczny Henryk 5 14.20 Harmidom 9 15.20 Harmidom 6 15.35 Harmidom 16.00 Patryk Rozgwiazda Show 16.30 Patryk Rozgwiazda Show 4 16.50 Sonic Prime	TELETOON+ 7.57 Harmidom 8.25 Angelo rządzi 8.50 Siostry 3 10.16 Barbie: Dreamhouse Adventures 2 11.35 Biuro detektywistyczne Laszego i Mai 2 12.26 Osma 13.00 Gadający Tom i przyjaciele 3 13.53 Kumple z dżungli na ratunek! 3 14.31 Kung Fu Panda: Legenda o niezwykłości 15.36 Biuro detektywistyczne Laszego i Mai 2 16.30 Dinus i Lusja 16.58 Kumple z dżungli – na ratunek!	TVP info_ 15.30 Serwis Info 15.42 Polska na tak 16.00 Dzień w godzinie 16.56 Teleexpress Extra 17.16 Serwis Info Dzień 17.35 Panorama 17.42 Sprawdzamy 18.00 Panorama 18.20 Telepłotki 18.30 Kiedys to było... 19.00 Serwis Info Wieczór 19.30 Program informacyjny 19.30 20.15 Co ludzie powiedzą? 21.00 100 pytań do... 21.45 Panorama 22.10 Oko na Wschód 22.30 Rozmowy nocą 23.00 Wydarzy się jutro
CANAL+ SPORT 2 10.00 Tenis: Turniej WTA w Cincinnati – mecz 4. rundy gry pojedynczej: Coco Gauff – Marie Bouzková 12.00 Padel: Turniej Premier Padel w Madrycie (live) 14.00 Padel: Turniej Premier Padel w Madrycie (live) 16.00 Padel: Turniej Premier Padel w Madrycie (live) 18.00 Padel: Turniej Premier Padel w Madrycie (live) 20.15 Padel: Turniej Premier Padel w Madrycie 22.30 Padel: Turniej Premier Padel w Madrycie 0.45 8 wspaniałych (1) – serial dokumentalny	ELEVEN SPORTS 1 10.40 Formula 1: Grand Prix Włoch – 2. sesja treningowa gry pojedynczej: Coco Gauff – Marie Bouzková 12.10 Formula 1: Grand Prix Włoch – studio (live) 12.25 Formula 1: Grand Prix Włoch – 3. sesja treningowa (live) 14.10 Formula 2: Grand Prix Włoch – sprint (live) 15.15 Formula 1: Grand Prix Włoch – sesja kwalifikacyjna (live) 18.00 Piłka nożna: Liga niemiecka: Schalke – Bayern (live) 20.20 Piłka nożna: Liga włoska: AS Roma – Atalanta (live) 23.00 Elven Goal Live 0.15 Formula 1: Grand Prix Włoch – 3. sesja treningowa 1.45 Bundesliga Clubs	POLSAT SPORT 3 6.00 Hokej: LM – mecz: Frölunda HC – SaiPa Lappeenranta 9.00 Handball Arena 10.00 Siatkówka kobiet: Mistrzostwa Europy 2026 12.00 Siatkówka kobiet: Mistrzostwa Europy 2026 14.00 Siatkówka kobiet: ME 2026 16.20 Hokej: Liga Mistrzów: HC Pilzno 1929 – GKS Tychy (live) 19.00 Sporty walki: UFC Fight Night – walka: Nora Cornolle – Klaudia Sygula (live) 21.00 Sporty walki: UFC Fight Night – walka: Dan Hooker – Salahdine Parnasse (live) 0.00 Siatkówka kobiet: ME 2026 2.00 Sporty walki: Babilon MMA	NICK JR. 8.06 Świnka Peppa 7 8.10 Świnka Peppa 4 8.25 Pan Krokodyl 8.55 Barabapapa i jego rodzinka 9.25 Barabapapa – szczęśliwa rodzinka 9.45 Tim Rex wśród gwiazd 10.50 Santiago z móż 11.20 Dora 3 11.50 Zwierzęce zagadki 12.20 Rubble i jego ekipa 3 12.50 Psi Patrol 3 13.50 Barabapapa i jego rodzinka 2 14.40 Rogata ekipa 4 15.10 Zwierzęce zagadki 16.30 Dora 5 17.00 Pan Krokodyl	DISNEY JUNIOR 8.00 Klub Myszki Miki Plus 8.30 Spidey i superkumple 4 9.00 Jej Wysokość Zosia: Królewska Szkoła Magii 2 9.30 Klub Myszki Miki Plus 10.00 Blue 2 11.00 Jej Wysokość Zosia: Królewska Szkoła Magii 2 11.30 Superkoty 12.00 Spidey i superkumple 4 12.30 Iron Man i super ekipa 13.00 RoboGobo 2 13.30 Klub Myszki Miki Plus 14.00 Ariel: Mała Syrenka 2 14.30 Jej Wysokość Zosia: Królewska Szkoła Magii 2 15.30 Klub przyjaciół Myszki Miki	POLSAT NEWS 11.00 W rytmie dnia 12.50 Wydarzenia 12:50 13.30 W rytmie dnia 15.30 Sport 15.50 Wydarzenia 15:50 16.30 Czysta Polska 17.00 W rytmie dnia 17.30 Na miejscu zbrodni 18.00 W rytmie dnia 18.35 Debaty polityczna 19.15 Prezydenci i premierzy 19.50 Dobre wieści, Polsko – program publicystyczny 21.50 Wydarzenia wieczorne 22.30 Dzień na świecie 23.30 Wydarzenia 24 0.00 Prezydenci i premierzy 0.45 Wydarzenia wieczorne
CANAL+ SPORT 5 11.20 Premier League Preview 12.00 Strongman: PP – Kolo 2026 13.00 Dart: Czech Darts Open (live) 17.15 Premier League: The Big Interview 18.00 Strongman: PP – Kolo 2026 19.00 Dart: Czech Darts Open (live) 23.20 Liga+ 0.35 Sporty walki: ONE Friday Fights 169 1.40 Piłka nożna: PKO BP Ekstraklasa – mecz: Piast Gliwice – GKS Katowice 4.10 Premier League Stories (2)	ELEVEN SPORTS 2 12.00 Piłka nożna: Liga niemiecka – mecz: Stuttgart – 1. FC Köln 13.55 Ligue 1 Preview (3) 14.25 Inside Serie A (3) 14.55 Piłka nożna: Liga włoska – mecz: ACF Fiorentina – Torino FC (live) 17.55 Piłka nożna: Liga włoska: Inter Mediolan – Napoli (live) 20.40 Piłka nożna: Liga francuska: OGC Nice – Le Mans FC (live) 22.55 Liga 1 Show (3) 23.35 Udinese – Najbardziej polski klub we Włoszech 0.00 Piłka nożna: Liga francuska – mecz: RC Lens – FC Lorient	POLSAT PLAY 6.00 Dorwać tuńczyka 9.10 Poszukiwacz historii 10.05 Potęga i męt hitlerowskiego SS 13.40 Polowanie na nazistów – film dokumentalny, Fr. 2007 15.35 Tajna historia XX wieku 16.00 Pociągi 17.00 Polacy za granicą 18.05 Rolnicy – Tak się żyje u nas na wsi 20.05 Wakacje z Bałtykiem 22.00 Polacy za granicą 0.05 Łowca pedofilów 2.00 Jedziemy na ryby! 4.00 Starożytni kosmici	TVN TURBO 9.00 Uwaga! Oszust: Szcima z ogłoszenia 9.30 Jeździć, obserwować 10.15 Moto kombat 11.00 Moto Fachuery 11.45 Wojny samochodowe 15.45 Uwaga! Oszust: Szcima z ogłoszenia 16.45 Zawodowi handlarze 17.30 Jeździć, obserwować 18.15 Z drugiej reki 19.00 Mobilni mechanicy 20.30 Zawodowi handlarze 22.00 Naprawy nie do naprawy 23.30 The Grand Tour 3 1.30 Megatransporty	TVS 7.40 Koncert życzeń 9.25 Muzyczne dzień dobry 10.05 Przy muzyce po Śląsku 11.00 Klachy i Lachy 11.20 Koncert Gwiazd TVS – Rozgwiazka 12.35 Przy muzyce po Śląsku 13.35 Klachy i Lachy 14.00 Szlagierowa lista 16.00 Koncert życzeń 17.45 Przy muzyce po Śląsku 18.25 Śląska karuzela 19.55 Hansi Hinterseer zaprasza 22.05 Koncert w TVS 23.45 Szlagierowa lista 1.40 Program muzyczny	TV TRWAM 18.05 Informacje dnia 18.15 W Naszej Rodzinie 19.30 Manna z Nieba 19.45 Modlitwa z telefonycznym udziałem dzieci 20.00 Informacje dnia 20.20 Rozaniec 20.50 Kartka z kalendarza – powstanie warszawskie 21.00 Apel Jasnogórski 21.20 Informacje dnia 21.40 Polski punkt widzenia 22.00 Warto być ojcem 22.15 Głos serca 23.00 Odpowiedzialni za Kościół

BOSKA FLORENCE • MERYL STREEP

Ze śpiewem jej do twarzy

– Gdybym tylko nie zniszczyła swego dziewczęcego głosu przez papierosy, picie i rozpustę, byłabym operową diwą
– żartuje Meryl Streep.

➔ **BOSKA FLORENCE ND 6.09**
godz. 23.00 TVP 2

Miała 12 lat, kiedy rozpoczęła naukę śpiewu operowego. Marzyła jej się kariera śpiewaczki, ale po jednym ze szkolnych przedstawień odkryła, że na scenie może zabłysnąć także jako aktorka. Porzuciła więc lekcje, choć z samego śpiewania nigdy nie zrezygnowała. – Kocham śpiewać i nie przestanę tego robić, zadając tym samym ból mojej nad wyraz cierpliwej rodzinie. Czuję się czwórkową śpiewaczką, na 4 lub 4+. Mam wielki podziw dla wielkich śpiewaków, ale dość wcześnie zorientowałam się, że do nich nie należę – mówi. Ale cieszy ją to, że swój talent wokalny może wykorzystywać w filmach.

Przebojowy żart

Jeszcze zanim niektórzy oniemieli ze zdziwienia, kiedy zagrała w muzycznym „Mamma Mia!” (2008), śpiewała m.in. w „Silkwod” (1983), „Pocztówkach znad krawędzi” (1990) czy „Ostatniej audycji” (2006). O ofercie roli Donny w musicalu z piosenkami Abby jej agent wspominał jej przy okazji wymieniania innych „poważnych” ofert. Był przekonany, że Streep uzna to za dobry żart, tymczasem ona z miejsca zakochała się w tym pomysle. Pamiętała, jak krótko po zamachach z 11 września obejrzała w Nowym Jorku ten

broadwayowski musical i jak duże pocieszenie jej wtedy przyniósł. Tak namiętnie ćwiczyła śpiewanie piosenek, że w końcu rodzina miała jej dosyć i kazała jej zamknąć się w szafie! Na planie bawiła się jak dziecko, bonusem było też wyjątkowe towarzystwo m.in. Pierce’a Brosnana i Christine Baranski.

Podobnie entuzjastycznie zareagowała na propozycję zagrania „najgorszej śpiewaczki operowej wszech czasów” – Florence Jenkins. Znała jej historię, dodatkową zachętą była praca z Hugh Grantem. Tym razem jednak śpiew okazał się o wiele trudniejszy. Najpierw nauczyła się prawidłowo wykonywać arie, a potem... zrobiła wszystko, by je zepsuć. – Florence naprawdę podchodziła na poważnie do śpiewania i wszyscy mieli nadzieję, że w końcu jej się uda zaśpiewać dobrze. Niestety, nie udało się. – podsumowuje. Co ciekawe, Meryl wszystko śpiewała na żywo, by wypaść bardziej wiarygodnie. Ten film dał jej jeszcze jedno – możliwość pracy w legendarnym Abbey Road w Londynie, studiu, w którym nagrywali Beatlesi.

Z idolami u boku

Była ich fanką od zawsze – jako 16-latką oglądała ich w 1965 r. na Shea Stadium w Nowym Jorku. Stała daleko od sceny, ale trzymała transparent: „I Love

Za rolę Florence Jenkins dostała 20. nominację do Oscara.

Wokół Hollywood

Szczęśliwa fanka Paula McCartneya w teledysku do piosenki „Queenie Eye”.

You Forever, Paul!”. 25 lat później została poproszona o to, by wygłosić laudację na cześć swojego idola, kiedy otrzymał Grammy za całokształt działalności. Ten z kolei zaprosił ją w 2013 r. do udziału w teledysku do jego piosenki „Queenie Eye”. To wtedy po raz pierwszy odwiedziła Abbey Road. Na wideo śmieje się, klaszcze i tańczy, a jedno z tych ujęć jej agent zamieścił w 2017 r. na jej stronie przy informacji o jej 20. nominacji do Oscara. Ale to niejedyne zetknięcie z muzycznym idolem Streep. Niedawno ogłoszono, że zagra legendarną pieśniarkę folkową Joni Mitchell. I tu też pojawia się nagroda Grammy – w 2022 r. Mitchell została nagrodzona za całokształt, a w wideoprzesłaniu z gratulacjami wystąpiła Meryl. – Nie wiem, jak ty to robisz, ale wiem, że potrzebuję tego jak jedzenia. Wręcz wyśpiewałam moje życie – powiedziała. Teraz jej się odwzajemni, grając ją najlepiej, jak potrafi. Czyli doskonale. **EGP**

Przy tylu talentach Meryl Streep bez wątplenia zasługuje na miano aktorki wszech czasów.

Jako roztańczona i rozśpiewana Donna w „Mamma Mia!”.

Nowy sezon

Grażyna jest zachwycona Robertem....

Renata przyjmuje gratulacje od mieszkańców Polskiego Pola.

ZARAZ WRACAM

Spokój przed burzą?

➔ ZARAZ WRACAM ND 6.09 godz. 16.00 TVP 1

Po trudnych tygodniach narzeczcie przychodzi trochę spokoju. W miasteczku trwa radosny festyn z okazji „Dni Polskiego Pola”, podczas którego nowa burmistrz – Renata Sikora (Katarzyna Zielińska) – zapowiada nadejście „nowego, lepszego rozdziału”, w tym rewitalizację parku i powstanie lokalnego

muzeum. W tym czasie poszukiwana listem gończym Krystyna Filar (Małgorzata Pieczyńska) zastanawia się nad swoim kolejnym krokiem. W końcu... w przebraniu wyrusza na festyn, gdzie rozdaje dzieciom cukierki z napisem „Krystyna”. Natomiast podekscytowana Grażyna (Violetta Arlak) robi zdjęcia półnagiemu Robertowi (Konrad Jałowiec)... HM

Nowa edycja

Uczestników ocenią Reni Jusis (w środku) wraz Ewą Ekwą (z l.) i Weroniką Lewandowską.

SZANSA NA SUKCES. OPOLE 2027

Zakręcony odcinek

➔ SZANSA NA SUKCES ND 6.09 godz. 15.10 TVP 2

Bohaterką pierwszego odcinka nowej edycji jest Reni Jusis. Artystka, obecna na scenie od blisko 30 lat, ma na koncie 10 albumów i 6 Fryderyków. W styczniu tego roku po długiej przerwie (wychowywała dzieci) wróciła na scenę muzyczną z dwoma singlami zapowiadającymi jej kolejną płytę.

W programie Jusis opowie m.in. o kulisach powstania hitu „Zakręcona”, napisanego na plaży w Mielnie, a także przytoczy kilka anegdot ze swojej kariery. Zwycięzca odcinka awansuje do finału, którego stawką jest występ w koncercie Debiutów w Opolu. W jury zasiadają Reni Jusis oraz jej przyjaciółki – Weronika Lewandowska i Ewa Ekwą. EGP

KOBIETA NA KRAŃCU ŚWIATA

Mroczna Korea

➔ KOBIETA NA KRAŃCU... ND 6.09 godz. 11.30 TVN

Martyna Wojciechowska przygląda się Korei Północnej oczami tych, którym udało się z niej uciec. W Seulu poznaje działaczkę na rzecz praw człowieka, Eunju Kim. Jako 9-latką widziała publiczną egzekucję, a po śmierci ojca razem z matką i siostrą przekroczyła granicę z Chinami. Tam wszystkie trzy

sprzedano za niespełna 300 dolarów jako niewolnice. Jej droga do wolności trwała dziewięć lat i liczyła 1609 km. Bohaterką odcinka będzie także Gyuri, która uciekła po pandemii, oraz przemytnik pomagający innym wydostać się z kraju. O systemie terroru opowie dr Joanna Hosaniak, Polka od ponad 20 lat dokumentująca łamanie praw człowieka w Korei Płn. MAM

W drugim odcinku poznamy historię Eunju Kim.

CIĘŻARÓWKĄ PRZEZ PÓŁ ŚWIATA

Kierunek? Wielka przygoda!

➔ CIĘŻARÓWKĄ PRZEZ PÓŁ ŚWIATA ND 6.09 godz. 17.15 TVN TURBO

Po wyprawach przez Stany, Afrykę, Australię, Indie, Malezję i Chile Dawid Andres podnosi poprzeczkę jeszcze wyżej. W nowym sezonie programu wyrusza z Ałmatów w Kazachstanie i zamierza dotrzeć ciężarówką aż do Portugalii, pokonując około 20 tysięcy kilometrów.

Trasa wiedzie przez 13 krajów i dwa kontynenty. Po drodze czekają na niego wymagające drogi, granice, lokalne zwyczaje i kompletnie zaskakujące zadania. To najdłuższa i najtrudniejsza wyprawa w jego karierze. Po azjatycko-kaukaskiej egzotyce przyjdzie czas na Europę, gdzie Andres sprawdzi też realia pracy kierowców. Na jego trasie pojawi się również Polska! ACZ

Nowa edycja

Uśmiech Dawida mówi wszystko: będzie się działo!

TVP 1

- 5.00 Sprawdzamy** – magazyn, Polska 2024-2026
- 5.25 Sprawa dla reportera** – pr. Elżbiety Jaworowicz
- 6.20 Słownik** polsko@polski (691)
- 6.55 Słowo na niedzielę**
- 7.00 Transmisja mszy świętej z Sanktuarium Bożego Miłosierdzia w Krakowie-Lagiewnikach**
- 8.00 Tydzień** – magazyn rolniczy, Polska
- 8.30 Pociąg do Polski (1)** – serial dokumentalny, Polska 2026
- 9.10 U Pana Boga w ogródku (1)** – serial komediowy, Polska 2008
- 10.05 Komisarz Alex 26 (321)** – serial kryminalny, Pol. 2026
- 11.00 Święto Dziękczynienia za Plony. Dożynki Jasnogórskie**
- 13.30 Między ziemią a niebem** – magazyn
- 14.00 Skróć z konferencji Jesień (1)** – reportaż
- 14.30 Laika (1): Powrót** – serial obyczajowy, Polska 1977
- Warszawa, rok 1878. Przy Krakowskim Przedmieściu mieści się sklep galanterijny. Jego właściciel, Stanisław Wokulski, po powrocie do kraju zaczyna dysponować znacznym majątkiem. **90 min**
- 16.00 Zaraz wracam 3 (136, 137)** – serial obyczajowy, Polska 2026 (patrz obok)
- 17.00 Teleexpress, Pogoda**
- 17.35 Daję słowo – Maciej Orłoś 2 (41): Krzysztof Cugowski** – talk-show
- 18.40 Jaka to melodia?** – teleturniej muzyczny
- 19.30 Program informacyjny 19.30**
- 19.55 Pytanie dnia** – program publicystyczny, Polska 2026



16.00 OBYCZAJOWY

Zaraz wracam 3 (136, 137)
Trwają przygotowania do festynu z okazji Dni Polskiego Pola. Nowa burmistrz, Renata Sikora, obiecuje lepszą przyszłość dla gminy. Prywatnie wciąż musi ukrywać bliską relację ze Zbyszkiem. Karolina (Małgorzata Socha, zdj.) celowo prowokuje Jana. **60 min**



20.25 KRYMINALNY

Gra z Cieniem 2 (14)
Ucieczka więźniarek z Okrusza powoduje zamieszanie w strukturach aparatu bezpieczeństwa. Po opuszczeniu szpitala Kosek podąża za Heleną (Natalia Rybicka, zdj.). **60 min**

TVP 2

- 4.40 Barwy szczęścia (3389-3391)** – serial obyczajowy, Polska 2026
- 6.25 M jak miłość (1936)** – serial obyczajowy, Polska 2026
- 7.30 Pytanie na śniadanie – pobudka** – magazyn, Polska 2026
- 7.55 Pytanie na śniadanie**
- 11.00 Jak to się mówi, czyli Kasia u Bralczyka (68)** – magazyn kulturalny, Polska 2026
- 11.45 Lato z Radiem i Telewizją Polską: Białe Błota** – widowisko, Polska 2026
- 14.00 Familiada** – teleturniej
- 14.35 Koło fortuny** – teleturniej, Polska 2026
- 15.10 Szansa na sukces. Opole 2027 (1): Reni Jusis** – widowisko, Polska 2026 (patrz obok)
- 16.10 Europa da się lubić – nowe pokolenie (1)** – program rozrywkowy, Polska 2026 (patrz obok)
- 17.15 Tak to leciało!** – teleturniej muzyczny, Polska 2026
- Program wraca w bardziej widowiskowej odsłonie, z dużą publicznością. Uczestnicy uzupełniają luki w tekstach największych polskich przebojów. Im więcej wyśpiewają, tym więcej wygrywają. **60 min**
- 18.15 Omnibus – szybcy i mądrzy** – teleturniej, Polska 2026
- 19.10 Kocham Cię, Polsko! (2)** – program rozrywkowy, Polska 2026
- W drużynie Filipa Gurlacza do rywalizacji staną Rafał Szatan, Krzysztof Czechtot oraz Radosław Pazura. W zespole Michała Koterskiego zobaczymy: Barbarę Kurdej-Szatan, Karolinę Gorczycę i Dorotę Chocęcką. Gwiazdy sprawdzą swoją wiedzę z różnych dziedzin. **90 min**



15.10 WIDOWISKO

Szansa na sukces. Opole 2027 (1)
Bohaterką pierwszego odcinka nowego sezonu jest Reni Jusis (zdj.). Artystka opowie m.in. o kulisach powstania „Zakręconej”, napisanej na plaży w Międzyzdrojach. Zwykły odcinek awansuje do finału, którego stawką jest występ w koncercie Debiutów w Opolu. **60 min**



16.10 ROZRYWKOWY

Europa da się lubić – nowe pokolenie (1)
Sześcioro uczestników z różnych krajów, którzy związali życie z Polską, bierze udział w zabawnych konkursach. Prowadzi Katarzyna Zielińska (zdj.). **65 min**

POLSAT

- 4.40 Disco Gramy** – program muzyczny, Polska 2026
- 5.25 Telezakupy TV Okazje**
- 6.00 Nowy dzień** – program informacyjny
- 8.00 halo tu polsat** – magazyn, Polska 2026
- 11.30 Nasz nowy dom (373)** – reality show, Polska 2026
- Ekipa pod wodzą Elżbiety Romanowskiej wyremontuje budynek w Raciszynie, gdzie mieszka doświadczona przez los rodzina pani Bożeny. W domu panują wszechobecna wilgoć i grzyb. **80 min**
- 12.50 Kopciuszek** – baśń filmowa, USA/Wielka Brytania 2015, reż. Kenneth Branagh, wyk. Lily James, Cate Blanchett, Richard Madden, Helena Bonham Carter (patrz obok)
- Nominowana do Oscara za kostiumy klasyczna baśń, którą wyreżyserował Kenneth Branagh, znany z takich filmów jak „Thor” i „Morderstwo w Orient Expressie”. **145 min**
- 15.15 Twa Twarz Brzmi Znajomo (226)** – program rozrywkowy, Polska 2026
- Każdy z uczestników będzie musiał nie tylko zaprezentować umiejętności wokalne, lecz również dowieść aktorskiego talentu. W metamorfozach wesprą ich trenerzy Agnieszka Hekiert pomoże w nauce śpiewu. **135 min**
- 17.30 Awantura o kasę** – teleturniej, Polska 2026
- Błyskawiczna rywalizacja, dobra zabawa i emocje. Prowadzący Krzysztof Ibisz nadaje grze tempa dzięki swojemu charakterystycznemu stylowi i energii. **80 min**
- 18.50 Wydarzenia**
- 19.15 Być Gwiazdą** – magazyn kulturalny, Polska 2026
- 19.35 Sport, Pogoda**



12.50 BAŚŃ

Kopciuszek
Osierocona Ella (Lily James, zdj.) pozostaje na łasce macochy (Cate Blanchett) i jej córki. Jest traktowana jak służąca. Pewnego dnia spotyka w lesie młodzieńca (Richard Madden), który okazuje się jej bratnią duszą. Dziewczyna nie ma pojęcia, że jest on księciem. **145 min**



19.55 ROZRYWKOWY

Dancing with the Stars. Taniec z gwiazdami (184)
O Krystalową Kulę walczy m.in. Izabela Kuna i Helena Engler. Show prowadzi Paulina Sykut-Jezińska oraz Krzysztof Ibisz (oboje na zdj.). **180 min**

REKLAMA

ROLNIK SZUKA ŻONY

niedziela 21:25

TVP 1

TVP VOD

- 20.05 Sport, Pogoda**
- 20.25 Gra z Cieniem 2 (14)** – serial kryminalny, Polska 2026 (patrz obok)
- 21.25 Rolnik szuka żony 13 (1)** – telenowela dokumentalna, Polska 2026 (patrz obok)
- 22.20 Rolnik szuka żony. Odwiedziny** – program rozrywkowy, Polska 2026
- 22.45 Zakończona Jedynka: Matki różnowogle** – dramat obyczajowy, Francja/Hiszpania 2021, reż. Pedro Almodóvar, wyk. Penélope Cruz, Milena Smit, Israel Elejalde
- 1.00 Dewajtis (7-ost.)** – serial kostiumowy, Polska 2023
- 1.55 Jedno życie** – dramat biograficzny, Wielka Brytania 2023, reż. James Hawes
- 3.55 Jaka to melodia?** – teleturniej muz. **▶ 4.45**



21.25 TELEN. DOKUM.

Rolnik szuka żony 13 (1)
Pięcioro uczestników – Justyna, Mariusz, Wiktor, Karol i Łukasz – spróbuje spełnić swoje marzenia o miłości. Jak zwykle wspierać ich będzie prowadząca Marta Manowska (zdj.). **55 min**

- 20.40 Gwiazdy w akcji: Siedmiu wspaniałych** – western, USA/Australia 2016, reż. Antoine Fuqua, wyk. Denzel Washington, Chris Pratt, Ethan Hawke, Vincent D'Onofrio (patrz obok)
- 23.00 Boska Florence** – film biograficzny, Wielka Brytania/Francja 2016, reż. Stephen Frears, wyk. Meryl Streep, Hugh Grant, Simon Helberg
- 1.00 Będziemy mieszkać razem (1)** – serial obyczajowy, Polska 2023, wyk. Bronisław Wrocławski, Aleksandra Konieczna
- 2.00 Bezpieczna przystań** – melodramat, USA 2013, reż. Lasse Hallström
- 3.55 Rodzinka.pl** – serial komediowy, Polska 2025 **▶ 4.20**



20.40 WESTERN

Siedmiu wspaniałych
XIX wiek. Bandyci terrorują Creek. Officer Chisolm (Denzel Washington) wraz z Joshem (Chris Pratt, zdj.) oraz innymi najemnikami stają w obronie mieszkańców. **140 min**

- 19.55 Dancing with the Stars. Taniec z gwiazdami (184)** – program rozrywkowy, Polska 2026 (patrz obok)
- 22.55 Raj dla par** – komedia romantyczna, USA 2009, reż. Peter Billingsley, wyk. Vince Vaughn, Jason Bateman, Faizon Love, Jon Favreau (patrz obok)
- O miłości małżeńskiej z przemyśleniem oka. Występujący w jednej z ról Vince Vaughn jest również współautorem scenariusza. **140 min**
- 1.15 Zostań, jeśli kochasz** – melodramat, USA 2014, reż. R.J. Cutler
- 3.40 Świat według Kiepskich (406): Stan wyjątkowy** – serial komediowy, Polska 2013
- 4.20 Kabaretowa Ekstraklasa (108)** – program rozrywk., Polska 2017



22.55 KOMEDIA

Raj dla par
Kilka par, m.in. Dave (Vince Vaughn, zdj.) i Ronnie (Malin Akerman, zdj.), decyduje się na terapię małżeńską na pięknej pacyficznej wyspie. Wspólnie biorą udział w niekonwencjonalnych sesjach. **140 min**

tvn	TVN	DVB T2	tv puls	TV PULS	DVB T2	TVN 7	DVB T2
5.40 Uwaga! – magazyn reporterów 5.55 Ukryta prawda (1467) – serial paradokumentalny, Polska 2023 6.50 Kuchenne rewolucje (1) – program rozrywk., Pol. 2026 7.45 Dzień Dobry TVN – magazyn 11.30 Kobieta na krańcu świata (2) – serial dokumentalny, Polska 2026 Korea Północna pozostaje jednym z najbardziej odizolowanych państw świata. W Seulu Martyna spotyka Eunju Kim, działaczkę praw człowieka, która po śmierci ojca ucieka z kraju z matką i siostrą. 70 min 12.40 Co za tydzień – magazyn kulturalny, Polska 2026 13.15 Azja Express (1) – reality show, Polska 2026 15.00 Faceci od kuchni – komedia, Francja/Hiszpania 2012, reż. Daniel Cohen, wyk. Jean Reno, Michaël Youn, Raphaëlle Agogue, Julien Boisselier (patrz obok) Smakowita opowieść z Jeanem Reno, który doskonale sprawdza się w komediach („Goście, goście”, „Przyjaciel gangstera”, „Raj dla par”). To kolejne dzieło twórcy „Dwóch światów”, Daniela Cohena. 105 min 16.45 Co mi zrobisz, jak mnie złapiesz – komedia, Polska 1978, reż. Stanisław Bareja Dyrektor Krzakowski (Krzysztof Kowalewski) chce poślubić córkę prominenta. Najpierw jednak musi dostać rozwód. Zleca fotografowi Romanowi zrobienie żonie kompromitujących zdjęć. 135 min 19.00 Fakty 19.30 Sport 19.35 Raport US Open (8) – magazyn sportowy, Polska 2026 19.40 Pogoda	 15.00 KOMEDIA Faceci od kuchni Mistrz kuchni Alexandre Lagarde (Jean Reno, zdj.) wpada w tarapaty, gdy nowy właściciel prowadzonej przez niego restauracji renowolucjonizuje menu. Wraz z utalentowanym amatorem, Jackym Bonnotem (Michael Youn, zdj.), chcą bronić tradycyjnych francuskich potraw. 105 min  19.45 ROZRYWKA MasterChef (1) Do jury, w którego skład wchodzi m.in. Magda Gessler (zdj.), dołącza Pascal Brodnicki. Rywalizacja startuje na Małym Rynku w Krakowie, gdzie kandydaci prezentują popisowe dania. 100 min	6.00 Tak jest świat 11 – pr. inform., Polska 2026 6.25 Kobra – oddział specjalny (2): Bez tchu – serial sensacyjny, Niemcy 2019 6.55 Don Matteo: Boski detektyw 15 (15, 16): Uciekinier, część 1; Uciekinier, część 2 – serial kryminalny, Włochy 2026 9.05 Kurierzy 2 (70, 71) – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2023 11.15 Wyspa piratów – film przygodowy, USA/Francja/Włochy 1995, reż. Renny Harlin Jamaika, XVII w. Sławni piraci ginie z rąk brata. Przed śmiercią wyznaje córce (Geena Davis), że posiada jedną z trzech części mapy prowadzącej do skarbu. Dziewczyna postanawia go odnaleźć. 150 min 13.45 Johnny English: Reaktywacja – komedia przygodowa, Wielka Brytania/USA/Francja 2011, reż. Oliver Parker Zbliża się wizyta ważnego polityka Chin w Anglii. Pracownicy wywiadu ustalają, że planowany jest zamach na dygnitarza. Agent English (Rowan Atkinson) musi rozpracować konspiracyjną siatkę. 130 min 15.55 Zięć prawie idealny – komedia, Francja/Belgia 2024, reż. Arnaud Lemort Córka psychoanalityka Bérangera (Christian Clavier) mówi mu, że w końcu znalazła idealnego mężczyznę. Okazuje się nim Damien (Baptiste Lecaplain), jego uciążliwy, lękliwy pacjent. 115 min 17.50 Goście, goście – komedia, Francja 1993, reż. Jean-Marie Poiré, wyk. Jean Reno, Christian Clavier, Valérie Lemercier, Marie-Anne Chazel (patrz obok)	 17.50 KOMEDIA Goście, goście Na skutek działań wiedzmy rycerz Godefroy (Jean Reno, zdj.) zabija ojca swojej narzeczonej, Frenegondy. Chce cofnąć się w czasie, by to zmienić, ale błąd czarodzieja powoduje, że razem ze swoim wiernym giermkim (Christian Clavier, zdj.) zostaje przeniesiony do XX w. 130 min  20.00 SENSACYJNY Niezniszczalna Agentka CIA Avery (Kate Beckinsale, zdj.) odkrywa, że jej mąż został uprowadzony. By go ocalić, musi wypełnić instrukcje szantażystów, które są równoznaczne ze zdradą kraju. 130 min	5.05 Szkoła (429) – serial paradokumentalny, Polska 2017 6.05 Wiza na miłość: pierwsze spotkanie (20) – program rozrywkowy, USA 2019 7.00 Nowe Zwariowane Melodie (38-40) – serial animowany, USA 2018 7.45 Karol. Papież, który pozostał człowiekiem (2-ost.) – film biograficzny, Włochy/Polska/Kanada 2006, reż. Giacomo Battiato Kolejne lata pontyfikatu Jana Pawła II (Piotr Adamczyk) wypełniają pielgrzymki. Papież poświęca się działalności na rzecz pokoju i szerzeniu idei ekumenizmu. 130 min 9.55 Top Model (1) – reality show, Polska 2026 11.30 Ukryta prawda (1520-1522) – serial paradokumentalny, Polska 2023 14.40 Szpital św. Anny (55, 56) – serial obyczajowy, Polska 2025 Matka Tomka oferuje Marcie pomoc w schwytaniu prześladowcy. Ratownicza jest mile zaskoczona. Zosia oraz Filip są gotowi do przeprowadzki do Berlina. Ich plany ulegają zmianie po telefonie w sprawie Kalinki. 125 min 16.45 Detektywi (119): Rodzice – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2024 (patrz obok) 17.50 Maska – komedia, USA 1994, reż. Chuck Russell Niezdarny urzędnik bankowy Stanley Ipikiss (Jim Carrey) jest zakochany w Tinie (Cameron Diaz). Za sprawą tajemniczej maski staje się pewnym siebie uwodzicielem, dla którego nie ma rzeczy niemożliwych. Spędza upojoną noc w klubie, postanawia również obrabować bank. 130 min	 16.45 FAB-DOKUM. Detektywi (119) Anna Potaczek (zdj.) i jej koledzy przyjmują zlecenie od 12-letniego Kacpra, którego starsza siostra zaginęła. Wśród podejrzanych o uprowadzenie Angeliki jest chłopak, z którym zaszła w ciążę. Ten twierdzi jednak, że to rodzice dziewczyny ją przetrzymują. 65 min  20.00 SENSACYJNY Mission: Impossible – Dead Reckoning Hunt (Tom Cruise, zdj.) i jego ekipa trafiają na trop broń opartej na sztucznej inteligencji. Nie mogą dopuścić, by wpadła w niepowołane ręce. 205 min		




niedziela 19.45

19.45 MasterChef (1) – program rozrywk., Pol. (patrz obok) 21.25 Chłopaki nie płaczą – komedia kryminalna, Polska 2000, reż. Olaf Lubaszenko, wyk. Maciej Stuhr, Cezary Pazura, Wojciech Kłata, Michał Miłowicz (patrz obok) 23.30 Sposób na teściową – komedia romantyczna, Niemcy/USA 2005, reż. Robert Luketic 1.40 Uwaga! – mag. reporterów 2.00 Superwizjer – magazyn reporterów, 2026 2.35 Klara (1, 2) – serial komediowy, Polska 2024, wyk. Izabela Kuna, Piotr Adamczyk 3.55 CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 10 (3) – serial kryminalny, USA/Kanada 2009 4.55 Nauka jazdy 5 (25) – pr. rozrywk., Polska 2022	 21.25 KOM. KRYM. Chłopaki nie płaczą Kuba (Maciej Stuhr, zdj.), by pomóc nieśmiałoemu koledze, zamawia dziewczynę z agencji towarzyskiej. Przez swoją niefrasobliwość trafia w sam środek mafijnych porachunków. 125 min	20.00 Niedziela z gwiazdami: Niezniszczalna – film sensacyjny, Wielka Brytania 2024, reż. Pierre Morel, wyk. Kate Beckinsale, Ray Stevenson, Rupert Friend, Saffron Burrows (patrz obok) 22.10 Peacemaker – film sensacyjny, USA 1997, reż. Mimi Leder, wyk. George Clooney, Nicole Kidman, Marcel Iures, Aleksandr Bałujew (patrz obok) 0.55 Godziny szczytu 3 – komedia sensacyjna, USA/Niemcy 2007, reż. Brett Ratner 2.50 Dyzur 3 (42) – serial dokum. 3.30 Tak jest świat 11 – program informacyjny, Pol. 4.00 Dyzur 3 (31, 32) – serial dokumentalny, Polska 2010 5.00 Dzielnica strachu 10 (468) – serial krym., Pol. 2025-2026	 22.10 SENSACYJNY Peacemaker Ekspertka od broni nuklearnej i oficer wywiadu Devoe (George Clooney, zdj.) próbują odnaleźć skradziony przez terrorystów śmiercionośny ładunek. Od powodzenia ich misji zależy życie wielu ludzi. 165 min	20.00 Mission: Impossible – Dead Reckoning – film sensacyjny, USA 2023, reż. Christopher McQuarrie, wyk. Tom Cruise, Rebecca Ferguson, Vanessa Kirby, Indira Varma (patrz obok) 23.25 Morderstwo w Białym Domu – film sensacyjny, USA 1997, reż. Dwight H. Little, wyk. Wesley Snipes, Diane Lane, Daniel Benzali, Dennis Miller (patrz obok) 1.45 Coś jest nie tak z dziećmi – horror, USA 2023, reż. Roxanne Benjamin, wyk. Alisha Wainwright 3.35 Miasta, w których straszyc (7) – serial dokumentalny, USA 2019 4.30 Fachowcy 2 (2) – serial paradokumentalny, Polska 2018	 23.25 SENSACYJNY Morderstwo w Białym Domu W apartamencie prezydenta ginie kobieta. Prowadzący śledztwo Regis (Wesley Snipes, zdj.) podejrzewa głowę państwa lub syna polityka. Wspiera go Nina Chance (Diane Lane, zdj.). 140 min
---	---	--	---	--	--

TVP 3	TVP 3	D&T	TVP POLONIA	TV 4	D&T	PULS 2	D&T	TVP ROZRYWKI	TVP ROZRYWKI	TTV HD	D&T			
9.55 Rolnicy – serial dok., Pol.	10.30 Tydzień – mag. rolniczy	11.00 Transmisja mszy świętej	11.55 Całkiem niezła historia – cykl reportaży, Pol. 2025	12.20 Ktokolwiek widział, ktokolwiek wie – publ.	12.55 Piosenka dla Ciebie	14.00 Rączka gotuje – mag.	14.30 Program lokalny	15.00 Koronka do Miłosierdzia Bożego – pr. religijny	15.20 Piłka nożna – studio (live)	15.55 Piłka nożna – Mecz Jubileuszowy z okazji 110-lecia Legii Warszawa (live)	18.00 Program lokalny			
11.00 Święto Dziękczynienia za Plony – Dożynki Jasnogórskie – religijny	13.30 Między ziemią a niebem – magazyn	14.00 Fajna Polska – mag.	14.15 Piłka nożna: Betclitc 1. Liga: Arka – ŁKS (live)	17.00 Teleexpress	17.25 Chichot Iosu (13-ost.)	18.20 Kabaretowiancy	19.05 Re_Mind. Chcę to powiedzieć	19.20 Powstanie	19.30 Program informacyjny	19.30 Pytanie dnia – pr. publ.	20.05 Sport, Pogoda			
6.00 Łowcy skarbów. Kto da więcej? (210)	6.55 Dawni budowniczowie. Rzeźbiarze z Wyspy Wielkanocnej – film dok., Fr./USA 2021	8.05 Zamki krzyżowców: budowle nie do zdobycia – film dokum., Francja Galileo (1206, 1207)	11.30 Ace Ventura: Zew	FILM natury – kom., USA 1995	13.15 Reakcja łańcuchowa	FILM – thriller, USA 1996	15.45 Next – thriller s.f., USA	FILM 2007, wyk. Nicolas Cage	17.50 Uroczysko (199-202) – serial kryminalny, Polska	20.00 Wypasiona kuchnia (6) – pr. rozrywk., Pol. 2026				
6.00 Gwiazdy Mazurskiej Nocy Kabaretowej (14) – pr. rozrywk., Pol. 2023	6.55 Tak! jest świat 11 – program informacyjny	7.15 Aukcja w ciemno 2 (9-11) – serial dokum., USA	8.45 Wojciech Ciejrowski. Boso – Meksyk/Paragwaj (1-3) – dok.	10.25 Żandarm i kosmici	12.10 Żandarm i policjantki	FILM – komedia, Francja 1982	14.30 Uczeń czarnoksiężnika	FILM – baśń film., Niemcy 2017	16.30 Zaklęta księżniczka	FILM – baśń film., Czechy 2020	18.45 Czerwony Kapturek	FILM – baśń film., Niemcy 2012		
9.20 Koło fortuny – telet., Pol.	10.00 Tańcząca ze światem – Maroko (4) – magazyn	10.40 Szansa na sukces. Opole 2026 (11)	11.45 Postaw na milion	13.35 Prywatne życie zwierząt 15 (1) – przyrod.	14.05 Super Gary. Gotuj z Bosacką! (1) – mag.	14.45 63. KFPP w Opolu – Superjedynki (1)	15.45 Moje przeboje (8) – rozr.	16.20 Jeden z dziesięciu	17.35 Koło fortuny – telet., Pol.	18.15 Szansa na sukces. Opole 2025 (2)	19.20 Tygodnik Moralnego Niepokoju – The Best of (1) – pr. rozr., Pol. 2025			
11.05 Zakup w ciemno extra 3 (4) – reality show	11.35 Zakup w ciemno 8 (1)	12.35 Goglebox. Przed telewizorem 25 (1)	13.40 Damy i wiesniaczki. PL 11 (3) – fab.-dok., Pol.	14.40 Kochaj albo wróć (1)	15.45 Express, Pogoda – inf.	16.05 Idź na całość 3 (1) – rozr.	17.10 Życie na kredyt 9 (1)	17.45 Express – pr. inform.	18.00 Pogoda, Sport	18.10 Życie na kredyt 9 (2)	18.45 Damy i wiesniaczki. PL 12 (1) – fab.-dok., Pol.	19.45 Express, Pogoda – inf.	20.00 Zakup w ciemno 8 (2)	21.00 Goglebox. Przed telewizorem 25 (1)

PIĘKA NOŻNA	KRYMINALNY	KRYMINALNY	THRILLER	TELETURNIE	DOKUMENT
19.25 Betclitc 2. Liga – mecz: GKS Tychy – Avia (live) Ekipe ze Świdnika czeka w Ty- chach ciężka przeprawa. Spad- kowicz z 1. ligi dobrze zaczął sezon. W pięciu meczach zdobył 11 punktów. 125 min	20.20 Komisarz Alex 23 (293) Gnie uczestniczka zjazdu absol- wentów. Lista podejrzanych jest długa, gdyż kobieta miała opinię bezwzględnej i cynicznej. Kożera i jego współpracownicy wszczy- nają śledztwo. 55 min	20.05 Sprawiedliwi. Trójmiasto (157-160) – Polska 2026 Damian i Olga prowadzą śledztwo w sprawie profanacji zwłok rodzi- ny Rawiczów. Z kaplicy znikają trzy ciała, a przy zmarłej dziewczęciolat- ce sprawca zostawia makabrycz- ne ślady rytuału. 255 min	20.00 Ludojad – Australia/USA/ FILM Wielka Brytania 2021 Charlie (Aaron Jakubenko, zdj.), Kaz (Katrina Bowden, zdj.) i grupa turystów wyruszają na wypieczkę. Zostają uwięzieni na dryfującej po oceanie tratwie ratunkowej. Zagra- za im morski drapieżnik. 115 min	21.00 Jaka to melodia? W grze udział bierze troje zawo- dników. Ich zadaniem jest rozpo- znanie fragmentów utworów i podanie ich tytułów. Za każdą wskazaną piosenkę otrzymują określoną kwotę. 60 min	22.00 Down the road 4 (1) – Polska 2026 Monika Hoffman-Piszora (zdj.) razem z grupą młodych ludzi z zespołem Downa odbywa dwu- dziestodniową wyprawę przez Tajlandię. Przemierzają razem ok. 1200 kilometrów. 60 min
21.30 Program lokalny 21.30 Dziennik regionów – program informacyjny 22.30 Ktokolwiek widział, ktokolwiek wie – publ. 23.00 Kościół z bliska – mag. 23.30 Całkiem niezła historia 23.55 Panorama 0.25 Program informacyjny 19.30	21.15 Lato z Radiem i Telewizją Polską 23.15 Kabaret Letnią Porą (45) – pr. rozr., Pol. 2021 0.00 „Twarze w lustrach” 0.40 Chichot Iosu (13-ost.) – serial obycz., Pol. 2011 1.30 Program informacyjny 19.30 1.55 Pytanie dnia – pr. publ. 2.00 Sport, Pogoda 2.10 Zatoką szpiegów 2 (17)	0.20 STOP Drogówka – mag. 1.20 Wyspa kanibali – dok. 2.30 Dzieci-żołnierze. Historia niemieckiego obozu jenieckiego w Attichy – film dok., Fr. 3.50 Hardkorowy lombard (53) – serial dokumetalny 4.20 Cudownych rodziców mam – cykl felietonów	21.55 Uniwersalny żołnierz FILM – thriller s.f., USA 1992 0.00 Dzielnic strachu 10 (472, 473) – serial krym. 1.55 Niesamowite! (23, 24) – serial dokumetalny, Pol. 3.00 Lombard. Życie pod zastaw 6 (258, 259) – serial obycz., Pol. 2020 5.00 Lombard. Życie pod zastaw 11 (546) – obycz.	21.20 Jak TEY – pr. rozrywk. 22.05 Program rozrywkowy 22.35 Postaw na milion – teleturniej, Polska 0.30 Koło fortuny – telet., Pol. 2.00 Kabaret Letnią Porą (11, 12) – pr. rozr., Polska 4.05 Do śmiechu! (10) – rozr., Polska 2024-2026 5.00 Tygodnik Moralnego Niepokoju – The Best of (30) – pr. rozr., Pol. 2025	23.00 Ciężarówką przez Chile (1) – program rozrywkowy, Polska 2026 0.00 Nic do zgłoszenia 6 (1) – serial dokumetalny, Pol. 1.00 Lady Gucci: historia czarnej wdowy – film dokumetalny, Wł. 2020 2.40 SOS. Ekipy w akcji (27, 28) – serial paradokumetalny, Polska

TVP 3	TVP 3 PROGRAMY LOKALNE	TVP HD	TVP KULTURA	ANTENA HD	TV 6
BIALYSTOK 14.40 Przystanek Kultura 15.30 Tym żyje wieś 15.40 Studio niedziela 16.30 Poczytalia 16.40 Panorama litewska 16.50 Biłko siebie. Magazyn ukraiński 17.05 Tydzień białoruski 17.25 U źródeł wiary 17.55 Kulturalnie mówiąc 18.15 Skarbiec sztuki Lubelszczy- zny 18.30 Obiektyw 18.50 Sport, Pogoda 19.00 Żyjący Kościół 21.30 Obiektyw BYDGOSZCZ 14.30 Rolnicy 16.00 Eko-opcja 16.15 Harcerskie „czu- waj” 16.30 Agregore 18.00 Po oklaskach 18.30 Zbliżenia 18.55 A to historia 21.30 Zbliżenia 21.45 Sport, Pogoda GDANSK 14.30 Raport gospodar- czy 15.30 Wiatrak 16.00 Mdrze- jowska 17.00 Do brzegu 17.30 Świat nie jest taki zwy 18.00 Droga 18.30 Panorama 18.55 Casy ten sport 21.30 Panorama 21.55 Pa- norama sport 21.58 Pogoda KATOWICE 18.05 Ekonatura 18.30 Aktualności 18.55 Pogoda, Sport 19.14 Gramy dla was 21.30 Aktualności KRAKÓW 14.30 Krzemionki 30. Przystanek reportaż 14.44 Ho- ryzont wartości. Rozmowa z kard. Grzegorzem Rysiem 18.00 Kronika 18.30 Kronika 18.52 Bliziej polityki 19.06 Bohaterowie małych ojczyzn 21.30 Kronika 21.51 Pogoda w re- gionie 21.54 Kronika sportowa LUBLIN 14.30 Panorama lubelska 18.00 Strefa otwarta 18.30 Panora- ma lubelska 19.05 Scena jest Twoja 21.30 Panorama lubelska 21.42 Prognoza pogody 21.45 Magazyn sportowy	ŁÓDŹ 14.30 Depozyt wiary 18.00 Serial 18.15 Agroexpress 18.30 Łódzkie wiadomości dnia 18.50 Sport, Pogoda 19.05 Opowieści Ryszarda Bonisławskiego 21.30 Łódzkie wiadomości dnia 21.51 Skarby Łodzi POZNAN 14.30 Szlakiem Kolber- ga 15.22 Ewa i jej goście 18.01 Reportaż TV Poznań 18.13 Re- portaż sportowy 18.30 Teleskop 18.50 Opowieści stad 19.03 Re- portaż 21.02 Seans dla każdego 21.31 Teleskop 21.50 Wiadomości sportowe RZESZÓW 14.30 Odkrywamy Podkarpackie 18.02 Kaledjospok filmowy 18.15 Podkarpacka scena przebojów 18.30 Aktualności 18.54 Pogoda 18.58 Kwartet 21.30 Ak- tualności SZCZECIN 14.30 Reportaż 18.00 Program publicystyczny 18.30 Kro- nika 18.50 Pogoda 18.52 Przegląd tygodnia 19.06 Z indeksem w rękę 21.30 Kronika 21.49 Pogoda 21.50 Wokół nas WARSZAWA 14.30 Kościół z bliska 18.00 Tacy byliśmy 18.30 TKW 18.40 Kurier Mazowiecki 18.51 Pogoda 18.54 Wiadomości sportowe 19.03 To był tydzień 21.30 Kurier Warszawski i Mazow- sza 21.50 Pogoda 21.53 Wiadomości sportowe WROCŁAW 14.31 Agro-Fakty 18.00 Minutka ze słowem 18.07 Kościółki laski 18.30 Fakty 18.54 Pogoda 18.58 Fakty sport 19.03 Magazyn Dolnośląski 21.31 Fakt 21.53 Pogoda 21.56 Poznaj region	8.55 Ojciec Mateusz 30 (385, 386) – krym., Pol. 2023 10.45 Czy wiesz, że? (303) – dok. 11.20 Na sygnale (772, 773) 12.25 Ojciec Mateusz 11 (137) 13.20 Komisarz Alex 22 (272) 14.15 Ranczo 8 (97, 98) – obycz. 16.10 Postaw na milion – telet. 17.10 Okrasa łamie przepisy 17.45 Makłowicz w podróży 18.20 Ojciec Mateusz 29 (380) 19.20 Ranczo 6 (77, 78) – obycz. 21.25 Ranczo 7 (79) – obycz., Pol. 22.20 Boisko bezdomnych FILM – film obyczajowy, Pol. 2008 0.35 Kariera Nikodema Dyzmy (3, 4) – obycz., Pol. 2.50 Pogromcy duchów FILM – komedia s.f., USA 1984 4.45 Re_Mind. Chcę to powiedzieć – koncert, Pol.	11.05 Kosmos 1999 (28) – s.f. 12.10 Biała 13.20 Program kulturalny 14.25 Ostatnia walka Apacza FILM – western, USA 1954 16.00 Alternatywy 4 (5) – kom. 17.15 Niedziela z... – pr. kult. 18.05 Złoto dezertorów – kom. FILM wojenna, Polska 1998 20.20 Pokój z widokiem FILM – obycz., Wlk. Bryt. 1985 22.25 Porozmawiajmy szczerze – magazyn kult. 23.05 Zniknąć bez śladu – dok. 0.40 Slow Light – anim., Polska 1.00 Rosół z kaczki – anim. 1.05 Portret kobiety – film. 1.15 Klub Jazzowy – koncert 2.40 Słodzaki – dramat FILM obyczajowy, USA 2019 4.25 Niedziela z... – pr. kult.	7.20 Oszukiaki przeznaczenie. Historie prawdziwe 13 (6-8) – serial dok., Wlk. Bryt. 8.40 Celnicy (8) – dok., Wlk. Bryt. 9.10 Władimir Putin – Wróg numer jeden? – film dok. 11.05 Polska. Największe dyle- maty – program publicyst. 12.05 Co Polak potrafi na drodze? 2 (2) – program rozrywkowy 13.05 Detektyw Candice: Niezawodny instykt 4 (1-4) – serial kryminalny, Fr. 17.55 77 TV 6 (2) – pr. rozr., Polska 19.00 77 TV 5 (3) – pr. rozr., Polska 20.00 Unforgettable (1-4) 0.45 Dziewczyna z piwnicy FILM – thriller, USA 2021 2.30 Władimir Putin – Wróg numer jeden? – film dok.	6.00 Cobra Kai (3) – serial przy- grze 6.30 Columbo (41, 42) – krym. 10.05 Poirot (7, 8) – serial krym. 12.30 Kupiliśmy zoo FILM – komediodramat, USA 2011, reż. Cameron Crowe 15.00 Policjantki i Policjanci (265-267) – obycz., Pol. 2017 18.00 Strażnik Tekusa, S. (6) – serial sensacyjny, USA 20.00 CSI: Kryminalne zagadki Miami (167, 188) – serial kryminalny, USA 2010 22.00 Kościół (163, 164) – serial kryminalny, USA 2013 23.55 Zasady walki – dramat FILM sensacyjny, USA/Kan. 2000 2.25 Kochane pieniądze (71-73) – serial paradokum. 5.30 SuperLudzie Extra – mag. 5.45 Telezakupy TV Okazje

STOPKLATKA

- 6.00 Komisarz Rex 6** (13-15) – krym., Austria/Niemcy
- 9.00 Komisarz Rex 7** (1) – serial kryminalny, Niemcy/Austria 2003, wyk. Alexander Pschill, Elke Winkens
- 10.00 Hudson i Rex 8** (6-8) – serial kryminalny, Kan.
- 13.00 Komisarz Rex – Powrót do Wiednia** (2) – serial kryminalny, Austria/Niem.
- 15.05 Flintstonowie** – komedia, USA 1994, wyk. John Goodman, Kyle MacLachlan
- 17.00 Apollo 13** – dramat katastroficzny, USA 1995, wyk. Tom Hanks, Bill Paxton, Ed Harris

DRAMAT KRYMINALNY



- 20.00 Missisipi w ogniu** – USA
FILM 1988, reż. Alan Parker
Rok 1964, miasteczko Meridian. Agenci FBI Alan Ward (Willem Dafoe, zdj.) i Rupert Anderson (Gene Hackman, zdj.) próbują przełamać złą reputację miasteczka dotyczącą zbrodni na łańcuch. 160 min

- 22.40 Millennium:**
FILM **Mężczyźni, którzy nienawidzą kobiet** – dramat krym., Szwecja/Dania/Niemcy 2009
- 1.50 Mistyfikacja** – dramat kryminalny, Polska 2010, wyk. Maciej Stuhr
- 4.25 Supermarket** – thriller, Polska 2012, wyk. Mikołaj Roznerski

POLSAT 2

- 5.50 Wydarzenia**
- 6.30 Sekrety rodziny** (189) – serial paradokumentalny
- 7.30 Z klimatem i z pasją** – program publicystyczny
- 8.00 Sekrety rodziny** (190) – serial paradokumentalny
- 9.00 Trudne sprawy** (947-951) – serial paradokumentalny, Polska
- 14.00 Sekrety rodziny** (191) – serial paradokumentalny
- 15.00 Wypasiona kuchnia** (6) – pr. rozrywk., Pol. 2026
- 15.10 Wieżenie kobiet** (110-113) – serial dok., Pol.
- 17.00 Nasz nowy dom** (362) – reality show, Pol. 2026
- 18.10 Sekrety rodziny** (3, 4) – serial paradokumentalny

BIOGRAFICZNY



- 20.10 Kapitan Phillips** – USA
FILM 2013, reż. Paul Greengrass
U wybrzeży Somalii piraci przejmują kontrolę nad statkiem towarowym. Dowódca jednostki, Richard Phillips (Tom Hanks, zdj.), naraża życie, żeby zapewnić bezpieczeństwo załodze. 165 min

- 22.55 Natręt** – thriller, USA/Kanada 2019
- 1.00 Komisarz Mama** (13) – serial kryminalny, Polska
- 2.10 Wydarzenia**
- 3.05 Jesteśmy dla dzieci** – magazyn
- 3.35 Oblicza Ameryki** – mag.
- 4.00 Piotr Rubik: Koncert Wielkanocny** (2)
- 4.45 SuperLudzie** (17) – dok.

POLSAT FILM

- 8.00 Sąsiedzi** (5) – anim.
- 8.10 Był sobie człowiek** (21-24) – serial animowany
- 10.40 Smerfy: Legenda Śmiernej Doliny** – anim.
- 11.00 Jak wytresować smoka** 3 – film animowany, USA/Japonia 2019
- 13.20 Powrót do przyszłości** – komedia s.f., USA 1985
- 15.35 Szklana pułapka** – film sensacyjny, USA 1988
- 18.20 Rycerz króla Artura** – film przygodowy, USA 1995
- 21.00 Patriotka** – dramat hist., USA/Niemcy 2000
- 0.30 Agentka** – komedia, USA 2015, wyk. Melissa McCarthy, Jason Statham
- 2.55 Gliniarze** (653, 654)
- 4.55 Na ratunek** 112 (921, 922)

PARAMOUNT NETWORK

- 10.55 Przypadkowa dziewczyna** – kom. romant., USA/Wielka Brytania 1998
- 13.00 Poszukiwacze zaginionej Arki** – film przygodowy, USA 1981
- 15.30 Czy to ty, czy to ja?** – film familijny, USA 1995
- 17.50 Sonic. Szybki jak błyskawica** – film familijny, USA/Japonia/Kanada 2020
- 20.00 Zaginione miasto** – film przygodowy, USA 2022, wyk. Sandra Bullock
- 22.25 Gorączka** – film sensacyjny, USA 1995, wyk. Al Pacino, Robert De Niro
- 1.55 Kryk** – horror, USA 1996, wyk. Drew Barrymore

TVP SERIALE

- 5.45 Na sygnale** (909) – serial fab.-dok., Polska 2026
- 6.20 Czarne chmury** (4) – serial przyg., Pol. 1973
- 7.15 Na sygnale** (910-914)
- 10.05 Stawka większa niż życie** (1) – serial wojenny, Polska 1967
- 11.10 Cztery pancerni i pies** (11, 12) – serial wojenny
- 13.30 Ojciec Mateusz** 33 (424, 425) – serial krym.
- 15.25 Komisarz Alex** 26 (321) – serial kryminalny, Polska
- 16.25 Ranczo** 2 (15) – serial obyczajowy, Pol. 2007
- 17.30 Cztery pancerni i pies** (13, 14) – serial wojenny
- 19.50 Ojciec Mateusz** 35 (450) – serial kryminalny, Polska

KRYMINALNY



- 20.45 Ojciec Mateusz** 33 (426, 427) – Polska 2025
Pączek dostaje pracę w cukierni. Ma przygotować swoje popisowe wypieki. Należąca do policji otrzymana zgłoszenie o przechowywanych w lokalu narkotykach. W śledztwo angażuje się ksiądz. 115 min

- 22.40 Ranczo** 2 (16, 17) – obycz.
- 0.35 Rodzinka.pl** (312, 313) – serial kom., Polska 2026
- 1.45 Korona królów Jagiellonów** (27, 28) – serial kom., Polska 2026
- 2.45 Krucjata. Prawo serii** (3) – serial kryminalny, Pol.
- 3.40 Londyńczyk** (11)
- 4.40 Dom pod Dwoma Orlami** (6) – obycz., Pol.

HBO

- 10.30 Jane Eyre** – melodramat, Wielka Brytania/USA 2011
- 12.30 Najlepiej, jak potrafisz** – komediodramat, USA 2025
- 14.15 Akademia pana Kleksa** 2 – film familijny, Polska 2024
- 16.15 Nasz syn** – dramat obyczajowy, USA 2023
- 17.55 Kaskader** – komedia sensacyjna, USA 2024
- 20.00 Dom dobry** – dramat obyczajowy, Polska 2025
- 21.45 Mortal Kombat** – film sensacyjny, USA 2021
- 23.30 Mortal Kombat** 2 – film sensacyjny, USA 2026
- 1.30 Karate Kid: Legendy** – film przyg., USA/Kan. 2025
- 3.00 Latarnie** (4) – s.f., USA 2026
- 4.05 Abigail** – horror, USA/Irlandia 2024

FX

- 5.50 Agenci NCIS** (23, 24)
- 7.40 Agenci NCIS** 10 (1) – sens.
- 8.35 CSI: Kryminalne zagadki Miami** (20, 21) – krym., USA
- 10.25 CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku** (2, 3)
- 12.15 Z archiwum X** (13, 14) – s.f.
- 14.05 The Hunting Party** (7)
- 14.55 Spider-Man 2** – film przygodowy, USA 2004
- 17.25 Szklana pułapka** – film sensacyjny, USA 1988
- 20.00 The Mandalorian** (3, 4)
- 21.45 Uprowadzona 2** – film sens., Fr./USA/Turcja 2012
- 23.35 Anakonda** – thriller, USA/Brazylia/Peru 1997
- 1.20 Obcy: Ziemia** (1, 2) – s.f.
- 3.55 Zabójcze umysły** (4)

KINO POLSKA

- 6.00 Och! Kabaret** 2 (5, 6) – program rozrywk., 2023
- 7.40 Polska Kronika Filmowa** – serial dokum.
- 8.20 Reksio** (6, 11) – anim.
- 8.45 Miś Kudłatek** (3, 4) – serial animowany, 1971
- 9.05 Do przerwy 0:1** (3, 4) – serial obyczajowy, 1969
- 10.30 Moja mama** – film krótkometrażowy, 2024
- 10.45 Chłopi** (1, 2-ost.) – film obyczajowy, 1973, wyk. Władysław Hańcza
- 14.40 Znachor** – dramat obyczajowy, 1981
- 17.40 Mała wielka miłość** – komedia romantyczna, 2008, wyk. Agnieszka Grochowska

DRAMAT PRZYGDOWY



- 20.00 Niepokonani** – USA/
FILM Polska/ZEA 2010
Syberia, 1940 rok. Młody polski oficer Janusz trafia do sowieckiego łagru. Wraz ze współwięźniami, m.in. Smithem (Ed Harris, zdj.), ucieka z obozu. Grupa zbłądziła w kierunku z Azji. 165 min

- 22.45 Mniejsze zło** – film obyczajowy, 2009, wyk. Lesław Żurek, Janusz Gajos
- 1.00 Jestem mordercą** – thriller, 2016, wyk. Mirosław Haniszewski, Arkadiusz Jakubik
- 3.40 Tajemnica Westerplatte** – film wojenny, Polska/Litwa 2013

WARNER TV

- 8.45 Seks w wielkim mieście** 2 – komedia romantyczna, USA 2010
- 11.45 Rodzinne rewolucje** – komedia, USA 2014
- 14.05 Superman 2: Wersja reżysera** Richarda Donnera – film przyg., Wlk. Bryt./USA 2006
- 17.05 Kontakt** – film s.f., USA 1997, wyk. Jodie Foster
- 20.00 Słaby punkt** – thriller, USA/Niemcy 2007
- 22.10 Mad Max 2: Wojownik szos** – film s.f., Australia 1981, wyk. Mel Gibson
- 0.10 Wywiad z wampirem** – horror, USA 1994
- 1.05 Bez mego zgody** – dramat obyczajowy, USA 2009
- 2.25 Wrogie niebo** 4 (9, 10)

FILMBOX+ ONE

- 6.00 Strażnik Tekساس** (14-18)
- 10.50 Beethoven** – komedia, USA 1992
- 12.45 Wojownicze Żółwie Ninja** – film animowany, USA/Japonia/Kanada 2023
- 14.45 Hulk** – dramat s.f., USA 2003, wyk. Eric Bana
- 17.40 Iluzja** – thriller, Francja/USA 2013, wyk. Jesse Eisenberg
- 20.00 Vera** 5 (2) – krym., Wlk. Bryt.
- 22.00 Amelie** – thriller, Niemcy/Szwecja/USA 2017
- 0.30 Patriotka** – film sensacyjny, USA 1998
- 2.30 Arena** – thriller, USA 2011, wyk. William B. Jackson
- 4.40 Bonanza** – serial obycz.

AXN

- 6.05 Saga „Zmierzchni”:**
FILM **Zacmienie** – film fantasy, USA 2010, wyk. Robert Pattinson, Kristen Stewart
- 8.10 Walker: Strażnik Tekساس** 2 (15, 16) – serial kryminalny, USA 2021-2022
- 10.05 Rekrut** 5 (6-10) – serial kryminalny, USA 2022-2023
- 15.05 CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas** 14 (21, 22) – serial kryminalny, USA/Kanada 2014
- 17.05 CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas** 15 (1-3) – serial kryminalny, USA/Kanada 2014-2015

KOMEDIA SF



- 20.00 Pogromcy duchów** – USA 1984
Przyjaciele Peter, Raymond i Egon (Harold Ramis, zdj.) zakładają firmę specjalizującą się w zwalczaniu duchów. Gdy Nowy Jork opłonięty jest sumeryjskim bogiem, pogromcy ruszają do akcji. 135 min

- 22.15 Pogromcy duchów 2** – komedia s.f., USA 1989
- 0.15 Zie mamuski 2: Jak przetrwać święta** – kom., USA/Chiny 2017
- 2.25 Zombieland: Kulki w łeb** – horror komediowy, USA 2019
- 4.30 Agenci NCIS: Hawaje** 3 (2) – serial kryminalny
- 5.15 Blok promocyjny AXN**

ALE KINO+

- 7.00 Pan Tadeusz** – film
FILM Kosiński, Pol./Francja 1999
- 9.55 Nicolas Cage: Szalony geniusz Hollywoodu**
- 11.10 Niebo Montany** – film obyczajowy, USA 2007
- 13.10 Shalako** – western, Wielka Brytania/RN 1968
- 15.25 Pokuta** – melodram., Wlk. Bryt./Francja/USA 2007
- 17.50 Ostatnie wielkie dzieło** – dramat obycz., USA 2019
- 20.10 Paciente** 2 (1, 2) – krym.
- 22.25 Krawiec z Panamy** – dramat sens., USA/Irl. 2001
- 0.45 Ryzykowny napad** – thriller, Hiszpania 2025
- 2.45 Kruk. Jak tu ciemno** 3 (1)
- 3.45 Moje stare** – krótkometr.
- 4.10 Cudownie ocalony** – komedia obycz., Pol. 2004

CANAL+ SERIALE

- 9.50 Naruto** 5 (3-5) – anime, Jap.
- 11.20 Eva Longoria w poszukiwaniu hiszpańskich smaków** (8) – serial dok.
- 12.05 Premierowa jazda** – mag.
- 12.30 Hot Roads – Najniebezpieczniejsze drogi** świata 4 (5, 6) – dok., Niem.
- 14.30 Naruto** 5 (6-8) – anime, Jap.
- 16.00 Łapę capu** – rozr., Pol. 2026
- 16.20 Dzieki obywateli Japonii** (1, 2) – serial dok., Jap. 2025
- 18.10 Wszystko, czego nie zdążyliśmy powiedzieć** (7-9) – serial komediowy, Fr.
- 20.00 Spirala kłamstw** (3, 4)
- 22.00 Moloch** (1-3) – sens.
- 1.35 Polityka** (4, 4) – obycz., Pol.
- 3.05 Algorytm miłości** (6-10)

CANAL+ PREMIUM

- 6.00 Łapę capu** – pr. rozr., Pol.
- 6.15 Orzełek Iggy** – film anim., Polska/USA 2025
- 7.40 Zwierzęta na ratunek** – anim., Kanada/USA 2024
- 9.05 Wicked** – musical, USA/FILM Kanada/Islandia 2024, wyk. Cynthia Erivo
- 11.45 Cudowne życie** – komediodramat, Francja/Kanada 2025
- 13.25 Thelma** – komedia, Szwajcaria/USA 2024, wyk. June Squibb
- 15.00 Ultimatum Bourne'a** – film sensacyjny, USA/Niemcy 2020
- 16.55 Piłka nożna: PKO BP Ekstraklasa** – wstęp do meczu (live)

PIŁKA NOŻNA



- 17.25 PKO BP Ekstraklasa:**
Lech – Raków (live)
Mistrz Polski kontra zespół, który jest największym rozczarowaniem początku ligowego sezonu. W poprzednim starciu tych ekip Lech pokonał Raków 4:3. 130 min

- 19.35 Liga+ Extra** – mag.
- 21.30 Skok na milion** – komedia, Francja/Belgia 2025, wyk. Christian Clavier, Rayane Bensetti
- 23.00 Niewypowiedziana wojna** 2 (3) – serial sens.
- 23.50 Dziedzictwo Bourne'a** – film sens., USA 2012

CANAL+ FILM

- 12.30 Zmienność kształtów** 2 – film familijny, Niemcy 2026
- 14.10 Balony** – film krótkometr.
- 14.40 Listy do Julii** – komedia romantyczna, USA 2010
- 16.20 W pamięci** – krótkometr.
- 16.35 Zapaleńcy. Historia polskiego filmu animowanego** – film dok.
- 18.05 Być kochaną** – dramat obyczajowy, Norwegia/Szwecja 2024
- 19.45 Łapę capu** – rozr., Pol. 2026
- 20.00 3000 metrów nad ziemią** – thriller, USA 2024
- 21.30 Aftermath** – thriller, USA 2024, wyk. Dylan Sprouse
- 23.05 Piła 3D** – horror, Kanada/FILM USA 2010, wyk. Tobin Bell
- 0.35 Wrooklyn Zoo** – dramat obyczajowy, Polska 2024

CANAL+ 360

- 12.20 Piłka nożna: PKO BP Ekstraklasa** – mecz: Piast Gliwice – GKS Katowice
- 14.50 Porzucone konstrukcje** (1) – serial dokum., Wlk. Bryt.
- 16.00 Na krawędzi możliwości** (5, 6) – serial dokumentalny
- 17.00 Kolacja z Gavinem Rossdale'em** (6) – serial dok.
- 18.00 Kolejny przez świat** 3 (2)
- 19.00 Sung Kwan – szybki i dociekliwy** (5) – dok.
- 20.00 Neymar: brazylijski numer jeden** – film dok.
- 21.00 Eksperyment: Odsiadka** (3) – reality show, Pol. 2025
- 22.10 Prawo ojca** – dramat sensacyjny, Polska 1999
- 0.35 Ja, kapitan** (6) – dok., Pol.



TLC	TLC
9.00 Kiedy dzieci mają dzieci 4: Plotki z Hailey 1	
10.00 Wiza na miłość: Romans na Karaibach 3 – reality show	
11.00 Miłość za granicą	
12.00 Wielkie lato małych ludzi (9) – reality show	
13.00 Wiza na miłość – oczami bohaterów 7	
14.00 Jay i Pamela 2 (4)	
15.00 Włoskie zdrady (37, 38)	
16.00 Wiza na miłość: pierwsze spotkanie 8 (7, 8) – pr. rozr., USA 2025	
20.00 Wielkie lato małych ludzi (9) – reality show	



21.00 Premiera: Wiza na miłość 12 (16)	
23.00 Ekstremalne choroby	
0.00 Dr Przyszczyla 3	
1.00 Wielkie lato małych ludzi (9) – reality show	
2.00 Wiza na miłość 12 (16)	
4.00 Salon sukien ślubnych Goka: Wielka Brytania	
5.00 Salon sukien ślubnych	

POLSAT	POLSAT CAFÉ
6.00 Komisarz Mama (16)	
7.05 Demaklajz (119) – rozr.	
7.35 Wypasiona kuchnia	
8.00 Bogaty dom – biedny dom (133) – reality show	
9.00 Rolnicy (5, 6) – dok.	
11.00 Działkowcy (14)	
12.00 Bogaty dom – biedny dom (134, 135)	
14.00 Nasz nowy dom (259)	
15.05 Demaklajz (213) – rozr.	
15.30 Hell's Kitchen – Piekelnia Kuchnia (46)	
17.00 Bogaty dom – biedny dom (136) – reality show	
18.00 Nasz nowy dom (260, 261) – reality show	



20.00 Bogate dzieciaki bez kasy (43) – reality show	
21.00 Gry małżeńskie (212)	
22.00 Kolacja w ciemno (96)	
23.00 Gry małżeńskie (154, 155) – reality show	
1.05 Więzienie kobiet (62-65) – serial dok., Pol.	
3.00 Zdrady (113-115) – serial paradokumentalny, Pol.	

TVN	STYLE
5.25 Pary młode ponad miarę (5) – rozr., Pol. 2020	
6.20 Projekt Cycki (6) – pr. rozr.	
6.50 Złoty remont (11, 6)	
7.45 Dzień Dobry TVN – mag.	
11.30 Ostre cięcie 12 (6) – rozr.	
12.30 Babski biznes (6) – rozr.	
13.30 Jestem z Polski 16 (31, 32, 35) – serial dok.	
16.35 Bitwa o gości (6) – reality show, Pol. 2025	
17.35 Do zobaczenia 2 (7) – magazyn poradnikowy	
18.10 Ugotowani w parach (10) – reality show, Polska	
19.10 Kuchenne rewolucje (13, 3) – pr. rozrywk., Pol.	



21.05 Ostre cięcie 12 (6) – rozr.	
22.10 Kobieta na krancu świata (1) – serial dok.	
23.10 Azja Express (1) – reality show, Polska 2026	
0.55 No to leć! (1) – pr. rozr.	
1.55 Małe światy według Marzeny Rogalskiej 2	
2.35 Zrób coś z tym dzieckiem (4, 5) – mag.	

Discovery	DISCOVERY CHANNEL
8.00 Być jak Da Vinci	
9.00 Złomowisko Pl 5 (5, 6)	
11.00 Poza cywilizacją (7)	
12.00 Bracia Collins biorą się do roboty (6)	
13.00 Ciężarówka przez Route 66 (4)	
14.00 Gorączka złota: na kłopoty Freddy Dodge 5: Czerdzięści dni	
15.00 Złoto drwali: Droga do Devil's Chute	
16.00 Zawodowcy (7)	
17.00 Nic do zgłoszenia (3)	
18.00 Od samochodu do domu 3 (2)	
19.00 Awantura o furę	



20.00 Złoto drwali	
21.00 Gorączka złota: na kłopoty Freddy Dodge 5: Czerdzięści dni	
22.00 W oku cyklonu (1)	
23.00 Awantura o furę	
0.00 Nagi instykt przetrwania: tajemnicza wyspa (2)	
2.00 Królowie asfaltu (12)	

TVP	HISTORIA
12.30 Odkryć tajemnicę	
13.25 Najwspanialsze góry Afryki (3) – cykl dokum.	
14.25 Film dokumentalny	
14.40 Jutro idziemy do kina	
16.30 Starożytny Egipt – kroniki imperium (1)	
17.30 Sława i chwała (6) – serial historyczny, Polska	
18.30 Ex Libris – magazyn	
19.00 Nieznana wojna na Północy (4) – dok.	
20.00 II wojna światowa w kolorze: Droga do zwycięstwa (9)	
20.55 Polskie 100 lat	



21.30 Dom pod Dwoma Orami (1) – obycz., Pol. 2021	
22.30 Umarłem, aby żyć – film wojenny, Polska 1984, wyk. Andrzej Grabczyk	
0.15 303 – film dok., Pol. 2016	
1.25 Sława i chwała (6) – serial historyczny, Polska	
2.25 Boża podszełka (1, 2) – serial obycz., Pol. 1997	

FOKUS	FOKUS TV
6.00 Wehikuł czasu	
6.05 48h. Zaginięni (59) – serial kryminalny, Polska	
7.00 Rolnicy. Podlasie (25, 26) – serial dokum.	
9.00 Działkowcy (6, 7)	
11.00 Z klimatem i z pasją	
11.30 Wojny magazynowe (10-14) – reality show, USA	
14.00 Premiera: Gwiazdy lombardu 25 (22)	
15.00 Przypadki poszukiwaczy złota 2 (5, 6) – dok.	
17.00 Rolnicy. Podlasie (33-36) – serial dok., Pol.	
21.00 Wioski wieśeczki (1) – serial dokum., Pol. 2024	



22.00 Premiera: Ameryka Trumpa – od kontroli granicznych do cięć budżetowych – film dok.	
23.00 Najwspanialsze napady (6) – serial dokumentalny	
0.00 UFO. Zaginięne dowody (2) – serial dok.	
1.00 Rolnicy. Podlasie (6-9)	
5.00 Kolowrotek (8, 9) – mag.	

METRO	METRO
5.35 Niezwykłe Stany	
Prokopa 5 – pr. rozr., Polska	
6.30 Gorączka złota 12 – dok.	
8.15 Klan z Alaski – serial dokum.	
9.15 The Floor – teleturniej, Pol.	
10.45 Kroniki Spiderwick	
FILM – film fantasy, USA 2008	
12.45 Twarzą w twarz (1) – sens.	
13.50 Diagnoza 3 (10, 11) – obycz.	
15.50 Belle Epoque (1, 2) – krym.	
17.50 Kryminalni (1, 2) – krym.	
20.00 Wallander (1) – serial krym.	
22.05 Chyłka – Zaginięcie (1, 2)	
0.00 Zbrodnie z pierwszych stron gazet 5 – serial dok.	
1.00 Szpital (869) – paradok., Pol.	
2.00 Szkoła (622) – paradok., Pol.	
3.00 Nowa Maja w ogrodzie 2	
4.00 Szpital (865) – paradok., Pol.	

zoom	zoom
8.30 Jakubiak rozgryza Polskę 2 – magazyn kulin.	
9.35 Wojciech Ciejrowski – bosy przez świat	
11.45 Sensacje XX wieku – hist.	
13.55 Stawka większa niż życie (11, 12) – serial wojenny, Pol.	
16.40 Kogel-mogel – komedia FILM obyczajowa, Polska 1988	
18.50 Jaś Fasola (13, 14, 1) – kom.	
20.40 Wycisg – film biograf., USA/FILM Niemcy/Wielka Brytania 2013	
23.00 Magia nagości. Najlepsze momenty – rozr., Wlk. Bryt.	
0.00 Adam szuka Ewy.	
Niemcy 2 – pr. rozr., Niemcy	
1.05 Magia nagości. Finlandia	
1.50 Kabaretowe przeboje 3	
3.55 Kabaretowe przeboje	

FOOD	FOOD NETWORK
9.55 Co nas truje – pr. rozrywk.	
11.25 Wiem, co jem i wiem, co kupuję – mag. poradnikowy	
12.10 Wiem, co jem – mag.	
12.45 Kasia Bosacka cudnie chudnie – film dokumentalny	
13.45 Kuchenne rewolucje – rozr.	
15.50 Kuchnia jak u mamy – mag.	
17.00 Odkrycia Magdy Gessler	
17.35 Magda gotuje internet	
18.10 MasterChef – pr. rozrywk.	
19.40 Posiekani – teleturniej kulin.	
20.40 Pojedynek na grille	
21.45 Miasto smaków Guya Fieriego – reality show	
22.50 Wielki jazd rodzinny (1) – film dokumentalny, USA	
23.45 Perfekcyjni gospodarze 9	
1.55 Makaron, ogród i fantazja	

SCIENCE	DISCOVERY SCIENCE
6.00 Jak działa wszechświat?	
8.00 Podziemne sekrety	
10.00 Jak to jest zrobione?	
12.00 Jak to jest zrobione – samochody marzeń 2	
14.00 Czy jest z nami inżynier?	
16.00 Tajemnice ładowania na Księżycu	
18.00 Jak to jest zrobione?	
20.00 Megaprojekt generała Franco – serial dokum.	
21.00 Wyprawa w nieznane 9	
22.00 Poszukiwacze dinozaurów	
0.00 Jak działa wszechświat?	
2.00 Zagadki wszechświata z Morganem Freemanem	
4.00 Jak to jest zrobione – samochody marzeń 2	

NATIONAL GEOGRAPHIC	NATIONAL GEOGRAPHIC
12.00 Eva Zu Beck: Przekroczyć granice	
12.55 Odkopać historię	
13.55 Wielkie konstrukcje: Sagrada Familia – film dok.	
15.00 Burzliwa historia Tudorów: Maria i Stuart	
16.00 Grecja: Miejsce pełne tajemnic	
17.00 Wielkie konstrukcje III Rzeczy: Wojna z Ameryką	
19.00 Sekrety starożytnej medycyny	
19.55 Bitwa o Księżyc: Od Sputnika po Apollo (2)	
21.00 Katastrofy pod lupą	
22.00 Katastrofa w przestworzach	

BBC EARTH	BBC EARTH
10.00 Życie na pustkowiach: powroty – serial dokum.	
11.00 Dziką Wielką Brytanią	
12.10 David Attenborough i cuda natury 4 – serial dok.	
12.45 W okowach mrozu 4 – dok.	
13.45 Przez dziką Amazonię (1)	
14.45 Dziką Francją – serial dok.	
16.55 Życie na pustkowiach 3	
18.45 Miłosem rozgrywać zwierząt – serial przyrod.	
19.45 Najwspanialsze rzeki świata (3) – film dokum.	
20.50 Dziką Wielką Brytanią	
21.55 Ben Gole: wycisg do źródła Nilu – serial dok.	
22.55 Przyszłość natury – dok.	
0.05 Fenomeny współczesnego życia 2 – serial dokum.	

WPI	WP
11.05 Pogoda	
11.15 Pogromcy tajemnic – dok.	
12.15 Sekrety tajnych stowarzyszeń – serial dok.	
13.10 Pokochaj lub sprzedaj Vancouver: Tracey and Rob	
14.05 Pokochaj lub sprzedaj Quebec 3 – reality show, Kan.	
15.05 Strażacy z sąsiedztwa	
16.00 Policjanci w akcji 2 (1)	
17.00 Pogoda	
17.05 Policjanci z sąsiedztwa 3	
21.00 Policjanci z sąsiedztwa 21.55 Pogoda	
22.00 Mistrzowie Kabaretu 9	
23.00 Mistrzowie Kabaretu 13	
0.00 Mistrzowie Kabaretu 15	
1.00 Mistrzowie Kabaretu 14	

NOWA	NOWA TV
6.15 TV okazje	
6.55 Wehikuł czasu	
7.30 Interwencja – taka jest stowarzyszeń – serial dok.	
8.20 Frieren. U kresu drogi (19, 20) – serial anime, Japonia	
9.30 Dragon Ball Super (1-9)	
14.00 Kabaretowa Ekstraklasa	
16.00 Nowa Rewia Kabaretowa	
18.00 Kabaret na dobry wieczór. Paraniemalni show	
20.00 Nowa Rewia Kabaretowa	
21.00 Zdrady (116-119) – paradok.	
1.00 Łowca podołłów – dok.	
3.00 TV okazje	
3.50 Wehikuł czasu	
4.00 Sala operacyjna	
5.00 Pod lupą – magazyn	

HGTV	HOME & GARDEN
12.05 Polowanie na ogród 9	
12.40 Najbardziej podwórko w dzielnicy – pr. rozrywk.	
13.45 Letnia chatka na lata 12	
15.45 Złoty remont 5 – pr. rozr.	
16.45 Weekendowa metamorfoza 6 – pr. rozr.	
17.40 Weekendowa metamorfoza 4 – pr. rozr.	
18.40 Złoty remont – pr. rozrywk.	
19.35 House Hunters – Poszukiwacze domów – program rozrywkowy	
20.10 House Hunters – Poszukiwacze domów 2 – program rozrywkowy	
21.20 Pogromcy chaosu – pr. rozr.	
22.20 Dorota inspiruje 3	

TRAVEL	CHANNEL
6.00 Tajemnice mrocznych wód – serial dokumentalny	
8.05 Smakuj świat z Pascalem – reality show	
10.15 Azja Express – reality show	
11.50 Baseny z rozmachem	
14.00 Człowiek kontra jedzenie	
16.00 Kobieta na krancu świata – serial dokumentalny	
18.15 Ciężarówka przez Stany – program rozrywkowy	
21.15 Pomocy! W moim domu strasz (8, 9) – serial grozy	
23.20 Sukces nie zna granic – serial dokumentalny	
1.20 W co wierzą Osobowimie – reality show	
5.25 Człowiek kontra jedzenie	

NATIONAL GEOGRAPHIC WILD	NATIONAL GEOGRAPHIC WILD
12.00 Weterynarze z Nebraski	
13.00 Sardynia: kamienna arka	
14.00 Afrykańska rzeka widmo	
15.00 Hipopotamy z Gabonu: niepotwory surferzy – dok.	
16.00 Dzikie Wietnam	
17.00 Królów świata zwierząt	
18.00 Oko w oko z dziką naturą	
19.00 Wyzwanie natury	
20.00 Europa z powietrza: Alpy	
21.00 Działek kontra ofiara	
22.00 Dzikie królestwo Chin	
23.00 Amazonia (3) – film dokum.	
0.00 Największe na świecie ostrożności – film dok., USA	
1.00 Critter Fixers – zwierzęcy cudotwórcy: Złwima moc	
2.00 Afrykańska rzeka widmo	

POLSAT VIASAT HISTORY	POLSAT VIASAT HISTORY
6.05 Starożytna apokalipsa	
11.25 Majowie: wojna pięciu królów	
15.35 Wojna światowa: 1914-1945	
18.50 Naciżci, U-booty i bitwa o Atlantyk (1/2, 2-ost.) – dok.	
21.00 Kubra Rozpruwacz: krwawe szpalaty (1-3) – serial kryminalny	
23.50 Podziemna armia – dok.	
1.45 Czołg: najważniejsza broń II wojny światowej	
4.25 Wiołoczelistka z Auschwitz – film dokum.	
5.55 1776: niepodległość USA: Nie zapomnijmy o paniach – serial dokumentalny	

CANAL+ KUCHNIA	CANAL+ KUCHNIA
13.40 Podróż przez smaki Chin 2	
14.35 James Martin: hiszpańska przygoda – serial dokum.	
15.25 Jamie Oliver: jedz na zdrowie – serial dokum.	
16.20 Włoska uczta – serial dok.	
17.20 U sąsiadów w kuchni 15	
18.25 Poza utartym szlakiem: Colina i Manu – serial dokum.	
19.25 Nie bój ryby! – mag. kulin.	
19.50 Dzień dobry, śniadanie	
20.45 M jak mięso – serial dokum.	
21.15 Anthony Bourdain – miejsca nieznane 9 – dok.	
22.55 Anthony Bourdain – miejsca nieznane 10	

CANAL+ DOMO	CANAL+ DOMO HD
14.05 Wielkie projekty: Australia 12 – serial dokum.	
15.15 Luksusowa ucieczka 8	
16.15 Po pierwsze lokalizacja! – Nowa Zelandia – dok.	
17.15 Wielkie projekty: Nowa Zelandia – serial dokum.	
18.10 Mam zamek 3 – serial dok.	
18.35 Daleko od miasta 16 – dok.	
19.05 Ucieczka na wies 22 – dok.	
21.00 Pokochaj lub sprzedaj: Wielka Brytania 10	
21.55 Pomocy! Kupiliśmy włoskę – serial dokum.	
22.50 Mały metraż w wielkim stylu 2 – serial dokumentalny	

SUPER POLSAT	SUPER POLSAT
13.15 Uncharted – film	
FILM przygodowy, USA/Hiszp. 2022	
15.45 Pogromcy duchów.	
FILM Dzielictwo – komedia s.f., USA/Kanada 2021	
18.25 Świat według Kiepskich (586) – serial komediowy, Pol.	
18.55 Randka w ciemno – pr. rozr.	
21.00 Bez litości 3. Ostatni rozdział – thriller, USA/Wochoy 2023	
23.15 Sisu – dramat wojenny, Finlandia/Wielka Brytania/USA 2022	
1.05 Backdoor. Wyjście awaryjne (8) – serial kom.	

TVP Kobieta	KOBIETA
12.00 Okrasa łamie przepisy	
12.30 Kwiaty na warsztat 5	
13.00 Lato z Radiem i Telewizją Polską – widowisko	
14.00 Rodzinka.pl (182, 183)	
15.00 Podróż Małej i Dużej 7	
15.30 Ojciec Mateusz 10	
17.20 Tajwan. Niewidzialny naród – dok., Tajwan/USA	
18.30 Daję słowo – Maciej Orłoś 2 – talk-show	
19.30 Miłość i nadzieja (356)	
20.30 Wichrowe wzgórze (337)	
21.30 Karol, władca Hiszpanii	
23.25 Operacja Mincemeat	
FILM – wojenny, Wlk. Bryt. 2021	

PLANETE+	PLANETE+
11.25 Krajobrazy świata – dok.	
12.30 Tajemniczy świat grzybów – film dokum.	
13.40 Świat według termittów	
14.50 Najdłuższe ostępy Europy	
16.50 Targowiska świata	
18.00 Dokąd dzisiaj? 4 – dok.	
18.40 Polska z góry. Zamki, dworki, pałace 2	
19.40 Felix Kersten. Zagadka III Rzeszy (1) – film dokum.	
20.50 Mia Farrow. Cienie sławy	
22.00 Śmierć na Cyprze – dok.	
23.10 Morderca i jego pisarz	
0.15 Teodor Herzl – człowiek, który wymyślił Izrael	

TVP DOKUMENT	TVP DOKUMENT
13.40 Tacy byliśmy	
14.10 Dzikie korytarze	
15.05 Dziką Argentyną (3) – dok.	
16.05 W głąb wszechświata: zagadki kosmosu	
17.05 Ukryte oblicze: Azerbejdżan	
18.00 Sanatorium miłości 2	
18.55 Kim Novak – buntowniczką z Hollywood – film dok.	
20.00 Trzy minuty zawieszone w czasie – film dokum.	
21.20 Cafe dancing, czyli muzyka rozrywkowa dwudziestolecia międzywojennego – dok.	
22.25 Tamte lata, tamte dni	

TVP SPORT 5.40 Sportowy wieczór 6.15 Piłka nożna kobiet: MS U-20 – Polska 2026: Polska – Argentyna 8.25 Piłka nożna: Betclitc 1. Liga: Miedź – Chrobry 10.30 Futbol totalny 11.45 Jeździectwo: MP – Jaskowo 2026 (live) 14.15 Piłka nożna: Betclitc 1. Liga: Arka – ŁKS (live) 16.55 Piłka nożna: Polonia Bytom – Podbeskidzie Bielsko-Biala (live) 19.05 Piłka nożna: Puchar Niemiec – podsumowanie 1. rundy	EUROSPORT 1 6.00 Kolarstwo: Vuelta a Espana – 14. etap: Jaén – Sierra de La Pandera 8.30 Wspinaczka: Zawody World Series w Koprze – prowadzenie kobiet i mężczyzn – finały 10.30 Tenis: Turniej US Open w Nowym Jorku – mecz 3. rundy gry pojedynczej 13.00 Kolarstwo: Vuelta a Espana – 14. etap 14.45 Kolarstwo: Vuelta a Espana – 15. etap (live) 17.45 Tenis: Turniej US Open w Nowym Jorku – mecz 4. rundy (live)	POLSAT SPORT 1 6.00 Siatkówka mężczyzn – mecz towarzyski: Polska – Finlandia 8.30 Lekkoatletyka: Diamantowa Liga w Brukseli 11.00 Cafe Futbol – magazyn piłkarski 12.30 Siatkówka kobiet: Mistrzostwa Europy 2026 14.45 Siatkówka kobiet: Mistrzostwa Europy 2026 – mecz o 3. miejsce (live) W 2023 roku na trzecim miejscu zmagania zakończyła Holandia.	TVP ABC 8.30 Wissper 9.00 Tru i Tęczowe Królestwo 9.30 Ziarno 10.05 Bajnutki – bajki piaskiem i dźwiękiem pisane 10.20 Bolek i Lolek 10.45 Reksio 11.05 Pajak Lucas 2 11.30 Pszczółka Maja 11.55 Strażak Sam 6 12.25 Domisie 13.00 Zwierzaki Czytali 13.20 Płtyś i Bill 2 13.50 Odo 14.05 Jak borsuk z lisem 2	MINIMINI+ 7.58 Kicia Kocia 8.30 Koci domek Gabi 8.56 Marta mówi 9.22 Cloudy & Stormy 9.43 Edzio i Lusja 10.10 Baczne oczka 10.30 Jeżyk Happy 10.51 Basia 2 11.20 Marta mówi 11.50 Maly Charlie 12.20 Smerfy 12.55 Baranek Shaun 13.21 Kicia Kocia 13.37 Robotkowo 14.00 Bing 2 14.20 Blaze i megamaszyny 3 14.45 Looloo Kids	TVN 24 7.15 Kadr na Kino – mag. 7.30 Serwis informacyjny, Prognoza pogody 9.30 Serwis informacyjny, Prognoza pogody 10.45 Kawa na ławie – mag. 11.55 Łoza prasowa – pr. publ. 12.50 Ewa Ewart poleca: Dokument w TVN 24 13.05 Szkło kontaktowe – program rozrywkowy 14.00 Serwis informacyjny, Prognoza pogody 15.45 Kadr na Kino – mag. 16.00 Fakty po południu 18.00 Serwis informacyjny, Prognoza pogody
19.30 Piłka nożna: PKO BP Ekstraklasa – mecz: Jagiellonia Białystok – Śląsk Wrocław (live) 22.45 Sportowy wieczór 23.20 Żużel – 2. runda w Głostowie 1.20 Boks – podsumowanie 3.30 Boks: Gala w Las Vegas – podsumowanie	19.30 Tenis: Turniej US Open w Nowym Jorku – mecz 4. rundy gry pojedynczej (live) 22.30 Tenis: Turniej US Open w Nowym Jorku – mecz 4. rundy (live) 0.45 Tenis: Turniej US Open w Nowym Jorku – mecz 4. rundy (live)	17.45 Siatkówka kobiet: Mistrzostwa Europy 2026 – mecz finałowy (live) 20.30 Siatkówka kobiet: Mistrzostwa Europy 2026 – mecz o 3. miejsce 23.00 Siatkówka kobiet: Mistrzostwa Europy 2026 – mecz finałowy 1.00 Boks	14.45 Topo Gigio 15.10 Laboratorium alchemika 15.20 Ugotuj nam bajkę 15.45 Mała Marinette 16.10 Ropuch i przyjaciele 16.40 Rev i Roll 17.05 Kosmo-kumple 17.30 Super Wings: Przygody Superlotków	15.01 Gazu, pieski, gazu! 2 15.28 Kicia Kocia 2 15.45 Jeżyk Happy 16.02 Marta mówi 16.30 Zouk 16.56 Ciekawski George 17.55 Dora poznaje świat 7 18.49 Dora poznaje świat 8 19.40 Smerfy 20.08 Cloudy & Stormy	18.30 Ranking Mazura 19.10 Serwis informacyjny 19.20 Fakty po Faktach 20.00 W kuliach 21.30 Serwis informacyjny, Prognoza pogody 22.00 Szkło kontaktowe 23.00 Dzień po dniu 23.43 Kroniki sportowe 0.00 Fakty po Faktach
CANAL+ SPORT 9.30 Wysoki Pressing 11.00 Klich. Poza schematem (3) 11.35 Piłka nożna: Liga hiszpańska – mecz: Athletic Club – Atletico Madryt 13.55 Piłka nożna: Liga hiszpańska – mecz: Villarreal CF – RC Deportivo La Coruna 16.10 Premier League: The Big Interview 16.45 Żużel: PGE Ekstraliga: FOGO Unia Leszno – Sparta (live) 19.15 Żużel: PGE Ekstraliga: Motor Lublin – KS Toruń (live) 21.30 Magazyn PGE Ekstraliga Sport+ 0.15 Klich. Poza schematem (3) 1.00 Piłka nożna: PKO BP Ekstraklasa: Lech – Raków	EUROSPORT 2 12.00 Motocross: MŚ w Afyonkarahisar – 1. wyścigi w klasie MX2 i MXGP (live) 14.00 Jeździectwo: Global Champions Tour w Valkenswaard (live) 16.15 The Power of Sport 16.30 Tenis: Turniej US Open w Nowym Jorku – mecz 4. rundy (live) 19.00 Tenis: Turniej US Open w Nowym Jorku – mecz 4. rundy (live) 22.00 Tenis: Turniej US Open w Nowym Jorku – mecz 4. rundy (live) 1.00 Tenis: Turniej US Open w Nowym Jorku – mecz 4. rundy (live)	POLSAT SPORT 2 8.30 Hokej: Liga Mistrzów – mecz: HC Płznio 1929 – GKS Tychy 11.30 Atleci 12.10 Piłka nożna: Liga holenderska – mecz: FC Groningen – FC Twente (live) 14.30 ATP World Tour Next Week 15.00 Piłka ręczna mężczyzn: ORLEN Superliga: WKS Śląsk Wrocław – Piotrkowianin Piotrków Trybunalski (live) 17.00 Sporty walki: UFC Fight Night: Dan Hooker – Salahdine Parnasse 05.09.2026 20.00 FIA World Endurance Championship: Wyścig Lone Star Le Mans (live) 2.00 Sporty walki: FEN	NICKELODEON 8.55 SpongeBob 9.55 SpongeBob 10.15 Sonic Prime 2 11.10 Harmidom 8 11.45 Orange Carpet All Access 9 11.55 Grzmotomocni 12.50 Grzmotomocni: Tajniacy 2 13.20 Niebezpieczny Henryk 5 14.20 Starcie Grzmotomocnych FILM – film dla młodzieży, Kanada 2026, reż. Trevor Kirschner 15.35 Harmidom 16.00 Patryk Rozgwiazda Show 16.30 Patryk Rozgwiazda Show 4 16.50 Sonic Prime	TELETOON+ 8.34 Harmidom 9.55 Barbie: Dreamhouse Adventures 2 11.18 Siostry 3 12.44 Kumple z dżungli na ratunek! 3 14.05 Siostry 2 14.31 Kung Fu Panda: Legenda o niezwykłości 15.26 Biuro detektywistyczne Lassego i Mai 2 16.21 Kumple z dżungli – na ratunek! 16.37 Dina i Lusja 17.33 Kumple z dżungli na ratunek! 3 18.05 Charlotte i trzy muszkieterki – serial animowany	TVP info_ 16.00 Dzień w godzinie 17.00 Telexpress 17.15 Telexpress Extra 17.35 Panorama 17.42 Sprawdzamy 18.00 Panorama 18.20 Telepłotki 18.30 Portfel Kowalskiego 19.00 Serwis Info Wieczór 19.22 Program Info 19.30 Program informacyjny 19.30 20.15 Raport specjalny 21.00 Serwis Info Wieczór 21.15 Rozmowy (nie)wygodne 21.45 Panorama 22.10 Oko na świat 22.30 Rozmowy nocą 23.00 Wydarzy się jutro
CANAL+ SPORT 2 8.30 Tenis: Turniej WTA w Monterrey: Camila Osorio – Ann Li 10.45 Tenis: Turniej WTA w Monterrey: J. Tjen – D. Jastremska 13.00 Tenis: Turniej WTA w Monterrey: C. Bucsa – A. Bondár 15.15 8 wspaniałych (4) 16.00 Padel: Turniej Premier Padel w Madrycie – finał kobiet i finał mężczyzn (live) 20.15 8 wspaniałych (3) 20.55 Piłka nożna: Liga hiszpańska – mecz: RCD Espanyol – Sevilla FC (live) 23.15 Padel: Turniej Premier Padel w Madrycie – finał kobiet 1.30 Piłka nożna: PKO BP Ekstraklasa: Motor – Legia	ELEVEN SPORTS 1 9.40 Formula 2: GP Włoch (live) 10.55 GP Confidential 11.30 Formula 1: Grand Prix Włoch – sesja kwalifikacyjna 13.00 Formula 1: Grand Prix Włoch – parada kierowców (live) 13.30 Formula 1: Grand Prix Włoch – studio (live) 14.55 Formula 1: GP Włoch (live) 17.55 Piłka nożna: Liga włoska: Bologna FC – Sassuolo (live) 20.40 Piłka nożna: Liga włoska – mecz: Juventus FC – AC Milan (live) 23.00 Eleven GOL Live 0.15 Formula 1: Grand Prix Włoch 2.05 Piłka nożna: Liga włoska – mecz: Juventus FC – Milan	POLSAT SPORT 3 8.30 Piłka nożna: Liga saudyjska – mecz: Al-Ittihad SAC – Al-Nassr FC 11.00 Lekkoatletyka: Diamantowa Liga w Brukseli 13.00 Piłka nożna: Liga włoska: Inter Mediolan – SSC Napoli 15.00 Atleci 15.25 Futbol amerykański: Europejska Liga Futbolu Amerykańskiego – finał (live) 19.00 Piłka nożna: Liga holenderska 21.00 Piłka nożna: Liga saudyjska: Al-Ittihad SAC – Al-Nassr FC 23.00 Piłka nożna: Liga szwajcarska – mecz: St. Mirren FC – Celtic 1.00 Sporty walki: Babilon MMA	NICK JR. 8.06 Świnka Peppa 7 8.10 Świnka Peppa 4 8.25 Pan Krokodyl 8.55 Barabapapa i jego rodzinka 9.25 Barabapapa – szczęśliwa rodzinka 9.45 Tim Rex wśród gwiazd 10.50 Santiago z móż 11.20 Dora 3 11.50 Zwiérzęce zagadki 12.20 Rubble i jego ekipa 3 12.50 Pł Patrol 3 13.50 Barabapapa i jego rodzinka 2 14.40 Rogata ekipa 4 15.10 Zwiérzęce zagadki 16.20 Dora 5 17.00 Pan Krokodyl	DISNEY JUNIOR 8.00 Klub Myszk Miki Plus 8.30 Spidey i superkumple 4 9.00 Jej Wysokość Zosia: Królewska Szkoła Magii 9.30 Klub Myszk Miki Plus 10.00 Blue 2 11.00 Jej Wysokość Zosia: Królewska Szkoła Magii 2 11.30 Superkity 12.00 Spidey i superkumple 4 12.30 Iron Man i super ekipa 13.00 RoboGobo 2 13.30 Klub Myszk Miki Plus 14.00 Ariel: Mała Syrenka 2 14.30 Jej Wysokość Zosia: Królewska Szkoła Magii 2 15.30 Myszk Miki Rażni Rajdowcy	POLSAT NEWS 11.00 Polityczny WF z gościem 12.00 W rytmie dnia 12.50 Wydarzenia 12:50 13.30 W rytmie dnia 15.30 Sport 15.50 Wydarzenia 15:50 16.30 W rytmie dnia 17.30 Z drugiej strony 18.35 Debaty polityczna 19.15 Gość „Wydarzeń” 19.40 Śniadanie Rymanowskiego w Polsat News i Interii 21.00 Polsat News ujawnia 21.50 Wydarzenia wieczorne 22.30 Dzień na świecie 23.30 Obraz dnia 0.00 Czysta Polska 0.40 Wydarzenia wieczorne
CANAL+ SPORTS 9.30 Wysoki Pressing 11.15 Strongman: PP – Kolo 2026 12.30 Żużel: Metalkas 2. Ekstraliga – półfinał iazy play-off: PSZ Poznań – ROW Rybnik (live) 15.00 Żużel: Metalkas 2. Ekstraliga: Abramczyk Polonia Bydgoszcz – Orzeł (live) 17.30 Premier League Stories (2) 18.15 Klich. Poza schematem (3) 19.00 Dart: Czech Darts Open (live) 23.15 Sporty walki: ONE Friday Fights 169 0.30 Piłka nożna: PKO BP Ekstraklasa: Motor – Legia	ELEVEN SPORTS 2 12.00 Piłka nożna: Liga niemiecka: FC Schalke 04 – Bayern 13.55 Bundesliga Clubs 14.25 Ligue 1 Show (3) 14.55 Piłka nożna: Liga włoska – mecz: Parma – Monza (live) 17.05 Ousmane Dembélé – Pierwsze kroki – film dok. 17.20 Piłka nożna: Liga niemiecka: Eintracht – FC Augsburg (live) 19.35 Formula 3: Grand Prix Włoch 20.40 Piłka nożna: Olympique Marsylia – Paris FC (live) 22.50 Formula 2: Grand Prix Włoch 0.00 Piłka nożna: Liga francuska: Angers – Stade Rennais	POLSAT PLAY 9.35 Kolowrotek 9.35 Taaka ryba 10.05 Jedziemy na ryby! 12.10 Chłopi do wzięcia 13.05 Zawód gлина 14.05 Zdowiłańczy 15.05 Ziemiażół 16.05 Polacy za granicą 18.10 Górale 21.05 Chłopi do wzięcia 22.00 Drwali i inne opowieści Bieszczadu 22.30 Łowca pedofiliów 23.00 Siły specjalne – Polska 2.05 Tajna historia XX wieku 4.00 Starożytni kosmici	TVN TURBO 12.30 Jeździć, obserwować 13.15 Duda kontra Szafranski 14.00 Moto kombat 14.45 Zawodowi handlarze 16.15 Uwaga! Oszust: Schemata z ogłoszenia 17.15 Cieżarówka przez pół świata 18.15 Naprawy nie do naprawy 19.00 Raport końcowy 19.25 Woiny samochodowe 21.25 Zawodowi handlarze 22.10 Jeździć, obserwować 22.55 Duda kontra Szafranski 23.40 Niebezpieczne dzielnice 0.20 The Grand Tour	TVS 8.05 Przy muzyce po Śląsku 8.35 Muzyczne dzień dobry 9.35 Przy muzyce po Śląsku 10.50 Klaczy i Lachy 11.25 Muzyczne podróże Karoliny Treli 12.20 Hansi Hinterseer zaprasza 14.30 Śląska karuzela 16.00 Koncert żywcem 17.50 Szlagierowa lista 19.45 Koncert w TVS 21.50 Kino TVS: Rosamunde FILM Pilcher: Róża z Kerryamore – film obyczajowy, Niem. 2001 23.35 Śląska karuzela 1.20 Program kulinarny	TV TRWAM 18.05 Informacje dnia 18.15 Rozmowy niedokończone 19.30 Baśniowy teatr lalek 20.00 Informacje dnia 20.20 Różaniec 20.50 Od Lutra do Marxa – Historia Kościoła 21.00 Apel Jasnogórski 21.20 Informacje dnia 21.45 Stan bezpieczeństwa państwa 22.00 Mocni Jego mocą 22.30 Muzyczne chwile 22.45 Jak wygrać małżeństwo 23.00 Jak my to widzimy – z daleka widać lepiej

GLINIARZE. ŚLĄSK • ZBIGNIEW STRYJ

Ślązak z krwi i kości

Ma „szczęście” do ról mundurowych. Ta nadkomisarza Marka Rychlika jest mu szczególnie bliska. A to dlatego, że jego serialowy bohater dba o prawo i porządek na Śląsku. Na jego rodzinnym Śląsku!



W nowym serialu kryminalnym „Gliniarze. Śląsk” wciela się w twardego nadkomisarza Marka Rychlika.



Rychlik lubi pracować w terenie i często wspiera swoich podwładnych.



Nie wyobraża sobie wyjazdu ze Śląska na stałe – tu są jego korzenie.

➔ GLINIARZE. ŚLĄSK PO 7.09 godz. 16.55 POLSAT

Poruszyło mnie, że poza krótkimi wyjazdami Pan nigdy nie opuścił Śląska na stałe. Zawsze Pan wiedział, że wróci do Zabrza?

Tak, zawsze. Kiedy dostałem się na wydział aktorski wrocławiu, już na pierwszym roku wiedziałem, że chcę wrócić na Śląsk. Chciałem tu żyć, pracować i uprawiać swój zawód.

To była pełna premedytacja. Przez te cztery lata studiów absolutnie nie zerwałem kontaktu z domem. Moja ówczesna narzeczona, a obecnie żona, mieszkała w Zabrzu, więc uciekałem z Wrocławia przy każdej możliwej okazji.

Patrząc na Pana filmografię, widać pewien trend. Grał Pan dzielnicowego w kultowej „Świętej wojnie”, a potem te mundury i policyjno-wojskowe awanse już za Panem szły.

To prawda, te mundury się mnie trzymają. Albo gram postaci w mundurach, albo dla odmiany strasznie wrednych typów. Może po prostu nikt się jeszcze nie połapał, że prywatnie jestem człowiekiem o gołęmb sercu?

Polski kryminał ma się świetnie. Jak z Pana perspektywy zmieniła się realizacja takich seriali przez ostatnią dekadę?

Dziś na planie pracuje się znacznie sprawniej. Mamy profesjonalne szkolenia, spotkania z prawdziwymi gliniarzami i „wyjadaczami”, którzy zjedli zęby na tej pracy. Nie jesteśmy zostawieni sami sobie, współpracujemy z antyterrorystami. Ogromnym ułatwieniem jest też internet i łatwy dostęp do wiedzy. No i technika realizacyjna poszła niesamowicie do przodu, co daje nam, aktorom, o wiele lepsze narzędzia.

Czy język policjanta dziś brzmi na ekranie inaczej niż kiedyś?

Konsultuję kwestie językowe i scenariuszowe z moimi kolegami, którzy są czynnymi policjantami. Z językiem policyjnym jest trochę jak z językiem młodzieży, zmiany zachodzą tak szybko, że czasem trudno za nimi nadążyć. Osobiście jestem tradycjonalistą, uczyłem się języka polskiego na klasykach, a moimi autorytetami są profesor Bralczyk czy profesor Miodek. Sam piszę zgodnie z tradycyjnymi regułami, ale świat pędzi do przodu. Na planie staramy się jednak tak modyfikować dialogi, by brzmiały naturalnie i wiarygodnie dla widza.

Jaki jest nadkomisarz Marek Rychlik w nowym serialu „Gliniarze. Śląsk”?

Przede wszystkim to nie jest szef, który chce tylko siedzieć za biurkiem. To był jeden z głównych powodów, dla których przyjąłem tę rolę. Rychlik to aktywny facet, który rusza z młodymi na akcje, angażuje się i wspiera ich też prywatnie. Ma też swoje pasje, jak stare samochody, oraz bardzo skomplikowaną sytuację rodzinną.

Czyli kryje jakąś tajemnicę z przeszłości?

Oj, kryje wiele. Na razie żadne „paskudztwo” z szafy nie wypadło, ale mój bohater bywa porywczy. To świetne połączenie doświadczenia życiowego z temperamentem. Co ważne, Rychlik to facet stamtąd, lokalny gliniarz, a nie ktoś przeflancony na Śląsk za karę.

Niebawem zobaczymy Pana w komedii romantycznej „Przepis na święta”. Czyżby zmiana specjalności?

Muszę Panią rozczarować. To znowu nie będzie miła i sympatyczna postać (uśmiech), ale sam film zapowiada się pięknie. Reżyseruje go Magda Nieć, z którą spotkałem się już wcześniej przy filmie „O psie, który jeździł koleją”. Praca z nią to czysta przyjemność.

Rozm. BEATA BANASIEWICZ

BARWY SZCZĘŚCIA

Miłość na peryferiach

➔ **BARWY SZCZĘŚCIA PO**
7.09 godz. 20.05 TVP 2

Marcin (Oskar Stoczyński) i Dominika (Karolina Chappko) wciąż będą namawiali Renatę (Anna Mrozowska), by kontynuowała leczenie w ośrodku dla uzależnionych. Ona jednak uparcie będzie udawać, że wszystko z nią w porządku, a w tajemnicy będzie załatwiała sobie kolejne dawki leków u dilerów... Tymczasem Broda (Andrzej Popiel) podczas poszukiwań swojego ojca trafi na jego trop w Brzezinach! Tam ponoć mieszka mężczyzna, z którym jego matka spotykała się przed laty. Na miejscu zaś Kajetan pozna w lokalnej remizie Jankę (Oliwia Drożdżyk), w której zakocha się od pierwszego wejrzenia. Postanowi jej zaimponować...

PM



Piękna Janka
zrobi na Brodzie
piorunujące
wrażenie!

Nowy
sezon

Renata wystawi
cierpliwość swoich
bliskich na ciężką
próbę!

Nowy
sezon



Wiesława
przepowie Klisowi
nadchodzące
zagrożenie.

NA SYGNALE

Samospelniająca się wróżba

➔ **NA SYGNALE PO** 7.09
godz. 21.50 TVP 2

Alek Klis (Adam Turczyk) pojawia się u Wiesławy (Krystyna Tkacz) i wyzna, że znów zaczął myśleć o Britney (Paulina Zwierycz). Górowa oświadczy mu, że jedynym rozwiązaniem jest w takim razie niebezpieczny rytuał... totalnego odcięcia. Tylko że po nim – ostrzeże – Klis już nigdy w nikim się nie

zakocha. Zdesperowany Alek zdecyduje się na rytuał, a gdy znów pojawi się u Wiesławy, kobieta wywróży mu z ręki nadchodzący mrok, a być może również śmierć! Jakis czas później podczas wspinaczki w parku linowym Alek straci równowagę i runie na ziemię z wysokości kilku metrów! Czy zła wróżba właśnie się sprawdziła?

JP

ROBERT MAKŁOWICZ

Starożytni Grecy i kebab

➔ **ROBERT MAKŁOWICZ**
PO 7.09 godz. 08.50
STOPKLATKA

W nowym sezonie swojego programu Robert Makłowicz podróżuje od słonecznych Bałkanów po mroźną Laponię. Tradycyjnie, oprócz gotowania potraw, prowadzący będzie miał w zanadru sporo ciekawostek historycznych. Widzowie dowiedzą się więcej m.in. o życiu starożytnych

Greków i Rzymian, a także o powodach, dla których znani obywatele świata, tacy jak Padarewski, Chaplin czy cesarzowa Sissi wybrali Jezioro Genewskie na miejsce do życia. Poznają także tajniki łączenia tradycji kulinarnych z nowoczesną kuchnią Szwecji, oraz przekonają się, jak Turcy dbają o to, aby kebab postrzegany był jako prawdziwe dzieło sztuki.

EGP



Nowa
edycja

Dobre jedzenie
i piękne widoki
skłaniają
do refleksji...

TVP 1

- 5.00 Pytanie dnia** – program publicystyczny, Polska 2026
- 5.20 Reporterzy** – magazyn reporterów
- 5.30 Oko na świat** – magazyn, Polska 2024-2026
- 5.55 Akacja 38** (933) – telenowela, Hiszpania 2018
- 7.00 Transmisja mszy świętej z Sanktuarium Matki Bożej na Jasnej Górze**
- 7.30 Studio Raban** – magazyn dla młodzieży, Polska
- 8.00 Serwis Info** – pr. inform., Pol.
- 8.10 Pogoda Info**
- 8.15 Noce i dnie** (12-ost.) – serial obyczajowy, Polska 1977
- 9.20 Ranczo 10** (128) – serial obyczajowy, Polska 2016
- 10.15 Komisarz Alex 25** (311) – serial kryminalny, Pol. 2026
- 11.05 Ojciec Mateusz 20** (254) – serial kryminalny, Pol. 2018
- 12.00 Serwis Info** – pr. inform., Pol.
- 12.10 Agrobiznes** – magazyn rolniczy
- 12.30 Agropogoda**
- 12.40 Rok w ogrodzie extra**
- 12.55 Natura w Jedyne: Przerazająca tajemnica kwiatów** – film dokumentalny, Francja 2022
- 14.00 Splątane losy** (39) – serial obyczajowy, Turcja 2024
- 15.00 Serwis Info** – pr. inf., Polska
- 15.10 Reporterzy** – magazyn reporterów
- 15.35 Gra słów. Krzyżówka** – teleturniej, Pol. 2019-2026
- 16.00 Dziedzictwo** (1023) – serial obyczajowy, Turcja 2020
- 17.00 Teleexpress, Pogoda**
- 17.25 Jaka to melodia?** – teleturniej muzyczny
- 18.05 Klan** (4727) – telenowela, Polska 2026 (patrz obok)
- 18.40 Akacja 38** (950) – telenowela, Hiszpania 2018
- 19.30 Program informacyjny 19.30**
- 19.55 Pytanie dnia** – program publicystyczny, Polska 2026



18.05 TELENOWELA
Klan (4727)

Po powrocie do Polski Bożenka trzyma męża na dystans. Miłosz robi wszystko, by odbudować ich relację. Ojciec i Tola namawiają Pawła (Maciej Kucharski, zdj.), by zawalczył o staż w Sztokholmie. Uli coraz trudniej łączyć pracę z samotnym macierzyństwem. **35 min**



20.30 OBYCZAJOWY
Felicità (1)

Zośka (Laura Breszka, zdj.) i jej córka Oliwia znajdują list od zmarłego męża i ojca, Kamila. Kobiety udają się do włoskiego Poligrano a Mare. Rozpoczynają poszukiwania Giulii. **35 min**

TVP 2

- 4.35 Na dobre i na złe** (929): Życie po śmierci – serial obyczajowy, Polska 2024
- 5.30 M jak miłość** (1832) – serial obyczajowy, Polska 2024
- 6.20 Rodzina (nie od) święta:** Poranki dla zakochanych. Pięć języków miłości – magazyn religijny, Polska 2026
- 6.55 Barwy szczęścia** (3391) – serial obyczajowy, Polska 2026
- 7.30 Pytanie na śniadanie – pobudka** – magazyn, Polska 2026
- 7.55 Pytanie na śniadanie**
- 11.50 Okrasa łamie przepis** – magazyn kulinarny, Polska 2022
- 12.30 Koło fortuny** – teleturniej, Polska 2026
- 13.15 Panna młoda** (190) – serial obyczajowy, Turcja 2024
- 14.05 Va banque** – teleturniej, Polska
- 14.35 Na sygnale** (914): Z hukiem! – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2026
- 15.05 La Promesa – pałac tajemnic** (471) – serial obyczajowy, Hiszpania 2024
- Catalina próbuje wyjaśnić sprawę otrucia. Wypytuje Petre, czy hrabia de Ayala miał wrogów. Ochmistrzyni dzieli się z nią swoimi podejrzeniami. Jana zapewnia Martine, że służba wierzy w jej niewinność. Cruz naciska na Ignacia, by nie zawiadamiał policji. **55 min**
- 16.00 Koło fortuny** – teleturniej, Polska 2026
- 16.35 Familiada** – teleturniej
- 17.20 Panna młoda** (191) – serial obyczajowy, Turcja 2024
- 18.15 Va banque** – teleturniej, Polska
- 18.50 Jeden z dziesięciu** – teleturniej
- 19.25 Barwy szczęścia** (3391) – serial obyczajowy, Polska 2026



20.50 OBYCZAJOWY
M jak miłość (1937)

Rogowski zapewnia Agnes, że zakończył romans z Joanną. Kiedy jednak Dobrzańska blaga go o ostatnie spotkanie, lekarz znów wpada w jej ramiona. Maria (Małgorzata Pieńkowska, zdj.) wyczuwa, że mąż ostatnio zachowuje się podejrzanie. Prosi Judytę o wsparcie. **60 min**



21.50 FAB.-DOKUM.
Na sygnale (915, 916)

Piotr, Britney (Paulina Zwiery, zdj.) i Seba interwenują przy ulicznej bójce. Alek (Adam Turczyk, zdj.) wraca do Wiesławy z pretensjami. Miłostna terapia, której się poddał, przestała działać. **60 min**

POLSAT

- 4.40 Disco Gramy** – program muzyczny, Polska 2026
- 5.25 Telezakupy TV Okazje**
- 6.00 Nowy dzień** – program informacyjny
- 9.10 Malanowski i partnerzy** (424): Splamiony mundur – fab.-dok., Polska 2012
- 9.40 Wypasiona kuchnia** (4) – pr. rozrywk., Polska 2026
- 9.45 Malanowski i partnerzy** (425): Miłość ojca – serial fab.-dokum., Polska 2012
- 10.15 Dlaczego ja?** (1342, 1343): Jak cię odnaleźć, tato?; Utracone szczęście – paradok., Polska 2024
- 12.20 Gliniarze. Śląsk** (5): Krwawe gody – serial kryminalny, Polska 2026
- 13.20 Gliniarze** (952, 953): Czas zemsty; Rodzinna omerta – paradok., Polska 2024
- 15.30 Wydarzenia 24**
- 15.50 Pogoda**
- 15.55 Gliniarze** (1221): Ani śladu dzieci – paradok., Pol. 2026
- Małżeństwo spędza czas przy kolacji nad zalewem. Tymczasem ktoś włamuje się do domu letniskowego i porwuje ich córeczkę. **60 min**
- 16.55 Gliniarze. Śląsk** (6): Pieniądze to nie wszystko – serial kryminalny, Polska 2026 (patrz obok)
- 18.00 Pierwsza miłość** (4242) – serial obyczajowy, Polska 2026
- Marta dowiaduje się o tym, co zaszło między Emilką a Bartkiem. Radzi przyjaciółce, by nie marnowała czasu, jeśli wciąż jej na nim zależy. **50 min**
- 18.50 Wydarzenia**
- 19.15 Gość „Wydarzeń”** – program publicystyczny
- 19.25 Wypasiona kuchnia** (8) – pr. rozrywk., Polska 2026
- 19.35 Sport, Pogoda**
- 19.55 Milionerzy** – teleturniej, Polska 2026



16.55 KRYMINALNY
Gliniarze. Śląsk (6)

Żona milionera zostaje porwana. Mąż otrzymuje nagranie z żądaniem okupu. Mimo że przestępcy zakazują mu kontaktowania się z policją, mężczyzna decyduje się współpracować z detektywami. Śledczy odkrywają, że uprowadzenie kobiety może wiązać się z przeszłością bogacza. **65 min**



20.25 FILM SF
Jurassic World: Dominion

Claire (Bryce Dallas Howard) i Owen (Chris Pratt, zdj.) muszą odszukać wnuczkę Lockwooda. Tymczasem naukowcy prowadzą niebezpieczne badania. **195 min**

REKLAMA

OGLĄDAJ
PON-CZW 16:00

- 20.10 Sport, Pogoda**
- 20.30 Felicità** (1) – serial obyczajowy, Polska/Włochy 2026 (patrz obok)
- 20.55 Teatr Telewizji: Król Maciuś Pierwszy** – sztuka na podstawie powieści Janusza Korczaka, Polska 2026 (patrz obok)
- 22.20 Postscriptum** – wywiad, Polska 2026
- 22.50 Świat bez fikcji: Konstruktorzy z Ground Zero** – film dokum., USA 2024
- 23.55 Balans bieli** – religijny, Pol.
- 0.35 Filip** – dramat wojenny, Polska 2022, reż. Michał Kwieciński, wyk. Eryk Kulm, Victor Meutelet, Caroline Hartig, Zoe Straub
- 3.25 Raport specjalny** – magazyn, Polska 2024-2026
- 4.15 Notacje** – cykl dokumentalny **▶ 4.25**



20.55 TEATR TV
Król Maciuś Pierwszy

Dziesięcioletek (Tymon Bitkowski, zdj.) zasiada na tronie. Otoczony ministrami i doradcami, próbuje odnaleźć się w świecie dworskiego ceremoniału, dorosłych reguł i politycznych decyzji. **85 min**

- 20.05 Barwy szczęścia** (3392) – serial obyczajowy, Pol. 2026
- 20.40 Kulisy serialu „M jak miłość”** – cykl felietonów, Polska
- 20.50 M jak miłość** (1937) – serial obyczajowy, Polska 2026 (patrz obok)
- 21.50 Na sygnale** (915, 916) – serial fabularno-dokum., Polska 2026 (patrz obok)
- 22.55 Matlock** (11, 12) – serial kryminalny, USA 2024 (patrz obok)
- 0.35 Zaślubiona** (1) – serial obyczajowy, Włochy 2022, wyk. Giorgio Marchesi, Stefano Fregni
- 1.50 Boska Florence** – film biograficzny
- FILM** **Wielka Brytania/Francja 2016**, reż. Stephen Frears
- 3.50 Rodzinka.pl** – serial komediowy, Pol. 2026 **▶ 4.20**



22.55 KRYMINALNY
Matlock (11, 12)

Matty (Kathy Bates, zdj.) przekonuje Edwina, że intryga w Jacobson-Moore nie doprowadzi do procesu. Sarah i Shae sprawdzają przeszłość prawniczki, wcale tego przed nią nie ukrywając. **100 min**

- 20.25 Megahit: Jurassic World: Dominion** – film s.f., Chiny/Malta/USA 2022, reż. Colin Trevorrow, wyk. Chris Pratt, Bryce Dallas Howard, Laura Dern, Sam Neill (patrz obok)
- Szósta odsłona widowiskowego cyklu zapoczątkowanego w 1993 roku przez Stevena Spielberga, nakręconego na podstawie powieści Michaela Crichtona. **195 min**
- FILM** **23.40 Odwet** – film sensacyjny, USA/Niemcy 2003, reż. F. Gary Gray, wyk. Vin Diesel, Timothy Olyphant, Larenz Tate, Geno Silva (patrz obok)
- FILM** **2.00 Nieobliczalny** – film sensacyjny, USA/Rumunia 2006, reż. Michael Keusch, wyk. Steven Seagal
- 4.05 Kabaretowa Ekstraklasa** (107) – program rozrywkowy, Polska 2017



23.40 SENSACYJNY
Odwet

Memo Lucero (Geno Silva) stoi na czele narkotykowego gangu. Jego sprawą zajmuje się agent Vetter (Vin Diesel, zdj.). Kiedy okazuje się, że mężczyźni mają wspólnego wroga, postanawiają połączyć siły. **140 min**

TVN	TVN	TV PULS	TV PULS	TVN 7	
5.40 Uwaga! – magazyn reporterów 5.55 Ukryta prawda (1468) – serial paradokumentalny, Polska 2023 6.50 Kuchenne rewolucje (13) – program rozrywk., Pol. 2023 7.45 Dzień Dobry TVN – magazyn (patrz obok) 11.20 Doradca smaku (5) – magazyn kulinarny, Polska 2026 11.30 Kuchenne rewolucje (1, 3) – program rozrywkowy, Pol. W Gliwicach Konrad prowadzi Pierwszą Polkę. Restauracja już właściwie nie działa. By ją ocalić, trzeba wznowić pracę kuchni, odzyskać gości i zmierzyć się z rodzinnym sporem. 130 min 13.40 Ukryta prawda (1606, 1607, 1754) – serial paradokumentalny, Polska Dominika zaczyna spotykać się ze starszym o kilkanaście lat Marcinem. Pewnego dnia dowiaduje się on o śmierci jego byłej partnerki. Jest przekonany, że kobieta miała z nim dziecko. 190 min 16.50 Szpital św. Anny (135) – serial obyczajowy, Polska 2026 Lekarze czuwają nad noworodkiem mającym 1,5 promila alkoholu we krwi. Doktor Hajduk przyjmuje nastolatkę, która zmaga się z bólem głowy, a także stresem wywołanym hejtem. 65 min 17.55 Detektywi (336) – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2026 Nauczyciel zostaje oskarżony o gwałt na uczennicy. Narzeczona zwraca się do śledczych, by udowodnili jego niewinność. Ci odkrywają, że pod szkołę podjeżdżał po licealistkę zamożny mężczyzna. 65 min 19.00 Fakty 19.35 Sport 19.40 Raport US Open (9) – magazyn sportowy, Polska 2026 19.45 Pogoda 19.55 Uwaga! – magazyn reporterów 20.15 Na Wspólnej (4272) – serial obyczajowy, Polska 2026 20.50 The Floor – teleturniej, Polska 2026 (patrz obok) 21.30 Taskmaster (2) – program rozrywkowy, Polska 2026 (patrz obok) 22.40 Twisters – film katastroficzny, USA 2024, reż. Lee Isaac Chung, wyk. Katy M. O'Brian, Glen Powell, Maura Tierney 1.05 Lara Croft: Tomb Raider – film przygodowy, Wielka Brytania/Niemcy/USA 2001, reż. Simon West 3.15 Co za tydzień – magazyn kulturalny, Polska 2026 4.05 Uwaga! – magazyn reporterów 4.25 Nauka jazdy 5 (26) – program rozrywk., Pol. 2022 4.55 Zamieszkać na plaży 5 (3) – program rozrywkowy, USA	7.45 MAGAZYN Dzień Dobry TVN Prowadzący, w tym m.in. Ewa Drzyżga i Krzysztof Skórzyński (oboje na zdj.), powracają z jesennym sezonem ulubionego programu. Znane widzom cykle zyskują bardziej dynamiczną formułę, z kolei częstotliwość materiałów ma wynikać z bieżących trendów oraz tematów. 215 min 20.50 TELETURNIEJ The Floor W kolejnej odsłonie rywalizacji oprócz zaskakujących kategorii pojawiają się nowe zasady. Osoba, która do dwunastego odcinka rozegra najwięcej pojedynków, może liczyć na pewien cenny przywilej. W grze jest również ukryty kwadrat z voucherem o wartości 10 tys. zł. Program prowadzi Mikołaj Roznerski (zdj.). 40 min 21.30 ROZRYWKA Taskmaster (2) Prowadzący przygotował dla uczestników kolejne szalone zadanie, nad przebiegiem którego czuwa Cezary Sikora (zdj.). Widzowie przekonają się, kto tym razem wykazał się największą kreatywnością. 70 min	6.00 Policjanci z Miami 5 (1, 2): Wrogie przejęcie; Odkupienie we krwi – serial kryminalny, USA 1988, wyk. Don Johnson, Edward James Olmos 8.00 Kobra – oddział specjalny (3, 4): Zoe; Fatalna noc – serial sensacyjny, Niemcy 2019 10.00 Zaklinaczka duchów 4 (85) – serial fantasy, USA 2009 11.00 Kotka (24) – telenowela, Meksyk 2014 Lorena domyśla się, że Cicho to Fernando de la Santa Cruz. Pablo, nie mogąc opanować zazdrości, rzuca się na męża. Esmeralda urządza mu o to awanturę, a on jej się odplaca. 60 min 12.00 Nie igraj z aniołem (155) – serial obyczajowy, Meksyk 2008 Marichuy martwi się o zdrowie ojca. Juan Miguel wysła dziewczynę prezent. Rocio obiecuje, że oświadczy go jej przekaże. Lekarz informuje Puritę, że jest bezpłodna. Stan Amadora się poprawia. 60 min 13.00 Wspaniałe stulecie (89) – serial kostiumowy, Turcja 2012-2013 14.00 Kuriery 2 (74) – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2023 15.00 Lombard. Życie pod zastaw 14 (730, 731) – serial obyczajowy, Polska 2024 Andżela spotyka znanego komika, który robi sobie zdjęcie z fankami. Satyrk angażuje się w pomoc klientce lombardu. Tymczasem Beton i Ostra poszukują sprawcy zabójstwa młodego kibica. 120 min 17.00 Kuriery 2 (75) – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2023 Podczas kopania ogródka Patrycja natrafia na torbę sportową. W środku jest m.in. polar z logo Twojej Paczki. Bukala prosi Jana o listę pracowników firmy z ostatnich lat. 60 min 18.00 Lombard. Życie pod zastaw 19 (1014, 1015) – serial obyczajowy, Polska 2026 (patrz obok) 20.00 Poniedziałki z Jeanem Reno: Brygada ponad prawem – dramat sensacyjny, Francja/Wielka Brytania 2015, reż. Benjamin Rocher, wyk. Jean Reno, Alban Lenoir, Caterina Murino, Oumar Diaw (patrz obok) 21.55 Brygada ponad prawem powraca – thriller, Francja 2023, reż. Benjamin Rocher, wyk. Alban Lenoir, Cassiopée Mayance, Sofia Essaidi, Jean Reno (patrz obok) 23.50 Zawrotna prędkość – film sensacyjny, Belgia/Francja/USA 2017, reż. Antonio Negret 1.30 Dzielnica strachu 10 (466): Zaufanie – serial kryminalny, Polska 2025-2026 2.25 Lombard. Życie pod zastaw 19 (1010) – serial obyczajowy, Polska 2026 3.20 Zobacz to!	18.00 OBYCZAJOWY Lombard. Życie pod zastaw 19 (1014, 1015) Krzysiek Ratajski z żoną Karoliną podczas porządków znajdują zabytkowe pamiątki z PRL-u, które zanoszą do lombardu. Ziomeczki wycenia te rzeczy. Malina i Zygryd (Lech Dyblik, zdj.) kupują dekoracje na piknik w domu seniora. 120 min 20.00 DRAM. SENS. Brygada ponad prawem Serge (Jean Reno, zdj.) jest legendą policji. Jest ludzie stosują niekonwencjonalne metody pracy. Gdy we Francji pojawia się grupa bezwzględnych gangsterów, którzy rabują banki i sklepy z biżuterią, organy ścigania wydają się bezradne. Tylko ekipa Serge'a może zatrzymać falę przemocy. 115 min 21.55 THRILLER Brygada ponad prawem powraca Byli komandos Nils (Alban Lenoir, zdj.) postanawia wykorzystać okazję, by zemścić się na przestępcach, którzy zamordowali jego żonę. W misję wciąga nastoletnią córkę. 115 min	5.20 Ten moment (36) – serial paradokumentalny, Polska 2015-2016 5.55 Szkoła (430-432) – serial paradokumentalny, Polska 2017 8.45 Ukryta prawda (1379, 1527, 1528) – serial paradokumentalny, Polska 11.50 W-11 – Wydział Śledczy (664-666) – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2010 13.55 Detektywi (120): Ewa vel Roksi – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2024 Była prostytutka zwraca się o pomoc w identyfikacji osoby, która ją nęka. Niebawem znika nastoletnia córka kobiety. Pojawia się także żądanie okupu. 65 min 15.00 Szpital (864, 865) – serial paradokumentalny, Polska 2018 (patrz obok) 17.00 Sędzia Anna Maria Wesołowska (548) – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2011 Maja Chłopecka jest oskarżona o uduszenie Jana Sosnowskiego, a następnie upozorowanie jego samobójstwa. Wraz z koleżanką świadczyła mu usługi seksualne za pieniądze. Groził on ujawnieniem jej działalności. 60 min 18.00 SOS Ekipy w akcji (59) – serial paradokumentalny, Polska 2018 Funkcjonariusze otrzymują zgłoszenie od niewidomego. Młodzi sprawcy porwali jego psa przewodnika. Policjanci udają się również do parku, w którym nastolatek napada na dziewczynę. 60 min 19.00 Ukryta prawda (1680) – serial paradokumentalny, Polska 2025 Agata pracowała w Australii, aby finansowo wspierać rodzinę. Sądziła, że jej pieniądze były przeznaczone na leczenie rodziców i remont mieszkania. Po przyjeździe odkrywa, że lokum jest zaniedbane, a zdjęcia przesyłane przez siostrę są sfabrykowane. 60 min 20.00 Hotel Paradise 13 (7) – reality show, Polska 2026 (patrz obok) 21.00 Starcie tytanów – film fantasy, USA 2010, reż. Louis Leterrier, wyk. Sam Worthington, Liam Neeson, Ralph Fiennes, Jason Flemyng (patrz obok) 23.20 Jak stracić chłopaka w 10 dni – komedia romantyczna, USA/Niemcy 2003, reż. Donald Petrie 1.40 Mówię Wam 5 (3) – program kulturalny, Polska 2026 3.00 Miasta, w których straszy (8) – serial dokumentalny, USA 2019 3.50 Fachowcy 2 (3) – serial paradokumentalny, Polska 2018 4.30 Dorota was urządzi! (9) – program rozrywkowy, Polska 2016	15.00 PARADOKUM. Szpital (864, 865) Piotr Wójciewicz (Maciej Słota, zdj.) przyjmuje kobietę chorą na serce. Pacjentka spotyka na oddziale chłopca, który przypomina jej zmarłego syna. Do szpitala zgłaszają się chłopak i dziewczyna, którzy spadli ze schodów. 17-latek nie wie, że koleżanka umawia się z jego ojcem. 120 min 20.00 REALITY SHOW Hotel Paradise 13 (7) Uczestnicy zadomowili się już w Tajlandii. W tym sezonie mieszkańcy willi nie polegają wyłącznie na sojuszach. Ich losy mogą również odmienić karty z Rajskego Tableau. Będą one odsłaniane w trakcie kolejnych specjalnych ceremonii. Jedną z prowadzących program jest Edyta Jajac (zdj.). 60 min 21.00 FANTASY Starcie tytanów Mieszkańcy Argos buntują się przeciwko bogom. Hades (Ralph Fiennes, zdj.) żąda ofiary z księżniczki Andromedy. Perseusz (Sam Worthington) i inni wojownicy chcą powstrzymać mściwą siłę. 140 min

 TVP 3 	 TVP POLONIA	 TV 4 	 PULS 2 	 TVP ROZRYWKA	 TTV HD 
11.00 Regiony na TAK – mag. 11.30 Rolnicy – serial dok., Pol. 12.00 Ktokolwiek widział, ktokolwiek wie – publ. 12.30 Okrasa łamie przepisy 13.00 Agrobiznes – mag. 13.30 Rozmowy (nie) wygodne – pr. publicyst. 14.10 Całkiem niezła historia 14.30 Program informacyjny 14.30 15.00 Koronka do Miłosierdzia Bożego – pr. religijny 15.20 Serwis Info Dzień – inf. 15.30 Program lokalny 19.30 Dlaczego krowa... – magazyn przyrodniczy 19.45 Kryminalna siódemka 20.00 Dziennik regionów 20.13 Gość Regionów – publ.	14.50 Niezwykłe miejsca 15.00 Serwis Info – pr. inform. 15.10 100 pytań do... 16.00 Zaraz wracam 2 (132) – serial obycz., Pol. 2025 16.30 Barwy szczęścia (3372) – serial obycz., Pol. 2026 17.00 Teleexpress 17.20 Gra słów. Krzyżówka – telet., Polska 2019-2026 17.50 Teleexpress Extra – inf. 18.15 Słownik polsko-polski 18.45 Panorama 19.20 Powstanie Warszawskie dzień po dniu (38) – cykl reportaży 19.30 Program informacyjny 19.30 19.55 Pytanie dnia – pr. publ. 20.10 Sport, Pogoda	6.00 Strażnik Teksasu (17, 18) – serial sensacyjny 7.55 Bogaty dom – biedny domek (128) – reality show 8.55 Policjantki i Policjanci (597-599) – serial obycz. 11.55 Na ratunek 112 (1081, 1082) – paradok. 12.55 Trudne sprawy (881-883) – paradok., Pol. 15.55 Policjantki i Policjanci (1440) – obycz., Pol. 2026 17.00 Trudne sprawy II (1357) – serial paradokumentalny 18.00 Łowcy skarbów. Kto da więcej? (558) 19.00 Policjantki i Policjanci (1441) – obycz., Pol. 2026 20.00 Wypasiona kuchnia (7) – pr. rozrywk., Pol. 2026	11.10 Gus. Mały – wielki rycerz 2 – serial anim. 11.35 Tomek i przyjaciele: Naprzód lokomotywy! 27 – serial anim. 12.00 Psi Patrol 4 – serial anim. 12.35 Gumisie 4 – serial anim. 13.35 Smerfy – serial anim. 14.00 Baranek Shaun 4 14.35 Marta mówi – anim. 15.00 Miraculous: Biedronka i Czarny Kot 3 – anim. 16.00 Patryk Rozgwiazda Show – serial animowany 17.00 SpongeBob Kanciastoporty 9 – serial anim. 18.00 Pingwiny z Madagaskaru 3 – serial anim. 19.00 Kacze opowieści – serial animowany	6.40 Gra słów. Krzyżówka 7.10 Okrasa łamie przepisy 8.20 Familiada – teleturniej 8.50 Va banque – teleturniej 9.25 Kolo fortuny – telet., Pol. 10.10 Makłowicz w podróży 10.45 Postaw na milion 12.35 Familiada – teleturniej 13.15 Czerdziestolatek. Dwadzieścia lat później (3) – serial kom. 14.20 Rodzinka.pl (234, 235) – serial kom., Polska 2018 15.30 Kabaret Letnią Porą (10, 11) – pr. rozr., Polska 17.25 Va banque – teleturniej 18.00 Kolo fortuny – telet., Pol. 18.40 Okrasa łamie przepisy 19.45 Jaka to melodia? 20.30 Postaw na milion	7.35 DeFacto 13 (6, 7) 8.30 Kartoteka 6 (14, 15) 10.35 Detektywi (109, 331) 12.35 Zakup w ciemno 4 (41) 13.35 Zakup w ciemno 7 (1) 14.35 Nic do zgłoszenia 6 (12) 15.35 Złomowisko PL 7 (17) 16.45 Express – pr. inform. 16.58 Pogoda, Sport 17.05 Zakup w ciemno extra (25) – reality show, Polska 17.45 Życie na kredycie 7 (9, 10) – reality show, Pol. 18.40 Gogglebox. Przed telewizorem 24 (11) 19.45 Express, Pogoda – inf. 20.05 Zakup w ciemno 8 (5) 21.05 Zakup w ciemno extra 3 (5) – reality show 21.45 Express, Pogoda – inf.

MAGAZYN	HISTORYCZNY	KRYMINALNY	OBYCZAJOWY	KOMEDIOWY	ROZRYWKA
 20.30 Kryminalna siódemka W programie prezentowane są głośne sprawy kryminalne. Widzowie zobaczą brawurowe akcje policji, zagadkowe procesy oraz widowiskowe pociągi. 30 min 21.00 Program lokalny 22.00 Dziennik regionów 22.30 Złoty chłopak (233) 23.30 Kryminalna siódemka 23.55 Panorama 0.25 Program informacyjny 19.30 1.20 Kryminalna siódemka 1.40 Dziedzictwo (888) 2.30 Ktokolwiek widział, ktokolwiek wie – publ. TVP 3 jest wspólnym pasmem programowym lokalnych stacji telewizyjnych: Białostok, Bydgoszcz, Gdańsk, Katowice, Kraków, Lublin, Łódź, Poznań, Rzeszów, Szczecin, Warszawa, Wrocław	 20.25 Wojenne dziewczyny (4) – Polska 2016 Marysia dowiadyuje się, że ludzie Franca piniąją ciężarówkę z bronią. Esemas Kirsch, przyjaciel rodziny Niemca, zabiera ich do getta. Marysia o mały włos nie traci życia. 50 min 21.15 Hrabina Cosel (3) – film historyczny, Polska 1968 22.10 Zawsze z Wami chciałbym być – 30 lat ich Troje – koncert, Polska 23.15 Panorama 23.45 Młodzież kontra, czyli pod ostrzałem – program publicystyczny 0.35 Moda na język polski (48) – magazyn	 20.05 Uroczysko (265) Prezes Jan Polkowski zostaje znaleziony martwy na terenie agroturystyki. Alex przesłuchuje właścicieli i gości, sprawdzając min. Kordasa. 35 min 20.40 Sprawiedliwi – Wydział Kryminalny (1044) – krym., Pol. 2026 21.40 Sprawiedliwi. Trójmiasto (161) – krym. 22.45 Opowiem ci o zbrodni (5) – serial dok., Pol. 2018 23.10 Strzelec wyborowy – film sensacyjny, USA/Rumunia 2005 1.15 Love Island. Wyspa miłości (10) 2.20 Hardkorowy lombard	 20.00 Lombard. Życie pod zastaw 18 (1002) – Pol. Kazimierz rozmawia z żoną Kapi. Kobieta próbuje go przekonać do przejścia na jej stronę. Seler zamierza zlecić gangsterowi Mefisto zabójstwo. Klient lombardu chce kupić czapkę dla psa. 60 min 21.00 Dzielnica strachu 10 (473, 474) – serial krym. 23.00 Wstydliwe choroby 6 (9, 10) – dok., Wlk. Bryt. 1.00 Dzielnica strachu 10 (472) – serial krym., Polska 2026 2.00 Lombard. Życie pod zastaw (19) – obycz., Pol. 3.00 Lombard. Życie pod zastaw 6 (264) – obycz. 4.00 Niesamowite! (25, 1)	 22.15 Rodzinka.pl (81) – Polska Ludwik jest latwo wierny. Chłopcy ukrywają przed nim złe stopnie w szkole i oszukują w innych sprawach. Natalia nie zalicza testu na miłość, któremu poddał ją Kacper i Zosia. 35 min 22.50 Lato z Radiem i Telewizją Polską: Białe Błota – widowisko, Polska 2026 1.10 Kolo fortuny – teleturniej, Polska 2026 2.35 Kabaretomaniacy (1, 3) – program rozrywkowy, Polska 2019 4.40 Hity wszech czasów (30) – magazyn muzyczny, Polska 2021	 22.00 Gogglebox. Przed telewizorem 25 (2) Krzysztof Radzikowski i Dominik Abus (obaj na zdj.) oraz pozostali uczestnicy show oglądają różne programy telewizyjne, komentując je z właściwym sobie poczuciem humoru. 80 min 23.20 Gogglebox. Przed telewizorem 24 (10) – pr. rozrywk., Pol. 2026 0.20 Idź na calość 3 (1) – rozr. 1.20 Kochaj albo wróć (1) – serial dokumentalny, Pol. 2.20 Wyburzacz (5, 6-ost.) 3.40 Sędzia Anna Maria Wesołowska 7 (18) – serial fabularno-dokum. 4.25 Nauka jazdy 6 (1) – rozr.

TVP 3	TVP 3 PROGRAMY LOKALNE	TVP HD	TVP KULTURA	afena ANTENA HD	TV 6
BIALYSTOK 17.15 Dorasta! 17.35 Poczta 17.45 Tamte lata, tamte dni 18.15 Ogród i nie tylko 18.30 Obiektwy 18.50 Gość "Obiektwy" 19.00 Sport, Pogoda 19.10 Rezonans obywateli 21.00 Tym żyje więc 21.20 Gość "Obiektwy" 21.30 Obiektwy BYDGOSZCZ 17.00 Desant 17.30 Studio polityka 18.15 Liga na skróty 18.30 Złoty chłopak 19.00 Rozmowa dnia 19.20 Razem dla regionu 21.00 Rozmowa dnia 21.20 Ekspert ZUS odpowiada 21.30 Złoty chłopak 21.45 Sport, Pogoda GDĄSK 17.30 Zawodowcy 17.50 Och, ta polityka 18.30 Panorama 19.00 Świat nie jest taki zwykły 21.00 Reportaż TVP Gdąsk 21.15 Czyżewskiego 42 21.30 Panorama KATOWICE 17.13 Dzień z bliska 17.30 Papyń pyta 17.47 Sobota w Bytkowie 18.15 Protokół rozbieżności 18.30 Aktualności 18.55 Pogoda, Sport 19.10 Gramy dla was 21.15 Protokół rozbieżności 21.30 Aktualności KRAKÓW 17.05 Pelnosprawni 17.30 Zdrowie dla Ciebie 17.45 Poczatek tygodnia 18.30 Kronika 18.55 Tematy dnia 19.16 Nowohucka kronika filmowa 21.03 Wykrywacz kłamstw 21.21 Bezdzielnie 21.30 Kronika 21.45 Tematy dnia 21.55 Pogoda w regionie LUBLIN 16.50 Miłego popołudnia 17.55 Który Jesteś 18.10 Reportaż z lubelskiego 18.30 Panorama lubelska 19.00 Magazyn sportowy 21.02 Przystań nad Biblią 21.15 Gość „Panoramy” 21.30 Panorama lubelska	ŁÓDŹ 17.15 Prosto z lasu 17.30 Agroexpress 17.45 Polityczna dogrywka 18.15 Reportaż 18.30 Łódzkie wiadomości dnia 18.50 Sport, Pogoda 19.00 Świat na czterech łapach 19.15 Kawałek fajnego świata 21.00 Słodko gorzko 21.15 Ostatni mistrzowie 21.30 Łódzkie wiadomości dnia POZNAŃ 17.00 Włazc SPORT 17.30 Teleskop 17.45 Wspólne popołudnie 18.30 Teleskop 19.02 Pociąg do Wielkopolski 19.19 Magazyn 21.01 Czytanie puszczy 21.30 Teleskop 21.47 Informator kulturalny RZESZÓW 17.00 Konkrety i opinie 18.00 Odkrywamy Podkarpackie 18.30 Aktualności 19.01 Sport – wydarzenia i komentarze 21.00 Wykrywacz kłamstw 21.31 Aktualności SZCZECIN 17.30 Przegląd tygodnia 17.45 Niedzielnego 24a 18.30 Kronika 18.52 Wokół nas 19.00 Pelnosprawni 21.00 Wokół nas 21.08 Barka 21.30 Kronika 21.50 Rozmowa dnia WARSZAWA 16.45 Dobrego dnia 17.45 Filmowe spotkania 18.00 Zawsze na temat 18.30 TKW 18.42 Kurier Mazowiecki 19.04 Reagujemy 21.00 Zawsze na temat 21.30 Kurier Warszawski i Mazowska WROCLAW 16.44 Kresowa filmoteka 17.15 Magazyn Dołnośląski 17.29 Film dokumentalny 18.14 Szlachetne zdrowie 18.30 Fakty 18.58 Rozmowa „Faktów” 19.11 Przyszłość jest teraz 21.02 Dlaczego krowa... 21.16 Rozmowa „Faktów” 21.30 Fakty	10.45 Gra słów. Krzyżówka 11.20 Na sygnale (774, 775) 12.25 Ojciec Mateusz 11 (138) 13.20 Komisarz Alex 22 (273) 14.15 Ranczo 8 (99, 100) – obycz. 16.00 Minuty dla bezpieczeństwa – pr. rozr., Pol. 2026 16.10 Gwiazdorska kuchnia Ani 4 – magazyn kulinarny 16.40 Tańcząca ze światem – Jordania – magazyn 17.10 Okrasa łamie przepisy 17.45 Makłowicz w podróży 18.20 Ojciec Mateusz 29 (381) 19.20 Ranczo 7 (80) – obycz., Pol. 20.10 Rodzinka.pl (298, 299) 21.25 Ojciec Mateusz 32 (411) 22.20 Lepiej być nie może – komedia, USA 1997 0.45 Boisko bezdomnych – film obyczajowy, Pol. 2008	6.25 Kulturalni – magazyn kult. 7.15 Rawhide 3 (58) – przyg. 8.15 Tamte lata, tamte dni 9.00 Polskie drogi (8) 10.40 Miasto z morza – film FILM historyczny, Polska 2009 12.45 Hollywoodzki remake (1) 13.45 Kosmos 1959 (27) – s.f. 14.50 Ostoja – dramat FILM obyczajowy, Ir./Polska 2012 16.30 Polskie drogi (9) 18.10 Dobry tytuł – mag. kult. 18.55 Rawhide 3 (59) – przyg. 20.00 Męstwo i honor – film FILM przygodowy, Francja 2007 22.40 Pokój z widokiem – obycz., Wlk. Bryt. 1985 0.45 Zniknąć bez śladu – dok. 2.20 Nitram – thriller, Australia FILM 2021, reż. Justin Kurzel 4.25 Dobry tytuł – mag. kult.	12.00 Wojny kontenerowe (9) 12.30 Wojny kontenerowe 2 (10) – serial dokumentalny 13.00 Klątwa Wyspy Dębów 4 (11) – reality show, USA 13.55 Australijscy poszukiwawcze złota 3 (6, 7) – serial dok., Australia 16.00 Unforgettable (1) – serial kryminalny, USA 2011 16.55 Detektywi z Bordeaux 6 (1) – serial kryminalny, Francja/Belgia 2012 18.00 77 TV (15, 16) – rozr., Pol. 20.00 Alex Hugo – górski detektyw (15) – krym., Fr. 22.10 Detektywi Candice: Niezawodny instykt 4 (5) – serial kryminalny, Fr. 23.15 Detektywi z Bordeaux 5 (14) – serial krym., Fr./Bel.	6.00 Więzenie (150, 151) – dok. 6.55 Policjanci i Policjanci (791, 792) – serial obycz. 8.55 Kobra – oddział specjalny (110, 111) 10.55 48h. Zaginięci (271-273) 13.55 Policjanci i Policjanci (1241) – serial obycz., Polska 14.55 Uroczysko (127, 128) 16.00 Kobra – oddział specjalny (112, 113) 18.05 Strażnik Teksasu (19, 20) 20.05 CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku (117, 118) – serial krym., USA/Kanada 22.00 Czarna lista (13) – krym. 23.00 Łowca pedofili (214-217) – serial dok., Pol. 1.40 Więzenie (168-171), dok. 3.35 Septagón (67, 68) – krym. 5.45 Telezakupy TV Okazje

BBC FIRST	ROMANCE TV	COMEDY CENTRAL	TVN FABUŁA
13.05 Tajemnice Brokenwood (1) – krym., Nowa Zelandia 15.00 Ojciec Brown 11 (10) 16.00 Lewie 2 (2) – serial krym. 17.00 My Life is Murder 3 (6) – serial kryminalny 18.00 Morderstwa w Midsomer (18) 19.55 Śmierć pod palmami 9 (1) – serial kryminalny, Francja/Wielka Brytania/USA 2020 21.00 Harry Wild 5 (2) – krym. 22.00 Ellis (1) – serial kryminalny 23.55 Zbrodnie Saint-Pierre (5) 1.00 Line of Duty – Wydział wewnętrzny (5) – krym. 2.00 Morderstwa w Midsomer (18)	14.20 Lato nad jeziorem Garda – kom. romant., Niem. 2022 16.15 Inga Lindström: Skok – film obyczajowy, Niemcy 2005 18.05 Górski lekarz (80) – obycz. 20.00 Poślub mnie w Yosemite – komedia romantyczna, USA 2022, wyk. Cindy Busby 21.45 Lilly Schönauer – film obyczajowy, Niemcy/Austria 2008 23.40 Górski lekarz (80) – obycz. 1.35 Poślub mnie w Yosemite – kom. romant., USA 2022 3.20 Jonas Kaufmann – sława światowej klasy prywatnie – film dokum.	8.55 Przyjaciele 8 (5-10) – kom. 11.55 Teoria wielkiego podrywku 6 (2-7) – kom. 14.30 Dwóch i pół (17-20) – kom. 16.30 Przyjaciele 8 (11-16) 19.30 Duchy (3, 4) – serial fantasy 20.30 Teoria wielkiego podrywku 6 (8-10) – kom. 22.00 The Office PL 3 (11, 12) 23.05 Comedy Club 7 (5, 6) 0.05 Miasteczko South Park 8 (2, 3) 1.00 Prachocizny (3, 11, 12) 2.00 Śmieszniej nie będzie 5 (11, 12) – program rozrywk. 3.00 Miasteczko South Park 7 (14, 15) 4.00 Miasteczko South Park 8 (1)	9.50 Młode gliny (5) – krym. 10.55 Lekarze 3 (10) – obycz. 11.55 Zapakuj do moich drzwi (78, 79) – telen., Turcja 2020 13.55 Młode gliny (2) – krym. 14.55 Detektywi – fab. dok., Pol. 16.05 Na Wspólnej (70, 71) 17.10 Magia kina – program kult. 17.35 Najpiękniejsza muzyka filmowa (3) – pr. rozr., Pol. 17.55 Ella zaklęta – film fantasy, FILM USA/Irlandia/Wlk. Bryt. 2004 20.00 Skok stulecia – film FILM sensacyjny, USA 2018 23.00 Kac Vegas – komedia, FILM USA/Niemcy 2009 1.05 Elvis – dramat biograficzny, FILM USA/Australia 2022 4.25 Alfabet filmowy – mag.

STOPKLATKA

- 6.00** Kabaretowe hity (6) – pr. rozrywk., Pol. 2023
- 6.50** Wojciech Ciejrowski – boso przez świat
- 7.50** Robert Makłowicz (160, 238) – mag. kulin.
- 9.40** Pyszne dania w 10 minut z Julią Oleś 2 (9)
- 9.50** Górski lekarz (7, 8) – obycz., Niemcy/Austria
- 11.45** Zagadki kryminalne panny Fisher 2 (1, 2) – serial krym., Australia
- 14.00** Hudson i Rex 8 (4) – serial kryminalny, Kan.
- 15.00** Zjazd. Będzie się działo 2 (4, 5) – serial obycz.
- 17.00** Katastrofy w przestworzach (9, 6) – serial dokumentalny



20.00 Pogromcy poniedziałków: **Hooligans 3** – Wielka Brytania 2013
Danny (Scott Adkins, zdj.), były przywódca grupy pseudokibiców, wraca do Londynu. Chce pomścić brata, który zginął w bóje z chuliganami – zwołanymi przeciwnej drużyny piłkarskiej. 120 min

22.00 Ekstradycja 2 (5, 6) – serial sensacyjny, Polska

0.30 Millennium:
FILM Dziewczyna, która igrała z ogniem – dramat krym., Dania/Niemcy/Szwecja 2009

3.25 Tajemnica Westerplatte – film wojenny, Polska/Litwa 2013

POLSAT 2

- 5.50** Wydarzenia
- 6.30** Nasz nowy dom (346) – reality show, Pol. 2025
- 7.30** Na ratunek 112 (1011, 1012) – paradok.
- 8.30** Sekrety rodziny (113-115) – paradok., Pol.
- 11.30** Trudne sprawy (792) – serial paradokumentalny
- 12.30** Dlaczego ja? (1434, 1435) – paradok.
- 14.30** Wypasiona kuchnia (7)
- 14.35** Świat według Kiepskich (318-322) – serial kom., Polska 2009
- 17.05** 48h. Zaginieni (241, 242) – serial kryminalny, Polska
- 19.05** Gliniarze (1038) – serial paradokumentalny, Pol.
- 20.05** Ślad (30) – serial krym.



21.05 Gliniarze (968) W podwarszawskiej wsi zamordowano dwie starsze kobiety. Policjanci obawiają się, że to początek krwawej serii. Poszukują sprawcy, który za wszelką cenę chce ich przechrztyć. 65 min

22.10 Rolnicy – Tak się żyje u nas na wsi (131, 132)

23.05 Świat według Kiepskich (427, 428) – serial kom., Polska 2013

0.05 Ślad (101) – krym., Pol.

1.05 Zdrady II (45) – paradok.

2.10 Wydarzenia

2.50 Interwencja – mag.

3.00 Ewa gotuje (539) – mag.

3.40 Demakijaz (104) – rozr.

4.10 Strzelnica Navala (1)

TVP SERIALE

- 5.45** Rodzinka.pl (145) – kom.
- 6.20** Na sygnale (527, 528)
- 7.25** Ojciec Mateusz 6 (77)
- 8.20** Komisarz Alex 9 (109)
- 9.15** Rodzinka.pl (146) – kom.
- 9.45** Klan (1493) – telen., Pol.
- 10.20** Ranczo 2 (14) – obycz.
- 11.20** M jak miłość (1936)
- 12.20** Komisarz Alex 26 (321)
- 13.20** Kulisy serialu „Ojciec Mateusz” – cykl fel.
- 13.30** Ojciec Mateusz 33 (428, 429) – serial krym.
- 15.30** Komisarz Alex 9 (110)
- 16.20** Na sygnale (529, 530)
- 17.25** Ranczo 2 (16, 17) – obycz.
- 19.30** Ojciec Mateusz 33 (430) – serial kryminalny, Polska
- 20.30** Ojciec Mateusz 6 (78) – serial kryminalny, Polska



21.30 Ranczo 2 (18, 19) – Polska 2007
Wójt wysłał Czerepacha do Brukseli na kurs samorządowy. Ten przed wyjazdem wyrzucił do kosza wniosek Lucy o stworzenie w Wilkowie uniwersytetu ludowego. Odkrywa to Duda. 120 min

23.30 Ojciec Mateusz 33 (431) – serial kryminalny, Polska

0.25 Na sygnale (910-914) – serial fab.-dokum., Polska 2026

3.05 Londyńczyk (10) – serial obyczajowy, Polska 2008

4.00 Klan (1493) – telen., Pol.

4.30 Rodzinka.pl (312, 313) – serial komediowy, Polska 2026

KINO POLSKA

- 7.15** Bolek i Lolek na wakacjach (9, 10)
- 7.40** Przygody Myszy (9, 10)
- 8.00** Do przerwy 0:1 (1) – serial obyczajowy, 1969, wyk. Marian Tchorżnicki
- 8.35** Szumy i fonia – film krótkometrażowy, 2024
- 8.55** Ranking naj polskiego kina (3) – pr. rozrywk.
- 9.40** Tego się nie robi kotu
- 9.50** Motylem jestem, czyli **FILM** romans czterdziestoletni – kom. obycz., 1976
- 11.45** Quo vadis (1, 2-ost.) **FILM** – dramat hist., 2001
- 15.35** Skradziona kolekcja **FILM** – komedia film., 1979
- 17.15** Pogranicze w ogniu (11, 12) – serial sensacyjny



20.00 Skrzydlate świni **FILM** – 2010, reż. Anna Kazejak
Oskar (Paweł Małaszyński, zdj.) jest kibicem drużyny piłkarskiej Czarni Grodzisk. Gra perspektywę sprawia, że podejmuje pracę dla lokalnego potentata. Jego koleży uznają go za zdrajcę. 125 min

22.05 Dzień kobiet – dramat obyczajowy, 2012, wyk. Katarzyna Kwiatkowska

0.00 Zgorszenie publiczne **FILM** – komedia romantyczna, 2009, wyk. Krzysztof Czeczot, Marian Dziędział

2.00 Chemia O – dramat obyczajowy, 2015

4.20 Wracając do Marka – film dokumentalny, 2002

AXN

- 6.00** CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 14 (16, 17) – krym., USA/Kan.
- 7.30** Ostry dyżur 4 (17, 18) – serial obycz., USA 1998
- 9.25** Castle 6 (16, 17) – serial kryminalny, USA 2014
- 11.20** Rekrut 5 (11, 12) – serial krym., USA 2022-2023
- 13.15** Dowody zbrodni 4 (20, 21) – serial kryminalny
- 15.10** FBI 4 (15, 16) – serial kryminalny, USA 2021
- 17.10** CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 7 (12, 13) – krym., USA/Kan.
- 19.05** Castle 6 (18, 19) – serial kryminalny, USA
- 21.05** FBI: International 4 (21) – serial kryminalny, USA



21.55 FBI: Most Wanted 5 (2) Emerytowany nowojorski policjant i jego syn giną w zamachu. Wkrótce życie traci kolejny funkcjonariusz. Agenci odkrywają, że ofiary pracowały w tajnej jednostce Ghost Squad. 60 min

22.55 CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 7 (12, 13) – krym., USA/Kan.

0.45 Castle 6 (18, 19) – krym.

2.40 FBI: International 4 (21) – serial kryminalny, USA

3.35 FBI: Most Wanted 5 (2) – serial kryminalny, USA

4.25 CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 5 (10) – krym., USA/Kanada

5.10 Blok promocyjny AXN

CANAL+ PREMIUM

- 6.00** Łąpu capu – pr. rozr., Pol.
- 6.15** Długi weekend – film obyczajowy, Polska 2004
- 7.30** Agent szczęścia – dok.
- 9.05** Łąpu capu – pr. rozr., Pol.
- 9.20** Masz ci los! – komedia, **FILM** Polska 2023
- 10.50** Zmierzc – film **FILM** fantasy, USA 2008
- 12.50** Dalej jada! 2 **FILM** – komedia, Polska 2025
- 14.30** Battleship: Bitwa **FILM** o Ziemię – film s.f., USA/Japonia 2012
- 16.40** Peacock – thriller, USA
- 18.10** Łąpu capu – pr. rozr., Pol.
- 18.15** Niania w Nowym **FILM** Jorku – komedia romantyczna, USA 2007



20.00 Niewypowiedziana wojna 2 (4) Złośliwe oprogramowanie stworzone przez Chińczyków atakuje kolejne brytyjskie resorty rozrywkowe. Danny i Roz robią wszystko, by opanować sytuację. 50 min

20.50 Jeniec wojenny – film **FILM** sens., Filipiny/USA 2025

22.45 Wolf Man – horror, **FILM** USA/Irlandia/Nowa Zelandia 2025

0.30 Gniew ojca – dramat **FILM** kryminalny, USA 2024

2.25 Zapiski śmiertelnika **FILM** – komediodram., Pol. 2025

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

13 ULICA

- 6.25** Tajemnice chóru – film **FILM** kryminalny, Francja 2020
- 8.15** Motyw (9, 10) – krym., Kan.
- 10.15** Bez śladu (13, 14) – serial kryminalny, USA 2003
- 12.10** Kasandra 2 (3) – krym., Fr.
- 14.10** Morderstwo w Charentes – film kryminalny, Francja 2022
- 16.15** Motyw (11, 12) – serial kryminalny, Kanada 2013
- 18.10** Bez śladu (15, 16) – serial kryminalny, USA 2003
- 20.00** Kasandra 2 (4) – krym., Fr.
- 22.00** Astrid i Raphaëlle 2 (3, 4) – krym., Fr./Bel./Szwajcaria
- 0.10** Niewidomy detektyw (13) – krym., Niemcy/Austria
- 2.10** Motyw (9, 10) – krym., Kan.
- 4.05** Tajemnice chóru – film **FILM** kryminalny, Francja 2020

POLSAT FILM

- 6.05** Górale (96-98) – dok., Pol.
- 7.30** Doktor Martin (77) – serial obycz., Wlk. Bryt.
- 8.30** Przyjaciele (217, 218)
- 10.25** Świat według Kiepskich (73, 74, 165, 166, 192)
- 13.05** Faceti w czerni **FILM** – komedia s.f., USA 1997
- 15.20** Szymbic i wściekli 9 **FILM** – film sensacyjny, Kanada/Tajlandia/USA 2021
- 18.20** Gran Turismo – dramat przygodowy, USA/Jap. 2023
- 21.00** Skazaniec – dramat **FILM** kryminalny, USA 2008
- 23.20** Królowa wojownik **FILM** – dramat przygodowy, USA/RPA/Irlandia 2023
- 1.55** Gliniarze (654) – paradok.
- 2.55** Fala zbrodni (7, 8) – sens.
- 5.00** Na ratunek 112 (922, 923)

HBO

- 11.10** Lalka – komedia, **FILM** Francja 2025
- 12.30** Nasz syn – dramat **FILM** obyczajowy, USA 2023
- 14.15** Dom dobry – dramat **FILM** obyczajowy, Polska 2025
- 16.00** Blue Moon – dramat **FILM** biograficzny, USA/Irl. 2025
- 17.40** Kompletnie nieznany **FILM** – dramat biograf., USA 2024
- 20.00** Latamie (4) – s.f., USA 2026
- 21.00** Lady (2) – serial kryminalny
- 21.50** Piekło kobiet (1) – obycz.
- 22.40** The Pickup – komedia **FILM** sensacyjna, USA 2025
- 0.15** Milcząca przyjaciółka **FILM** – dramat historyczny, Niemcy/Węgry/Francja 2025
- 2.40** Prawa ludzi – film **FILM** kryminalny, USA 2024
- 4.15** Film balkonowy – dok.

WARNER TV

- 6.00** Prawo Agaty 6 (5) – obycz.
- 6.55** Teraz albo nigdy! (6)
- 7.55** Bajer z Bel-Air 2 (16, 17)
- 8.55** Prawo Agaty 6 (4) – obycz.
- 9.55** Pełniejsza chata (12, 13)
- 11.10** Teraz albo nigdy! (7, 8)
- 13.15** Bajer z Bel-Air 2 (16-19)
- 15.10** Pełniejsza chata (12, 13)
- 16.10** Pełniejsza chata 2 (1, 2)
- 17.40** Rewolwer i melonik **FILM** – film sensacyjny, USA 1998
- 19.25** Superman 2 – przyg., Wlk. **FILM** Bryt./USA/Kanada 1980
- 22.00** Płonący wieżowiec – film **FILM** katastroficzny, USA 1974
- 1.05** Bez mojej zgody – dramat **FILM** obyczajowy, USA 2009
- 3.10** Wrogie niebo 4 (11, 12)
- 4.55** Z góry przepaszam (8)
- 5.25** Chojrak – tchórzliwy pies (1) – serial animowany

ALE KINO+

- 6.30** Polska z góry (5) – dok.
- 7.00** Grzyby – thriller, Polska **FILM** 2023, wyk. Maria Maj
- 8.40** The Office Pl (9, 10)
- 9.50** Grantchester 10 (5, 6)
- 11.55** Detektyw Foyle (4)
- 14.00** Niebo Montany – film **FILM** obyczajowy, USA 2007
- 16.00** Exodus – dramat **FILM** obyczajowy, Szwecja 2023
- 18.05** Detektyw Foyle 2 (1)
- 20.10** Zaginione – western, **FILM** USA 2003
- 22.55** Edukacja XD (1, 2) – kom.
- 0.10** Niesuszenie oskarżona **FILM** – dramat obycz., USA 2013
- 2.00** Kruk. Jak tu ciemno 3 (2)
- 3.10** Masz na imię Justine **FILM** – dramat obyczajowy, Polska/Luksemburg 2005
- 4.55** Powrót (1) – serial kom.

CANAL+ FILM

- 11.05** Pan Tadeusz – film **FILM** kostium., Pol./Francja 1999
- 13.35** Sigourney Weaver. Ikona kina akcji – film dokum.
- 14.30** Ida – dramat obyczajowy, **FILM** Polska/Dania/Francja 2013
- 15.50** Thelma – komedia, **FILM** Szwajcaria/USA 2024
- 17.25** Call me lala
- 17.50** Tożsamość Bourne'a **FILM** – thriller, USA/Niemcy/Czechy 2002
- 19.45** Łąpu capu – rozr., Pol. 2026
- 20.00** Diamenty – komediodramat, **FILM** Włochy 2024
- 22.10** Dreams – melodramat, **FILM** Meksyk/USA 2025
- 23.45** Spalę was wszystkich **FILM** – horror, Hiszpania 2021
- 1.35** Trzy miłości – thriller **FILM** erotyczny, Polska 2025

SCI FI

- 7.05** Bibliotekarze (5, 6)
- 9.10** Medium 5 (3, 4) – krym.
- 11.10** SurrealEstate 3 (9, 10)
- 13.05** Przygody Merlina 4 (10, 11) – fantasy, Wlk. Bryt.
- 15.05** Medium 5 (5, 6) – krym.
- 17.00** Przygody Merlina 4 (11-13) – fantasy, Wlk. Bryt.
- 20.00** Przygody Merlina 5 (1)
- 21.00** Resident Evil: Wtaję **FILM** w Raccoon City – horror, Kanada/Niemcy 2021
- 23.15** Push – thriller s.f., USA/**FILM** Kan./Wielka Brytania 2009
- 1.35** Szkoła czarownic **FILM** – horror, USA 1996
- 3.30** Ameryka tonie **FILM** – film s.f., USA 2023
- 5.05** Kroniki Spiderwick (3)

PARAMOUNT NETWORK

- 6.00** Czarodziejki 3 (5-8) – serial fantasy, USA
- 9.20** Pewnego razu **FILM** na Dzikim Zachodzie – western, USA/Wł. 1968
- 13.00** Czarodziejki 3 (9, 10)
- 15.00** Żony ze Stepford **FILM** – komedia s.f., USA 2004
- 17.15** Mission: Impossible – Rogue Nation – film sensacyjny, USA 2015
- 20.00** Na fali – film **FILM** sensacyjny, USA 1991
- 22.35** Raport mniejszości **FILM** – film s.f., USA 2002
- 1.30** Negocjator – film sens., **FILM** USA/Niemcy 1998
- 4.30** Śmiesznie nie będzie 3 (3) – pr. rozr., Wielka Brytania

FX

- 9.00** CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas (3) – serial krym.
- 10.00** CSI: Kryminalne zagadki Miami (1, 2) – serial krym.
- 11.55** CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku (7, 8)
- 13.45** Agenci NCIS 10 (7, 8)
- 15.35** CSI: Kryminalne zagadki Miami (3, 4) – serial krym.
- 17.25** Z archiwum X (14, 15) – s.f.
- 19.15** Agenci NCIS: Sydney (10)
- 20.10** CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku (9, 10)
- 22.00** The Hunting Party (8)
- 22.55** Z archiwum X (15) – s.f.
- 23.55** Armageddon – film s.f., **FILM** USA 1998, wyk. Bruce Willis
- 3.00** CSI: Kryminalne zagadki Miami (3, 4) – serial krym.

FILMBOX+ ONE

- 9.45** Vera 5 (4) – krym., Wlk. Bryt.
- 11.45** Zagadki kryminalne panny Fisher (10) – krym.
- 12.55** Poirot (2) – krym., Wlk. Bryt.
- 15.05** Strażnik Teksasu (19, 20) – serial sensacyjny, USA
- 17.05** Vera 6 (1) – krym., Wlk. Bryt.
- 18.55** Poirot (4) – krym., Wlk. Bryt.
- 20.00** Sąsiedzi 2 – komedia, **FILM** USA/Chiny 2016, wyk. Seth Rogen, Zac Efron
- 22.00** Co z oczu, to z serca **FILM** – komedia krym., USA 1998
- 0.45** Uciec, ale dokąd? – film **FILM** sensacyjny, USA 1993
- 2.50** Prawo do zemsty – film **FILM** sensacyjny, USA 2019
- 4.55** Klasyka krótkich animacji (17) – filmy anim.

CANAL+ SERIALE

- 9.50** Planeta Singli. Osiem historii (6) – serial kom.
- 10.45** Naruto 5 (6-8) – anime, Jap.
- 12.15** Cat's Eyes (5, 6) – przyg.
- 14.10** Łąpu capu – rozr., Pol. 2026
- 14.30** Naruto 5 (3-5) – anime, Jap.
- 16.00** Planeta Singli. Osiem historii (1) – serial kom.
- 17.00** Na pierwszym planie (1, 2) – serial dokumentalny
- 18.15** 13 posterunek 2 (31-33)
- 20.00** Talamasca: Sekretne zakony (1, 2) – serial fantasy
- 21.50** Łąpu capu – rozr., Pol. 2026
- 22.50** Maria Antonina 2 (7, 8)
- 0.00** Kruk. Jak tu ciemno 3 (4, 5) – serial krym., Polska
- 1.40** Blizna (3, 4) – serial sens.
- 3.45** Twardzielki (6) – dok., Pol.

CANAL+ 360

- 13.00** Kolacja z Gavinem Rossdale'em (6) – serial dok.
- 14.00** Zholanowi: ciężarówka w opalach 2 (11) – dok.
- 15.00** Wykrywacz historii 3 (2)
- 16.00** Okrety wojenne (3) – dok.
- 17.00** W trasie z Normanem Reedeusem (2) – serial dok.
- 18.00** Porzucona Ameryka 2 (1)
- 18.55** Zholanowi: ciężarówka w opalach 2 (9) – dok.
- 19.50** W trasie z Normanem Reedeusem (4) – serial dok.
- 20.50** Co poszło nie tak 4 (3)
- 21.55** Na krawędzi możliwości (5, 6) – serial dokumentalny
- 23.00** Porzucone konstrukcje (1) – serial dokum., Wlk. Bryt.
- 0.00** Sędziowie (8) – dok., Pol.

TLC	TLC
8.00 Mega-sknerzy	
9.00 Wiza na miłość: pierwsze spotkanie (14) – pr. rozr., USA 2019	
11.00 Jay i Pamela 2 (4)	
12.00 Wiza na miłość – oczami bohaterów 7 (8) – reality show, 2026	
13.00 Wiza na miłość: znowu do wzięcia 4 (6, 7)	
15.00 Wiza na miłość: na odwrót, pościelowe rozmowy 7	
16.00 Historie wielkiej wagi 4 (1): Nikki – dok.	
17.00 Dr Przyszczyla 5: Mózg w uszach – serial dokum.	



18.00 Wiza na miłość: ostatnia szansa 2	
20.00 Wiza na miłość – oczami bohaterów 6	
21.00 Wiza na miłość 12 (15)	
23.00 Koleżanki na zabój 2	
0.00 Dr Przyszczyla 3	
1.00 Wiza na miłość – oczami bohaterów 6	
2.00 Wiza na miłość 12 (15)	

POLSAT CAFÉ	POLSAT CAFÉ
6.00 Demakijaż (120-122)	
7.30 Przyjaciółki (8, 9) – serial obyczajowy, Polska 2012	
9.30 Hell's Kitchen – Piekielna Kuchnia (55, 56) – reality show, Pol.	
12.30 Oszukane (51, 52) – serial paradokumentalny	
14.30 Komisarz Mama (26) – serial kryminalny, Polska	
15.30 Bogaty dom – biedny dom (137) – reality show	
16.30 Hell's Kitchen – Piekielna Kuchnia (21) – reality show, Pol. 2015	
18.00 Nasz nowy dom (262, 263) – reality show	



20.00 Kolacja w ciemno (79)	
21.05 Wzięcie kobiet (76, 77) – serial dok., Pol.	
22.05 Miłość z internetu (3, 4)	
23.00 Gry małżeńskie (156, 157) – reality show	
1.05 Wzięcie kobiet (66-69) – serial dok., Pol.	
3.00 Zdrady (116-118) – serial paradokumentalny, Pol.	

TVN STYLE	TVN STYLE
5.25 Ugotowani (2, 3) – pr. kulin.-rozrywk., Polska	
7.10 Co za tydzień – mag.	
7.45 Dzień Dobry TVN – mag.	
11.20 Dobrze zrobione w domu (1) – mag.	
11.30 Ugotowani (12, 1)	
13.30 Kuchenne rewolucje (12, 5) – pr. rozrywk., Pol.	
15.35 I nie opuszczę Cię aż do ślubu (10, 1) – reality show, Polska	
17.05 Mniej znaczy więcej. Better for Less (1) – magazyn poradnikowy	
17.40 Kuchenne rewolucje (1, 2) – pr. rozr., Pol. 2018	



19.50 Kuchenne rewolucje (4) – pr. rozr., Polska 2025	
20.50 Kobieta na krańcu świata (1) – serial dok.	
21.50 Jestem z Polski (9)	
22.50 Hotel Paradise 13 (7)	
23.45 Mroczne sekrety małżeńskie 5 (11, 12-ost.) – serial dok.	
0.55 Apetyt na miłość (7)	

DISCOVERY CHANNEL	DISCOVERY CHANNEL
10.00 Premiera: Wyprawa w nieznane 6	
11.00 Gorączka złota 16	
12.00 Przemysłnicy: na morzu	
13.00 Wyzwanie: przetwórcy (10)	
14.00 Nagi instykt przetwórcy: rozbitkowie	
15.00 Złomowisko PL 9 (1)	
16.00 Awantura o furę	
17.00 Od samochodu do domu 3 (2)	
18.00 Specjaliści (3)	
19.00 Nagi instykt przetwórcy 6	
21.00 Nic do zgłoszenia (4)	



22.00 Od samochodu do domu 3 (3)	
23.00 Premiera: Awantura o furę	
0.00 Hazardziści 2	
1.00 Hotrod wg Kindiga 9	
2.00 Eurotrucks (10)	
3.00 Lowcy staroci 12 (12)	
4.00 Zoom na architekturę	
5.00 Fani czterech kółek	

TVP HISTORIA	TVP HISTORIA
5.35 Był taki dzień – fel., Pol.	
5.40 Fake czy historia?	
6.25 Było, nie minęło...	
8.20 Dom (5) – serial obycz.	
10.05 Ex Libris – magazyn	
10.35 Kobiety i wojna – dok.	
11.45 Magiczny Adriatyk (4): Od Splitu po Dubrownik	
12.50 Długa droga do wojny (1) – film dok., Wlk. Bryt.	
14.00 Dom (6) – serial obycz.	
15.55 Sensacje XX wieku – program historyczny	
17.35 Wojenne dziewczyny (6) – serial hist., Pol. 2016	
18.25 Ex Libris – magazyn	
18.55 Chocim 1621 – film dok.	



20.00 Zatoką szpiegów (3)	
20.55 Ładowanie w Norman-dii, nieznane taśmy (1)	
22.05 II wojna światowa w kolorze: Droga do zwycięstwa (9)	
23.05 Sensacje XX wieku	
0.55 Encyklopedia II wojny światowej	
1.25 Zatoka szpiegów (3)	

FOKUS TV	FOKUS TV
8.55 Wehikuł czasu	
9.00 Starożytni kosmici 9 (3)	
10.00 Premiera: Gwiazdy lombardu (3, 4)	
12.00 Tajemnice II wojny światowej (26) – dok.	
13.00 Poszukiwacze historii (4, 5)	
14.00 Zapomniane fronty II wojny światowej (2)	
15.00 Premiera: Truckersi przez Australię (13)	
16.00 Dorwać tuńczyka 2 (11, 12) – serial dok., USA	
18.00 Rolnicy. Podlasie (48, 49) – serial dokum.	
20.00 Galileo 28 (27)	



21.00 Premiera: Bitwa o Atlantyk (1) – film dok.	
22.00 Maszyny bojowe (3, 4) – serial dokum., Wlk. Bryt.	
0.00 Starożytni kosmici (12) – serial dokumentalny	
1.00 Rolnicy. Podlasie (10-13) – serial dok., Pol.	
5.00 Kołowrotek (10, 11) – magazyn wędkarski	

METRO	METRO
5.55 Na Wspólnej (717) – obycz.	
7.35 Szpital (872-874) – paradok.	
10.30 Siedzia Anna Maria Wesołowska (441, 442)	
12.30 Szkoła (620) – paradok., Pol.	
13.30 Brzydula (117, 118) – kom.	
14.40 Za głosem serca (18)	
15.50 Magda M. 3 (4) – obycz., Pol.	
16.55 Idź na całość 2 – rozr., Pol.	
18.00 Złomowisko PL 4 – dok.	
19.40 Kartoteka 6 (16, 17)	
21.05 Kryminalni (6, 7) – krym.	
23.15 Hannibal (10) – serial krym.	
0.20 Zbrodnie z pierwszych stron gazet 5 – serial dok.	
1.20 Szpital (871) – paradok., Pol.	
2.20 Szkoła (623) – paradok., Pol.	
3.20 Nowa Maja w ogrodzie 2	
4.25 Szpital (340) – paradok., Pol.	

ZOOM	ZOOM
8.00 Strażnik Teksaśu 2 (23)	
9.00 Strażnik Teksaśu 3 (1)	
10.00 Kobra – oddział specjalny 24 (1, 2) – sens.	
12.05 Piekło na Ziemi: Niesławna	
13.25 Sensacje XX wieku – hist.	
14.55 Wojciech Ciejrowski – bosy przez świat	
18.00 Piort 5 (5, 6) – serial kryminalny	
20.00 Kobra – oddział specjalny 22 (4) – sens.	
21.00 CSI: Kryminalne zagadki Miami 8 (4, 5) – serial krym.	
23.00 Magia nagości 6 – pr. rozr.	
0.10 Magia nagości	
1.20 Szpital (871) – paradok., Pol.	
2.20 Szkoła (623) – paradok., Pol.	
3.20 Nowa Maja w ogrodzie 2	
4.25 Szpital (340) – paradok., Pol.	

FOOD NETWORK	FOOD NETWORK
8.15 Kuchenne rewolucje – rozr.	
9.15 Makłowicz w drodze	
10.25 Makłowicz w Polsce	
11.30 10 zadań specjalnych Michela Morana 6 – pr. rozr.	
13.15 Miłość od kuchni – pr. rozr.	
14.15 Akcja: Restauracja! 20	
15.15 Trafic w ciasto – mag. kulin.	
16.15 Kuchenne rewolucje – rozr.	
17.15 Tuskański turniej smaku	
18.45 Słodka trzynastka – mag.	
19.45 Pyszne miejscówki – mag.	
20.50 Posiekani: gotowanie w dziczy – reality show	
22.25 Akcja: Restauracja!	
23.25 Posiekani – teleturbinę kulin.	
0.25 Symon gotuje w domu	
1.25 Miłość od kuchni – pr. rozr.	
3.25 Apetyt na miłość – pr. rozr.	

DISCOVERY SCIENCE	DISCOVERY SCIENCE
6.00 Zwykłe rzeczy – niezwykle wynalazki	
8.00 Tajemnice ładowania na Księżycu	
11.00 Poszukiwacze dinozaurów: Kłątwa drapejczy, Strzał – serial dok.	
13.00 Tajemnice ładowania na Księżycu	
15.00 Gwiezdne bitwy	
18.00 Zwykłe rzeczy, niezwykle wynalazki 15	
21.00 Tajemnice ładowania na Księżycu: Zaginionie taśmy, Hollywoodzki spisek	
23.00 DNA epoki lodowcowej – film dokumentalny, 2019	
1.00 Gwiezdne bitwy	
4.00 Podziemne sekrety	

NATIONAL GEOGRAPHIC	NATIONAL GEOGRAPHIC
11.00 Kierunek: Kuejczou – dok.	
12.00 Katastrofa w przestworzach	
16.00 Zaginięcie skarbów Biblii: Tajemnice wiary	
17.00 Klucze do przepowiedni	
18.00 Wojna widziana z powietrza	
19.00 Hitler: Siła dyktatury (1)	
20.00 Katastrofa w przestworzach: Niewłaściwa pozycja	
21.00 Katastrofa w przestworzach: Raport specjalny	
23.00 Katastrofa w przestworzach: Smiertelna cisza – dok.	
0.00 Katastrofa w przestworzach: Raport specjalny	
1.00 Katastrofa w przestworzach	

BBC EARTH	BBC EARTH
10.20 Życie na pustkowiach 9	
11.20 Zabójcza pogoda 6 – dok.	
12.20 Amazonia z Robsonem Greenem (2) – film dokum.	
13.20 Dziką Francją – serial dok.	
14.30 W okowach mrozu 7 – dok.	
15.35 Życie na pustkowiach 9	
16.35 Wietnamskie przygody Billa Bailey'a – serial dokum.	
17.35 Dziką Francją – serial dok.	
18.45 Amazonia z Robsonem Greenem (3) – film dokum.	
19.45 Fenomeny współczesnego życia 2 – serial dokum.	
20.55 W okowach mrozu 8 – dok.	
22.55 Przez dziką Amazonię (1)	
23.55 Wielka nowozelandzka przygoda – serial dokum.	
0.55 Dziką Francją – serial dok.	

WP	WP
12.00 Komisarz Cassandra: Zbrodnie w Alpach 7 (1)	
14.00 Pokochaj lub sprzedaj Vancouver 4: Shar and Dave	
16.00 Pokochaj lub sprzedaj Quebec 3 – reality show, Kan.	
16.55 Pogoda	
17.00 Niepojęte: Strefa tajemnic 5 – serial dokum.	
19.00 Makłowicz w podróży	
20.00 Pogromca tajemnic – dok.	
21.00 Sekrety tajnych stowarzyszeń – serial dok.	
21.55 Pogoda	
22.00 Mistrzowie Kabaretu 5	
23.00 Mistrzowie Kabaretu 10	
0.00 Mistrzowie Kabaretu 11	
1.00 1, 2, 3... Kabareci 4 – pr. rozr.	

NOWA TV	NOWA TV
7.30 Świat według Kiepskich (524-530) – serial kom., Polska	
11.00 Komisarz Mama (1) – krym.	
12.00 Piort 5 (8) – krym., Wlk. Bryt.	
13.00 Piort 6 – serial kryminalny	
15.00 Świat według Bundy'ch 4 (75-80) – serial komediowy	
18.00 Calkiem nowe lata miodowe (6) – serial kom.	
18.30 Miodowe lata (64-66) – serial komediowy, Polska	
21.00 Zdrady (51) – paradok., Pol.	
22.00 Ślad (1, 2, 98) – serial krym.	
1.00 Łowca pedomów – dok.	
3.00 TV okazje	
3.50 Wehikuł czasu	
4.00 Daleko od noszy 2 (1, 2)	
5.00 Pod lupą – magazyn	

HGTV HOME & GARDEN	HGTV HOME & GARDEN
11.00 Kamera, akcja, wpadka!	
12.00 Odlotowy ogród 2 – mag.	
12.35 Wymarzony dom w 100 dni 6 – program rozrywkowy	
14.30 Mieszkanie na miarę 4	
16.25 Polowanie na ogród 2	
18.05 Najbrzydsze podwórko w dzielnicy – pr. rozrywk.	
19.10 Weekendowa metamorfoza 5 – pr. rozr.	
20.05 Złoty remont 5 – pr. rozr.	
21.00 Dorota was urządził! – rozr.	
22.30 House Hunters – Poszukiwacze domów 9 – program rozrywkowy	
0.35 Kamera, akcja, wpadka!	
1.40 Kupujemy dom na plaży 26 – serial dokum.	

TRAVEL CHANNEL	TRAVEL CHANNEL
6.00 Międzynarodowi poszukiwacze domów	
8.05 Jak to robią zwierzęta?	
10.10 Dzikie zwierzęta: smakowite miasta – dok.	
12.15 Budowa na końcu świata	
14.15 Człowiek kontra jedzenie	
14.50 Tu jest pięknie – pr. rozr.	
16.20 Nieoczywiste miejsca	
16.55 Dorwać komandosi – dok.	
18.55 Wyprawa w nieznane: Tropem Yeti – serial dokum.	
21.00 Sprawa dla medium i detektywa – serial dokum.	
23.05 Kobieta na krańcu świata	
0.40 Budowa na końcu świata	
2.45 Dorwać komandosi – dok.	
4.50 Dzikie zwierzęta – dok.	

NATIONAL GEOGRAPHIC WILD	NATIONAL GEOGRAPHIC WILD
9.00 Niezwykły dr Pol	
12.00 Wrogi świat: Góry – dok.	
13.00 Parki narodowe Ameryki	
14.00 Królowe świata zwierząt	
15.00 Walki zwierząt	
16.00 Przedziwna planeta Ziemia: Tarcza – serial dok.	
17.00 Szkoła młodych pand	
18.00 Dziką przyrodą strefy równikowej	
19.00 Najgroźniejsze zwierzęta Afryki: Smiertelne ukąszenie	
20.00 W pulapce żywiołów	
21.00 Niezwykły dr Pol	
22.00 Parki narodowe Ameryki	
3.00 Królowe świata zwierząt	
4.00 Walki zwierząt: Zawodnicy wagi ciężkiej	

POLSAT WIASAT HISTORY	POLSAT WIASAT HISTORY
15.15 Machu Picchu: kamienne miasto – film dokum., Francja	
16.20 Tajne bronie II wojny światowej: Okrety – dok.	
17.30 Człowiek: największa broń II wojny światowej: Największe bitwy – serial dok.	
18.40 Starożytna apokalipsa	
19.50 1776: niepodległość USA: Nowy świat – serial dokum.	
21.00 II wojna światowa – wielkie bitwy w Europie	
22.10 Starożytne superbudowle 4	
23.15 Auschwitz: zapomniana wielka – film dokumentalny	
0.50 Wielkie metropolie starożytności	

CANAL+ KUCHNIA	CANAL+ KUCHNIA
13.45 Włoskie życie Sophie Grigson – serial dokum.	
14.40 U sąsiadów w kuchni 14	
15.45 Nie tylko gotuj – mag.	
16.40 Jamie Oliver: gotuj sezonowo – magazyn kulin.	
17.35 Jamie: dania na każdą kieszeń – magazyn kulinarny	
18.30 Hongkong od kuchni z Jeremym Pangiem – dok.	
19.25 M jak mięso – serial dokum.	
19.50 Nico wrzeka na ruszt	
20.20 Gotuj taniej z Jamiem	
21.15 Anthony Bourdain – miejsca nieznane 7 – dok.	
23.55 Top Chef 21	

CANAL+ DOMO	CANAL+ DOMO
13.10 Pokochaj lub sprzedaj – Wielka Brytania 8	
14.05 Cudotwórcy – pod presją	
15.00 Po pierwsze lokalizacja! – Nowa Zelandia – dok.	
15.55 Makenkreacje 2 – mag.	
16.50 Gardeners' World 16	
18.00 Ucieczka na wieś 22 – dok.	
19.00 Wielkie projekty: nasza ulica 3 – serial dokumentalny	
20.00 Daleko od miasta 13 (1)	
21.00 Cudotwórcy: zakochaj się w swoim domu na nowo – serial dokumentalny	
21.55 Wielkie projekty: Australia 12 – serial dokum.	

SUPER POLSAT	SUPER POLSAT
11.30 Świat według Kiepskich (412-415) – serial kom., Polska	
13.30 Bitwa o palety	
14.25 Hell's Kitchen – Piekielna Kuchnia – reality show, Pol.	
16.00 Ninja Warrior Polska – reality show, Polska 2021	
17.55 Świat według Kiepskich (497, 498, 586, 587) – kom.	
20.00 Ziomiarze – serial dokum.	
21.05 Jeszcze większe dzieci	
FILM – komedia, USA 2013	
23.15 Inwazja: Bitwa o Los Angeles – film s.f., USA 2011	
1.30 Świat według Kiepskich (485-489) – serial kom., Polska	

TVP KOBIECI	TVP KOBIECI
13.55 Niedźwiedzie, niebezpieczne sąsiedztwo – film dokum.	
15.00 Rodzinka.pl (288) – kom.	
15.35 Ojciec Mateusz 10 (129, 130) – serial kryminalny	
17.30 Życie z nerwicą natęrców	
18.30 Lato z Radiem i Telewizją Polską – widowisko	
19.30 Miłość i nadzieja (357) – telenowela	
20.30 Wichrowe wzgórze (338)	
21.30 La Promesa – pałac tajemnic (312) – serial obycz.	
22.30 Greenland – dramat katastrof, USA/Wlk. Bryt. 2020	

PLANETE+	PLANETE+
14.50 Cieśniny. Między ładem a morzem – serial dokum.	
15.55 Piesze wędrówki po świecie – serial dokum.	
16.55 Świat z góry 10	
17.55 Dokąd dzisiaj? 4 – dok.	
18.15 Polska z góry: Blokowska	
19.10 Mam zamek 3	
19.40 Ikea. Apetyt na drzewa – film dokumentalny	
20.50 1312. Afryka odkrywa Amerykę – film dokum.	
22.00 Legendarne bitwy 2 – dok.	
23.00 Ekskluzywna szkoła dla lokajów – serial dokum.	
23.35 Sekta – serial dokumentalny	

TVP DOKUMENT	TVP DOKUMENT
14.55 Najwspanialsze ikony natury: Ziemia – serial dok.	
16.00 Turbulencje: Czy lot jest bezpieczny? – film dokum.	
17.00 Magiczny Adriatyk: Od Kotoru po Karaburun – dok.	
18.00 Sanatorium miłości 2	
19.00 Powrót – film dok., Pol. 2025	
20.00 Roland Garros. Kulisy turnieju (1) – film dokum., Fr.	
20.50 Niedźwiedzie, niebezpieczne sąsiedztwo – film dokum.	
22.00 Barbara Włodarczyk zaprasza – magazyn	
22.10 Kobieta w Kabulu – dok., Fr.	

TVP SPORT 7.15 Zużel: Drużynowe ME U-24 – Grudziądz 2026 9.30 Zużel – 2. runda w Górnym 11.30 Piłka nożna: PKO BP Ekstraklasa: Jagiellonia Białystok – Śląsk 13.35 Piłka nożna: STS Puchar Polski – podsumowanie 1. rundy 15.05 Piłka nożna – Mecz Jubileuszowy z okazji 110-lecia Legii Warszawa 16.45 Magazyn 2. ligi piłkarskiej – mag. 17.30 Betclit 1. Liga magazyn – magazyn piłkarski	EUROSPORT 1 6.00 Kolarstwo: Vuelta a Espana – 15. etap: Palma del Rio – Kordoba 8.30 FIA World Endurance Championship: Wycścig Lone Star Le Mans 12.30 Kolarstwo: Vuelta a Espana – etap: Vera – Calar Alto i Jaén 15.00 Tenis: Turniej US Open w Nowym Jorku – 4. runda 16.00 Tenis: Turniej US Open w Nowym Jorku – 4. runda 17.00 Tenis: Turniej US Open w Nowym Jorku – mecz 4. rundy (live)	POLSAT SPORT 1 6.00 Siatkówka kobiet: Mistrzostwa Europy 2026 8.30 Siatkówka mężczyzn – mecz towarzyski: Polska – Finlandia 11.00 Cafe Futbol – magazyn piłkarski Dziennikarze Polsatu Sport rozmawiają przy kawie ze swoimi gośćmi na tematy związane z ostatnimi wydarzeniami na piłkarskich boiskach. 12.30 Siatkówka kobiet: Mistrzostwa Europy 2026 15.00 Siatkówka kobiet: Mistrzostwa Europy 2026	TVP ABC 9.30 Domisie 10.20 Cześć, czy mogę Ci zjeść? 10.45 Bolek i Lolek 10.45 Reksio 11.05 Pająk Lucas 2 11.30 Pszczółka Maja 11.55 Strażak Sam 6 12.25 Domisie 13.00 Figu Migu na planecie Czocharas 13.20 Ptyś i Bill 2 13.50 Odo 14.05 Jak borsuk z lisem 2 14.45 Topo Gigio 15.10 Laboratorium alchemika	MINIMINI+ 7.33 Kicia Kocia 2 7.48 Kicia Kocia 8.30 Cloudy & Stormy 9.05 Bing 2 9.20 Bing 10.00 Pszczółka Maja 2 11.25 Bacne oczka 11.55 Marta mówi 12.50 Moje urodziny 12.59 Marta mówi 14.00 Basia 2 14.54 Basia 15.10 Kicia Kocia 15.55 Blaze i megamaszyny 3 17.20 Staś i fajna Babcia 17.50 Moje urodziny 17.57 Staś i fajna Babcia	TVN 24 8.00 Serwis informacyjny, Prognoza pogody 10.00 Serwis informacyjny, Prognoza pogody 11.00 Serwis informacyjny, Prognoza pogody 12.00 Serwis informacyjny, Prognoza pogody 14.00 Serwis informacyjny, Prognoza pogody 15.00 15 na żywo – mag. inf. 16.00 Fakty po południu 18.00 Tak jest – pr. publicyst. 19.15 Serwis informacyjny 19.30 Fakty po Faktach 20.00 Kropka nad i – pr. publ. 20.30 Czarno na białym
18.55 Piłka nożna: Betclit 1. Liga: Ruch Chorzów – Unia Skiermiewice (live) 21.00 Betclit 1. Liga magazyn 21.35 GOL – magazyn piłkarski 23.05 Sportowy wieczór 23.30 Piłka nożna kobiet: MS U-20 – Polska 2026: Polska – Argentyna 1.35 Boks: Gala w Tokio	19.30 Tenis: Turniej US Open w Nowym Jorku – mecz 4. rundy gry pojedynczej (live) 22.30 Tenis: Turniej US Open w Nowym Jorku – mecz 4. rundy (live) 0.45 Tenis: Turniej US Open w Nowym Jorku – mecz 4. rundy (live)	17.30 Siatkówka kobiet: Mistrzostwa Europy 2026 20.00 Siatkówka mężczyzn – mecz towarzyski: Polska – Finlandia 22.30 Siatkówka kobiet: Mistrzostwa Europy 2026 1.00 Boks	15.20 Al-chemik 15.45 Mała Marinette 16.10 Ropuch i przyjaciele 16.40 Rev i Roll 17.05 Kosmo-kumple 17.30 Super Wings: Przygody Superfotok 18.00 Aleja tajemnic 18.30 The Garfield Show 19.00 Belfort i Lupin	18.15 Leśna rodzina 18.40 Dora i przyjaciele 19.35 Kicia Kocia 2 20.25 Mały Charlie 21.36 Zouk 22.04 Trojaczki 22.42 Polly Pocket 6 23.21 Przyjaciel pies 0.10 Szmatkowe Królestwo 0.40 Dzielny Lew Eryk 7	21.00 Polska i świat 22.00 Szko kontaktowe 23.00 Dzień po dniu 0.25 Biznes – pr. publicyst. 0.45 Fakty po Faktach 1.20 Kropka nad i – pr. publ. 1.50 Tak jest – pr. publicyst. 2.50 Nowa Maja w ogrodzie 3.10 Akademia ogrodnika 3.20 Kropka nad i – pr. publ.
CANAL+ SPORT 9.00 Piłka nożna: Liga hiszpańska – mecz: Valencia CF – FC Barcelona 11.20 Piłka nożna: PKO BP Ekstraklasa: Jagiellonia – Śląsk 13.30 Sport+ 14.40 Liga+ Extra 16.45 Wysoki Pressing 18.30 Sport+ 19.30 Jej Wysokość Premier League 21.25 Piłka nożna: Liga hiszpańska – mecz: Elche CF – Real Sociedad (live) 23.35 Ekstraklasa po godzinach 0.45 Ligomistrzowe historie (3) 2.00 Piłka nożna: PKO BP Ekstraklasa – mecz: Cracovia – Górnik Zabrze	EUROSPORT 2 8.00 Motocross: MS w Afyonkarahisar – wycścigi w klasie MX2 i MXGP 11.00 Snooker: Turniej British Open – mecz finałowy 14.00 Snooker: Turniej English Open – 1. dzień (live) 17.00 Tenis: Turniej US Open w Nowym Jorku – mecz 4. rundy (live) 19.00 Tenis: Turniej US Open w Nowym Jorku – mecz 4. rundy (live) 22.00 Tenis: Turniej US Open w Nowym Jorku – mecz 4. rundy (live) 1.00 Tenis: Turniej US Open w Nowym Jorku – mecz 4. rundy (live)	POLSAT SPORT 2 11.00 Piłka nożna: Liga włoska – mecz: Juventus FC – Milan 13.00 Piłka ręczna mężczyzn: ORLEN Superliga: Corotop Gwardia Opole – Ostrowia 15.00 Piłka nożna: Liga szkocka – mecz: St. Mirren FC – Celtic 17.00 Piłka ręczna mężczyzn: ORLEN Superliga: WKS Śląsk Wrocław – Piotrkowianin 19.00 Piłka nożna: Liga saudyjska: Al-Hithad SAC – Al-Nassr FC 21.00 Magazyn ligi holenderskiej 21.30 Lekkoatletyka: Diamantowa Liga w Brukseli 23.30 Piłka nożna: Liga holenderska 1.30 Sporty walki: FEN	NICKELODEON 8.10 Sonic Prime 8.40 Harmidom 3 10.05 SpongeBob 10.35 SpongeBob 11.30 SpongeBob 11.50 Kanciatoperty 10 12.20 Kanciatoperty 9 12.50 Kanciatoperty 14 13.20 Kanciatoperty 15 13.50 SpongeBob 14.20 SpongeBob 15.20 Kanciatoperty 15 15.35 Harmidom 2 16.00 Patryk Rozgwiezda Show	TELETOON+ 8.20 Kumple z dżungli – na ratunek! 8.47 Gadający Tom i przyjaciele 3 9.25 Było sobie życie 9.55 Ki i Hi w Królestwie Pandy 10.24 Angełko rzadzi 10.49 Siostry 2 11.22 Polly Pocket 6 12.16 Charlotte i trzy muszkieterki 12.45 Kumple z dżungli na ratunek! 3 13.13 Kumple z dżungli na ratunek! 3 13.39 Polly Pocket 6 14.22 Dinuś i Lusja 14.50 Siostry 3 15.19 Polly Pocket 6	TVP info_ 15.30 Serwis Info Dzień 15.45 Panorama 16.00 Dzień w godzinie 17.00 Telexpress 17.15 Telexpress Extra 17.35 Panorama 17.42 Wykrywacz kłamstw 18.00 Panorama 18.30 Kontrapunkt 19.30 Program informacyjny 19.30 20.18 Bez retuszu 21.00 Kwiatki polskie 21.45 Panorama 22.10 Oko na świat 22.30 Program informacyjny 19.30 22.45 112. Magazyn kryminalny 23.00 Wydarzy się jutro
CANAL+ SPORT 2 8.20 Padel: Turniej Premier Padel w Madrycie – mecz finałowy kobiet i mecz finałowy mężczyzn 13.00 Tenis: Turniej WTA w Monterrey 15.15 Tenis: Turniej WTA w Monterrey – finał gry pojedynczej 18.00 Tenis: Turniej WTA w Toronto: Marta Kostjuk – Iga Świątek 21.00 Tenis: Turniej WTA w Toronto: Diana Sznaider – Iga Świątek 22.45 Tenis: Turniej WTA w Monterrey: Camila Osorio – Ann Li 1.00 8 wspaniałych (2) 2.00 Piłka nożna: PKO BP Ekstraklasa – mecz: Piast Gliwice – GKS Katowice	ELEVEN SPORTS 1 11.00 Formuła 3: Grand Prix Włoch 12.30 Formuła 2: Grand Prix Włoch 14.00 Formuła 1: Grand Prix Włoch 16.00 Ligue 1 (3) 16.40 Bundesliga (2) 17.20 Serie A (3) 17.55 Piłka nożna: Liga włoska – mecz: Cagliari Calcio – US Lecce (live) 20.00 Formuła 1: Grand Prix Włoch 20.40 Piłka nożna: Liga włoska: Udinese Calcio – Lazio (live) 22.55 Eleven Top Goals 23.55 Eleven Go Live 1.15 Bundesliga Clubs 1.35 Bundesliga Clubs 2.00 Piłka nożna: Liga włoska – mecz: Genoa – Como 1907	POLSAT SPORT 3 6.00 Siatkówka kobiet: Mistrzostwa Europy 2026 8.30 Piłka nożna: Liga saudyjska – mecz: Al-Hithad SAC – Al-Nassr FC 11.00 Lekkoatletyka: Diamantowa Liga w Brukseli 13.00 Siatkówka kobiet: ME 2026 15.00 Siatkówka kobiet: ME 2026 17.00 Piłka nożna: Liga holenderska 19.00 Piłka ręczna mężczyzn: ORLEN Superliga – mecz: WKS Śląsk Wrocław – Piotrkowianin 21.00 Siatkówka kobiet: ME 2026 23.00 Handball Arena 0.00 Siatkówka kobiet: ME 2026 2.00 Sporty walki: Babilon MMA	NICK JR. 8.10 Świnka Peppa 8.25 Pan Krokodyl 8.55 Barbapapa i jego rodzinka 9.25 Barbapapa – szczęśliwa rodzinka 9.45 Tim Rex wśród gwiazd 10.35 Świnka Peppa 5 10.50 Santiago z móż 11.20 Dora 5 11.50 Zwierzęce zagadki 12.20 Rubble i jego ekipa 3 12.50 Psi Patrol 3 13.35 Świnka Peppa 8 13.50 Barbapapa i jego rodzinka 14.20 Barbapapa i jego rodzinka 2 14.40 Rogata ekipa 4 16.15 Świnka Peppa	DISNEY JUNIOR 8.00 Spidey i superkumple 2 8.30 Jej Wysokość Zosia: Królewska Szkoła Magii 9.00 Klub Myszki Miki Plus 10.00 Blue 2 11.00 Jej Wysokość Zosia: Królewska Szkoła Magii 11.30 Psia Brygada 2 12.00 Spidey i superkumple 2 12.30 Blue 3 13.30 Klub Myszki Miki Plus 14.00 Superkoty 2 14.30 Jej Wysokość Zosia: Królewska Szkoła Magii 15.00 Iron Man i super ekipa 15.30 Spidey i superkumple 2 16.00 Blue 3 17.00 Klub Myszki Miki Plus	POLSAT NEWS 8.00 Nowy dzień 10.00 W rytmie dnia 12.50 Wydarzenia 12:50 13.30 W rytmie dnia 15.30 Sport 15.50 Wydarzenia 15:50 16.30 Punkt widzenia Jankowskiego 18.00 Najważniejsze pytania 19.15 Gość „Wydarzeń” 19.50 Debata Gozdry 21.50 Wydarzenia wieczorne 22.30 Dzień na świecie 23.30 Obraz dnia 0.00 Najważniejsze pytania 1.25 Punkt widzenia Jankowskiego 2.40 Wydarzenia wieczorne
CANAL+ SPORT 5 10.15 Zużel: PGE Ekstraklasa: FOGO Unia Leszno – Sparta 13.15 Ligomistrzowe historie (1) 14.00 Zużel: PGE Ekstraklasa: ORLEN OL Motor Lublin – KS Toruń 16.50 Klich. Poza schematem (3) 17.25 Piłka nożna: PKO BP Ekstraklasa – mecz: Wierzytka – KGHM Zagłębie Lubin (live) 20.30 Strongman: Puchar Polski – Kolo 2026 21.30 Magazyn Metalkas 2. Ekstraklasa 22.30 Ekstraklasa po godzinach 23.40 Jej Wysokość Premier League	ELEVEN SPORTS 2 12.00 Piłka nożna: Liga niemiecka: TSG 1899 Hoffenheim – BVB 14.00 Piłka nożna: Liga włoska – mecz: Juventus FC – Milan 16.00 Piłka nożna: Liga niemiecka: FC Schalke 04 – Bayern 18.00 Formuła 1: Grand Prix Włoch 20.00 Piłka nożna: Liga włoska – mecz: Genoa – Como 1907 22.00 Ligue 1 (3) 22.35 Serie A (3) 23.10 Bundesliga (2) 23.45 Bundesliga Clubs 0.00 Piłka nożna: Liga francuska – mecz: RC Lens – FC Lorient 2.00 Werder Double – film dok.	POLSAT PLAY 6.00 Budowlanek 6.30 Kolowrotek 7.00 Dorwać tuńczyka 9.00 Wojny magazynowe 15 10.00 Wojny kontenerowe 11.00 Hardkorowy lombard 14.00 Polacy za granicą 16.00 Złomiarze 18.05 Poszukiwacze historii – serial dokumentalny 20.00 Złomiarze – serial dokumentalny 22.00 Sily specjalne – Polska – reality show 1.05 Łowca pedofilów 4.00 Starożytni kosmici	TVN TURBO 11.15 Złomowisko PL 10 12.15 Naprawy nie do naprawy 13.00 Zawodowi handlarze 14.30 Wojny samochodowe 16.30 Jedździ, obserwować 18.00 Raport Turbo 18.15 Wojny samochodowe 20.15 Ciezarówka przez pół Świata 21.15 Moto Kombat 22.00 Raport Turbo 22.15 Duda kontra Szafranski 23.00 Jedździ, obserwować 23.45 Naprawy nie do naprawy 1.10 Zawodowi handlarze 1.55 Megatransporty	TVS 15.45 Doktor z alpejskiej wioski – nowy rozdział 16.50 Wydział kryminalny Kitzbühel 17.50 Doktor z alpejskiej wioski – nowy rozdział 18.50 Doktor Kleist – lekarz rodzinny 19.50 Kino TVS: Rosamunde Pilcher: W blasku ognia – film obyczajowy, Niem. 2000 21.50 Kino TVS: Rosamunde Pilcher: Dopóki jestes – obycz., Niemcy/Austria 2004 23.35 Doktor z alpejskiej wioski – nowy rozdział	TV TRWAM 16.10 Sanktuaria polskie 16.30 Porady medyczne bonifratrów 17.00 Świadkowie 17.30 Spotkanie Rodziny Radia Maryja 20.00 Informacje dnia 20.20 Różaniec 20.50 Kartka z kalendarza – powstanie warszawskie 21.00 Apel Jasnogórski 21.20 Informacje dnia 21.40 Polski punkt widzenia 22.00 Głos serca 22.45 Z wędka nad wodę w Polskę i świat

FILMOWI PSYCHOPACI

Przerażają i... fascynują

Zwykle wyglądają całkiem zwyczajnie. Potrafią być mili, a nawet ujmujący. Ale to tylko pozory. Ich mroczna strona, nad którą nie chcą lub nie potrafią zapanować, popycha ich do strasznych czynów. A wtedy trup ściele się gęsto!



➔ **CZERWONY SMOK WT 8.09**
godz. 20.00 STOPKLATKA

PSYCHOZA (1960)



– Praca nad tym filmem była jednym z najszcześniejszych doświadczeń filmowych w moim życiu – opowiadał w wywiadzie Anthony Perkins, odtwórca roli psychopatycznego Normana Batesa. – Świetnie bawiliśmy się podczas kręcenia, nie zdając sobie sprawy, jakie wrażenie efekt naszej pracy zrobi na widzach. A to było ogromne. Na niektórych pokazach musiała interweniować policja, ponieważ część ludzi biegła w panice po salach kinowych. Zdarzały się też omdlenia...

➔ **PRIME VIDEO**

FATALNE ZAUCROCZENIE (1987)



Glenn Close, wcielając się w rolę psychopatki, która nie chce się pogodzić z zakończeniem romansu, sporo wycierpiała na planie. Podczas kręcenia jednej z końcowych scen doznała wstrząsu mózgu po uderzeniu głową o lustro. Nabawiła się też infekcji oczu i ucha w wyniku wielokrotnego zanurzania w wannie wypełnionej wodą. A gdy z powodu kontuzji odwiedziła szpital, dowiedziała się, że jest w ciąży!

➔ **SKYSHOWTIME**



PRZYŁADEK STRACHU (1991) Podobno akcent, z jakim Robert De Niro mówił jako Max Cady, wywoływał dreszcze u reżysera Martina Scorsese. Aktor to wykorzystywał, dzwoniąc do posiadłości filmowca i zostawiając mu wiadomości nagrywane głosem swojego bohatera... Ale akcent to nie wszystko. De Niro zapłacił dentyście 5000 dolarów za to, by na potrzeby roli Maxa Cady'ego jego zęby wyglądały gorzej. Po zakończeniu zdjęć zapłacił kolejne 20 000 dolarów za ich naprawę...

➔ **SKYSHOWTIME**

TO NIE JEST KRAJ DLA STARYCH LUDZI (2007)



Zespół psychiatrów pod kierunkiem dr. Samuela Leistedta przeanalizował w 2018 roku 400 filmów i zidentyfikował w nich 126 postaci psychopatów. W podsumowaniu uznali, że Anton Chigurh, którego zagra Javier Bardem, jest najbardziej trafnym klinicznie portretem psychopaty. A podobno, gdy bracia Coen opowiedzieli Bardemowi o tej roli, aktor miał skomentować: „Nie jeżdżę samochodem, mówię słabo po angielsku i nienawidzę przemocy”. Ale przyjął propozycję, bo zawsze chciał zagrać u utalentowanych Amerykanów.

➔ **PLAYER**

KEVIN SAM W DOMU

Niespodziewany zysk

➔ KEVIN SAM W DOMU

WT 8.09 godz. 20.35 POLSAT

Kiedy John Hughes pisał scenariusz tej komedii, od początku w roli Kevina widział 9-letniego Macaulaya Culkina. Chłopiec miał już wtedy spore doświadczenie aktorskie, a na planie zachowywał się tak profesjonalnie, że zadziwiał starszych kolegów. – Mac nie jest dziewięciolatkiem. To staruszek – żartował

Joe Pesci. Aktor, który grał włamywacza i prześladowcę filmowego Kevina, na planie starał się unikać Culkina, by ten myślał, że naprawdę jest podły. Zresztą Pesci, podobnie jak „współwłamywacz” Daniel Stern, nie wierzyli, że film odniesie jakikolwiek sukces. Tymczasem „Kevin sam w domu” przy budżecie 18 mln dolarów zarobił... ponad 477 mln!

EGP



Przemocowy
Kalski nie
wpuści żony
do domu.

NA WSPÓLNEJ

Domowe piekło

➔ NA WSPÓLNEJ WT 8.09
godz. 20.15 TVN

Wypadek, jaki będzie miała Ewelina (Marta Malikowska), spowoduje kolejny wybuch agresji jej męża. Gdy Kalski (Michał Sitarski) dowie się, że żona uszkodziła samochód, zacznie ją publicznie poniżać i szarpać za włosy. Zrozpaczona Ewelina jakiś czas później zadzwoni do Weroniki

(Renata Dancewicz), prosząc o spotkanie. Roztrocka od razu wyczuje, że wydarzyło się coś złego. Podczas spaceru Kalska w końcu zbierze się na odwagę i wyzna Weronice część prawdy. Nie będzie miała pojęcia, że prawdziwy horror dopiero się zacznie. Kiedy wróci do domu, Greg oznajmi jej, że nie wejdzie do środka – noc ma spędzić pod drzwiami.

JP



Jako że był nieletni,
Macaulay Culkin
mógł pracować tylko
5 godzin dziennie.

złącze wyko- nane palnikiem	▼	boży posłaniec	▼	kształt jajka	▼	grecka bogini zwycięs- twa	wzywały rycerstwo na wojnę	▼	pierwia- stek, l.at. 13	▼	ma niski poziom hemo- globiny	▼	arogancja	▼	głos Jana Kiepury
Antoni ..., „Papusza”	▶		▼						goniec w szachach	▶					
		7			jeździec- two		może się przebrać	▶	... East- wood, „Gran Torino”				platforma na towary		inwesty- cja
... Lerska						4		▼	u pod- nóża Wezu- wiusza	▶					
Roman „Zakłète rewiry”	▶	spiekota		„kropka” w pacierzu		punktowany zestaw zadań		łóżko rozpięte między drzewami	▼	... Komo- rowska, aktorka		rumuński dżip	▶		2
	▶		▼		matą judoki	▶				3		skorupiak ze szczyp- cami		plemię	
górna granica		rozbraja ładunki wybucho- we	▶					skumbria	▶						
	▶				1	krawędź	▶				argument nie do zbicia	▶			
Salma ..., „Frida”		produkt z ropy	▶					niewielki wodo- spad	▶						5

1	2	3	4	5	6	7
---	---	---	---	---	---	---

Wpisz
rozwiązanie

CHWILA NA RELAKS

TVP 1

- 4.35 Wykrywacz kłamstw** – pr. publicyst., Pol. 2025-2026
- 4.50 Pytanie dnia** – program publicystyczny, Polska 2026
- 5.15 Reporterzy** – magazyn reporterów
- 5.25 Oko na świat** – magazyn, Polska 2024-2026
- 5.45 Akacyjowa 38** (934) – telenowela, Hiszpania 2018
- 7.00 Transmisja mszy świętej z Sanktuarium Matki Bożej na Jasnej Górze**
- 7.30 Kościół z bliska** – magazyn religijny, Polska 2012-2026
- 8.00 Serwis Info** – program informacyjny, Polska
- 8.10 Pogoda Info**
- 8.25 Zaraz wracam 2** (135) – serial obyczajowy, Polska 2025
- 9.05 Ranczo 10** (129) – serial obyczajowy, Polska 2016
- 10.00 Komisarz Alex 25** (312) – serial kryminalny, Pol. 2026
- 11.00 Ojciec Mateusz 20** (255) – serial kryminalny, Pol. 2018
- 12.00 Serwis Info** – program informacyjny, Polska
- 12.10 Agrobiznes** – magazyn rolniczy
- 12.30 Agropogoda**
- 12.35 Magazyn rolniczy**
- 12.50 Natura w Jedynce: Dwa pingwiny** – film dokumentalny, Hiszp. 2025(patrz obok)
- 14.00 Splątane losy** (40) – serial obyczajowy, Turcja 2024
- 15.00 Serwis Info** – program informacyjny, Polska
- 15.10 Reporterzy** – magazyn reporterów
- 15.35 Gra słów. Krzyżówka** – teleturniej, Polska 2019-2026
- 16.00 Dziedzictwo** (1024) – serial obyczajowy, Turcja 2020
- 17.00 Teleexpress, Pogoda**
- 17.25 Jaka to melodia?** – teleturniej muzyczny
- 18.05 Klan** (4728) – telenowela, Polska 2026
- 18.40 Akacyjowa 38** (951) – telenowela, Hiszpania 2018
- 19.30 Program informacyjny 19.30**
- 19.55 Pytanie dnia** – program publicystyczny, Polska 2026



12.50 DOKUMENT

Dwa pingwiny

Losy pingwinów maskowych, które próbują wychować dwa pisklęta – Pierwszego i Drugiego. Na Antarktydzie, w jednym z najbardziej surowych miejsc na Ziemi, rodzice muszą wykazać się wytrzymałością i odwagą, by zapewnić młodym przetrwanie. **70 min**



20.30 OBYCZAJOWY

Felicità (2)

Zośka (Laura Breszka, zdj.) stara się odkryć prawdę o tajemniczym romansie swojego męża. Tymczasem Oliwia (Klementyna Karnkowska, zdj.) jest podekscytowana na myśl o spotkaniu z matką przyrodniego brata. Niespodziewane zdarzenie, a także znany gest odśladania przed nią prawdę. **35 min**

TVP 2

- 4.35 Na dobre i na złe** (930) – serial obyczajowy, Polska 2024
- 5.35 M jak miłość** (1833) – serial obyczajowy, Polska 2024
- 6.25 Po naszymu** – reportaż, Polska 2026
- 6.50 Barwy szczęścia** (3392) – serial obyczajowy, Polska 2026
- 7.30 Pytanie na śniadanie – pobudka** – magazyn, Polska 2026
- 7.55 Pytanie na śniadanie**
- 11.45 Rosół polski** (37) – magazyn kulinarny, Polska 2026
- Agnieszka Kraszewska i Aleksander Baron poszukują źródeł dawnych zwyczajów kulinarnych. Spróbują zdefiniować specyfikę rodzimej kuchni. Ustalą, co pozostało, a co zmieniło w recepturach. **40 min**
- 12.25 Koło fortuny** – teleturniej, Polska 2026
- 13.15 Panna młoda** (191) – serial obyczajowy, Turcja 2024
- 14.05 Va banque** – teleturniej, Polska
- 14.35 Na sygnale** (915) – serial fabularno-dokumentalny, Pol.
- 15.05 La Promesa – pałac tajemnic** (472) – serial obyczajowy, Hiszpania 2024
- Zgodnie z wolą hrabiego Margarita wywozi córkę do sanatorium. Lope i Vera spędzają ze sobą coraz więcej czasu, co budzi zazdrość Santosa. W pałacu pojawia się Adriano, który odwiedza Catalinę. **55 min**
- 16.00 Koło fortuny** – teleturniej, Polska 2026
- 16.35 Familiada** – teleturniej
- 17.20 Panna młoda** (192) – serial obyczajowy, Turcja 2024
- Mukadder odkrywa, że Derya knuje podstęp. Hancer i Cihan przeszkukują komputer. Trafiają na wiadomości Yasemin. Hilal zabiega o Yigita. **55 min**
- 18.15 Va banque** – teleturniej, Polska
- 18.50 Jeden z dziesięciu** – teleturniej
- 19.25 Barwy szczęścia** (3392) – serial obyczajowy, Polska 2026



20.05 OBYCZAJOWY

Barwy szczęścia (3393)

Mariusz (Rafał Cieszyński, zdj.) dalej szuka pieniędzy na rekultywację skażonych terenów i rozważa sprzedaż części gruntów. Tolek dostaje z sądu zawiadomienie o terminie rozprawy rozwodowej. Rawiczowa wynajmuje mieszkanie od Jaworskiego. **35 min**



22.20 OBYCZAJOWY

Berlin Ku'damm 77 (19)

Friederike, córka Helgi i Wolfganga, chce wstąpić do policji, czemu matka stanowczo się sprzeciwia. Dorli pod okiem Moniki rozwija karierę tancerz. Sytuacja rodziny się komplikuje, gdy Fundacja Restytucji Żydowskiego Mienia domaga się zwrotu nieruchomości przy Kurfürstendamm. **60 min**

- 20.05 Barwy szczęścia** (3393) – serial obyczajowy, Polska 2026 (patrz obok)
- 20.40 Kulisy serialu „M jak miłość”** – cykl fel., Polska
- 20.50 M jak miłość** (1938) – serial obyczajowy, Polska 2026
- 21.50 Na sygnale** (917) – serial fabularno-dokumentalny, Pol.
- 22.20 Berlin Ku'damm 77** (19) – serial obyczajowy, Niemcy 2025 (patrz obok)
- 23.20 Jak najdalej stąd** – komediodramat, Polska/Irlandia 2020, reż. Piotr Domalewski, wyk. Zofia Stafiej, Kinga Preis, Arkadiusz Jakubik, Dawid Tulej (patrz obok)
- 1.00 Siedmiu wspaniałych** – western, USA/Australia 2016, reż. Antoine Fuqua
- 3.20 Siła kłamstwa** – film dok., Norwegia 2024 **4.15**

POLSAT

- 4.40 Disco Gramy** – program muzyczny, Polska 2026
- 5.25 Telezakupy TV Okazje**
- 6.00 Nowy dzień** – program informacyjny
- 9.10 Malanowski i partnerzy** (426): Zabójcze telefony – serial fab.-dokumentalny, Polska 2012
- 9.40 Wypasiona kuchnia** (5) – program rozrywk., Pol. 2026
- 9.45 Malanowski i partnerzy** (427): Szczęśliwa rodzina – serial fab.-dokumentalny, Polska 2012
- 10.15 Dlaczego ja?** (1344, 1345) – serial paradokumentalny, Polska 2024
- 12.20 Gliniarze. Śląsk** (6): Pieniądze to nie wszystko – serial kryminalny, Polska 2026
- 13.20 Gliniarze** (954, 955): Trudna sytuacja; To nie koniec – serial paradokumentalny, Polska 2024
- 15.30 Wydarzenia 24**
- 15.50 Pogoda**
- 15.55 Gliniarze** (1222): Biznes to biznes – serial paradokumentalny, Pol. 2026 (patrz obok)
- 16.55 Gliniarze. Śląsk** (7): Milczenie jest złotem – serial kryminalny, Polska 2026
- Po meczu lokalnej drużyny Sandra Kipiel zostaje zgwałcona. Świadek zdarzenia wskazuje jako sprawców członków konkurencyjnej bojówki kibiców. Gutek i Igor rozpoczynają śledztwo. **65 min**
- 18.00 Pierwsza miłość** (4243) – serial obyczajowy, Polska 2026
- Marysia znajduje wytchnienie w leśnym hoteliku. Receptjonista Arek zaczyna flirtować z towarzyszącą jej Kingą. Proponuje im wspólną wyprawę. **50 min**
- 18.50 Wydarzenia**
- 19.15 Gość „Wydarzeń”** – program publicystyczny
- 19.25 Wypasiona kuchnia** (9) – program rozrywk., Pol. 2026
- 19.35 Sport, Pogoda**
- 19.55 Milionerzy** – teleturniej, Polska 2026



15.55 PARADOKUM.

Gliniarze (1222)

Śledczy wyjaśniają okoliczności napadów na kobiety. Poszkodowana jednak nie chce współpracować z policją. Roksa na próbie przekonać ją do złożenia zeznań. Tropy prowadzą funkcjonariuszy do portalu erotycznego, gdzie odwiadują się o używaniu środków odurzających. **60 min**



20.35 KOMEDIA

Kevin sam w domu

McCallisterowie wybierają się na święta do Paryża. Zapominają zabrać ze sobą 8-letniego Kevin (Macaulay Culkin, zdj.). Chłopiec jest zadowolony, że wreszcie może robić to, na co ma ochotę. Niebawem odkrywa, że jego dom chcą obrabować złodzieje. Postanawia pokrzyżować im plany. **135 min**

- 20.10 Sport, Pogoda**
- 20.30 Felicità** (2) – serial obyczajowy, Polska/Włochy 2026 (patrz obok)
- 21.05 Sekielski wieczorową porą** – program publicystyczny, Polska 2025-2026
- 22.10 FILM**
- Ludzie miasta** – dramat sensacyjny, USA 1996, reż. Harold Becker, wyk. Al Pacino, John Cusack, Bridget Fonda, Danny Aiello (patrz obok)
- 0.10 FILM**
- Matki równoległe** – dramat obyczajowy, Francja/Hiszpania 2021, reż. Pedro Almodóvar, wyk. Penélope Cruz, Milena Smit, Israel Elejale, Aitana Sánchez-Gijón
- 2.20 Film dokumentalny**
- 3.20 Sekielski wieczorową porą** – program publicystyczny, Polska 2025-2026 **4.10**



22.10 DRAM. SENS.

Ludzie miasta

Nowy Jork. Podczas strzelaniny ginie chłopiec. Kevin Calhoun, współpracownik burmistrza Johna Pappasa (Al Pacino, zdj.), rozpoczyna w tej sprawie śledztwo. Wpada na trop afery korupcyjnej. **120 min**

- 20.35 Kevin sam w domu** – komedia, USA 1990, reż. Chris Columbus, wyk. Macaulay Culkin, Joe Pesci, Daniel Stern, John Heard (patrz obok)
- Familijna produkcja, która cieszy się mianem dzieła kultowego. Film otrzymał dwie nominacje do Oscara – za muzykę oraz piosenkę Johna Williamsa „Somewhere in My Memory”. **135 min**
- 22.50 FILM**
- Szybcy i wściekli 5** – film sensacyjny, USA 2011, reż. Justin Lin, wyk. Vin Diesel, Paul Walker, Dwayne Johnson, Jordana Brewster (patrz obok)
- 1.40 FILM**
- Ucieczka z piekła** – thriller, USA/Tajlandia 2015, reż. John Erick Dowdle, wyk. Owen Wilson, Lake Bell
- 3.55 Ewa gotuje** (569) – magazyn kulinarny, Polska 2026



22.50 SENSACYJNY

Szybcy i wściekli 5

Dominic (Vin Diesel) i Brian (Paul Walker, zdj.) udają się do Brazylii. Ich tropem podąża agent Hobbs. Aby zapewnić sobie dostatnie życie, przyjaciele postanawiają obrabować narkotykowego bossa. **170 min**



5.40 Uwaga! – magazyn reporterów

5.55 Ukryta prawda (1469) – serial paradokumentalny, Polska 2023
Jadwiga dowiadyuje się, że jej przyjaciółka Patrycja planuje ślub z niedawno poznanym Rafałem. Nie ufa mężczyźnie. Kilka tygodni po ceremonii Patrycja umiera. Koleżanka zaczyna śledztwo. **55 min**

6.50 Kuchenne rewolucje (1) – program rozrywkowy, Pol. 2023

7.45 Dzień Dobry TVN – magazyn

11.20 Doradca smaku (6) – magazyn kulinarny, Polska 2026

11.30 Kuchenne rewolucje (5, 4) – program rozrywkowy, Pol. W Zakęcie przyjaciele Georgi i Vasyli prowadzą restaurację Sakartvelo. Zatrudnili kucharzy prosto z Gruzji. Mimo dużego wysiłku wielu osób lokal jest pusty i trzeba do niego dopłacać. **130 min**

13.40 Ukryta prawda (1608, 1609, 1755) – serial paradokumentalny, Polska Wiktoria prowadzi hostel. Pewnego dnia przychodzi do niej zdenerwowana influencerka. Ktoś nagry ją w pokoju ukrytą kamerką podczas seksu, a teraz grozi, że film trafi do internetu. **190 min**

16.50 Szpital św. Anny (136) – serial obyczajowy, Polska 2026
Kaja przyjmuje mężczyznę z podejrzeniem zawału. Rodzina, która miała świętować z nim i jego żoną złote goody, zjawia się na oddziale. Pod opiekę Kaśki trafia wiotki i niepełnosprawny chłopiec. **65 min**

17.55 Detektywi (337) – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2026 (patrz obok)

19.00 Fakty

19.35 Sport

19.40 Raport US Open (10) – magazyn sportowy, Polska 2026

19.45 Pogoda

19.55 Uwaga! – magazyn reporterów

20.15 Na Wspólnej (4273) – serial obyczajowy, Polska 2026 (patrz obok)

20.50 The Floor – teleturniej, Polska 2026

21.30 Kuba Wojewódzki (2) – talk-show, Polska 2026 (patrz obok)

22.45 Bohemian Rhapsody – dramat biograficzny, Wielka Brytania/USA 2018, reż. Bryan Singer

1.25 Superwizjer – magazyn reporterów, 2026

2.00 Uwaga! – magazyn reporterów

2.20 CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 10 (4) – serial kryminalny, USA/Kanada 2009

3.20 Młode giny (4) – serial kryminalny, Polska 2026

4.25 Nauka jazdy 5 (27) – pr. rozrywkowy, Polska 2022

5.00 Zamieszkać na plaży 5 (4) – program rozrywkowy, USA



17.55 FAB.-DOKUM.

Detektywi (337)
Ginie 45-letni mistrz Polski w boksie. Do śledztwa włączają się detektywi Maja Korczyk i Maciej Dębosz (zdj.), bo ofiara to biologiczny ojciec ich 20-letniego klienta. Dębosz jedzie na miejsce zbrodni. Wychodzi na jaw, że chłopak zniknął. Maciej rusza jego tropem. **65 min**



20.15 OBYCZAJOWY

Na Wspólnej (4273)
Żona Grega (Marta Malikowska, zdj.) wyznaje Roztockiej, że jest całkowicie zależna od męża (Michał SitarSKI, zdj.). Smolny nachodzi Sławka z nadzieją na wieści o Basi. Iga informuje o znalezionych w parku zwłokach. Wódek wyznaje Hofferom, że nie potrafi prowadzić baru bez Marii. Otuchy dodaje mu Dorota. **35 min**



21.30 TALK-SHOW

Kuba Wojewódzki (2)
Na kanapie dziennikarza pojawiają się bohaterowie najgłośniejszych wydarzeń ostatnich miesięcy. Spotkania te przyniosą szczerą wyznania, a także nieoczekiwane wpadki. **75 min**



6.00 Policjanci z Miami 5 (2, 3):
Odkupienie we krwi; Ciemności nocy – serial kryminalny, USA 1988

8.00 Kobra – oddział specjalny (4, 5): Fatalna noc; Sanitariusz – serial sensacyjny, Niemcy 2019

10.00 Zaklinaczka duchów 5 (86) – serial fantasy, USA 2009-2010

11.00 Kotka (25) – telenowela, Meksyk 2014
Rita jest wściekła, że Esmeralda nie odwiedziła jej, gdy przyszła do slumsów. Kiedy zauważa ją z Felą, uświadamia sobie, że to jej matka. **60 min**

12.00 Nie igraj z aniołem (156) – serial obyczajowy, Meksyk 2008
Marichuy domyśla się, że byłby może próbował się z nią skontaktować. Beatriz i Eduardo zamierzają szybko wziąć ślub. Dr Duran proponuje Juanowi Miguelowi asystowanie przy kolejnym zabiegu. **60 min**

13.00 Wspaniałe stulecie (90) – serial kostiumowy, Turcja 2012-2013

14.00 Kurierzy 2 (75) – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2023

15.00 Lombard. Życie pod zastaw 14 (732, 733) – serial obyczajowy, Polska 2024
Policjant Waldemar Śmietana został zawieszony. Szuka pocieszenia w alkoholu. Żona go opuszcza. Śmietana udaje się do lombardu, by zastawić zegarek i obrączkę. **120 min**

17.00 Kurierzy 2 (76) – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2023 (patrz obok)

18.00 Lombard. Życie pod zastaw 19 (1015, 1016) – serial obyczajowy, Polska 2026
Ireneusz jest dawcą nasienia. Nie interesuje się losem dzieci do chwili, gdy pewnego dnia Hania dzwoni z informacją, że tylko on może uratować życie ich córce. Strażnicy tymczasem badają przyczynę pożaru lombardu. **120 min**

20.00 Trefny wóz – film sensacyjny, USA 2012, reż. Mukunda Michael Dewil, wyk. Paul Walker, Gys De Villiers, Naima McLean, Leyla Haidarian (patrz obok)

21.50 Godziny: Wyścig z czasem – dramat obyczajowy, USA 2013, reż. Eric Heisserer, wyk. Paul Walker, Nancy Nave

23.50 Żywiol. Deepwater Horizon – dramat katastroficzny, Hongkong/USA 2016, reż. Peter Berg, wyk. Mark Wahlberg, Kurt Russell, Douglas M. Griffin, James DuMont (patrz obok)

2.00 Dzielnica strachu 10 (467):
Trudny przypadek – serial kryminalny, Polska 2025-2026

3.00 Lombard. Życie pod zastaw 19 (1011) – serial obyczajowy, Polska 2026

4.00 Zobacz to!



17.00 FAB.-DOKUM.

Kurierzy 2 (76)
Roman (Marcin Borhardt, zdj.) dostarcza przesyłki dwóm klientom salonu fryzjerskiego U Agaty, Hani i Zanecie. Panie się przyjaźnią i jednakowo narzekają na swoich partnerów. Pierwsza uważa, że jej małżeństwo jest nudne. Druga ma problem z nieodezwanym kochankiem. **60 min**



20.00 SENSACYJNY

Trefny wóz
Amerykanin Michael Woods (Paul Walker, zdj.) przyjeżdża do RPA na spotkanie z żoną. Wypożycza samochód, lecz przez pomyłkę wsiada do innego auta. Wplątuje się w kryminalną intrygę z udziałem tajemniczej kobiety (Naima McLean), która ma zeznawać w sprawie korupcji na najwyższych szczeblach władzy. **110 min**



23.50 DRAMAT

Żywiol. Deepwater Horizon
Harrell (Kurt Russell) i Williams (Mark Wahlberg, zdj.) przybywają na platformę wiertniczą, by nadzorować rozruch wydobycia ropy. Wkrótce dochodzi do awarii, która skutkuje pożarem. **130 min**



5.20 Ten moment (37) – serial paradokumentalny, Polska 2015-2016

5.55 Szkoła (433-435) – serial paradokumentalny, Polska

8.45 Ukryta prawda (1380, 1529, 1530) – serial paradokumentalny, Polska

11.50 W-11 – Wydział Śledczy (667-669) – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2010

13.55 Detektywi (121): Dzik – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2024
Młoda kobieta zgłasza zaginięcie ojca. Senior nie cieszy się dobrą opinią w swojej okolicy, ponieważ donosi na sąsiadów policji i gromadzi kompromitujące informacje na ich temat. **65 min**

15.00 Szpital (866, 867) – serial paradokumentalny, Polska 2018
Doktor Morawski pomaga bezdomnemu, którego pobili chuligani. Mężczyzna zostawił rodzinę dla kochanki, a jakiś czas później uległ poważnemu wypadkowi. Odkąd stracił pamięć, żyje na ulicy. Rozpoznaje go syn. **120 min**

17.00 Sędzia Anna Maria Wesołowska (549):
Casino – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2011
Hazardzista jest oskarżony o zabójstwo Maksymiliana Zimmermana. Obecny na sali sądowej mężczyzna przegrał w karty cały majątek. Z rozpacz i desperacji miał dopuścić się zbrodni. **60 min**

18.00 Rozwód. Walka o wszystko (1): Rozwód z alkoholizmem – serial paradokumentalny, Polska 2020 (patrz obok)

19.00 Ukryta prawda (1681) – serial paradokumentalny, Polska 2025
Taksówkarz Daniel wbrew woli żony utrzymuje kontakt z bratem Andrzejem, który właśnie wyszedł z więzienia. Były skazaniec planuje nowy biznes. Krewny używa mu swój samochód. **60 min**

20.00 Hotel Paradise 13 (8) – reality show, Polska 2026

21.00 Wyspa – thriller s.f., USA 2005, reż. Michael Bay, wyk. Ewan McGregor, Scarlett Johansson, Djimon Hounsou, Sean Bean (patrz obok)

23.50 Śmętarz dla zwierzaków – horror, USA/Kanada 2019, reż. Kevin Kolsch, wyk. Jason Clarke, Amy Seimetz, John Lithgow, Jeté Laurence (patrz obok)

2.05 Hotel Paradise 13 (7) – reality show, Polska 2026

3.00 Wrota piekieł 3 (1) – serial dokumentalny, USA 2022

3.55 Fachowcy 2 (4) – serial paradokumentalny, Polska 2018

4.30 Usterka 12 (1) – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2019



18.00 PARADOKUM.

Rozwód. Walka o wszystko (1)
Julia nie chce się zgodzić na terapię odwykową. Mąż od dwóch lat próbuje namówić ją na leczenie. Ukrywa znajomość z poznaniem na sesjach dla osób współuzależnionych Magdą, ponieważ powoli zaczyna się ona przerażać w głębsze uczucie. **60 min**



21.00 THRILLER SF

Wyspa
Mieszkańcy podziemnego, sterylne czystego miasta żyją w przekonaniu, że jako jedyni ocalili z katastrofy. Marzą, by trafić na nieskażoną wyspę. Lincoln (Ewan McGregor, zdj.) i Jordan (Scarlett Johansson) jednak odkrywają, że obiecany ląd nie istnieje, a za królestwem władz kryje się mroczny proceder. **170 min**



23.50 HORROR

Śmętarz dla zwierzaków
Dr Louis Creed (Jason Clarke, zdj.) przenosi się z żoną Rachel (Amy Seimetz) i dziećmi do Ludlow. Gdy ich kot ginie, zostaje zakopany na pobliskim cmentarzu. Zwierzę nagle ożywa. **135 min**

TVP 3	TVP 3	Dz 12	TVP POLONIA	TV 4	Dz 12	puls	PULS 2	Dz 12	rozrywka	TVP ROZRYWKA	TTV HD	Dz 12					
9.05 Dlaczego krowa...	9.30 Dom nadziei – reportaż	10.00 Złoty chłopak (233)	11.00 Rok w ogrodzie – mag.	11.30 Wiek to tylko liczba	12.00 O milimetr – magazyn	13.00 Rączka gotuje – mag.	13.00 Agrobiznes – mag.	13.30 Bez retuszu – pr. publ.	14.20 Poznaj region – cykl fel.	14.30 Program informacyjny 14.30	15.00 Koronka do Miłosierdzia Bożego – pr. religijny	15.20 Serwis Info Dzień – inf.	15.30 Program lokalny	19.30 Z indeksem w rękę (7)	19.45 Kryminalna siódemka	20.00 Dziennik regionów	20.13 Gość Regionów – publ.
13.05 Ranczo 3 (35) – obycz.	14.00 Młodzież kontra, czyli pod ostrzałem – pr. publ.	14.50 Polacy światu	15.00 Serwis Info – pr. inform.	15.10 Kulturalni (34) – mag.	16.00 Zaraz wracam 2 (133)	16.30 Barwy szczęścia (3373)	17.00 Telexpress	17.20 Gra słów. Krzyżówka	17.50 Telexpress Extra – inf.	18.15 Oko na Wschód – publ.	18.45 Panorama	19.20 Powstanie	19.20 Warszawskie dzień po dniu (39) – cykl reportaży	19.30 Program informacyjny 19.30	19.55 Pytanie dnia – pr. publ.	20.10 Sport, Pogoda	
7.55 Bogaty dom – biedny dom (129) – reality show	8.55 Policjanci i Policjanci (600-602) – serial obycz.	11.55 Na ratunek 112 (1083, 1084) – paradok.	12.55 Trudne sprawy (884-886) – paradok., Pol.	15.55 Policjanci i Policjanci (1441) – obycz., Pol. 2026	17.00 Trudne sprawy II (1358)	18.00 Łowcy skarbów. Kto da więcej? (559)	19.00 Policjanci i Policjanci (1442) – obycz., Pol. 2026	20.00 Wypasiona kuchnia (8)	20.05 Uroczysko (266) – krym.	20.40 Sprawiedliwi – Wydział Kryminalny (1045) – krym., Pol. 2026							
11.35 Tomek i przyjaciele: Naprzód lokomotywy! 27 – serial anim.	12.00 Psi Patrol 4 – serial anim.	12.35 Gumisie 4 – serial anim.	13.35 Śmierć – serial anim.	14.00 Baranek Shaun 4	14.35 Marta mówi – anim.	15.00 Miraculous: Biedronka i Czarny Kot 3 – anim.	16.00 Patryk Rozgwiadza Show – serial animowany	17.00 SpongeBob Kanciastoporty 9 – serial anim.	18.00 Pingwiny z Madagaskaru 3 – serial anim.	19.00 Kacze opowieści	20.00 Lombard. Życie pod zastaw 18 (1003) – serial obyczajowy, Polska 2026						
7.10 Okrasa łamie przepisy	8.15 Familiada – teleturniej	8.50 Va banque – teleturniej	9.25 Kolo fortuny – telet., Pol.	10.00 Makłowicz w podróży	10.35 Minuty dla bezpieczeństwa – rozr.	10.45 Postaw na milion	12.35 Familiada – teleturniej	13.15 Czterdziestolatek. Dwadzieścia lat później (4) – serial kom.	14.20 Rodzinka.pl (236, 237)	15.30 Kabaret Letnią Porą (41) – pr. rozr., Pol. 2021	16.30 Kabaretomaniacy (1)	17.25 Va banque – teleturniej	18.00 Kolo fortuny – telet., Pol.	18.40 Okrasa łamie przepisy	19.45 Jaka to melodia?		
6.00 24 godziny – mag. inf.	7.05 Sport	7.10 Express – pr. inform.	7.35 DeFacto 13 (8, 9)	8.30 Kartoteka 6 (16, 17)	10.35 Detektywi (110, 332)	12.35 Zakup w ciemno 4 (42)	13.35 Zakup w ciemno 8 (5)	14.35 Nic do ukrycia (1) – dok.	15.35 Złomowiska PL 7 (18)	16.45 Express – pr. inform.	16.58 Pogoda, Sport	17.05 Zakup w ciemno extra (26) – reality show, Polska	17.45 Życie na kredycie 7 (11, 12) – reality show, Pol.	18.40 Gogglebox. Przed telewizorem 24 (12)	19.45 Express, Pogoda – inf.	20.05 Zakup w ciemno 8 (6)	

MAGAZYN REPORTERÓW	OBYCAJOWY	KRYMINALNY	KRYMINALNY	TELETURNIJ	REALITY SHOW
20.30 Tekurier – Polska Reporteryzacja prezentująca ludzkie dramaty i sukcesy. W każdym wydaniu pojawia się też relacja na żywo, a przedstawiany problem komentuje ekspert. 30 min 21.00 Program lokalny 22.30 Dziennik regionów 22.30 Złoty chłopak (234) – serial obycz., Turcja 2022 23.30 Kryminalna siódemka 23.55 Panorama 0.25 Program informacyjny 19.30 1.20 Kryminalna siódemka 1.40 Dziedzictwo (889) 2.30 Bez retuszu – pr. publ. TVP 3 jest wspólnym pasmem programowym lokalnych stacji telewizyjnych: Białystok, Bydgoszcz, Gdańsk, Katowice, Kraków, Lublin, Łódź, Poznań, Rzeszów, Szczecin, Warszawa, Wrocław	20.25 Stulecie Winnych (2) Rodzina Romana i Władek pozostają w okupowanej wsi. Na oczach Antoniego pruscy żołnierze mordują jego sąsiadów. Rodzina awantura w Romana kończy się tragicznie. 55 min 21.20 Ojciec Mateusz 3 (34) – serial kryminalny, Polska 22.15 Generał polskich nadziei – Władysław Anders (2) 23.15 Panorama 23.45 Uwolnieni. Wolność zaczyna się w sumieniu – film dok. 0.40 Zaraz wracam 2 (132) 1.10 Polacy na ratunek Żydom (166)	21.40 Sprawiedliwi. Trójmiasto (162) Patrycja i Maksym szukają malej Madzi, której zaginięcie matka za uważała dopiero po dwóch dniach z powodu alkoholowego uzależnienia. Podejrzani padają na jej partnera, recydywistę Adama. 70 min 22.50 Opowiem ci o zbrodni (6) – serial dok., Pol. 2018 23.15 Sprawiedliwi FILM – Wydział Kryminalny. Wszyscy się może zdarzyć – film kryminalny, Polska 2017 1.25 Love Island. Wyspa miłości (11) 2.40 Hardkorowy lombard (55) – serial dokumentalny	21.00 Dzielnica strachu 10 (474, 475) – Polska Wiking i Ada badają sprawę śmierci żołnierza. Hrabia prowadzi ryzykowną grę z ludźmi z Berlina. Tadeusz Potoczny próbuje odzyskać swoje wpływy. Marcel bierze udział w prowokacji. 120 min 23.00 Wstydlive choroby 6 (11) – serial dok., Wlk. Bryt. 0.00 Wstydlive choroby: XXL (1) – dok., Wlk. Bryt. 1.00 Dzielnica strachu 10 (473) – serial krym., Polska 2.00 Lombard. Życie pod zastaw (20) – obycz., Pol. 3.00 Lombard. Życie pod zastaw 6 (265, 266) – serial obycz., Pol. 2020	20.25 Postaw na milion W każdej grze bierze udział dwójka bliskich sobie uczestników. Dołączają miliony złotych. Żeby go nie stracić, muszą poprawnie odpowiedzieć na osiem pytań. Prowadzi Łukasz Nowicki (zdj.). 105 min 22.10 Rodzinka.pl (82) – serial komediowy, Polska 2013 22.50 Tak to leciało! – teleturniej muz., Polska 23.50 Kabaret. Super Show Dwójki (1) – pr. rozr., Pol. 1.00 Kolo fortuny – teleturniej, Polska 2026 2.20 Kabaret Letnią Porą (43, 44) – pr. rozr., Polska 4.20 Hity wszech czasów (31) – magazyn muzyczny	21.05 Zakup w ciemno extra 3 (6) – Polska 2026 Doświadczeni handlarze i początkujący sprzedawcy walczą ze sobą, by zdobyć najbardziej wartościowe pokały. Za niewielkie pieniądze mogą nabyć markowe ubrania czy elektroniki. 40 min 21.45 Express, Pogoda – inf. 22.00 Damy i wiesniaczki. PL 12 (2) – fab.-dok., Pol. 23.00 Kochaj albo wróć (1) 0.00 Fachowcy (5) – paradok. 0.45 Nic do zgłoszenia 6 (11) 1.45 Niebezpieczne dziedziczne (1) – dok., Pol. 2.25 Nauka jazdy 5 (16) 3.00 Szpital (933) – paradok. 4.00 Szkoła (815) – paradok.

TVP 3	TVP 3 PROGRAMY LOKALNE	TVP HD	KULTURA	ANTENA HD	TV 6
BIALYSTOK 16.55 Rezonans polityczny 17.15 Ze zdrowiem na Ty 17.25 Spotkania w świecie ciszy 17.50 Nie taki internet straszny 18.10 Przegląd suwalski 18.30 Obiektyw 18.50 Gość „Obiektywu” 19.00 Sport, Pogoda 19.10 Bieg pamięci Aleksandra Prokopiuka 21.00 Historie niezapisane 21.20 Gość „Obiektywu” 21.30 Obiektyw BYDGOSZCZ 17.30 Na zdrowie 18.15 Stada ogierów 18.30 Zbliżenia 19.00 Rozmowa dnia 19.20 Kod bezpieczeństwa 21.00 Rozmowa dnia 21.20 Ekspert ZUS odpowiada 21.30 Zbliżenia 21.45 Sport, Pogoda GDANSK 17.30 Tedé go 17.50 Wiatr 18.15 Czerwskiego 42 18.30 Panorama 19.00 Droga 21.00 Zawodowcy 21.15 Czerwskiego 42 21.30 Panorama KATOWICE 17.13 Dzień z bliska 17.45 Sobota w Bytkowie 18.15 Protokół rozbieżności 18.30 Aktualności 18.55 Pogoda, Sport 19.10 Gramy dla was 21.15 Protokół rozbieżności 21.30 Aktualności KRAKÓW 17.50 Solidarni w pomocy 18.00 Ekspert ZUS odpowiada 18.09 Horyzont wartości. Rozmowa z kard. Grzegorzem Rysiem 18.30 Kronika 18.55 Tematy dnia 19.15 Tożsamość wsi, odnowa i rozwój (Agropromocja) MODR 21.03 Wykrywców kłamstw 21.21 Biednie 21.30 Kronika 21.45 Tematy dnia LUBLIN 17.55 Naturalne Lubelskie 18.10 Słachetne zdrowie 18.30 Panorama lubelska 19.00 Afisz 21.02 Studium w Lublinie 21.15 Gość „Panoramy” 21.30 Panorama lubelska	ŁÓDŹ 17.30 Teatr Wielki z kulis 17.45 Pogotowie reporterskie zawsze z Wami 18.07 Za szybą 18.15 Strefa biznesu 18.30 Łódzkie wiadomości dnia 18.50 Sport, Pogoda 19.00 Opowieści Ryszarda Bonisławskiego 19.15 Kulturalnie po Łodzi i regionie 21.00 Rowerym przez Pomorze Zachodnie 21.15 Agrexpress 21.30 Łódzkie wiadomości dnia POZNAŃ 17.30 Teleskop 17.45 Wspólne popołudnie z seniorami 18.30 Teleskop 19.02 Rozmowa dnia 19.12 Strefa inwestycji 21.02 Pociąg do Wielkopolski 21.30 Teleskop 21.51 Wiadomości sportowe RZESZÓW 17.30 Kwartet 18.00 Sport – wydarzenia i komentarze 18.30 Aktualności 18.58 Odkryj regiony 19.13 Liczy się pasja 21.00 Wykrywców kłamstw 21.30 Aktualności SZCZECIN 17.35 Z indeksem w rękę 17.47 Barberska dekada 18.30 Kronika 18.52 Wokół nas 19.00 Wyższa Szkoła Jazdy 21.00 Wokół nas 21.08 Arka 21.30 Kronika 21.50 Rozmowa dnia WARSZAWA 17.45 Informacje z Mazowsza 18.00 Zawsze na temat 18.30 TKW 18.42 Kurier Mazowiecki 19.04 Reagujemy 21.00 Zawsze na temat 21.30 Kurier Warszawski i Mazowsza WROCŁAW 17.43 Strefa otwarta 18.09 Pamięć Miasta 18.22 Laboratorium Barw. Indygo 18.30 Fakty 18.58 Rozmowa „Faktów” 19.16 Agro-Fakty 21.02 Magazyn Dolnośląski 21.16 Rozmowa „Faktów” 21.30 Fakty	10.45 Gra słów. Krzyżówki 11.20 Na sygnale (776, 777) 12.25 Ojciec Mateusz 11 (139) 13.20 Komisarz Alex 22 (274) 14.15 Ranczo 8 (101, 102) 16.00 Minuty dla bezpieczeństwa – pr. rozr., Pol. 2026 16.10 Górna półka smaku 16.40 Przytępnienie slow food 4 17.10 Okrasa łamie przepisy 17.45 Makłowicz w podróży 18.00 Ojciec Mateusz 30 (382) 19.20 Ranczo 7 (81) – obycz., Pol. 20.10 Rodzinka.pl (252, 253) – serial komediowy, Polska 21.25 Ojciec Mateusz 32 (412) 22.20 Syn 2 (15) – serial obycz. 23.20 Rambo: Ostatnia krew FILM – film sensacyjny, USA/Hongkong/Francja 2019 1.10 Komisja mordsterw (4, 5)	12.30 Ostoja – dramat FILM obyczajowy, Ir./Polska 2012 14.00 Kosmos 1999 (28) – s.f. 15.00 Ostatnia walka Apacza FILM – western, USA 1954 16.40 Polskie drogi (10) 18.20 W poszukiwaniu dobrego filmu – mag. film. 18.55 Rawhide 3 (60) – przyg. 20.00 Pozwolenie na odstrzał 21.20 Godland – dramat FILM obyczajowy, Dania 2022 23.50 Męstwo i honor – film FILM przygodowy, Francja 2007 2.30 The Rolling Stones – życie w rytmie rocka (1) – serial dokum., Wlk. Bryt. 3.45 W poszukiwaniu dobrego filmu – mag. film. 4.25 Podróż z historią (51) 5.05 Teledyski – magazyn muz.	12.00 Wojny kontenerowe 2 (10) – serial dokumentalny 12.30 Wojny kontenerowe (11) 13.00 Kława Wyspy Dębów 4 (12) – reality show, USA 13.55 Australijscy poszukiwawcze złota 3 (8, 9) – serial dok., Australia 16.00 Unforgettable (2) – krym. 16.55 Detektywi z Bordeaux 6 (2) – serial krym., Fr./Bel. 18.00 77 TV 4 (17, 21) – rozr., Pol. 20.00 Alex Hugo – górski detektyw (16) – krym., Fr. 22.05 Detektywi Candice: Niezawodny instykt 4 (6) – serial kryminalny, Fr. 23.15 Detektywi z Bordeaux 6 (1) – serial krym., Fr./Bel. 0.30 Polska. Największe dylematy – program publicyst.	6.00 Wieżenie (152, 153) – dok. 6.55 Policjanci i Policjanci (793, 794) – serial obycz. 8.50 Kobra – oddział specjalny (112, 113) 10.55 48h. Zaginięci (274-276) 13.55 Policjanci i Policjanci (1242) – serial obycz., Polska 14.55 Uroczysko (129, 130) 16.00 Kobra – oddział specjalny (114, 115) 18.05 Strażnik Tekasas (21, 22) 20.05 CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku (119, 120) 22.00 Czarna lista (14) – krym. 23.00 Sprawiedliwi – Wydział Kryminalny (759, 760) 1.05 Kości (159, 160) – krym. 3.05 Cobra Kai (4) – serial przyg. 3.40 Septagone (69, 70) – krym. 5.45 Telezakupy TV Okazuje

WTOREK

7.05 Riefenstahl – dok., Niem.
9.00 **sensacyjna**, Polska 1997
FILM
10.45 Saga „Zmierzchn”:
FILM **Księżyz w nowiu** – film
fantasy, Australia/USA
2009, wyk. Kristen Stewart
12.55 Zgred – dramat
FILM obyczajowy, Polska 2025
14.20 Tożsamość Bourne’a
FILM – thriller, USA/Niemcy/
Czechy 2002
16.15 Premierowa
jazda – magazyn
16.30 Listy do Julii – komedia
romantyczna, USA 2010
FILM
18.15 Łąpu capu – pr. rozr., Pol.
18.20 Być kochaną – dramat
obyczajowy, Norwegia/
Szwecja 2024
FILM

DRAMAT PSYCHOLOG.



20.00 **Zgini, kochanie** – Wielka Brytania/Kan./USA 2025
FILM
Grace (Jennifer Lawrence, zdj.) i Jackson (Robert Pattinson, zdj.) zostają rodzicami. Zachowanie młodej matki staje się coraz bardziej niepokojące. **120 min**

22.00 **CIA. Po 11 września** (1) – serial dok., Francja 2026

22.55 **Protector** – dramat sensacyjny, USA 2025

0.30 **Boogeyman** – horror, USA/Nowa Zelandia/Niemcy 2005

FILM

2.00 **David Bowie: Ostatni akt** – dok., Wlk. Bryt. 2025

CANAL+

W CANAL+ 1 emisja każdego programu rozpoczyna się od 12 godzinnej przerwy CANAL

CANAL+ FILM

12.35 **Lapu lapu** – rozr., Pol. 2026
12.40 **Liza Minnelli**.
Niesamowita historia absolutnie prawdziwa
14.20 **Kiedy nadchodzi jesień**
FILM – dram. obycz., Francja 2024
16.00 **Piękna laka kwietna**
16.30 **Jutro będzie nasze**
FILM – komediodramat, Wł. 2023
18.25 **Peacock** – thriller, U.S. **FILM** 2010, wyk. Cillian Murphy
19.55 **Lapu lapu** – rozr., Pol. 2026
20.00 **Druhny na medal**
FILM – komedia, USA 2024
21.35 **Powrót do Silent Hill**
FILM – horror, Francja/Wielka Brytania/Niemcy 2026
23.20 **Grindhouse: Death**
FILM **Proof** – thriller, USA 2007
1.10 **Dziki** – dramat
 przyswodo. Polska 2025

13.00 Porzucone konstrukcje
(1) – serial dokum., Wlk. Bryt.

14.00 Zholowani: ciężarówki
w opalach 2 (12) – dok.

15.00 Wykrzycz historie 3 (3)

16.00 Okrety wojenne (4) – dok.

17.30 Champions Club – mag.

18.55 Zholowani: ciężarówki
w opalach 2 (10) – dok.

19.50 W trasie z Normanem
Reusem (5) – serial dok.

20.55 Piłka nożna: Liga
Mistrzów UEFA (live)

23.10 Porzucone konstrukcje
(2) – serial dokum., Wlk. Bryt.

0.10 Sędziowie (9) – dok., Pol.

0.50 Futbolowa gorączka.
Jak powstała
Premier League (1) – dok.

▶ – godzina zakończenia programu ◻ – tylko dla dorosłych

TVP SPORT	EUROSPORT 1	POLSAT SPORT 1	TVP ABC	MINIMINI+	TVN 24
5.40 Magazyn 2. ligi piłkarskiej – mag. 6.25 Piłka nożna: Betclic 1. Liga: Ruch Chorzów – Unia Skierniewice 8.30 Piłka nożna: PKO BP Ekstraklasa: Jagiellonia Białystok – Śląsk 10.40 GOL – magazyn piłkarski 12.10 Piłka nożna – Mecze Jubileuszowy z okazji 110-lecia Legii Warszawa 14.00 Żużel – 2. runda w Górnym 16.00 Żeglarski: Polska Liga Żeglarska 16.30 Piłka kobiet – mag. 17.25 Piłka nożna: MŚ U-20: Polska – Meksyk (live) 20.20 Lekkoatletyka 22.20 Sportowy wieczór	6.00 Kolarstwo: Vuelta a Espana – etap: Vera – Calar Alto i Jaén 8.30 Tenis: Turniej US Open w Nowym Jorku – mecz 4. rundy gry pojedynczej 10.30 Tenis: Turniej US Open w Nowym Jorku – mecz 4. rundy gry pojedynczej 13.00 Kolarstwo: Vuelta a Espana – 15. etap 14.45 Kolarstwo: Vuelta a Espana – 16. etap (live) 17.45 Tenis: Turniej US Open w Nowym Jorku – ćwierćfinał (live) 19.30 Tenis: US Open – ćwierćfinał gry pojedynczej (live) 22.30 Tenis: Turniej US Open – ćwierćfinał	6.00 Siatkówka kobiet: Mistrzostwa Europy 2026 8.30 Siatkówka kobiet: Mistrzostwa Europy 2026 11.00 Siatkówka kobiet: Mistrzostwa Europy 2026 13.00 Siatkówka kobiet: Mistrzostwa Europy 2026 15.30 Siatkówka kobiet: Mistrzostwa Europy 2026 18.00 Siatkówka mężczyzn – mecz towarzyski: Polska – Finlandia 20.15 Piłka ręczna kobiet: mecz: Start Elbląg – MKS Gniezno (live) 23.00 Siatkówka kobiet: ME	10.00 Figu Migu na planecie Czochoch 10.20 Bolek i Lolek 10.45 Reksio 11.05 Pająk Lucas 2 11.30 Pszczółka Maja 11.55 Strażak Sam 6 12.25 Domisie 13.00 Zagadki zwierzęgo-madki 13.20 Pytyś i Bill 2 13.50 Odo 14.05 Jak borsuk z lisem 2 14.45 Topo Gigio 15.10 Laboratorium alchemika 15.20 Al-chemik 15.45 Mała Marinette 16.10 Ropuch i przyjaciele 16.40 Rev i Roll 17.05 Kosmo-kumple	4.38 Detektyw Łodyga 4 5.05 Bardzo małe stworzonka 6.10 Ciekawski George 7.33 Kicia Kocia 8.30 Cloudy & Stormy 9.05 Bing 10.00 Pszczółka Maja 2 11.25 Babcine oczka 11.55 Marta mówi 12.50 Moje urodziny 12.59 Marta mówi 14.00 Basia 15.10 Kicia Kocia 15.17 Kicia Kocia 2 15.55 Blaze i megamaszyny 3 17.20 Staś i fajna Babcia 17.50 Moje urodziny 17.57 Staś i fajna Babcia 18.40 Dora i przyjaciele	7.30 Rozmowa Piaseckiego – program publicystyczny 8.00 Serwis informacyjny, Prognoza pogody 10.00 Serwis informacyjny, Prognoza pogody 11.00 Serwis informacyjny, Prognoza pogody 12.00 Serwis informacyjny, Prognoza pogody 14.00 Serwis informacyjny, Prognoza pogody 15.00 15 na żywo – mag. inf. 16.00 Fakty po południu 18.00 Tak jest – pr. publicyst. 19.15 Serwis informacyjny 19.30 Fakty po Faktach 20.00 Kropka nad i – pr. publ. 20.30 Czarno na białym 21.00 Polska i świat 22.00 Szkło kontaktowe

CANAL+**WŁĄCZ FUTBOL**

CANAL+ SPORT	EUROSPORT 2	POLSAT SPORT 2	NICKELODEON	TELETOON+	TVP info_
11.20 Piłka nożna: PKO BP Ekstraklasa – mecz: Pogoń Szczecin – Wisła Płock 13.45 Ekstraklasa po godzinach 15.00 Klich. Poza schematem (3) 15.45 Piłka nożna: Liga hiszpańska – mecz: Elche CF – Real Sociedad 18.00 Jej Wysokość Premier League 19.30 Premier League Review 20.30 Premier League Netbusters 21.00 Liga+ Extra 23.10 Sporty walki: ONE Friday Fights 169 0.15 Premier League Review 1.25 Premier League Netbusters	10.00 Hard Knocks 10.10 Jeździectwo: Global Champions Tour w Valkenswaard 13.00 Tenis: Turniej US Open w Nowym Jorku – 4. runda 14.00 Snooker: Turniej English Open – 2. dzień (live) 18.00 Wspinaczka: Zawody World Series w Koprze – prowadzenie – finały 19.00 Kolarstwo: Vuelta a Espana – 16. etap 20.00 Snooker: Turniej English Open – 2. dzień (live) 0.00 Kolarstwo: Vuelta a Espana – 16. etap 1.30 Snooker: Turniej English Open – 2. dzień	11.00 Piłka nożna: Liga holenderska 13.00 Piłka ręczna mężczyzn: ORLEN Superliga – mecz: WKS Śląsk Wrocław – Piotrkowianin Piotrków Trybunalski 15.00 Piłka nożna: Liga szkocka – mecz: St. Mirren – Celtic FC 17.00 Sporty walki: UFC Fight Night: Dan Hooker – Salahdine Parnasse 05.09.2026 20.00 Magazyn Polskiego Sportu 21.00 Lekkoatletyka: Diamentowa Liga w Brukseli 23.00 Piłka nożna: Liga holenderska 1.00 Sporty walki: FEN	8.10 Sonic Prime 8.40 Harmidom 3 10.05 SpongeBob Kanciastoparty 10 10.35 SpongeBob Kanciastoparty 9 11.30 SpongeBob Kanciastoparty 14 11.50 Grzmotomocni: Tajniacy 2 12.20 Niebezpieczny Oddział 2 12.50 Niebezpieczny Henryk 3 13.20 SpongeBob Kanciastoparty 15 14.20 Harmidom 7 15.20 Harmidom 2 16.00 Patryk Rozgwieżdża Show 16.30 SpongeBob Kanciastoparty 17	8.20 Kumple z dżungli – na ratunek! 8.47 Gadający Tom i przyjaciele 3 9.25 Było sobie życie 9.55 Ki i Hi w Królestwie Pandy 10.24 Angelo rzadzi 10.49 Siostry 2 11.22 Polly Pocket 6 12.16 Charlotte i trzy muszkieterki 12.45 Kumple z dżungli na ratunek! 3 13.13 Kumple z dżungli – na ratunek! 13.39 Polly Pocket 6 14.22 Dinus i Lusja 14.50 Siostry 3 15.19 Polly Pocket 6	15.30 Serwis Info Dzień 15.45 Panorama 16.00 Dzień w godzinie 17.00 Telexpress 17.15 Telexpress Extra 17.35 Panorama 17.42 Wykrywacz kłamstw 18.00 Panorama 18.30 Kontrapunkt 19.30 Program informacyjny 19.30 20.18 Trójkąt Polityczny 21.00 Kwiatki polskie 21.45 Panorama 22.10 Oko na świat 22.30 Program informacyjny 19.30 22.45 112. Magazyn kryminalny 23.00 Wydarzy się jutro
CANAL+ SPORT 2	ELEVEN SPORTS 1	POLSAT SPORT 3	NICK JR.	DISNEY JUNIOR	POLSAT NEWS
6.00 Tenis: Turniej WTA w Monterrey: J. Tjen – D. Jastremska 8.20 Tenis: Turniej WTA w Monterrey: C. Bucsa – A. Bondar 10.40 Tenis: Turniej WTA w Monterrey: J. Tjen – J. Starodubcewa 13.00 Padel: Turniej Premier Padel w Madrycie – finał kobiet i finał mężczyzn 17.30 8 wspaniałych (3) 18.00 Tenis: Turniej WTA w Toronto: Elina Switolina – Iga Świątek 21.00 Tenis: Turniej WTA w Toronto – finał: I. Świątek – J. Rybakina 23.15 Tenis: Turniej WTA w Monterrey: Alycia Parks – Ann Li 1.30 Piłka nożna: PKO BP Ekstraklasa: Motor – Legia	9.00 Piłka nożna: Liga włoska – mecz: AS Roma – Atalanta 11.00 Formula 3: Grand Prix Włoch 12.30 Formula 2: Grand Prix Włoch 14.00 Formula 1: Grand Prix Włoch 16.00 Piłka nożna: Liga włoska: Inter Mediolan – SSC Napoli 18.00 Piłka nożna: Liga niemiecka: FC Schalke 04 – Bayern 20.00 Liga 1 Show (4) 20.40 Formula 1: Grand Prix Włoch 22.40 Bundesliga Clubs 23.00 Serie A (3) 23.40 Bundesliga (2) 0.20 Eleven Top Goals 1.20 GP Confidential 2.00 Piłka nożna: Liga włoska – mecz: Genoa – Como 1907	6.00 Siatkówka kobiet: Mistrzostwa Europy 2026 8.30 Piłka nożna: Liga saudyjska – mecz: Al-Hilal – Al-Nassr FC 11.00 Lekkoatletyka: Diamentowa Liga w Brukseli 13.00 Siatkówka kobiet: Mistrzostwa Europy 2026 15.00 Siatkówka kobiet: ME 2026 17.00 Piłka nożna: Liga holenderska 19.00 Piłka ręczna mężczyzn: ORLEN Superliga – mecz: WKS Śląsk Wrocław – Piotrkowianin 21.00 Siatkówka kobiet: ME 2026 23.00 Siatkówka kobiet: ME 2026 1.00 Sporty walki: Babilon MMA	8.10 Świnka Peppa 8.25 Pan Krokodyl 8.55 Barabapapa i jego rodzinka 9.25 Barabapapa – szczęśliwa rodzinka 9.45 Tim Rex wśród gwiazd 10.35 Świnka Peppa 5 10.50 Santiago z móż 11.20 Dora 5 12.20 Rubble i jego ekipa 3 12.50 Psi Patrol 4 13.35 Świnka Peppa 3 13.50 Barabapapa i jego rodzinka 14.20 Barabapapa i jego rodzinka 2 14.40 Rogata ekipa 4 16.15 Świnka Peppa 16.30 Dora 5	8.00 Spidey i superkumple 2 8.30 Jej Wysokość Zosia: Królewska Szkoła Magii 9.00 Klub Myszki Miki Plus 10.00 Blue 2 11.00 Jej Wysokość Zosia: Królewska Szkoła Magii 11.30 Psia Brygada 2 12.00 Spidey i superkumple 2 12.30 Blue 3 13.30 Klub Myszki Miki Plus 14.00 Superktoy 2 14.30 Jej Wysokość Zosia: Królewska Szkoła Magii 15.00 Iron Man i super ekipa 15.30 Spidey i superkumple 2 16.00 Blue 17.00 Klub Myszki Miki Plus	10.00 W rytmie dnia 12.50 Wydarzenia 12:50 13.30 W rytmie dnia 15.30 Sport 15.50 Wydarzenia 15:50 16.30 Punkt widzenia Jankowskiego 18.00 Punkt widzenia Szubartowicza 19.15 Gość „Wydarzenia” 19.50 Debaty Gozdry 21.50 Wydarzenia wieczorne 22.30 Dzień na świecie 23.30 Obraz dnia 0.00 Punkt widzenia Jankowskiego 1.25 Punkt widzenia Szubartowicza
CANAL+ SPORTS	ELEVEN SPORTS 2	POLSAT PLAY	TVN TURBO	TVS	TRWAM
11.15 Jej Wysokość Premier League 13.00 Żużel: Metalkas 2. Ekstraklasa – półfinał fazy play-off: PSZ Poznań – INPRO ROW Rybnik 15.55 Piłka nożna: Liga Międzeglazowa UEFA (live) 18.10 Hola LaLiga 19.20 Klich. Poza schematem (3) 20.00 Żużel: PGE Ekstraklasa: ORLEN Orl. Motor Lublin – KS Toruń 23.00 Ekstraklasa 0.00 Piłka nożna: PKO BP Ekstraklasa – mecz: Motor Lublin – Legia Warszawa 2.30 Ligmistrzowe historie (4)	10.00 Piłka nożna: Liga francuska: Olympique Marsylia – Paris FC 12.00 Piłka nożna: Liga niemiecka – mecz: Stuttgart – 1. FC Köln 14.00 Piłka nożna: Liga włoska – mecz: Roma – Atalanta BC 16.00 Piłka nożna: Liga niemiecka: TSG 1899 Hoffenheim – BVB 18.00 Formula 1 20.00 Piłka nożna: Liga włoska – mecz: Juventus FC – Milan 22.00 Liga 1 Show (4) 22.40 Eleven Go Live 0.00 Piłka nożna: Liga francuska – mecz: Paris Saint-Germain – AS Monaco	6.00 Budowlanek 6.30 Kolowrotek 7.00 Dorwać tuńczyka 9.05 Wojny magazynowe 15 10.05 Wojny kontenerowe 11.05 Hardkorowy lombard 14.05 Polacy za granicą 16.05 Złomiarze 18.00 Poszukiwawcy historii 20.00 Nieznany syn Hitlera – film dokumentalny, Francja 2013 21.15 Tajna historia XX wieku 22.05 Poszukiwawcy historii 22.35 Pociągi 23.10 Wakacje z Bałtykiem 4.05 Starożytni kosmici	9.15 Fani czterech kółek 18 11.15 Złomowisko PL 10 12.15 Naprawy nie do naprawy 13.00 Zawodowi handlarze 14.30 Wojny samochodowe 16.30 Jeździć, obserwowac 18.00 Raport Turbo 18.15 Z drugiej reki 19.00 Duda kontra Szafranski 19.45 Naprawy nie do naprawy 20.30 Jeździć, obserwowac 22.00 Raport Turbo 22.15 Uwaga! Oszust: Ściemna z ogłoszenia 23.20 Zawodowi handlarze 0.50 Naprawy nie do naprawy	16.50 Wydział kryminalny Kitzbühel 17.50 Doktor z alpejskiej wioski – nowy rozdział 18.50 Doktor Kleist – lekarz rodzinny 19.50 Kino TV: Rosamunde 21.50 Pilcher: Czas poznania prawdy – film obyczajowy, Niemcy 2000 21.50 Kino TV: Rosamunde 21.50 Pilcher: Dzieci szczęścia – dramat obyczajowy, Niemcy 2002, reż. Michael Steinke 23.35 Doktor z alpejskiej wioski – nowy rozdział	18.05 Informacje dnia 18.15 Rozmowy niedokończonych 19.30 Każdy maluch to potrafi 19.45 Modlitwa z telewizyjnym udziałem dzieci 20.00 Informacje dnia 20.20 Różaniec 20.50 Kartka z kalendarza – powstanie warszawskie 21.00 Apel Jasnogórski 21.20 Informacje dnia 21.40 Punkt widzenia 22.00 Solidarność – narodziny wolności 22.15 Głos serca 23.00 Żyłem obok świętego

Gdy Blanka da mężowi drugą szansę, on zrobi wszystko, by zasłużyć na jej zaufanie.



Po akcji ratunkowej Milewska zorientuje się, że ktoś zabrał jej córkę z wózka!



NA DOBRE I NA ZŁE

Wystarczy jedna chwila

Milewscy w końcu zakopią topór wojenny i spróbują zacząć wszystko od nowa. Ale wtedy spadnie na nich straszliwy cios...

➔ **NA DOBRE I NA ZŁE ŚR**
9.09 godz. 20.50 TVP 2

Nowý sezon ulubionego serialu medycznego Polaków od razu podkreśli emocje! W nadchodzących odcinkach będziemy świadkami, jak Falkowicz (Michał Żebrowski) poznaje ukochanego Matyldy (Amelia Cząja), Maria (Sylvia Achu) walczy o sprawiedliwość w sądzie, a Blanka (Pola Gonciarz) postanawia dać mężowi jeszcze jedną szansę, ale... popełni największy błąd w jej życiu. W tym sezonie nie zabraknie też niespodzianek dla widzów: na październik zaplanowana jest emisja jubileuszowego, 1000. odcinka! Specjalnie na tę okazję do obsady powrócą nasze ulubione postaci, m.in. Wiktoria Consalida,

w którą znów wcieli się Katarzyna Dąbrowska.

Przez mieszkanie do serca

W pierwszym odcinku po wakacjach Borys (Marcin Zacharzewski) niespodziewanie źle się poczuje i wyląduje w szpitalu, pewny, że przechodzi zawał! Podczas badań kontrolnych wspomni kolegom, że ma do wynajęcia kawalerkę po babci, co zainteresuje Tomasza (Antoni Salaj). Po twardych negocjacjach Jacyno umówi się na korzystny czynsz, by zrobić Oliwce (Irmina Liszkowska) niespodziankę. Tymczasem ona pozna młodego pacjenta, Zbyszka, który trafił do szpitala po zażyciu opioidów. Okaże się, że chłopak ma problemy w relacjach z dziewczynami. Oliwia pomoże mu znaleźć

partnerkę na portalu randkowym. Ale i to zawiedzie, więc lekarka proponuje Zbyszkowi randkę! Kiedy Tomasz o tym usłyszy, będzie zdruzgotany.

Cena tajemnic

Jednak największy dramat przeżyją państwo Milewscy. Kiedy Mario (Marcin Korcz) zjawi się u Blanki (Pola Gonciarz) z podbitym okiem, żona zasypie go pytaniami. Choć mężczyzna będzie starał się unikać odpowiedzi, usprawiedliwiając swój stan kick boxingiem i ciężkim treningiem, ona mu nie uwierzy. To doprowadzi do kolejnej awantury między małżonkami, po której Milewski zabierze Ninę, wyjdzie i trzaśnie drzwiami. Na zewnątrz będzie czekał na niego podejrzany mężczyzna, na którego widok Mario od razu zblednie...

Gdy Milewski wróci z dzieckiem do domu, mająca wyrzuty sumienia Blanka przeprosi go za swoje za-

Nowy sezon

Tomasz wykorzysta niedyspozycję szefa, by wynegocjować korzystną cenę wynajmu mieszkania.

Chłopak będzie zaskoczony, kiedy dowie się, że Oliwia umówiła się z pacjentem na randkę.

chowanie. Pogodzona para zacznie się całować i wyląduje w łóżku. Pełen nadziei na odzyskanie rodziny Mario zapewni ukochaną, że już nigdy nie nadużyje jej zaufania i nie narazi ich relacji. Milewska będzie marzyła tylko o tym, żeby wszystko między nimi jakoś się ułożyło... Mario zaś uporczywie będzie ignorował ciągłe telefony, byle tylko jego żona niczego nie podejrzewała.

Po śniadaniu para rozjeżdże się do pracy. Blanka będzie zajmować się kolejnymi pacjentami, kiedy nagle w Leśnej Górze zjawi się Mario i poprosi, by zaopiekowała się Niną, bo on ma nagły wypadek w pracy. Niczego nie podejrzewając, dziewczyna zabierze córkę na spacer do parku. Tam będzie świadkiem zaskoczenia starszej kobiety. Jako lekarka rzuci się poszkodowanej na pomoc, zostawiając dziecko w wózku. Lecz kiedy zjawi się karetka po staruszkę, Blanka z przerażeniem odkryje, że jej córka zniknęła! Czy to próba zemsty na Mariuszu, który naraził się niebezpiecznym ludziom? Wkrótce okaże się, że maczał w tym palce jeden z jego dawnych znajomych...

PM



Roy Freeman odkrywa kolejne sekrety starej sprawy.

KSIEGA LUSTER

Śledztwo pełne kłamstw

➔ **KSIEGA LUSTER** ŚR 9.09
godz. 20.00 TV PULS

Pamięć coraz częściej płata mu figle, a przeszłość brutalnie daje o sobie znać. Były detektyw Roy Freeman (Russell Crowe) wraca do sprawy morderstwa sprzed lat i odkrywa, że w śledztwie każdy miał coś do ukrycia. Im głębiej drąży temat, tym mniej ufa nawet sobie... Crowe sam zaproponował, by

jego bohater oznaczał przedmioty w mieszkaniu kolorowymi taśmami – to pozwoliło wiarygodnie pokazać zmagania osoby cierpiącej na zaniki pamięci. Do roli zmienił też wygląd – oddanie efektu łysiny zajmowało prawie 2 godziny. To jeszcze nic – nakręcenie 20 finałowych sekund akcji z ciężarówką i strzelaniną wymagało ośmiu godzin ciężkiej harówki. **ACZ**

UROCZYSKO

Kolejne morderstwo...

➔ **UROCZYSKO** ŚR 9.09
godz. 20.05 TV 4

W na pozór spokojnym Uroczysku ginie kolejny dziennikarz lokalnej gazety, Paweł Rybak. Choć jego śmierć na pierwszy rzut oka wygląda na wypadek, policjanci dość szybko nabierają podejrzeń. Dylan (Kacper Młynarkiewicz) i Zuza (Julita Koper) sprawdzają, nad jakim tematem pracował reporter przed tragedią.

Trop prowadzi ich do zabójcy nastolatki, który właśnie wychodzi na wolność... Tymczasem ksiądz Marek (Przemysław Cypryański), mimo wygranej rozprawy, nadal ma kłopoty, a biskup Mrugała (Miroslaw Kropielnicki) musi podjąć trudne decyzje. Wróbel (Kazimierz Mazur) i Lucjan (Mariusz Gagatek) są natomiast zszokowani zapowiedzią prohibicji. **HM**



Dylan i Zuza prowadzą sprawę zamordowanego dziennikarza.

sporządza ją kartograf	miara gruntu	„Ukryte ...”, film	▼	Zielonej Rękawiczki	▼	Ewa ..., „Zmienicy”	piołun, szalwia	▼	kolczaste drzewo liściaste	centrum wypadowe	▼	dmie w żagle	▼	śpiew w zespole	▼
▶	▼	▼		samica jelenia	▶				▼	kartka z poczty	▶				
... Preis, aktorka	▶					2	jedyny egzemplarz, rzadkość	wzór, ideał	▶				„... większa niż życie”		uspokajający napar
▶			3	na szyi księdza	▶			▼		duszące schorzenie	▶				
między dyskami	euglena		Omega w garażu	waluta Ghany		“... w muzeum”, komedia	▶	5		łączy kraje	świergot		4		
włoskie kluski	▶		▼	▼				szpilecznica	▶				Metheny, gitarzysta		słodki z malin
Jennifer „Zatańcz ze mną”	▶					nad zlewem	▶			1	do księgi pamiątkowej	▶			
mieszka w Londynie		Górnjak lub Bartosiewicz	▶	6				forma rozliczeń	▶						
▶						Bartłomiej „Wataha”	▶				frontalny na wroga	▶		7	

1	2	3	4	5	6	7
---	---	---	---	---	---	---

Wpisz
rozwiązanie

CHWILA NA RELAKS

TVP 1

- 4.35 Wykrywacz kłamstw** – pr. publicyst., Pol. 2025-2026
- 4.55 Pytanie dnia** – program publicystyczny, Polska 2026
- 5.15 Reporterzy** – magazyn reporterów
- 5.25 Oko na świat** – magazyn, Polska 2024-2026
- 5.50 Akacyjowa 38** (935) – telenowela, Hiszpania 2018
- 7.00 Transmisja mszy świętej z Sanktuarium Matki Bożej na Jasnej Górze**
- 7.30 Rodzina (nie od) święta** – magazyn religijny, Pol. 2026
- 8.00 Serwis Info** – program informacyjny, Polska
- 8.10 Pogoda Info**
- 8.20 Zaraz wracam 3** (136) – serial obyczajowy, Pol. 2026
- 9.00 Ranczo 10** (130) – serial obyczajowy, Polska 2016
- 10.00 Komisarz Alex 25** (313) – serial kryminalny, Pol. 2026
- 11.00 Ojciec Mateusz 20** (256) – serial kryminalny, Pol. 2018
- 12.00 Serwis Info** – program informacyjny, Polska
- 12.10 Agrobiznes** – magazyn rolniczy
- 12.30 Agropogoda**
- 12.40 Magazyn rolniczy**
- 13.00 Natura w Jedynce: Niezwykła Australia** (1/2) – film dokumentalny, Wielka Brytania/USA 2024
- 14.00 Splątane losy** (41) – serial obyczajowy, Turcja 2024
- 15.00 Serwis Info** – program informacyjny, Polska
- 15.10 Reporterzy** – magazyn reporterów
- 15.35 Gra słów. Krzyżówka** – teleturniej, Polska 2019-2026
- 16.00 Dziedzictwo** (1025) – serial obyczajowy, Turcja 2020
- 17.00 Teleexpress, Pogoda**
- 17.25 Jaka to melodia?** – teleturniej muzyczny
- 18.05 Klan** (4729) – telenowela, Polska 2026
- 18.40 Akacyjowa 38** (952) – telenowela, Hiszpania 2018
- 19.30 Program informacyjny 19.30**
- 19.55 Pytanie dnia** – program publicystyczny, Polska 2026
- 20.10 Sport, Pogoda**
- 20.30 Felicita** (3) – serial obyczajowy, Polska/Włochy 2026 (patrz obok)
- 21.05 Jerzy Buzek. Siła marzeń** – film dokumentalny, Polska 2026 (patrz obok)
- 22.35 Wieczór z gwiazdami: Depresja gangstera** – komedia, USA/Australia 1999, reż. Harold Ramis, wyk. Robert De Niro, Billy Crystal (patrz obok)
- 0.25 Polowanie** – thriller, Polska 2023, reż. Paweł Chmielewski
- 2.35 Ludzie miasta** – dramat sensacyjny, USA 1996, reż. Harold Becker ▶ **4.30**



20.30 OBYCZAJOWY
Felicita (3)

Zośce trudno pogodzić się z faktem, że Kamil (Dawid Ogrodnik, zdj.) miał dziecko z inną kobietą. Wkrótce spotyka w miasteczku przystojnego Marcoka. Oliwia coraz bardziej zacieśnia relacje z Nico, a między nią i Dawide rozwija się sympatia. Giulia organizuje kolację. **35 min**



21.05 DOKUMENT
Jerzy Buzek. Siła marzeń

Opowieść o byłym premierze RP Jerzym Buzku (zdj.). Podczas swojej czteroletniej kadencji wprowadził Polskę do NATO i zrealizował wiele reform, w tym emerytalną i administracyjną. Był również przewodniczącym Parlamentu Europejskiego. W filmie pojawiają się też wątki prywatne. **90 min**



22.35 KOMEDIA
Depresja gangstera

Mafioso Paul (Robert De Niro, zdj.) popada w depresję. Szuka pomocy u doktora Sobela (Billy Crystal, zdj.). Z czasem nie może już bez niego funkcjonować. Psychiatrka interesuje się FBI. **110 min**

TVP 2

- 4.35 Na dobre i na złe** (931) – serial obyczajowy, Polska 2024
- 5.30 M jak miłość** (1834) – serial obyczajowy, Polska 2024
- 6.25 Pozyteczni.pl** – magazyn
- 6.55 Barwy szczęścia** (3393) – serial obyczajowy, Pol. 2026
- 7.30 Pytanie na śniadanie – pobudka** – magazyn, Polska 2026
- 7.55 Pytanie na śniadanie** Każdy program poświęcony jest innej kwestii. Na pytania związane z konkretnym tematem odpowiadają zaproszeni do studia eksperci z różnych dziedzin, a także polskie oraz zagraniczne gwiazdy. **230min**
- 11.45 Program kulturalny**
- 12.25 Koło fortuny** – teleturniej, Polska 2026
- 13.15 Panna młoda** (192) – serial obyczajowy, Turcja 2024
- 14.05 Va banque** – teleturniej, Polska
- 14.35 Na sygnale** (916): Do wesela się zagoi – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2026
- 15.05 La Promesa – pałac tajemnic** (473) – serial obyczajowy, Hiszpania 2024
- 16.00 Koło fortuny** – teleturniej, Polska 2026
- 16.35 Familiada** – teleturniej
- 17.20 Panna młoda** (193) – serial obyczajowy, Turcja 2024
- 18.15 Va banque** – teleturniej, Polska
- 18.50 Jeden z dziesięciu** – teleturniej
- 19.25 Barwy szczęścia** (3393) – serial obyczajowy, Polska 2026
- 20.05 Barwy szczęścia** (3394) – serial obyczajowy, Pol. 2026
- 20.40 Przepis dnia** – mag. kulin.
- 20.50 Na dobre i na złe** (996) – serial obyczajowy, Polska 2026 (patrz obok)
- 21.40 Magazyn Ekspresu Reporterów**
- 21.50 Na sygnale** (918) – fab.-dok., Polska 2026 (patrz obok)
- 22.20 Magazyn Ekspresu Reporterów**
- 23.20 Randka na zamówienie** – komedia romantyczna, Kanada/USA 2023, reż. Lucie Guest, wyk. Anja Savčić, Madison Smith, Riun Garner, Shannon Chan-Kent (patrz obok)
- 0.50 Peaky Blinders** (1, 2) – serial kryminalny, Wielka Brytania 2013, wyk. Gillian Murphy, Paul Anderson
- 3.05 My Sunnyside** – dok ▶ **4.35**



20.50 OBYCZAJOWY
Na dobre i na złe (996)

Jakubek (Marcin Zacharzewski, zdj.) przerywa pracę. Jest przekonany, że ma zawał. Oliwia musi podjąć się operacji kobiety z urazem wątroby. Blanka kłóci się z Mariem, a na jutro zabiera Ninę na spacer. Dochodzi do dramatycznych wydarzeń. **50 min**



21.50 FAB.-DOKUM.
Na sygnale (918)

Zespół doktora Góry jedzie do nastolatka z urazem klatki piersiowej i niewydolnością oddechową. Na miejscu ratownicy trafiają do domu jak z horroru. Alek (Adam Turczyk, zdj.) nadal jest pozbawiony emocji i coraz bardziej upodabnia się do Lisickiego. Dobromir, razem ze Zdzisławem, próbuje pomóc w remoncie bazy. **30 min**

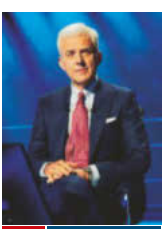


23.20 KOMEDIA
Randka na zamówienie

Athena (Anja Savčić, zdj.) pracuje jako konsultantka w szkole randkowej, gdzie klienci ćwiczą, jak stać się lepszymi partnerami. Nowym podopiecznym zostaje jej były chłopak. **90 min**

POLSAT

- 4.40 Disco Gramy** – program muzyczny, Polska 2026
- 5.25 Telezakupy TV Okazje**
- 6.00 Nowy dzień** – program informacyjny
- 9.10 Malanowski i partnerzy** (428): Szybka randka – serial fab.-dokumentalny, Polska 2012
- 9.40 Wypasiona kuchnia** (6) – program rozrywk., Pol. 2026
- 9.45 Malanowski i partnerzy** (429): Pechowy okup – serial fab.-dokumentalny, Polska 2012
- 10.15 Dlaczego ja?** (1346, 1347) – serial paradokumentalny, Polska 2024
- 12.20 Gliniarze. Ślask** (7): Milczenie jest złotem – serial kryminalny, Polska 2026
- 13.20 Gliniarze** (956, 957): Ostatnia akcja: Czyste ręce – serial paradokumentalny, Polska 2024
- 15.30 Wydarzenia 24**
- 15.50 Pogoda**
- 15.55 Gliniarze** (1223): Prawda leży w ośrodku – serial paradokumentalny, Polska 2026
- 16.55 Gliniarze. Ślask** (8): Ciche miejsce – krym., Pol. 2026
- 18.00 Pierwsza miłość** (4244) – serial obycz., Polska 2026
- 18.50 Wydarzenia**
- 19.15 Gość „Wydarzeń”** – program publicystyczny
- 19.25 Wypasiona kuchnia** (10) – program rozrywk., Pol. 2026
- 19.35 Sport, Pogoda**
- 19.55 Milionerzy** – teleturniej, Polska 2026 (patrz obok)
- 20.35 Komediodwa środa: Piep*zyć Mickiewicz** – dramat obyczajowy, Polska 2024, reż. Sara Bustamante-Drozdek, wyk. Dawid Ogrodnik, Hugo Tarres, Krystian Embadora, Ada Grodzka (patrz obok)
- 22.45 Aniolki Charliego: Zawrotna szybkość** – film sensacyjny, USA 2003, reż. McG, wyk. Cameron Diaz, Drew Barrymore, Lucy Liu, Demi Moore (patrz obok)
- 1.00 Laski na gigancie** – komedia, USA/Kanada 2017, reż. Malcolm D. Lee
- 3.35 Ewa gotuje** (570) – magazyn kulinarny, Polska 2026
- 4.15 Kabaretowa Ekstraklasa** (121) – program rozrywk., Polska 2017



19.55 TELETURNIJ
Milionerzy (127)

Hubert Urbański (zdj.) zaprasza do gry nowych uczestników, którzy próbują spełnić marzenie o milionie złotych. Od nagrody głównej dzieli ich dwanaście pytań z różnych dziedzin. Mają oni do dyspozycji trzy z czterech kół ratunkowych, w tym pomoc prowadzącego. **40 min**



20.35 DRAM. OBYCZ.
Piep*zyć Mickiewicz

Dante (Hugo Tarres, zdj.) i jego koledzy uznawani są w szkole za czarne owce. Pedagogzy ich nie znoszą. Uczniów próbuje zrozumieć tylko nowy polonista Jan Sienkiewicz (Dawid Ogrodnik). Stosując niekonwencjonalne metody i wsłuchując się w potrzeby nastolatków, stara się im pomóc. **130 min**



22.45 SENSACYJNY
Aniolki Charliego: Zawrotna szybkość

Natalie (Cameron Diaz, zdj.), Alex (Lucy Liu, zdj.) i Dylan (Drew Barrymore, zdj.) szukają obrączek, które pozwalają odkryć tożsamość dawnych świadków koronnych. **135 min**

tvn

TVN

DVB T2

5.40 Uwaga! – magazyn reporterów

5.55 Ukryta prawda (1470) – serial paradokumentalny, Polska 2023

6.50 Kuchenne rewolucje (2) – program rozrywk., Pol. 2023

7.45 Dzień Dobry TVN – magazyn

11.20 Doradca smaku (7) – magazyn kulinarny, Polska 2026

11.30 Kuchenne rewolucje (6) – program rozrywkowy, Pol.

13.40 Ukryta prawda (1610, 1611) – serial paradokumentalny, Polska 2024

Rozwiedziona Maryla spotyka się z Rafałem. Pewnego dnia dowiaduje się, że miał on wypadek i jest w śpiączce. W jego domu odkrywa przeżającą prawdę. **125 min**

15.45 Ukryta prawda (1756) – serial paradokumentalny, Polska 2026 (patrz obok)

16.50 Szpital św. Anny (137) – serial obyczajowy, Polska 2026

Marta szykuje się do egzaminu do pogotowia lotniczego. Zespoł dostaje wezwanie do kobiety po próbie samobójczej. Na miejscu okazuje się, że to Sabina Krawczyk. **65 min**

17.55 Detektywi (338) – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2026

Drawicz spotyka żonę kolegi ze szkoły policyjnej. Wkrótce wychodzi na jaw, że mężczyzna został zamordowany. Analiza jego telefonu ujawnia tajemniczą korespondencję z nieznana kobietą. **65 min**

19.00 Fakty

19.35 Sport

19.40 Raport US Open (11) – magazyn sportowy, Polska 2026

19.45 Pogoda

19.55 Uwaga! – magazyn reporterów



15.45 PARADOKUM.

Ukryta prawda (1756)

Marta i jej mąż nie kryją zaskoczenia, gdy dowiadują się, że ich 18-letni syn Karol zaczyna pracę za barem. Kobieta widzi na jego komputerze wyszukania o najlepszej porodówce w Warszawie. Jest pewna, że Karol i jego dziewczyna spodziewają się dziecka. **65 min**



21.30 REALITY SHOW

Top Model (2)

Odcinek castingowy. Kandydaci zaskakują jurorów swoimi talentami. **90 min**



puls

TV PULS

DVB T2

6.00 Policjanci z Miami 5 (3, 4): Ciemności nocy; Fatalne zgranie w czasie – serial kryminalny, USA 1988

8.00 Kobra – oddział specjalny (5, 6): Sanitariusz; Na warunkowym – serial sensacyjny, Niemcy 2019

10.00 Zaklinaczka duchów 5 (87) – serial fantasy, USA 2009-2010

11.00 Kotka (26) – telenowela, Meksyk 2014

12.00 Nie igraj z aniołem (157) – serial obyczajowy, Meksyk 2008

Ana Julia powraca do domu z Mayitą. Wściekła Onelia nakazuje trzymać się jej z daleka od wnuczki. Juan Miguel przysłał prezent Marichuy. Beatriz i Eduardo biorą ślub. **60 min**

13.00 Wspaniałe stulecie (91) – serial kostiumowy, Turcja 2012-2013

14.00 Kurierzy 2 (76) – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2023

15.00 Lombard. Życie pod zastaw 14 (734, 735) – serial obyczajowy, Polska 2024

17.00 Kurierzy 2 (77) – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2023

W siedzibie firmy Gawreckiego pojawia się Romek Rybak. Twierdzi, że kupił w Chinach kontener dronów. Proponuje innowacyjną usługę, jaką byłaby... powietrzna dostawa przesyłek. **60 min**

18.00 Lombard. Życie pod zastaw 19 (1016, 1017) – serial obyczajowy, Polska 2026

Aneta organizuje synowi wystawną komunię, by nie wypaść gorzej od kuzynki. Ojciec chłopca przynosi do lombardu zegarek, by zdobyć pieniądze. Barski oznajmia bliskim, że musi ich chronić. **120 min**



20.00 KRYMINAL

Księga luster

Roy (Russell Crowe, zdj.) jest emerytowanym detektywem cierpiącym na alzheimer. Postanawia jeszcze raz przyjrzeć się sprawie zabójstwa profesora, do którego doszło przed laty. Okazuje się, że ważną rolę odgrywa w niej doktorantka naukowa. Na jaw wychodzą kłamstwa. **130 min**



22.10 THRILLER

Minuta po śmierci

Makler Russ (Cole Hauser, zdj.) wraca w rodzinne strony. Mieszkańcy miasta powierzą mu oszczędności. Mężczyźnie grozi niebezpieczeństwo, gdy inwestycje okazują się fiaskiem. **110 min**

tvn

TVN 7

DVB T2

5.20 Ten moment (38) – serial paradokumentalny, Polska 2015-2016

5.55 Szkoła (436-438) – serial paradokumentalny, Polska 2017

8.45 Ukryta prawda (1381, 1531, 1532) – serial paradokumentalny, Polska

11.50 W-11 – Wydział Śledczy (670-672) – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2010

W parku na obrzeżach miasta znaleziono ciało agentki nieruchomości. Podejrzane o zabójstwo jest oszukane małżeństwo. **125 min**

13.55 Detektywi (122): Wakacje detektywów – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2024

Maciej spędza urlop na Mazurach. Nagle znika córka właścicielki pensjonatu, w którym się zatrzymał. **65 min**

15.00 Szpital (868, 869) – serial paradokumentalny, Polska 2018 (patrz obok)

17.00 Sędzia Anna Maria Wesołowska (550): Arabski romans – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2011

18.00 Rozwód. Walka o wszystko (2): Rozwód z brutalą – serial paradokumentalny, Polska 2020

Paulina chce się rozstać z Robertem, który stosuje przemoc fizyczną, psychiczną oraz finansową. Mąż przejmując jej pensję, po czym wydziela niewielkie sumy. **60 min**

19.00 Ukryta prawda (1682) – serial paradokumentalny, Polska 2025

Agnieszka zmagą się z ciężką sytuacją rodzinną, ponieważ jej 15-letnia córka Iga potrzebuje pilnie przeszczepu nerki od ojca, Darka. Mężczyzna jednak nie zgłasza się na zaplanowaną operację. **60 min**



15.00 PARADOKUM.

Szpital (868, 869)

Do doktora Morawskiego (Krzysztof Wnuk, zdj.) trafia student, który spadł z drabiny podczas kręcenia filmu erotycznego. Pomocy lekarskiej wymaga również czterdziestolatka z objawami zawału. Jej niewierny partner pojawia się na oddziale, aby błagać o przebaczenie. **120 min**



21.00 PRZYGODOWY

Krwawy diament

Lata 90. XX wieku. Rybak z Sierra Leone, Solomon (Djimon Hounsou, zdj.), szuka wprowadzenia do świata przemyśleń (Leonardo DiCaprio, zdj.). **180 min**



W APTEKACH I ZIELARNIACH

CUKIERKI ALOESOWE – SEKRET URODY, DOBREGO SAMOPOCZUCIA, WZMOCNIENIA ODPORNOŚCI.

20.15

Na Wspólnej

(4274)

– serial obyczajowy, Polska 2026

20.50

The Floor

– teleturniej, Polska 2026

21.30

Top Model

(2) – reality show, Polska 2026 (patrz obok)

23.00

World Trade Center

FILM

– dramat społeczny, USA 2006, reż. Oliver Stone, wyk. Nicolas Cage, Maria Bello, Connor Paolo, Michael Pena (patrz obok)

Historia ludzi, których wydobyciu z ruin zawałonego budynku w Nowym Jorku. **150 min**

1.30

Klara

(3, 4) – serial komediowy, Polska 2024

2.55

Uwaga!

– magazyn reporterów

3.15

CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 10

(5, 6) – serial kryminalny, USA/Kanada 2009

5.15

Nauka jazdy 5

(21) – program rozrywk., Pol. 2022



23.00 DRAMAT SPOL.

World Trade Center

Nowy Jork, 11 września 2001 roku. Członkowie ekipy ratunkowej, John McLoughlin (Nicolas Cage, zdj.) i Will Jimeno (Michael Pena), zostają uwięzieni pod gruzami WTC. **150 min**

20.00

Księga luster

FILM

– film kryminalny, Australia/USA 2024, reż. Adam Cooper, wyk. Russell Crowe, Karen Gillan, Marton Csokas, Tommy Flanagan (patrz obok)

22.10

Minuta po śmierci

FILM

– thriller, USA 2022, reż. Michael Mailer, wyk. Cole Hauser, Morgan Freeman, Jaimie Alexander, Darren Mann (patrz obok)

0.00

Podróże z diabłem

FILM

– thriller, Kolumbia/USA 2019, reż. Jason Cabell, wyk. Nicolas Cage, Laurence Fishburne, Natalia Reyes, Cole Hauser (patrz obok)

1.55

Dzielnica strachu 10

(468): Śmiech klauna – serial kryminalny, Polska 2025-2026

3.00

Lombard. Życie pod zastaw 19

(1012) – serial obyczajowy, Polska 2026

4.00

Zobacz to!



0.00 THRILLER

Podróże z diabłem

Ginie duża partia kokainy. Przywódca kartelu zleca wyjaśnienie tej sprawy zaufanym podwładnym, Cookowi (Nicolas Cage, zdj.). Kompani testują łańcuch dostaw. **115 min**

20.00

Hotel Paradise 13

(9) – reality show, Polska 2026

21.00

Krwawy diament

FILM

– dramat przygodowy, USA/Niemcy/Wielka Brytania 2006, reż. Edward Zwick, wyk. Leonardo DiCaprio, Djimon Hounsou, Jennifer Connelly, Kagiso Kuppers (patrz obok)

0.00

Epidemia strachu

FILM

– thriller s.f., USA/Zjednoczone Emiraty Arabskie 2011, reż. Steven Soderbergh, wyk. Matt Damon, Marion Cotillard, Laurence Fishburne, Kate Winslet (patrz obok)

2.20

Hotel Paradise 13

(8) – reality show, Polska 2026

3.15

Wrota piekieł 3

(1) – serial dokumentalny, USA 2022

4.05

Fachowcy 2

(5) – serial paradokumentalny, Pol. 2018

4.40

Dorota was urządzi!

(1) – pr. rozrywk., Polska 2016



0.00 THRILLER SF

Epidemia strachu

Beth, żona Mitcha (Matt Damon, zdj.), umiera po powrocie z Hongkongu do Stanów. Lekarze nie wiedzą, co się stało. Wkrótce planetę ogarnia pandemia. Kilku fachowców próbuje ocalić ludzkość. **140 min**

TVP 3	TVP 3	D5 12	TVP POLONIA	TV 4	D5 12	PULS 2	D5 12	TVP ROZRYWKI	TVP ROZRYWKI	TTV HD	D5 12				
12.30 Górną półkę smaku (10)	13.00 Agrobiznes – mag.	13.30 Daję słowo – Maciej Orłós 2 (33) – talk-show	14.30 Program informacyjny 14.30	15.00 Koronka do Miłosierdzia Bożego – pr. religijny	15.20 Serwis Info Dzień – inf.	15.30 Program lokalny	19.30 Calkiem niezła historia	19.45 Kryminalna siódemka	20.00 Dziennik regionów	20.13 Gość Regionów – publ.	20.30 Telekurier – mag., Polska	21.00 Program lokalny	22.00 Dziennik regionów	22.30 Złoty chłopak (235) – serial obycz., Turcja 2022	23.30 Kryminalna siódemka
15.10 Lena na Kaukazie	15.40 Między pamięcią a zapomnieniem (1)	16.05 Moda na język polski (48) – magazyn	16.30 Barwy szczęścia (3374) – serial obycz., Pol. 2026	17.00 Teleexpress	17.20 Gra słów. Krzyżówka	17.50 Teleexpress Extra – inf.	18.15 Nazajutrz – reportaż, Pol.	18.30 Notacje – cykl dok., Pol.	18.45 Panorama	19.20 Powstanie Warszawskie dzień po dniu (40) – cykl reportaży	19.30 Program informacyjny 19.30	19.55 Pytanie dnia – pr. publ.	20.10 Sport, Pogoda		
6.00 Strażnik Teksasu (21, 22) – serial sensacyjny	7.55 Bogaty dom – biedny dom (130) – reality show	8.55 Policjantki i Policjanci (603-605) – serial obycz.	11.55 Na ratunek 112 (1085, 1086) – paradok.	12.55 Trudne sprawy (887-889) – paradok., Pol.	15.55 Policjantki i Policjanci (1442) – obycz., Pol. 2026	17.00 Trudne sprawy II (1359) – serial paradokumentalny	18.00 Łowcy skarbów. Kto da więcej? (560)	19.00 Policjantki i Policjanci (1443) – obycz., Pol. 2026	20.00 Wypasiona kuchnia (9)	20.05 Uroczysko (267) – krym.					
9.45 Bing 4 – serial anim.	10.00 Język i Przyjaciele – serial animowany	10.35 Basia 2 – serial anim.	11.10 Gus. Mały – wielki rycearz 2 – serial anim.	11.35 Tomek i przyjaciele: Naprzód lokomotywy! 27 – serial anim.	12.00 Psi Patrol 4 – serial anim.	12.35 Gumiś 4 – serial anim.	13.35 Smerfy – serial anim.	14.00 Baranek Shaun 4	14.35 Marta mówi – anim.	15.00 Miraculous: Biedronka i Czarny Kot 3 – anim.	16.00 Patryk Rozgwiazda Show – serial animowany	17.00 SpongeBob Kanciastoparty 9 – serial anim.			
6.10 Zakochaj się w Polsce (314) – magazyn	6.40 Gra słów. Krzyżówka	7.10 Okrasa łamie przepisy	8.15 Familiada – teleturniej	8.50 Va banque – teleturniej	9.25 Kolo fortuny – telet., Pol.	10.05 Makłowicz w podróży	10.45 Postaw na milion	12.35 Familiada – teleturniej	13.15 Czerdziejstalek. Dwadzieścia lat później (5) – serial kom.	14.15 Rodzinka.pl (238) – kom.	14.55 Program rozrywkowy	15.15 Lato z Radiem i Telewizją Polską	17.25 Va banque – teleturniej	18.00 Kolo fortuny – telet., Pol.	18.40 Okrasa łamie przepisy
7.35 DeFacto 13 (10, 11)	8.30 Kartoteka 6 (18, 19)	10.35 Detektywi (111, 333)	12.35 Zakup w ciemno 4 (3)	13.35 Zakup w ciemno 8 (6)	14.35 Nic do ukrycia (2) – dok.	15.35 Złomowski PL 8 (1)	16.45 Express – pr. inform.	16.58 Pogoda, Sport	17.05 Zakup w ciemno extra (27) – reality show, Polska	17.45 Życie na kredyt 7 (13, 14) – reality show, Pol.	18.40 Gogglebox. Przed telewizorem 24 (13)	19.45 Express, Pogoda – inf.	20.05 Zakup w ciemno 8 (7)	21.05 Zakup w ciemno extra 3 (7) – reality show	21.45 Express, Pogoda – inf.

PROGRAM INFORMACYJNY	OBYCZAJOWY	KRYMINALNY	ANIMOWANY	KULINARNY	ROZRYWKI
 23.55 Panorama Podsumowanie najważniejszych wydarzeń dnia. W programie znajdują się informacje polityczne i kulturalne oraz komentarze ekspertów. 30 min 0.25 Program informacyjny 19.30 1.20 Kryminalna siódemka 1.40 Dziedzictwo (890) 2.30 Trójkąt Polityczny 3.20 Program informacyjny 19.30 3.50 Sanatoria 4.25 Dziennik regionów 4.50 Gość Regionów – publ. 5.10 Telekurier – mag., Polska TVP 3 jest wspólnym pasmem programowym lokalnych stacji telewizyjnych: Białostok, Bydgoszcz, Gdańsk, Katowice, Kraków, Lublin, Łódź.	 20.25 Życie nad rozlewnością (9, 10) – Pol. 2011 Basia podpisuje umowę na wydanie książki. Jej fragmenty zostają zaprezentowane podczas wernisżu Oresta. Odrzucony przez Małgosię Konrad wraca do Warszawy. 105 min 22.10 Rozmowy (nie) wygodne – pr. publicyst. 22.45 Polscy szpiedzy – publ. 23.05 Słowo daje! – magazyn 23.15 Panorama 23.45 Sekielski wieczorową porą – program publicyst. 0.40 Zaraz wracam 2 (133) – serial obycz., Pol. 2025 1.00 Polacy świata 1.10 Stacja innowacja	 20.40 Sprawiedliwi – Wydział Kryminalny (1046) – Polska 2026 Trwa pościg za byłym żołnierzem z PTSD, który zabił partnerkę i porwał nastoletnią pasierbicę. Śledczy organizują zasadzkę. 60 min 21.40 Sprawiedliwi. Trójięmiasto (163) – krym. 22.50 Opowieści o zbrodni 2 (1) – dok. 23.25 Za ciemno – komedia FILM sensacyjna, USA/Hongkong/Arabia 1998 1.10 Love Island. Wyspa miłości (12) – reality show, Wielka Brytania 2.15 Hardkorowy lombard (56) – serial dok., USA	 18.00 Pingwin z Madagaskaru 3 Kowalski spieszy na pomoc Doris i dziobakowi Parkerowi. Pingwin wyrusza na niebezpieczną wyprawę, aby ratować Francisa. Wkrótce jednak okazuje się, że jest nim doktor Bulgot. 60 min 19.00 Kaczki opowieści 20.00 Lombard. Życie pod zastaw 18 (1004) – serial obyczajowy, Polska 2026 21.00 Snajper 2 – film FILM sensacyjna, USA 2002 22.55 Brygada ponad prawem powraca – thriller, Francja 2023 0.55 Lombard. Życie pod zastaw (21, 22) – obycz.	 19.15 Okrasa łamie przepisy Prowadzącym tym razem uda się do Lejkowa w okolicy Koszalina. Tam pokazuje, jak przygotować kawior i zrobić tatara ze świeżego ostrąga, który najlepiej smakuje z prawdziwkami. 30 min 19.45 Jaka to melodia? – teleturniej muzyczny 20.30 Postaw na milion 22.15 Rodzinka.pl (83) – kom. 22.50 Kabaret Letnią Porą (19) – pr. rozr., Pol. 2021 23.50 Kabaret. Super Show Dwójki (2) – pr. rozr., Pol. 1.00 Kolo fortuny – telet., Pol. 2.25 Do śmiechu! (13, 14) 4.30 Hity wszech czasów (32) – magazyn muzyczny	 22.00 Ciężarówka przez Chile (2) – Polska Dawid Andres (zdj.) przeprawia się promem na wyspę Chiloé, zagląda za kulisy rejsu, próbuje empanad i rozmawia z kapitanem o jego pracy. W Castro odbiera nową ciężarówkę. 60 min 23.00 Gogglebox. Przed telewizorem 25 (2) – pr. rozrywk., Pol. 2026 0.25 Życie na kredyt 9 (1, 2) – reality show, Polska 1.20 Back to school. Prawdziwy egzamin (2) 2.20 Dobra robota 2 (2) – dok. 3.20 Detektywi. Na leczenie 3 (14, 15) – serial fabularno-dokum.

TVP 3	TVP 3 PROGRAMY LOKALNE	TVP HD	TVP KULTURA	afena ANTENA HD	TV 6
BIALYSTOK 17.10 Telenowyń 17.35 Moda na język polski 18.00 Grajmy swoje 18.10 Panorama łomżyńska 18.30 Obiektowy 18.50 Gość "Obiektowy" 19.00 Sport, Pogoda 19.10 Z historii na TV 21.00 Przegląd suwalski 21.20 Gość "Obiektowy" 21.30 Obiektowy BYDGOSZCZ 17.30 Samorządni 18.15 Pokochaj Grudziądz 18.30 Zbliżenia 19.00 Rozmowa dnia 19.20 Wilczy apetyt 21.00 Rozmowa dnia 21.20 Ekspert ZUS odpowiada 21.30 Zbliżenia 21.45 Sport, Pogoda GDANSK 17.30 Reportaż z regionu 17.50 Raport gospodarczy 18.15 Czyżewski 42.30 Panorama 19.00 Droga 21.00 Ted 21.15 Czyżewski 42.21.30 Panorama KATOWICE 17.16 Dzień z bliska 17.45 Sobota w Bytkowie 18.15 Protokół rozbieżności 18.30 Aktualności 18.55 Pogoda, Sport 19.10 Gramy dla was 21.15 Protokół rozbieżności 21.30 Aktualności KRAKÓW 17.05 Kadry z przeszłości. Archiwum TVP Kraków 17.20 Polskie Stany 17.45 Biała pani 18.00 Tożsamość wsi, odnowa i rozwój (Agropromocja) MODR 18.10 Zdrowie dla Ciebie 18.30 Kronika 18.55 Tematy dnia 19.16 Spichlerz smaków 21.03 Wykrywacz kłamstw 21.21 Bezpiecznie 21.30 Kronika 21.45 Tematy dnia LUBLIN 17.55 Zdarzenia 18.10 Murale w mieście zaklęte 18.30 Panorama lubelska 19.00 Magazyn sportowy 19.15 Okiem kierowcy 21.02 Login: Nauka 21.15 Gość "Panoramy" 21.30 Panorama lubelska	ŁÓDŹ 17.30 Strefa biznesu 17.45 Samorządni 18.15 Reportaż 18.30 Łódzkie wiadomości dnia 18.50 Sport, Pogoda 19.00 Łódzkie filmowej Łodzi 19.20 W archiwach 21.00 Na wschód od Łodzi 21.15 Ostojni mistrzowie 21.30 Łódzkie wiadomości dnia POZNAN 17.29 Teleskop 17.45 Wspólne popołudnie 18.30 Teleskop 19.00 Rozmowa dnia 19.14 Lekcja z natury 21.02 Opowieści stad 21.18 Informator kulturalny 21.30 Teleskop RZESZÓW 17.30 Zakamarki przeszłości 17.56 Dokument w TVP Rzeszów 18.30 Aktualności 18.59 Odkryj regiony 19.14 Z życia regionu 21.00 Wykrywacz kłamstw 21.30 Aktualności SZCZECIN 17.30 Prywatne życie zwierząt 17.35 Słowo daje! 18.00 Natura bez granic 18.30 Kronika 18.52 Wokół nas 19.00 Calkiem niezła historia 19.15 Z indeksem w ręku 21.00 Wokół nas 21.14 Pomorze Etniczne 21.30 Kronika 21.45 Rozmowa dnia WARSZAWA 17.55 Lekcja pamięci 18.00 Zawsze na temat 18.30 TKW 18.42 Kurier Mazowiecki 19.04 Regujemy 21.00 Zawsze na temat 21.30 Kurier Warszawski i Mazowska WROCLAW 17.15 Magazyn Dolnośląski 17.29 W swoim czasie 17.44 Forum ekonomiczne Karpacz 17.56 Wyższa Szkoła Jazdy 18.22 Forum ekonomiczne Karpacz 18.30 Fakty 18.58 Rozmowa "Faktów" 19.15 Szlachetne zdrowie 21.02 Pamięć 21.04 Miasta 21.16 Rozmowa "Faktów" 21.30 Fakty	8.55 Ojciec Mateusz 30 (391, 392) – krym., Pol. 2023 10.45 Gra słów. Krzyżówka 11.20 Na sygnale (778, 779) 12.25 Ojciec Mateusz 11 (140) 13.20 Komisarz Alex 22 (275) 14.15 Ranczo 8 (103, 104) 16.10 Polska Śroziemnomorska – magazyn kulinarny 16.40 Operacja zdrowie – mag. 17.10 Okrasa łamie przepisy 17.45 Makłowicz w podróży 18.20 Ojciec Mateusz 30 (383) 19.20 Ranczo 7 (82) – obycz., Pol. 20.10 Rodzinka.pl (254, 255) – serial komediowy, Polska 21.25 Ojciec Mateusz 32 (413) 22.20 Teraz albo nigdy FILM – kom. romant., USA 2018 0.15 Lepiej być nie może FILM – komedia, USA 1997	12.05 Była sobie muzyka – dok. (11, 12) – serial obyczajowy, USA 13.15 Alternatywy 4 (4) – kom. 14.30 Szczęśliwy brzeg – film FILM psychologiczny, Polska 1983 16.20 Polski drogi (11-ost.) – serial wojenny, Pol. 1977 18.15 Kolekcja – cykl felietonów 18.30 Informacje kulturalne 18.55 Rawhide 3 (61) – przyg. 20.00 Szabla od Komendanta FILM – komedia, Polska 1995 21.55 Goias, absolutnie! – dok. 23.00 Godland – dramat FILM obyczajowy, Dania 2022 1.35 Mroźny peppermint FILM – dramat obycz., Hiszp. 1967 3.20 Porozmawiajmy szczerze – magazyn kult. 4.05 Informacje kulturalne 4.30 Podróże z historią (52) 5.15 Teledyski – magazyn muz.	12.00 Wojny kontenerowe (11, 12) – serial obyczajowy, USA 13.00 Kłątwa Wyspy Dębów 4 (13) – reality show, USA 13.55 Australijscy poszukiwacze złota 3 (10, 11) – dok., Australia 16.00 Unforgettable (2) – serial kryminalny, USA 2011 16.50 Detektywi z Bordeaux 6 (3) – serial krym., Fr./Bel. 18.00 77 TV 5 (1, 2) – pr. rozr., Pol. 20.00 Alex Hugo – gorszy detektyw (17) – serial kryminalny, Francja 22.05 Detektywy Candice: Niezawodny instykt 4 (7) – serial kryminalny, Fr. 23.15 Balazar: Śledczy fenomen 3 (1) – serial kryminalny, Francja 2020	6.00 Więzienie (154, 155) – dok. 6.55 Policjantki i Policjanci (795, 796) – serial obycz. 8.55 Kobra – oddział specjalny (114, 115) 11.00 48h. Zaginięci (277-279) 14.00 Policjantki i Policjanci (1243) – serial obycz., Polska 15.00 Uroczysko (131, 132) 16.00 Kobra – oddział specjalny (116, 117) 18.05 Strażnik Teksasu (23, 24) 20.05 CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku (121, 122) 22.00 Czarna lista (15) – krym. 23.00 Sprawiedliwi – Wydział Kryminalny (761, 762) 1.00 Kości (161, 162) – krym. 3.00 Cobra Kai (5) – serial przyg. 3.40 Septagion (71, 72) – krym. 5.45 Telezakupy TV Okazuje

STOPKLATKA

- 6.00** Kabaretowe hity (8)
6.50 Wojciech Cejrowski – boso przez świat – Robert Makłowicz (181, 227) – mag. kulin.
7.50 Robert Makłowicz (181, 227) – mag. kulin.
9.35 Pyszne dania w 10 minut z Julią Olęś 2 (11)
9.45 Górski lekarz (9, 10) – obycz., Niemcy/Austria
11.45 Zagadki kryminalne panny Fisher 2 (3, 4) – serial krym., Australia
14.00 Hudson i Rex 8 (6)
15.00 Zajadł. Będzie się działo 2 (6, 7) – serial obycz.
17.00 Katastrofy w przestworzach 3 (11) – serial dokumentalny
18.05 Katastrofy w przestworzach (1, 8)



20.00 Zaraz wracam – USA/
FILM Kanada/Niemcy 2008
 Della (Kim Basinger, zdj.), wracając ze sklepu, naraża się bandytom. Ucieka, a oni ruszają jej tropem. Na leśnej drodze ulega wypadkowi, ale robi wszystko, by nie wpaść w ręce przestępców. **110 min**

- 21.50** Czerwony świt – film
FILM wojenny, USA 2012, wyk. Chris Hemsworth
23.40 American Pie – komedia,
FILM USA 1999, wyk. Jason Biggs, Jennifer Coolidge
1.45 Tam i z powrotem – film
FILM obyczajowy, Polska 2001
3.55 Szaleństwa panny
FILM Ewy – film obyczajowy, Polska 1984

POLSAT 2

- 5.50** Wydarzenia
6.30 Nasz nowy dom (348) – reality show, Polska 2025
7.30 Na ratunek 112 (1015, 1016) – serial paradokumentalny, Pol. 2025
8.30 Sekrety rodziny (119-121) – serial paradokumentalny, Polska
11.30 Trudne sprawy (794) – serial paradokumentalny
12.30 Dłaczego ja? (1438, 1439) – serial paradokumentalny, Pol. 2025
14.30 Wypasiona kuchnia (9) – pr. rozrywk., Pol. 2026
14.35 Świat według Kiepskich (329-331, 338, 339) – serial kom., Polska



17.05 48h. Zaginieni (245, 246)
 Znika 27-letni Eryk, który spotyka się z 19-letnią Wiktoria, córką zamężnego biznesmena. Milioner nie akceptuje tego związku. Śledczy muszą ustalić, czy jest zamieszany w sprawę zaginięcia. **120 min**

- 19.05** Gliniarze (1040)
20.05 Ślad (32) – serial krym.
21.05 Gliniarze (970) – paradok.
22.05 Ambulans (2) – dok., Pol.
23.05 Świat według Kiepskich (431, 432)
0.05 Ślad (103) – krym., Pol.
1.05 Zdrady II (47) – paradok.
2.10 Wydarzenia
2.50 Interwencja – mag.
3.00 Ewa gotuje (541) – mag.
3.30 Atleci – mag. sportowy

TVP SERIALE

- 5.25** Rodzinka.pl (146, 147)
6.25 Na sygnale (529, 530)
7.35 Ojciec Mateusz 6 (79)
8.30 Komisarz Alex 9 (111)
9.20 Rodzinka.pl (148) – kom.
9.55 Klan (1495) – telen., Pol.
10.25 Ranczo 2 (16) – obycz.
11.20 Na dobre i na złe (995)
12.20 Zaraz wracam 3 (136, 137) – serial obycz.
13.35 Ojciec Mateusz 33 (430, 431) – serial krym.
15.35 Komisarz Alex 9 (112)
16.20 Na sygnale (531, 532) – serial fabularno-dokum.
17.30 Ranczo 2 (18, 19) – obycz.
19.35 Ojciec Mateusz 33 (432) – serial kryminalny, Polska
20.30 Ojciec Mateusz 6 (80) – serial kryminalny, Polska



21.30 Ranczo 2 (20, 21) – Polska 2007
 Kusy świetnie zarabia na sztuce komercyjnej, jednak odbija się to negatywnie na jego samopoczuciu. Tymczasem zaniedbany Wiesławski prosi policjanta, aby zaczął śledzić jego żonę. **120 min**

- 23.30** Ojciec Mateusz 33 (433) – serial kryminalny, Polska
0.30 Ojciec Mateusz 35 (450) – serial kryminalny, Polska
1.25 Krucjata. Prawo serii (3, 4) – serial krym., Polska
3.20 Stulecie Winnych 4 (49) – serial obycz., Pol. 2022
4.10 Klan (1495) – telen., Pol.
4.45 Zaraz wracam 2 (135) – serial obycz., Pol. 2025

KINO POLSKA

- 6.50** Polska Kronika Filmowa – serial dokum.
7.15 Bolek i Lolek na wakacjach (13, 1)
7.40 Przygody Myszy (13, 1)
8.00 Do przerywu 0:1 (3)
8.35 Diabeł – film krótkometr.
9.00 Węgry – krótkometr.
9.40 Syn szczęścia – film krótkometr.
10.00 Potop (1/2) – film
FILM historyczny, 1974
13.35 Papierowe małżeństwo – komedia obyczajowa, Polska/Wielka Brytania 1991
15.30 W zawieszeniu
FILM – dramat polityczny, 1986
17.15 Pogranicze w ogniu (13, 14) – serial sensacyjny



20.00 Słodko-gorzki – 1996,
FILM reż. Władysław Pasikowski
 Mateusz (Rafał Mohr, zdj.) próbuje wyjaśnić, dlaczego jego kolega popełnił samobójstwo. Niebawem zakochuje się w nowej uczennicy. Odkrywa, że dziewczyna ma związek z tą sprawą. **115 min**

- 21.55** Karate po polsku
FILM – dramat obycz., 1983
23.50 Cialo – komedia, 2003,
FILM wyk. Rafał Królikowski
2.00 Obcy musi fruwać
FILM – komediodramat, Polska/Niemcy 1993
4.05 Leben O – krótkometr.
4.50 Końce i początki
5.10 Przez ciebie, po tobie
5.45 Zakałec – krótkometr.

AXN

- 6.30** CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 14 (21) – krym., USA/Kanada
7.15 Ostry dyżur 4 (21, 22) – serial obycz., USA 1998
9.10 Castle 6 (20, 21) – serial krym., USA 2013-2014
11.10 Rekrut 5 (15, 16) – krym.
13.10 Dowody zbrodni 4 (24) – serial kryminalny, USA
14.10 Dowody zbrodni 5 (1) – serial kryminalny, USA 2007, wyk. Kathryn Morris, John Finn
15.10 FBI 4 (19, 20) – krym., USA
17.05 CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 7 (16, 17) – krym., USA/Kan.
19.05 Castle 6 (22, 23) – serial krym., USA 2013-2014



21.05 Walker: Strażnik Teksasu 2 (17, 18)
 Denise prosi Twyle o pomoc w zdeksowaniu grupy przestępczej. Cordell i James odkrywają, że podejrzany Cassie dotyczące losu jej zaginionego partnera mogą okazać się słuszne. **110 min**

- 22.55** CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 7 (16, 17) – krym., USA/Kan.
0.45 Castle 6 (22, 23) – krym.
2.40 Walker: Strażnik Teksasu 2 (17, 18) – serial krym., USA 2021-2022
4.25 CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 5 (12) – krym., USA/Kanada
5.10 Blok promocyjny AXN

CANAL+ PREMIUM

- 6.00** Łąpu capu – pr. rozr., Pol.
6.05 Pan Tadeusz – film
FILM kostiumowy, Pol./Fr. 1999
8.35 Prawdziwa historia szeregowca Ryana – film dok., Francja 2026
9.30 MTV Unplugged: Maryla Rodowicz
10.45 Saga „Zmierzchni”: Zacmienie – film fantasy, USA 2010
12.45 Wszyscy święci – film obyczajowy, Polska 2002
14.00 Krucjata Bourne'a
FILM – thriller, USA/Niem. 2004
15.45 Dog Man – film animowany, USA 2025
17.10 Łąpu capu – pr. rozr., Pol.
17.15 Wicked – musical, USA/
FILM Kanada/Islandia 2024



20.00 Imagine Dragons: Live at the Hollywood Bowl – USA 2025
 Charyzmatyczni muzycy, zdobywcy Grammy, wykonali swoje największe przeboje. Utwory zyskały nowy wymiar dzięki legendarnej LA Film Orchestra. **130 min**

- 22.10** The Walking Dead: Dead City 3 (6) – serial grozy, USA 2026
23.00 Baw się dobrze
FILM i przeżyj – komedia s.f., Niemcy/USA 2025
1.10 Namierzony – dramat sensacyjny, USA/Wł. 2025

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

13 ULICA

- 6.25** Morderstwo w Herault
FILM hist. kryminalny, Fr. 2020
8.20 Motyw (13) – krym., Kan.
9.20 Motyw 2 (1) – krym., Kan.
10.15 Bez śladu (17, 18) – serial kryminalny, USA 2003
12.05 Kasandra 3 (1) – krym., Fr.
14.10 Morderstwa w Tours
FILM – film kryminalny, Fr. 2018
16.10 Motyw 2 (2, 3) – serial kryminalny, Kanada 2014
18.00 Bez śladu (19, 20) – serial kryminalny, USA
19.50 Kasandra 3 (2) – krym., Fr.
22.00 Podróżnik (1) – serial krym.
0.05 Astrid i Raphaëlle 2 (3, 4) – krym., Fr./Bel./Szwajcaria
2.20 Motyw (13) – krym., Kan.
3.15 Motyw 2 (1) – krym., Kan.
4.10 Morderstwo w Herault
FILM – film kryminalny, Fr. 2020

POLSAT FILM

- 6.05** Górale (102-104) – dok.
7.30 Doktor Martin (79)
8.30 Przyciąłki (221, 222)
10.25 Świat według Kiepskich (169, 170, 195, 196) – kom.
12.50 Szyby i wściekli 9
FILM – film sensacyjny, Kanada/Tajlandia/USA 2021
15.50 Gran Turismo – dramat przygodowy, USA/Jap. 2023
18.40 Bad Company – komedia sens., USA/Czechy 2020
21.00 Królowa wojownik
FILM – dramat przygodowy, USA/RPA/Irlandia 2023
23.45 Creed: Narodziny legendy – dramat obyczajowy, USA 2015
2.30 Fala zbrodni (10) – sens.
3.30 Ślad (66, 67) – serial krym.
5.30 Na ratunek 112 (925)

HBO

- 10.45** Dźwiękowiec – dramat
FILM hist., Belgia/Hol./Dania 2025
12.40 P.S. Kocham Cię
FILM – melodramat, USA 2007
14.45 Rozważni i romantyczni
FILM – klub miłośników Jane Austen – komediodramat, USA 2007, wyk. Maria Bello
16.30 Pies i Robot – film anim., Hiszpania/Francja 2023
18.10 Choryzysci – dramat hist., Wielka Brytania/USA 2025
20.00 Dom dobry – dramat obyczajowy, Polska 2025
21.45 Latamie (4) – s.f., USA 2026
22.45 28 dni później – horror
FILM Wlk. Bryt./USA/Francja 2002
0.35 Joe Baby – thriller, USA
FILM 2024, wyk. Ron Perlman
1.55 Nie oddychaj 2
FILM – thriller, USA 2021

WARNER TV

- 6.55** Teraz albo nigdy! (8)
7.55 Bajer z Bel-Air 2 (20, 21)
8.55 Prawo Agaty 6 (6) – obycz.
9.55 Pielniuszka chaty 2 (3, 4)
10.10 Teraz albo nigdy! (9, 10)
13.00 Bajer z Bel-Air 2 (20-23)
15.00 Pielniuszka chaty 2 (3-6)
17.15 Seks w wielkim mieście 2 – komedia romantyczna, USA 2010
20.15 Akademia policyjna 2:
FILM Pierwsze zadanie – komedia, USA 1985
22.00 John Q. – dramat sensacyjny, USA 2002
0.10 Płonący wieżowiec – film katastroficzny, USA 1974
3.15 Wrogie niebo 5 (3, 4) – s.f.
5.00 Z góry przepaszam (9)
5.30 Chojrak – tchórzyliwy pies (12, 11) – serial anim.

ALE KINO+

- 6.30** Polska z góry (7) – dok.
7.00 Ultima Thule – dramat obyczajowy, Polska 2023
8.40 The Office PL 2 (1, 2)
9.50 Bestia (1, 2) – krym., Kan.
11.45 Detektyw Foyle 2 (2)
13.50 Prawo ojca – dram. obycz., Fr./Belgia/Japonia 2024
15.55 Marzylam o Afryce
FILM – dramat obycz., USA 2000
18.05 Detektyw Foyle 2 (3)
20.10 Edukacja XD (3, 4) – kom.
21.25 Krew na betonie – krym., Kanada/Wlk. Bryt./USA 2018
0.25 Co się stało z Gracie Darling (3, 4) – serial krym.
2.25 Kruk. Jak tu ciemno 3 (4) – serial kryminalny, Polska
3.25 Cudownie ocalony
FILM – komedia obycz., Pol. 2004
5.05 Powrót (3) – serial kom.

CANAL+ FILM

- 13.40** Call me lala
14.05 Cudowne życie
FILM – komediodramat, Francja/Kanada 2025
15.45 Chopin, Chopin! – dramat biograficzny, Polska 2025
17.55 Hollywood Buzz – mag.
18.20 Pod gwiazdystym niebem – komedia romantyczna, USA 2025
19.55 Łąpu capu – rozr., Pol. 2026
20.00 Szkazenie – horror
FILM komediowy, Fr./USA 2026
21.35 Zima pod znakiem
FILM wrony – thriller, Pol./Wielka Brytania/Luksemburg 2025
23.25 Anora – komediodramat, USA 2024
1.40 Franz Kafka
FILM biograficzny, Czechy/Polska/Niemcy 2025

SCI FI

- 6.00** Kroniki Spiderwick (5) – serial s.f., USA/Kan. 2024
7.05 Bibliotekarze (9, 10) – serial przg., USA 2014
9.10 Medium 5 (7, 8) – krym.
11.10 Przygody Merlina 5 (1-4) – serial fantasy, Wlk. Bryt.
15.10 Medium 5 (9, 10) – krym.
17.00 Przygody Merlina 5 (4-7) – serial fantasy, Wlk. Bryt.
21.00 Od jutra (1, 2) – serial s.f.
23.00 Chappie – film s.f., USA/Meksyk 2015
1.30 Nadchodzący – thriller, Serbia/USA 2018
3.20 Wielki uskok – film katastroficzny, USA 2024
5.00 Kroniki Spiderwick (5) – serial s.f., USA/Kan. 2024

PARAMOUNT NETWORK

- 6.00** Czarodziejki 3 (9-12)
9.25 Policjnia grupa pościgowa 19 (15) – dok.
10.30 Ad Astra – film s.f., USA/
FILM Chiny/Brazylia 2019
13.00 Czarodziejki 3 (13, 14)
15.00 Star Trek 2: Gniew
FILM Khana – film s.f., USA 1982
17.25 Mission: Impossible 2
FILM – sens., USA/Niemcy 2000
20.00 Szybki jak błyskawica
FILM – dramat sens., USA 1990
22.25 Babilon – komediodramat, USA 2022, wyk. Brad Pitt
2.15 Krzyk – horror, USA 1996, wyk. Drew Barrymore, Roger Jackson
4.30 Śmiesznie nie będzie 3 (6) – pr. rozr., Wielka Brytania

FX

- 9.00** CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas (5) – serial krym.
10.00 CSI: Kryminalne zagadki Miami (5, 6) – serial krym.
11.55 CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku (11, 12)
13.45 Agenci NCIS 10 (11, 12)
15.35 CSI: Kryminalne zagadki Miami (7, 8) – serial krym.
17.25 Z archiwum X (16, 17) – s.f.
19.15 Agenci NCIS: Sydney (12)
20.10 CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku (13, 14)
22.00 Matlock 2 (4) – serial krym.
22.55 Z archiwum X (17) – s.f.
23.50 Air Force One – thriller, USA/Niemcy 1997
2.20 CSI: Kryminalne zagadki Miami (7, 8) – serial krym.

FILMBOX+ ONE

- 7.45** Panna Marple:
FILM Morderstwo na plebaniu – film kryminalny, USA 2004
9.45 Vera 6 (2) – krym., Wlk. Bryt.
11.45 Zagadki kryminalne panny Fisher (12) – krym.
12.55 Poirot – serial kryminalny
15.00 Strażnik Teksasu (23, 24) – serial sensacyjny, USA
17.05 Vera 6 (3) – krym., Wlk. Bryt.
18.55 Poirot 6 (krym., Wlk. Bryt.)
20.00 Wykidajło – dramat sensacyjny, USA 1989
22.35 Atomic Blonde – thriller, Niemcy/Szwecja/USA 2017
1.00 Pocałunek śmierci
FILM – dramat krym., USA 1995
3.10 Uciec, ale dokąd? – film sensacyjny, USA 1993

CANAL+ SERIALE

- 9.50** Byłem królem (6) – dok.
10.50 Naruto 5 (3-8) – anime, Jap.
13.00 Łąpu capu – rozr., Pol. 2026
14.00 13 posterunek 2 (37-39)
15.50 Noc Krzyształowa. Preludium zagłady (1, 2)
17.55 The Office PL 2 (1-4) – serial komediowy, Polska
20.00 Pieniądze i krew (3, 4) – serial kryminalny, Fr./Bel.
22.00 Nie zostawiaj mnie (2)
23.00 Spartakus: Zemsta (10)
0.00 Zimowisko (7) – krym.
0.55 Ekspedycja XD – kom.
1.55 Czarne storki (3, 4)
4.05 Pisarze. Serial na krótko 2 (5) – kom., Pol.
4.20 Polowanie na Hitlera (5, 6) – serial dok., Pol. 2021

CANAL+ 360

- 13.00** Porzucone konstrukcje (2) – serial dokum., Wlk. Bryt.
14.00 Zholowani: ciężarówkami w opalach 2 (13) – dok.
15.00 Wykrywacz historii 3 (4)
16.00 Okrety wojenne (5) – dok.
17.30 Champions Club – mag.
18.55 Zholowani: ciężarówkami w opalach 2 (11) – dok.
19.50 W trasie z Normanem Reudeusem (6) – serial dok.
20.55 Piłka nożna: Liga Mistrzów UEFA (live)
23.10 Porzucone konstrukcje (3) – serial dokum., Wlk. Bryt.
0.05 Sędziowie 2 (1) – dok., Pol.
0.55 Futbolowa gorączka. Jak powstała Premier League (2) – dok.

TLC

12.00 Kamera, akcja, wpadka! – pr. rozr., USA
13.00 Pokonać otyłość (1, 2)
15.00 Wiza na miłość: na odwrót, pościelowe rozmowy 7
16.00 Historie wielkiej wagi 4 (3): Chad – dok.
17.00 Dr Przyszczyla 5
18.00 Wiza na miłość: ostatnia szansa 2
19.00 Wiza na miłość: ostatnia szansa
20.00 Transplantacja: drugie życie: Odcinanie – dok.
21.00 Premiera: ER: Caught On Camera (1) – serial dok.



22.00 Skórze na ratunek 7
23.00 Moje koszarne stopy
0.00 Dr Przyszczyla 3
1.00 Transplantacja: drugie życie: Odcinanie – dok.
2.00 ER: Caught On Camera (1) – serial dok.
3.00 Skórze na ratunek 7
4.00 Salon sukien ślubnych Goka: Wielka Brytania

POLSAT CAFÉ

7.30 Przyjaciółki (12) – obycz.
8.30 Drugie życie sukni ślubnej (17) – rozr., Pol.
9.05 Hell's Kitchen – Piekielna Kuchnia (59, 60) – reality show, Pol.
12.30 Oszukane (3, 4)
14.30 Komisarz Mama (28)
15.30 Bogaty dom – biedny dom (139) – reality show
16.30 Hell's Kitchen – Piekielna Kuchnia (23)
18.00 Nasz nowy dom (266, 267) – reality show
20.00 Kolacja w ciemno (81)
21.05 Więzienie kobiet (80, 81) – serial dok., Pol.



22.00 Rolniczy (24) – serial dok.
23.00 Gry małżeńskie (160, 161) – reality show, Polska 2023-2024
1.05 Więzienie kobiet (74-77) – serial dok., Polska 2024-2025
3.00 Zdrady (122-124) – serial dok., Polska

TVN STYLE

5.20 Tu jest pięknie (6) – program rozrywkowy, Polska 2017
5.55 Ugotowani (6, 7) – program kulinarno-rozrywkowy, Polska 2016
7.45 Dzień Dobry TVN – magazyn
11.20 Ugotowani (4, 5) – program kulinarno-rozrywkowy, Polska 2016
13.25 Kuchenne rewolucje (14-ost., 9) – program rozrywkowy, Polska
15.35 I nie opuszczę Cię aż do ślubu (5, 6) – reality show, Polska 2017



17.05 Salon sukien ślubnych: Polska (4) – pr. rozr., Pol.
17.40 Kuchenne rewolucje (5, 6, 13) – pr. rozr., Polska
20.50 Jestem z Polski (1, 18-ost.) – serial dok.
22.50 Hotel Paradise 13 (9)
23.45 Mój sąsiad morderca 11 (2) – dok.
0.50 Apetyt na miłość (1)

DISCOVERY CHANNEL

9.00 Parker na złotym szlaku: Tajemna Służa
10.00 Premiera: Wyprawa w nieznane 6
11.00 Gorączka złota 16
12.00 Przemysł: na morzu
13.00 Wyzwanie: przetrwanie (12)
14.00 Nagi instynkt przetrwania: rozbitkowie
15.00 Złomowisko PL 9 (3)
16.00 Łowcy opali 8
17.00 Kroniki policyjne: Szwecja
18.00 Specjalistki (5)
19.00 Złomowisko PL 5 (6-8)



22.00 Premiera: Nagi instynkt przetrwania: Hazardziści 2: Brudny gila
1.00 Hotrod wg Kindiga 9
2.00 Eurotrucks (3)
3.00 Łowcy starci 12 (14)
4.00 Zoom na architekturę
5.00 Fani czterech kółek

DISCOVERY HISTORIA

5.50 Fake czy historia?
6.35 Wojownicy czasu
8.25 Dom (7) – serial obycz.
10.10 Pod Nowym Dębskiem padł... 16 września 1939 – film dok.
10.40 Tajemnice samolotów prezydenckich – dok.
11.35 Szlachcko szafaraniec. Ochrona głągac gatunku motyla – dok.
12.00 Wszystkie kolory świata
13.00 Kroniki Hitlera (2)
14.00 Dom (8) – serial obycz.
15.35 Sensacje XX wieku
17.05 Film dokumentalny



17.25 Wojenne dziewczyny (8) – serial hist., Pol. 2016
18.20 Fake czy historia?
19.00 Pułkownik Dąbek. Obrona Gdyni 1939
20.00 Zatoka szpiegów (5) – szpiegowski, Pol. 2023
20.55 Wojny Rosji (2/3) – dok.
22.00 Diabeł z Katowic – dok.
23.00 Sensacje XX wieku

FOKUS TV

6.05 48h. Zaginięci (5) – krym.
7.00 Było sobie życie (15-18)
8.55 Wehikuł czasu
9.00 Starożytni kosmici 9 (5)
10.00 Premiera: Gwiazdy lombardu (7, 8)
12.00 Maszyny bojowe (1)
13.00 Poszukiwacze historii (8, 9)
14.00 Zapomniane fronty II wojny światowej (4)
15.00 Premiera: Trucksteri przez Australię (2)
16.00 Dorwać tuńczyka 2 (15)
17.00 Dorwać tuńczyka 3 (1)
18.00 Rolnicy. Podlasie (52, 53) – serial dokum.



20.00 Galileo 28 (29)
21.00 Premiera: Bitwa o Atlantyk (3) – film dok.
22.00 Maszyny bojowe (7, 8) – serial dokum., Wlk. Bryt.
0.00 Starożytni kosmici (14) – serial dokum.
1.00 Rolnicy. Podlasie (18-21) – serial dok., Pol.
5.00 Kolowrotek (2, 3) – mag.

METRO

6.15 Na Wspólnej (719) – obycz.
7.35 Szpital (878-880) – paradok.
10.30 Siedzia Anna Maria Wesolowska (445, 446)
12.30 Szkoła (622) – paradok., Pol.
13.30 Brzydula (121, 122) – kom.
14.40 Za głosem serca (20)
15.50 Magda M. 3 (6) – obycz., Pol.
16.55 Idź na całość 2 – rozr., Pol.
18.00 Złomowisko PL 4 – dok.
19.00 Kartoteka 6 (20, 21)
21.05 Kryminalni (10, 11) – krym.
23.15 Hannibal (12) – serial krym.
0.20 Zbrodnie z pierwszych stron gazet 5 – serial dok.
1.20 Szpital (876) – paradok., Pol.
2.20 Szkoła (625) – paradok., Pol.
3.20 Nowa Maja w ogrodzie 2
4.25 Szpital (875) – paradok., Pol.

ZOOM

6.00 MacGyver 5 (10, 11) – sens.
8.00 Strażnik Tekساسu 3 (2, 3)
10.00 Kobra – oddział specjalny 24 (3, 4) – sens.
12.05 Piekielna Kuchnia
13.30 Sensacje XX wieku – hist.
15.45 Wojciech Ciejrowski – boso przez świat
18.00 FBI 5 (7, 8) – serial kryminalny
20.00 Kobra – oddział specjalny 22 (6) – sens.
21.00 CSI: Kryminalne zagadki Miami 8 (6, 7) – serial krym.
23.00 Milf manor – mamusie rządzą – reality show, USA
0.00 Magia nagości. Polska 2
1.05 Magia nagości 2 – pr. rozr.
2.10 I love kabaret – pr. rozr., Pol.
5.15 I love kabaret EXTRA

FOOD NETWORK

8.15 Kuchenne rewolucje – rozr.
9.15 Molly gotuje na farmie
10.55 Kulinarny rejs po Polsce
12.35 Magda gotuje internet
13.10 Miłość od kuchni – pr. rozr.
14.10 Akcja: Restauracja! 20
15.10 Rozdrażnić tytanów 4
16.15 Kuchenne rewolucje – rozr.
17.15 Magda gotuje internet – magazyn kulinarny
17.50 Włoski turniej smaku: Apulia – reality show
19.45 Słodka trzynastka – mag.
20.50 Ogniem i patelnią 2
21.55 Akcja: Restauracja!
23.00 Posiekani – teleturniej kulin.
0.05 Symon gotuje w domu
1.35 Miłość od kuchni – pr. rozr.
3.35 Apetyt na miłość – pr. rozr.

DISCOVERY SCIENCE

6.00 Zwykłe rzeczy, niezwykle wynalazki 15
8.00 Wybuchowe święta
11.00 Jak działa wszechświat? 6
12.00 W sieci eksperymentów: Tatusiowie z pomysłami
13.00 Gigantyczne konstrukcje według Hammonda – rozr.
15.00 Zagadki wszechświata z Morganem Freemanem
18.00 Zwykłe rzeczy, niezwykle wynalazki 15
20.00 Zwykłe rzeczy – niezwykle wynalazki 16
21.00 Ślady Wielkiej Stopy
23.00 Zaginięte miejsca
1.00 Zagadki wszechświata z Morganem Freemanem
4.00 Podziemne sekrety

NATIONAL GEOGRAPHIC

12.00 Złapać przemytnika: Kontrabanda
15.00 Katastrofa w przestworzach: Śmierć legendy – dok.
16.00 Sekrety starożytnej medycyny
17.00 Szlakiem przekłębnych miejsc: Kapłania z bagien
18.00 Wojna widziana z powietrza
19.00 Hitler: Siła dyktatury (3)
20.00 Katastrofa w przestworzach: Poza pasem – dok.
21.00 Odkopaj historię
22.00 Makro inżynieria
23.05 Najniebezpieczniejsze drogi Europy
0.00 Katastrofa w przestworzach

BBC EARTH

9.20 Najwspanialsze rzeki świata 2 (3) – dok., Wlk. Bryt.
10.30 Życie na pustkowiu 10
11.30 Zabójcza pogoda 6 – dok.
12.30 Tajlandia z Sue Perkins (1)
13.30 Królestwo zwierząt – dok.
14.35 W okowach mrozu 7 – dok.
15.35 Życie na pustkowiu 10
16.35 Wielkie archeologiczne odkrycia – serial dokum.
17.40 Królestwo zwierząt – dok.
18.45 Tajlandia z Sue Perkins (2)
19.45 Sekrety piramid – dok.
20.55 W okowach mrozu 8 – dok.
22.55 Wielkie archeologiczne odkrycia – serial dokum.
0.00 Imperium brytyjskie – dok.
1.10 Królestwo zwierząt – dok.
2.15 Zabójcza pogoda 6 – dok.

WP

12.00 Komisarz Cassandra: Zbrodnie w Alpach 7 (3)
14.00 Pokochaj! lub sprzedaj Vancouver 2: Celine & Kevin
15.00 Pokochaj! lub sprzedaj Vancouver 4: Shar and Dave
16.00 Pokochaj! lub sprzedaj Quebec 3 – reality show, Kan.
16.55 Pogoda
17.00 Niepojęte: Strefa tajemnic 5 – serial dokum.
19.00 Maktowicz w podróży
20.00 Policjanci w akcji 2 (1)
21.00 Policjanci z sąsiedztwa 4
22.00 Pogoda
22.05 Mistrzowie Kabaretu 2
23.00 Mistrzowie Kabaretu 17
0.00 Mistrzowie Kabaretu 14

NOWA TV

7.00 Disco Landia – nutki do pobudki – program muz.
7.30 Świat według Kiepskich (536-540) – serial kom., Polska
10.00 Komisarz Mama (3) – krym.
11.00 Poirot 6 – serial kryminalny
15.00 Świat według Bunchy 6 (106-111) – serial komedijowy
18.00 Calkiem nowe lata miodowe (8) – serial kom.
18.30 Miodowe lata (70-72)
21.00 Zdrady (53) – paradok., Pol.
22.00 Ślad (3, 4, 100) – krym., Pol.
1.00 Łowca pedofiliów – dok.
3.00 TV okazje
3.50 Wehikuł czasu
4.00 Daleko od noszy 2 (5, 6)
5.00 Pod lupą – magazyn

HGTV HOME & GARDEN

10.55 Kamera, akcja, wpadka! Odlotowy ogród 2 – mag.
12.05 Nowe życie w starym domu 5 – program rozrywk.
14.30 Mieszkanie na miarę
16.30 Polowanie na ogród 2
17.35 Polowanie na ogród 3
18.10 Złoty remont 5 – pr. rozr.
19.05 Weekendowa metamorfoza 5 – pr. rozr.
20.00 Dorota inspiruje 3
20.55 Dorota wasz urządzi! – rozr.
22.30 House Hunters – Poszukiwacze domów 10 – pr. rozrywk.
0.40 Kamera, akcja, wpadka! 1.35 Kupujemy dom na plaży 27 – serial dokum.

TRAVEL CHANNEL

6.00 Nowe życie na Karaibach – program rozrywkowy
8.05 Niezwykły Stany Prokopa
10.05 Kobieta na krańcu świata – serial dokum.
12.25 Ciężarówka przez Stany
14.45 Smakuj świat z Pascalem
16.50 Złota – król wilków – reality show
18.50 Złota z Alaski – serial dok.
19.50 Ty, ja, Maledyja (1/3) – dok.
20.55 Bimbrownicy – serial dok.
23.05 Kobieta na krańcu świata – serial dokum.
0.50 Złota – król wilków – reality show
2.50 Bimbrownicy – serial dok.
4.55 Dziwne potrawy – dok.

NATIONAL GEOGRAPHIC WILD

8.00 Najdziwniejsze cuda ewolucji: Obec imperium
9.00 Niezwykły dr Pol
12.00 Wrogi świat
13.00 Parki narodowe Ameryki
14.00 Królowe świata zwierząt
15.00 Walki zwierząt
16.00 Przewrotna planeta Ziemia: Przetwarzanie – dok.
17.00 Szkoła młodych pand: Drobne łapki, wielki świat
18.00 Amerykańska Amazonia
19.00 Najgroźniejsze zwierzęta Afryki: Władcy głębin – dok.
20.00 W palące żywioły
21.00 Niezwykły dr Pol
2.00 Parki narodowe Ameryki
3.00 Królowe świata zwierząt

POLSAT WIASAT HISTORY

14.00 Mezopotamia odkryta na nowo – film dokum., Fr.
15.10 Zaginiony świat wspaniałych ogrodów – dok.
16.20 Tajne bronie II wojny światowej: Tajne działania
17.30 Czolg: najwspanialsza broń II wojny światowej: Wygrac wojnę – dok., Wlk. Bryt.
18.40 Starożytna apokalipsa 2
19.45 Wojna o wieżę Eiffala – dok.
21.00 II wojna światowa – wielkie bitwy w Europie: Bitwa o Skaldę – serial dokum.
23.15 Berlin 1936: olimpiada Hitlera w kolorze – dok.

CANAL+ KUCHNIA

14.40 U sąsiadów w kuchni 14
15.45 Nie tylko kimchi – mag.
16.40 Jamie Oliver: gotuj sezonowo – magazyn kulin.
17.35 Jamie: dania na każdą kieszeń – magazyn kulinarny
18.30 Hongkong od kuchni z Jeremym Pangiem – dok.
19.25 M jak mięso – serial dokum.
19.55 Nico wrzuca na ruszt
20.20 Jamie: dania na każdą kieszeń – magazyn kulinarny
21.15 Anthony Bourdain – miejsca nieznane 7 – dok.
23.00 Anthony Bourdain – miejsca nieznane 6 – dok.

CANAL+ DOMO

15.00 Po pierwszej lokalizacji! – Nowa Zelandia – dok.
15.55 Tomasz Pagowski. Remont u Ciebie 7 – mag.
16.50 Gardeners' World 16
18.00 Ucieczka na wieś 23 – dok.
19.00 Wielkie projekty: nasza ulica 3 – serial dokum.
20.00 Daleko od miasta 14 – dok.
21.00 Cudotwórcy: zakochaj się w swoim domu na nowo – serial dokum.
22.00 Tomasz Pagowski. Remont u Ciebie 9 – mag.
22.30 Patent na zielen – mag.
23.00 Daleko od miasta 16 – dok.

SUPER POLSAT

13.30 Bitwa o palety
14.30 Hell's Kitchen – Piekielna Kuchnia – reality show, Pol.
16.00 Ninja Warrior Polska – reality show, Polska 2021
17.55 Świat według Kiepskich (501, 502, 542, 543) – kom.
19.55 Złomiarze – serial dokum.
21.00 Siła rażenia – sens.
23.00 Accident Man: Wakacje zabójcy – film sensacyjny, Wielka Brytania 2022
1.00 Świat według Kiepskich (354-359) – serial kom., Polska
4.05 Nasz nowy dom

KOBETA

14.00 Tańcząca ze światem – Malta – magazyn
14.30 Rosół polski – mag. kulin.
15.00 Różdżka.pl (290) – kom.
15.35 Ojciec Mateusz 10 (133, 134) – serial kryminalny
17.25 Zadzijciaj świat chrzestny – film dok., Pol.
18.30 Gabi Drzewiecka zaprasza – talk-show
19.30 Miłość i nadzieja (359)
20.30 Wichrowe wzgórze (340)
21.30 La Promesa – pałac tajemnic (314) – serial obycz.
22.30 Jutro idziemy do kina – dramat obycz., Polska 2007

PLANETE+

14.40 Ciesniński. Między ładem a morzem – serial dokum.
15.50 Piesze wędrówki po świecie – serial dokum.
16.55 Świat z góry 10
18.00 Dokąd dzisiaj? 4 – serial dokum.
18.40 Pod ciśnieniem. Śledztwo w sprawie Ryanaira – film dokum.
19.45 Atom, narkotyki, brudne pieniądze – serial dokum.
20.55 Związani z ziemią. Dzieje życia na wsi – serial dokum.
22.05 Osierocone. Dzieci i wojna (2) – film dokum.

TVP DOKUMENT

13.50 Ukryte serce Irlandii
14.55 Najwspanialsze ikony natury: Łódź – serial dokum.
15.55 Sardinia: Tajemnice wieży – Nura – film dok.
17.00 Tajemnice królewskiej posiadłości – dok., Wlk. Bryt.
17.55 Sanatorni milości 3
18.55 Golas, absolutnie! – dok.
20.50 Mních (1/2) – film dokum.
21.45 Barbara Włodarczyk zaprasza – magazyn
21.55 Szybciej, wyżej, mocniej
23.00 Zabójcy planety

TVP SPORT TVP SPORT D3 12 10.00 Lekkoatletyka: World Athletics Continental Tour Silver – Rovereto 2026 11.55 Magazyn 2. ligi piłkarskiej – mag. 12.30 Piłka nożna: STS Puchar Polski – losowanie par 2. rundy (live) 13.10 Kto wygrał mecz – dok. 14.20 Piłka kobiet – mag. 15.15 Piłka nożna kobiet: MS U-20 – Polska 2026 – mecz: Polska – Meksyk 17.20 Pełnosprawni 17.50 Żużel: Indywidualne mistrzostwa Europy – 2. runda w Güstrowie	EUROSPORT 1 8.30 Hard Knocks – mag. 9.30 Tenis: Turniej US Open w Nowym Jorku – ćwierćfinał 10.30 Jeździectwo: Global Champions Tour w Valkenswaard 12.30 FIA World Endurance Championship: Wyścig Lone Star Le Mans 13.30 Kolarstwo: Vuelta a Espana – 16. etap 14.45 Kolarstwo: Vuelta a Espana – 17. etap (live) 17.45 Tenis: Turniej US Open w Nowym Jorku – ćwierćfinał (live)	POLSAT SPORT 1 6.00 Siatkówka kobiet: Mistrzostwa Europy 2026 8.30 Siatkówka kobiet: Mistrzostwa Europy 2026 11.00 Siatkówka kobiet: Mistrzostwa Europy 2026 13.00 Siatkówka kobiet: Mistrzostwa Europy 2026 15.30 Siatkówka kobiet: Mistrzostwa Europy 2026 18.45 Piłka ręczna mężczyzn: Liga Mistrzów – mecz: HBC Nantes – ORLEN Wisła Płock (live)	TVP ABC D3 12 10.20 Bolek i Lolek 10.45 Reksio 11.05 Pająk Lucas 2 11.30 Pszczółka Maja 11.55 Strażak Sam 6 12.25 Domisie 13.00 Cześć, czy mogę Ci zjeść? 13.20 Pys i Bill 2 13.50 Odo 14.05 Jak borsuk z lisem 2 14.45 Topo Gigio 15.10 Laboratorium alchemika 15.20 Al-chemik 15.45 Mała Marinette 16.10 Ropuch i przyjaciele	MINIMINI+ 4.32 Księżniczka Hania i Grymasek 4 4.38 Detektyw Łodyga 5 5.05 Barzo male stworzonka 6.10 Ciekawski George 6 7.33 Kicia Kocia 8.01 Kicia Kocia 2 8.30 Cloudy & Stormy 9.05 Bing 10.00 Pszczółka Maja 2 11.25 Baczne oczka 11.55 Marta mówi 12.50 Moje urodziny 12.59 Marta mówi 14.00 Basia	TVN 24 7.30 Rozmowa Piaseckiego 8.00 Serwis informacyjny, Prognoza pogody 10.00 Serwis informacyjny, Prognoza pogody 11.00 Serwis informacyjny, Prognoza pogody 12.00 Serwis informacyjny, Prognoza pogody 14.00 Serwis informacyjny, Prognoza pogody 15.00 15 na żywo – mag. inf. 16.00 Fakty po południu 18.00 Tak jest – pr. publicyst. 19.15 Serwis informacyjny 19.30 Fakty po Faktach 20.00 Kropka nad i – pr. publ.
19.55 Piłka nożna – Mecz Legend: Chorzów: Polska – Anglia 22.00 Sportowy wieczór 22.25 Lekkoatletyka – 2. dzień 0.35 Piłka nożna: STS Puchar Polski – podsumowanie 1. rundy 2.05 Sporty walki: Oktagon 90 w Berlinie	19.30 Tenis: Turniej US Open w Nowym Jorku – mecz ćwierćfinałowy gry pojedynczej (live) 21.30 Tenis: Turniej US Open w Nowym Jorku – ćwierćfinał (live) 0.45 Tenis: Turniej US Open w Nowym Jorku – ćwierćfinał	20.45 Piłka ręczna mężczyzn: Liga Mistrzów – mecz: Industria Kielce – HC Kriens-Luzern (live) 23.00 Siatkówka kobiet: Mistrzostwa Europy 2026 1.00 Boks	16.40 Rev i Roll 17.05 Kosmo-kumple 17.30 Super Wings: Przygody Superłotków 18.00 Aleja tajemnic 18.30 The Garfield Show 19.00 Belfort i Lupin 19.20 Ernest i Celestyna 19.30 Dino Kumple 19.40 Wegezaury 2	15.10 Kicia Kocia 2 15.55 Blaze i megamaszyny 3 17.20 Staś i fajna Babcia 17.50 Moje urodziny 17.57 Staś i fajna Babcia 18.40 Dora i przyjaciele 19.35 Kicia Kocia 20.25 Mały Charlie 21.36 Zouk 22.04 Trojaczki	20.30 Czarno na białym 21.00 Polska i świat 22.00 Szkło kontaktowe 23.00 Dzień po dniu 0.25 Biznes – pr. publicyst. 0.45 Fakty po Faktach 1.20 Kropka nad i – pr. publ. 1.50 Tak jest – pr. publicyst. 2.50 Nowa Maja w ogrodzie 3.10 Akademia ogrodnika
CANAL+ SPORT CANAL+ SPORT 11.20 Piłka nożna: PKO BP Ekstraklasa – mecz: Widzew Łódź – Radomiak Radom 13.45 Premier League Netbusters 14.30 Premier League Review 15.40 Piłka nożna: Liga hiszpańska – mecz: Valencia CF – FC Barcelona 18.00 Hola LaLiga 19.00 Premier League Stories 19.30 Premier League Netbusters 20.00 Kłich. Poza schematem (3) 20.30 Wysoki Pressing 22.10 Premier League Review 23.10 Sport+ 0.15 Ekstraklasa po godzinach 1.25 Premier League Stories	EUROSPORT 2 8.30 Kolarstwo: Vuelta a Espana – 16. etap 11.00 Snooker: Turniej English Open – 2. dzień 13.00 Tenis: Turniej US Open w Nowym Jorku – ćwierćfinał 14.00 Snooker: Turniej English Open – 3. dzień (live) 18.00 Kolarstwo górskie: MS – Val di Sole 2026 – cross-country mężczyzn 19.00 Kolarstwo: Vuelta a Espana: Dos Hermanas – Sewilla 20.00 Snooker: Turniej English Open – 3. dzień (live) 0.00 Kolarstwo: Vuelta a Espana: Dos Hermanas – Sewilla 1.30 Snooker: Turniej English Open – 3. dzień	POLSAT SPORT 2 11.00 Piłka nożna: Liga holenderska 13.00 Piłka ręczna mężczyzn: ORLEN Superliga: Corotop Gwardia Opole – Ostrovia 15.00 Piłka nożna: Liga saudyjska – mecz: Al-Itihad SAC – Al-Nassr FC 17.00 Cafe Futbol 18.45 Siatkówka mężczyzn: ME 2026: Rumunia – Lotwa (live) 22.00 FIA WEC: Wyścig Lone Star Le Mans – podsumowanie 23.00 Piłka ręczna mężczyzn: LM – mecz: Nantes – Wisła Płock 1.00 Piłka ręczna mężczyzn: Liga Mistrzów: Industria Kielce – HC Kriens-Luzern 3.00 Sporty walki: FEN	NICKELODEON 8.10 Sonic Prime 8.40 Wielkodomscy 4 10.05 SpongeBob 10.35 SpongeBob 11.30 SpongeBob 11.50 Grzmotomocni: Tajniacy 12.20 Niebezpieczny Oddział 3 12.50 Niebezpieczny Henryk 3 13.20 SpongeBob 13.50 Harmidom 7 15.20 Harmidom 15.35 Harmidom 2 16.00 Patryk Rozgwieżdża Show 16.30 SpongeBob Kanciastoparty 17	TELETOON+ 8.20 Kumple z dżungli – na ratunek! 8.47 Gadający Tom i przyjaciele 3 9.25 Było sobie życie 9.55 Ki i Hi w Królestwie Pandy 10.24 Angelo rzadzi 10.49 Siostry 2 11.22 Polly Pocket 6 12.16 Charlotte i trzy muszkieterki 12.45 Kumple z dżungli na ratunek! 3 13.13 Kumple z dżungli – na ratunek! 1 13.39 Polly Pocket 6 14.22 Dinus i Lusja 14.50 Siostry 3 15.19 Polly Pocket 6	TVP info_ TVP INFO 15.30 Serwis Info Dzień 15.45 Panorama 16.00 Dzień w godzinie 17.00 Telexpress 17.15 Telexpress Extra 17.35 Panorama 17.42 Wykrywacz kłamstw 18.00 Panorama 18.30 Kontrapunkt 19.30 Program informacyjny 19.30 20.18 Serwis Info Wieczór 21.00 Kwiatki polskie 21.45 Panorama 22.10 Oko na świat 22.30 Program informacyjny 19.30 22.45 112. Magazyn kryminalny 23.00 Wydarzy się jutro
CANAL+ SPORT 2 CANAL+ SPORT 2 10.40 Tenis: Turniej WTA w Monterrey – ćwierćfinał: J. Starodubcowa – E. Mertens 13.00 Tenis: Turniej WTA w Monterrey 15.20 Tenis: Turniej WTA w Monterrey 17.45 Tenis: Turniej WTA w Monterrey – finał gry pojedynczej 20.15 Tenis: Turniej WTA w Cincinnati – mecz 4. rundy: Iga Świątek – Diane Parry 22.30 Tenis: Turniej WTA w Cincinnati – mecz 4. rundy: S. Cirstea – J. Pegula 0.45 Tenis: Turniej WTA w Cincinnati – mecz 4. rundy: Coco Gauff – Marie Bouzková	ELEVEN SPORTS 1 9.00 Piłka nożna: Liga włoska – mecz: Juventus FC – Milan 11.00 Formula 3: Grand Prix Włoch 12.30 Formula 2: Grand Prix Włoch 14.00 Formula 1: Grand Prix Włoch 16.00 Piłka nożna: Liga włoska – mecz: AS Roma – Atalanta 18.00 Piłka nożna: Liga niemiecka: TSG 1899 Hoffenheim – BVB 20.00 Full Impact Serie A (3) 20.40 Formula 1: Grand Prix Włoch 22.40 Ligue 1 Show (4) 23.15 Eleven Top Goals 0.15 Eleven Go Live 1.35 Bundesliga Clubs 2.00 Piłka nożna: Liga włoska – mecz: Genoa – Como 1907 4.00 HHH – Hamburger SV	POLSAT SPORT 3 6.00 Siatkówka kobiet: Mistrzostwa Europy 2026 8.30 Piłka nożna: Liga holenderska 11.00 Siatkówka kobiet: Mistrzostwa Europy 2026 13.00 Piłka nożna: Liga saudyjska: Al-Itihad SAC – Al-Nassr FC 15.00 Siatkówka kobiet: ME 2026 17.00 Piłka nożna: Liga holenderska 17.45 Siatkówka mężczyzn: ME 2026 – mecz grupy B: Bułgaria – Macedonia Płn. (live) 19.55 Piłka nożna: Liga saudyjska: Al-Nassr FC – Abha Club (live) 22.30 Siatkówka kobiet: ME 2026 1.00 Sporty walki: Babilon MMA	NICK JR. 8.10 Świnka Peppa 8.25 Pan Krokodyl 8.55 Barabapapa i jego rodzinka 9.25 Barabapapa – szczęśliwa rodzinka 9.45 Tim Rex wśród gwiazd 10.35 Świnka Peppa 5 10.50 Santiago z morza 11.20 Dora 5 12.20 Rubble i jego ekipa 3 12.50 Psi Patrol 4 13.35 Świnka Peppa 3 13.50 Barabapapa i jego rodzinka 14.20 Barabapapa i jego rodzinka 2 14.40 Rogata ekipa 4 16.15 Świnka Peppa 16.30 Dora 5	DISNEY JUNIOR 8.00 Spidey i superkumple 2 8.30 Jej Wysokość Zosia: Królewska Szkoła Magii 9.00 Klub Myszk Miki Plus 10.00 Blue 2 10.10 Blue 3 11.00 Jej Wysokość Zosia: Królewska Szkoła Magii 11.30 Psia Brygada 2 12.00 Spidey i superkumple 2 12.30 Blue 3 13.30 Klub Myszk Miki Plus 14.00 Superkoty 2 14.30 Jej Wysokość Zosia: Królewska Szkoła Magii 15.00 Iron Man i super ekipa 15.30 Spidey i superkumple 2 16.00 Blue	POLSAT NEWS 10.00 W rytmie dnia 12.50 Wydarzenia 12:50 13.30 W rytmie dnia 15.30 Sport 15.50 Wydarzenia 15:50 16.30 Punkt widzenia Jankowskiego 18.00 Punkt widzenia Szubartowicza 19.15 Gość „Wydarzeń” 19.50 Debata Gozdry 21.50 Wydarzenia wieczorne 22.30 Dzień na świecie 23.30 Obraz dnia 0.00 Punkt widzenia Jankowskiego 1.25 Punkt widzenia Szubartowicza
CANAL+ SPORTS CANAL+ SPORT 5 12.15 Kłich. Poza schematem (3) 13.00 Ekstrapaka 14.15 Magazyn PGE Ekstraliga 15.55 Piłka nożna: Liga Młodzieżowa UEFA (live) 18.10 1 na 1 Extra 19.00 Magazyn Metalkas 2. Ekstraliga 20.00 Żużel: PGE Ekstraliga – półfinał 1azy play-off: Unia Leszno – Sparta 23.00 Sporty walki: ONE Friday Fights 169 0.15 Piłka nożna: PKO BP Ekstraklasa: Pogoń Szczecin – Wisła Płock	ELEVEN SPORTS 2 9.40 Dramatyczne rzuty karne 10.00 Piłka nożna: Liga francuska: Lens – Lorient 12.00 Piłka nożna: Liga niemiecka: FC Schalke 04 – Bayern 14.00 Piłka nożna: Liga włoska: Inter Mediolan – SSC Napoli 16.00 Piłka nożna: Liga niemiecka – mecz: Stuttgart – 1. FC Köln 18.00 Formula 1 20.00 Piłka nożna: Liga włoska – mecz: Roma – Atalanta BC 22.00 Full Impact Serie A (3) 22.40 Bundesliga Clubs 0.00 Piłka nożna: Liga francuska: Olympique Marsylia – Paris FC	POLSAT PLAY 6.00 Budowlani 6.30 Kolowrotek 7.00 Dorwać tuńczyka 9.05 Wujno magazynowe 15 10.05 Wojny kontenerowe 11.00 Harkorowy lombard 14.00 Polacy za granicą 16.00 Poszukiwacze historii 20.00 Zawód glina 21.00 Złomiarze 22.00 Wzięcie 23.00 Łowca pedofilów 23.00 Wzięcie 4.00 Starożytni kosmici	TVN TURBO 12.15 Złomowisko PL 10 11.15 Naprawy nie do naprawy 13.00 Zawodowi handlarze 14.30 Wojny samochodowe 16.30 Jeździć, obserwować 18.00 Raport Turbo 18.15 Zawodowi handlarze 19.45 Mobilni mechanicy 20.30 Uwaga! Oszust: Ścieżka z ogłoszenia 21.00 Wojny samochodowe 22.00 Raport Turbo 22.15 Z drugiej ręki 23.00 Duda kontra Szafranski 23.45 Moto kombat 0.30 Naprawy nie do naprawy	TVS 16.50 Wydział kryminalny Kitzbühel 17.50 Doktor z alpejskiej wioski – nowy rozdział 18.50 Doktor Kleist – lekarz rodzinny 19.50 Kino TVS: Rosamunde FILM Pilcher: Gdy liczy się już tylko miłość – film obyczajowy, Niemcy 2002 21.50 Kino TVS: Rosamunde FILM Pilcher – Rozdarte serca – melodramat, Niemcy/Wielka Brytania 2000 23.35 Doktor z alpejskiej wioski – nowy rozdział	TRWAM TV TRWAM 17.00 Po stronie prawdy 18.05 Informacje dnia 18.15 Rozmowy niedokończone 19.20 Odnależcie siebie 19.30 Bóg z nami 19.45 Modlitwa z telefonycznym udziałem dzieci 20.00 Informacje dnia 20.50 Różaniec 20.50 Myśląc Ojczyzna 21.00 Apel Jasnogórski 21.20 Informacje dnia 21.40 Polski punkt widzenia 22.00 Przetrawiliśmy 22.30 Dęby w Polsce – film dokumentalny, Polska 2015



SARA MIQUEL • AKACJOWA 38



Po odejściu z „Akacji 38” cieszyła się, że nie będzie już musiała w upały nosić niewygodnych sukni. Ze względu na hałas nie można było podczas nagrywania włączyć klimatyzacji...

Decyzja o rezygnacji z serialu była dla Sary trudna, zwłaszcza że Cayetana była jej pierwszą tak dużą rolą.



Gdy opuszczała plan, była zakochana w operatorze kamery, który dziś jest jej mężem i ojcem ich 7-letniego syna Alexa.

Dlaczego zniknęła z serialu?

Już od dawna w „Akacji 38” nie możemy oglądać Cayetany – najbardziej okrutnej z bohaterek. Z jakiego powodu aktorka wcielająca się w tę postać odeszła z produkcji?

➔ AKACJOWA 38 CZ 10.09
godz. 18.40 TVP 1

Przyszła na świat w Figueres, rodzinnym mieście Salvadora Dalego. Sama również w wolnych chwilach malowała czarno-białe kobiece akty. Jednak to nie sztuka plastyczna zapewniła jej rozpoznawalność, lecz rola pozbawionej skrupułów arystokratki, Cayetany Sotelo Ruz w „Akacji 38”. Zanim Sara Miquel trafiła na plan popularnej telenoweli, porzuciła studia z psychologii i ukończyła Institut del Teatre de Barcelona. Przez dekadę występowała głównie na scenie – tańczyła w musicalach. Kariera telewizyjna długo wydawała się odległą; na przesłuchaniach słyszała często, że nie jest „znaną twarzą”, co przekreślało jej

szanse. W końcu postanowiła obrać inną drogę i rozpoczęła naukę reżyserii. Paradoksalnie właśnie wtedy otrzymała swoją przełomową rolę.

Fryzura jak odziedziczona

Aktorka z powodu donośnego głosu i srogiego wyrazu twarzy zwykle otrzymuje propozycje grania czarnych charakterów. Sama uważa, że do nich najbardziej pasuje, bo – jak żartuje – od zawsze miała „podejrzaną wykład”. Nawet w dzieciństwie nauczyciele pytali rodziców, czy z Sarą wszystko w porządku, bo wydawało im się, że patrzy na nich z niechęcią! – Nic mi nie było, po prostu miałam taki wściekły wyraz twarzy! No cóż, teraz on daje mi pracę – przyznała z uśmiechem. Choć aktorka miała w so-

bie złość potrzebną do roli Cayetany, włożyła w tę postać dużo pracy. Ponieważ akcja serialu rozpoczęła się w 1899 roku, Sara musiała zgłębić realia epoki, poznać wydarzenia z tamtego okresu, jak Restauracja Burbonów czy rozwój dziennikarstwa informacyjnego, które pojawiały się w tle fabuły. Zaczęła też studiować drzewo genealogiczne swojej rodziny. Postacią, na której wzorowała się na planie, była m.in. jej prababcia. – Urodziła się w 1900 roku, więc w serialu byłaby jak moja córka. Razem z dziadkiem stworzyliśmy jej biografię, a siła jej charakteru bardzo mnie zainspirowała – wspominała aktorka. Co ciekawe, Cayetana miała w serialu fryzurę identyczną jak jej przodkini – choć to akurat była zasługa wizażystek.

Może jednak wróci?

Z postacią Cayetany pożegnaliśmy się w odcinkach, które premierowo oglądaliśmy rok temu (i wciąż możemy je zoba-

czyć na vod.tvp.pl). W 2017 roku Sara odeszła z produkcji, która była kontynuowana jeszcze przez kolejne cztery lata. Jak wyznała, sama podjęła tę decyzję, bo czuła się psychicznie i fizycznie wyczerpana. Od dawna zmagająca się z lękami, a intensywna praca na planie tylko pogarszała jej samopoczucie. – Naprawdę kocham ten zawód, ale zdrowie i moi bliscy zawsze będą na pierwszym miejscu – podkreślała. Twórcy zakończyli wątek Cayetany dramatycznie – bohaterka zginęła w pożarze. Jednak jej ciała nigdy nie odnaleziono, co od razu wywołało wśród fanów liczne spekulacje. Wielu widzów do dziś wierzy, że śmierć bohaterki mogła zostać sfingowana i że scenarzyści celowo pozostawili sobie furtkę do jej ewentualnego powrotu. Czy jest więc szansa, że jeszcze kiedyś Sotelo Ruz pojawi się w serialu? Może nawet na ten powrót nie będziemy musieli bardzo długo czekać...

BOGUMIŁA DEKA

W zdrowiu i w chorobie?

➔ **PIERWSZA MIŁOŚĆ**
CZ 10.09 godz. 18.00
POLSAT

Kazanowa (Elżbieta Romanowska) po wypadku okazuje się tak zgrzytliwa, że Seweryn (Miroslaw Kropielnicki) ucieka ze szpitala. Wyznaje przyjacielom, że nie jest w stanie wytrzymać z własną żoną. Lecz kiedy Śmiałek (Paweł Okoński) próbuje zorganizować dyżury Wadlewian przy chorej, na ochotnika zgłasza się tylko... Róża. Tymczasem Angelika (Patrycja Franczak) oznajmia ojcu (Dawid Zawadzki), że mimo złożonej mu obietnicy za pomoc w znalezieniu Białego na rozprawie będzie zeznawać po stronie matki. Bolesław jest rozczarowany i wściekły. Wkrótce jednak wpada na kolejny podstępny pomysł, jak pozbyć się Elizy (Anna Maria Sieklucka)...

PM



Bolesław tak łatwo nie odpuści żonie podczas rozprawy rozwodowej...

Seweryn zwierza się przyjacielom, że nie poznaje własnej żony.



Herkules staje na czele wojowników.



HERKULES

Półbóg rusza do boju!

➔ **HERKULES** CZ 10.09
godz. 22.40 TVP 2

Razem z grupą najemników Herkules (Dwayne Johnson) trafia do Tracji, gdzie ma wyszkolić armię do walki z bezwzględny Rhesusem (Tobias Santelmann). Odtwórca głównej roli przygotowywał się do niej miesiącami, tymczasem sześć tygodni przed zdjęciami zerwał dwa ścięgna w okoli-

cy miednicy i musiał przejść operację. A na planie taryfy ulgowej nie było... Charakteryzacja trwała ponad trzy godziny, a brodę doklejało mu pasmo po paśmie z włosia jaka. Najbardziej dała mu się jednak we znaki scena w kajdanach. Johnson kazał użyć prawdziwych stalowych łańcuchów. Ujęcie powtarzano osiem razy, a aktor był bliski omdlenia. ACZ

LINE OF DUTY – WYDZIAŁ WEWNĘTRZNY 3

Samoobrona czy wyrok?

➔ **LINE OF DUTY – WYDZIAŁ WEWNĘTRZNY 3** CZ 10.09
godz. 22.10 BBC FIRST

W trzecim sezonie sierżant Danny Waldron (Daniel Mays) i jego zespół śmiertelnie ranią przestępcę. W relacjach ze zdarzenia pojawiają się nieścisłości, co rodzi podejrzenia przełożonych. Czy funkcjonariusze próbują zatuszować zabójstwo z premedytacją? Rozpoczyna się wewnętrzne

śledztwo, którego prowadzi nadinspektor Ted Hastings (Adrian Dunbar). Tymczasem detektywka Kate Fleming (Vicky McClure) jest zdeterminowana, by doprowadzić swoje dochodzenie do końca. Posuwa się do coraz bardziej ryzykownych działań, by zdobyć zaufanie głównego podejrzanego. Jej zachowanie budzi jednak niepokój kolegów z jednostki.

EGP



Co ma do ukrycia sierżant Waldron?

Nowy sezon

TVP 1	TVP 2	POLSAT
4.40 Wykrywacz kłamstw – pr. publicyst., Pol. 2025-2026 5.00 Pytanie dnia – program publicystyczny, Polska 2026 5.20 Reporterzy – magazyn reporterów 5.30 Oko na świat – magazyn, Polska 2024-2026 5.55 Akacja 38 (936) – telenowela, Hiszpania 2018 7.00 Transmisja mszy świętej z Sanktuarium Matki Bożej na Jasnej Górze 7.30 Pełnia wiary – magazyn religijny 8.00 Serwis Info – pr. inform., Pol. 8.10 Pogoda Info 8.20 Zaraz wracam 3 (137) – serial obyczajowy, Pol. 2026 9.00 Ranczo (1) – serial kom., Polska 2006 (patrz obok) 10.00 Komisarz Alex 25 (314) – serial kryminalny, Pol. 2026 11.00 Ojciec Mateusz 20 (257) – serial kryminalny, Pol. 2018 12.00 Serwis Info – pr. inform., Pol. 12.10 Agrobiznes – magazyn rolniczy 12.30 Agropogoda 12.40 To się opłaca – magazyn 12.55 Natura w Jedynce: Niezwykła Australia (2-ost.) – film dokumentalny, Wielka Brytania/USA 2024 14.00 Spłatanie losy (42) – serial obyczajowy, Turcja 2024 15.00 Serwis Info – pr. inf., Polska 15.10 Reporterzy – mag. 15.35 Gra słów. Krzyżówka – teleturniej, Pol. 2019-2026 16.00 Dziedzictwo (1026) – serial obyczajowy, Turcja 2020 17.00 Teleexpress, Pogoda 17.25 Jaka to melodia? – teleturniej muzyczny 18.05 Klan (4730) – telenowela, Polska 2026 18.40 Akacja 38 (953) – telenowela, Hiszpania 2018 Liberto, który doznał urazu głowy, opuszcza szpital. Tymczasem Samuel zostaje bankrutem. Lucia oferuje mu pieniądze. 50 min 19.30 Program informacyjny 19.30 19.55 Pytanie dnia – program publicystyczny, Polska 2026 20.10 Sport, Pogoda 20.30 Ojciec Mateusz 35 (451) – serial kryminalny, Polska 2026 (patrz obok) 21.25 Sprawa dla reportera – pr. Elżbiety Jaworowicz 22.30 Czas niedokony (1) – serial sensacyjny, Polska 2024 (patrz obok) 23.25 Gra z Cieniem 2 (14) – serial kryminalny, Polska 2026 0.25 Morderstwa w Cognac – film kryminalny, Francja 2020, reż. Adeline Darraux Clémentine (Eléonore Bernheim) i Yassine (Olivier Sitruk) szukają zabójcy właściciela piwnicy z trunkami. Sprawa jest powiązana z historią rodziny policjantki. 105 min 2.10 Magazyn Ekspresu Reporterów 3.15 Sprawa dla reportera – pr. Elżbiety Jaworowicz ▶ 4.10	4.40 Na dobre i na złe (932): Znajda – serial obyczajowy, Polska 2024 5.35 M jak miłość (1835) – serial obyczajowy, Polska 2024 6.25 Operacja zdrowie (21) – magazyn med., Polska 2024 6.55 Barwy szczęścia (3394) – serial obyczajowy, Polska 2026 7.30 Pytanie na śniadanie – pobudka – magazyn, Polska 2026 7.55 Pytanie na śniadanie 11.45 Jedzenie ma znaczenie (25) – magazyn kulinarny, Polska 2026 Źródło wiedzy dla wszystkich, którzy chcą kształtować odpowiednie nawyki i dbać o zdrowie. Dzięki niemu widzowie poznają tajniki produkcji żywności oraz dostają wskazówki dotyczące jej przechowywania. 40 min 12.25 Koło fortuny – teleturniej, Polska 2026 13.15 Panna młoda (193) – serial obyczajowy, Turcja 2024 14.05 Va banque – teleturniej, Polska 14.35 Na sygnale (917): Samochód pulapka – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2026 Doktor Wiktor Banach rusza na pomoc kobiecie uwięzionej w samochodzie z dzieckiem. Przegniecioną przez fotel poszkodowana ma poważne problemy z oddychaniem oraz kręceniem, zatem liczy się każda minuta. 30 min 15.05 La Promesa – pałac tajemnic (474) – serial obyczajowy, Hiszpania 2024 16.00 Koło fortuny – teleturniej, Polska 2026 16.35 Familiada – teleturniej 17.20 Panna młoda (194) – serial obyczajowy, Turcja 2024 (patrz obok) 18.15 Va banque – teleturniej, Polska 18.50 Jeden z dziesięciu – teleturniej 19.25 Barwy szczęścia (3394) – serial obyczajowy, Polska 2026 20.05 Barwy szczęścia (3395) – serial obyczajowy, Polska 2026 (patrz obok) 20.40 Postaw na milion – teleturniej, Polska 21.40 Europa da się lubić – nowe pokolenie (1) – pr. rozrywk., Polska 2026 22.40 Herkules – film przygodowy, USA 2014, reż. Brett Ratner, wyk. Dwayne Johnson, Ian McShane (patrz obok) Scenariusz oparto na powieści graficznej Steve'a Moore'a. W głównej roli były wrestler Dwayne Johnson. 105 min 0.25 Rodzinka.pl (313): Don Giovanni – serial komediowy, Polska 2026 1.05 Nadzieja – melodramat, Norwegia/Szwecja/Dania 2019, reż. Maria Sodahl 3.15 Akacja 38 – telenowela, Hiszpania 2015-2021 ▶ 4.15	4.40 Disco Gramy – program muzyczny, Polska 2026 5.25 Telezakupy TV Okazje 6.00 Nowy dzień – program informacyjny 9.10 Malanowski i partnerzy (430) – serial fab.-dokumentalny, Polska 2012 9.40 Wypasiona kuchnia (7) – program rozrywkowy, Polska 2026 9.45 Malanowski i partnerzy (431) – serial fab.-dokumentalny, Polska 2012 10.20 Dlaczego ja? (1348, 1349) – serial paradokumentalny, Polska 2024 Tadeusz wiąże się z Urszulą. Kilka tygodni później kobieta znajduje go w łóżku obok przeżalonej pasierbicy. 125 min 12.25 Gliniarze. Śląsk (8): Ciche miejsce – krym., Pol. 2026 13.25 Gliniarze (958): Żywy lub martwy – serial paradokumentalny, Polska 2024 14.25 Siatkówka mężczyzn: Mistrzostwa Europy 2026 – studio (live) 14.50 Siatkówka mężczyzn: Mistrzostwa Europy 2026 – mecz grupy B: Polska – Portugalia (live)(patrz obok) 16.55 Gliniarze. Śląsk (9): Złe miejsce, zły czas – serial kryminalny, Polska 2026 Zaginęła prawniczka Lucyna Bachrańska. Guzman i Kowalski odnajdują na parkingu zniszczony telefon. 65 min 18.00 Pierwsza miłość (4245) – serial obyczajowy, Polska 2026 Kacper pragnie pogodzić się z żoną. Przyjeżdża po nią i jej towarzyszkę do leśnego hoteliku. Tymczasem Kinga bierze od recepcjonisty Arka numer telefonu. 50 min 18.50 Wydarzenia 19.15 Gość „Wydarzeń” – program publicystyczny 19.25 Wypasiona kuchnia (11) – program rozrywkowy, Polska 2026 19.35 Sport, Pogoda 19.55 Milionerzy – teleturniej, Polska 2026 20.30 Nasz nowy dom (374) – reality show, Polska 2026 (patrz obok) 21.40 Zdrada (2) – serial kryminalny, Polska 2023 (patrz obok) 22.55 Plan lotu – thriller, USA 2005, reż. Robert Schwentke Kyle (Jodie Foster) leci wraz z 6-letnią córką do Nowego Jorku. Kobieta zasypia, a gdy się budzi, dziecka nigdzie nie ma. Żaloga oraz pasażerowie twierdzą, że dziewczynka nie wsiadła na pokład. 125 min 1.00 Piep*zyć Mickiewicza – dramat obyczajowy, Polska 2024, reż. Sora Bustamante-Drozdek 3.20 Nasz nowy dom (320) – reality show, Polska 2024 4.25 Kabaretowa Ekstraklasa (71) – program rozrywkowy, Polska 2017

TVN	TV PULS	TVN 7
5.40 Uwaga! – magazyn reporterów 5.55 Ukryta prawda (1471) – serial paradokumentalny, Polska 2023 6.50 Kuchenne rewolucje (3) – program rozrywk., Pol. 2023 7.45 Dzień Dobry TVN – magazyn 11.20 Doradca smaku (8) – magazyn kulinarny, Polska 2026 11.30 Kuchenne rewolucje (7) – program rozrywkowy, Pol. 13.40 Ukryta prawda (1612, 1613, 1757) – serial paradokumentalny, Polska Sylwia przyjeżdża do Warszawy do nowej pracy. Tymczasowo zatrzymuje się u swojej siostry i jej partnera. Zaczyna coraz bardziej interesować się chłopakiem, choć wie, że nie powinna. 190 min 16.50 Szpital św. Anny (138) – serial obyczajowy, Polska 2026 Poród Darii trwa już drugą dobę. Wyczerpana lekarka wyładowuje złość na Krzysztofie. Kaja przejmując nauczycielkę, która zasłabła w szkole. Podejrzewa zawał i wiezie ją na kardiologię. 65 min 17.55 Detektywi (339) – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2026 Klientka znajduje w domu na działce ludzki palec. Obawia się o babcię, która nie odbiera telefonu. Prezeska zarządu ogródków działkowych twierdzi, że seniorka była skonfliktowana z inną działkowiczką. 65 min 19.00 Fakty 19.35 Sport 19.40 Raport US Open (12) – magazyn sportowy, Polska 2026 19.45 Pogoda 19.55 Uwaga! – magazyn reporterów (patrz obok)	6.00 Policjanci z Miami 5 (4, 5): Fatalne zgranie w czasie; Borrasca – serial kryminalny, USA 1988 8.00 Kobra – oddział specjalny (6, 7): Na warunkowym; Koniec służby – serial sensacyjny, Niemcy 2019 10.00 Zaklinaczka duchów 5 (88) – serial fantasy, USA 2009-2010 11.00 Kotka (27) – telenowela, Meksyk 2014 Esmeralda dostaje od Pabla list, z którego wynika, że chciałby on, by została jego kochanką. Czuje się głęboko urażona. Cichy proponuje, że podyktuje jej odpowiedź. Dziewczyna idzie za jego radą. 60 min 12.00 Nie igraj z aniołem (158) – serial obyczajowy, Meksyk 2008 (patrz obok) 13.00 Wspaniałe stulecie (92) – serial kostiumowy, Turcja 2012-2013 14.00 Kuriery 2 (77) – serial fabularno-dokumentalny, Pol. 15.00 Lombard. Życie pod zastaw 14 (736, 737) – serial obyczajowy, Polska 2024 17.00 Kuriery 2 (78) – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2023 Damian spotyka się z gangsterami, by przekazać haracz. Razem z Tomaszem nie ma złudzeń, że przestępcy będą żądać coraz więcej pieniędzy. Opracowują plan, jak uwolnić się od zobowiązań. 60 min 18.00 Lombard. Życie pod zastaw 19 (1017, 1018) – serial obyczajowy, Polska 2026 Ignacy wręcza Tymonowi i jego żonie umowę rezerwacyjną na mieszkanie. Zapewnia, że w razie odmowy kredytu odda zaliczkę. Kiedy jednak bank odrzuca wniosek, nie zamierza zwrócić pieniędzy. 120 min 19.55 MAGAZYN Uwaga! Ryszard Cebula (zdj.) i jego koledzy poruszają kolejne trudne tematy. Przyrzeli się m.in. sprawie byłego wójta. Mieszkańcy mazowieckiej gminy poinformowali, że bez pozwolenia na terenach Natura 2000 wybudował on prywatny kanał prowadzący od rzeki do jego własnej posesji. 20 min 21.30 ROZRYWKA Kuchenne rewolucje (2) Magda Gessler (zdj.) udaje się do Pizy Marysin. 70 min	5.20 Ten moment (39) – serial paradokumentalny, Polska 2015-2016 5.55 Szkoła (439-441) – serial paradokumentalny, Polska 2017 8.45 Ukryta prawda (1382, 1533, 1534) – serial paradokumentalny, Polska 11.50 W-11 – Wydział Śledczy (673-675) – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2010 (patrz obok) 13.55 Detektywi (123): Przetwać w lesie – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2024 15.00 Szpital (870, 871) – serial paradokumentalny, Polska 2018 Jarosz przyjmuje na oddział 28-latkę, która cierpi z powodu nadciśnienia. Razem z partnerem wiezie rozrywkowe życie. Okazuje się, że jest w zagrożonej ciąży. 120 min 17.00 Sędzia Anna Maria Wesołowska (551): Speed dating – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2011 (patrz obok) 18.00 Rozwód. Walka o wszystko (3) – serial paradokumentalny, Polska 2020 Ewa jest zatrudniona w klinice w Niemczech. Po powrocie do Polski otrzymuje od męża pozew rozwodowy. Nie widzieli się przez dwa miesiące, a Wiktor ma już dość tego, że partnerki ciągle nie ma w domu. 60 min 19.00 Ukryta prawda (1683) – serial paradokumentalny, Polska 2025 Patryk i Emilia decydują się na zostanie rodziną zastępczą dla 11-letniego Kubę. Mężczyzna zaczyna podejrzewać, że chłopiec to syn jego partnerki, którego niegdyś oddała do kina życia. 60 min



W APTEKACH I ZIELARNIACH

KolagenCito

Znakomity, niemiecki, opatentowany produkt – postaw na jakość! Kolagen na kręgosłup, kolana, łokcie, biodra, ścięgna, cerę, cellulit.

20.15 Na Wspólnej (4275) – serial obyczajowy, Polska 2026 20.50 The Floor – teleturniej, Polska 2026 21.30 Kuchenne rewolucje (2) – pr. rozr., Polska (patrz obok) 22.40 Bogowie – dramat biograficzny, Polska 2014, reż. Łukasz Palkowski, wyk. Tomasz Kot, Piotr Głowacki, Szymon Piotr Warszawski, Magdalena Czerwińska, Rafał Zawierucha (patrz obok) 1.05 CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 10 (7) – serial kryminalny, USA/Kanada 2009 2.10 Uwaga! – mag. reporterów 2.30 Młode giny (5, 6) – serial kryminalny, Polska 2026 4.35 Bartosz Zmarlik. Ścigając marzenia (1/3) – film dokumentalny, Polska 2023 5.05 Zamieszkać na plaży 5 (5) – program rozrywkowy, USA	22.40 BIOGRAFICZNY Bogowie Lata 80. XX wieku. Kardiolog Zbigniew Religa (Tomasz Kot, zdj.) walczy o sprzęt i fundusze, by przeprowadzić pionierską operację transplantacji serca. Mimo przeszkód dokonuje niemożliwego. 145 min
--	--

20.00 Lot 93 – dramat sensacyjny, Francja/USA/Wielka Brytania 2006, reż. Paul Greengrass, wyk. J.J. Johnson, Gary Commock, Polly Adams, Opal Alladin (patrz obok) 22.15 Nalot na bin Laden – film sensacyjny, USA 2012, reż. John Stockwell Maj 2011 r. Oddział Navy SEALs dokonuje ataku na kryjówkę Osamy bin Laden. 120 min 0.15 Zielona strefa – dramat wojenny, Francja/USA/Hiszpania 2010, reż. Paul Greengrass, wyk. Matt Damon, Yigal Naor, Said Faraj, Faycal Attougui (patrz obok) 2.25 Dzielnica strachu 10 (469): Przysięga Hipokratesa – serial kryminalny, Polska 2025 3.20 Lombard. Życie pod zastaw 19 (1013) – serial obyczajowy, Polska 2026	0.15 DRAMAT Zielona strefa Rok 2003, Bagdad. Roy Miller (Matt Damon, zdj.) otrzymuje zadanie odnalezienia broni masowego rażenia. Wskazane miejsca okazują się jednak puste. Żołnierz zaczyna podejrzewać spisek. 130 min
---	--

20.00 Hotel Paradise 13 (10) – reality show, Polska 2026 21.00 Maska – komedia, USA 1994, reż. Chuck Russell, wyk. Jim Carrey, Cameron Diaz, Peter Greene (patrz obok) Odtwórca głównej roli, Jim Carrey, stał się najbardziej znanym amerykańskim komikiem. Tajemnica sukcesu tego filmu tkwiła w połączeniu zawirowanej komedii z kinem gangsterskim i efektami specjalnymi. 135 min 23.15 Taskmaster (2) – program rozrywkowy, Polska 2026 0.15 Mission: Impossible – Dead Reckoning – film sensacyjny, USA 2023, reż. Christopher McQuarrie 3.35 Hotel Paradise 13 (9) – reality show, Polska 2026 4.25 Fachowcy 2 (6) – serial paradok., Pol. 2018	0.15 DRAMAT
--	---------------------------

21.00 KOMEDIA Maska Stanley (Jim Carrey, zdj.) znajduje starożytną maskę, która uwalnia jego ukryte pragnienia i daje mu nadludzkie moce. Próbuje zdobyć serce wybranki (Cameron Diaz, zdj.) i zmierzyć się z gangsterem. 135 min	20
--	------------------

5.00 **Złomowisko PL 7** (17)
6.00 **24 godziny** – mag. inf.
7.05 **Sport**
7.10 **Express** – pr. inform.
7.35 **DeFacto 13** (12, 13)
8.30 **Kartoteka 6** (20, 21)
– serial fabularno-dokum.
10.35 **Detektyw1** (112, 334)
12.35 **Zakup w ciemno 4** (44)
12.35 **Zakup w ciemno 8** (7)
14.35 **Nic do ukrycia** (3) – dok.
15.35 **Złomowisko PL 8** (2)
16.05 **Express** – pr. inform.
16.58 **Pogoda, Sport**
17.05 **Nauka jazdy 6** (11)
17.45 **Życie na kredycie 7**
(15, 16) – reality show, Pol.
18.40 **Googlebox. Przed
telewizorem 24** (14)
19.45 **Express. Pogoda** – inf.

REALITY SHOW



20.05 Zakup w ciemno 8 (8)
Uczestnicy nie wiedzą, co znajdują się na paletach. Mogą zyskać fortunę, ale i wiele stracić. Muszą zdać się na swoją intuicję. Licytacja w hurtowniach wzbudza ogromne emocje. **60 min**

21.05 Zakup w ciemno
extra 3 (8) – reality show
21.45 Express, Pogoda – inf.
22.00 Życie na kredycie 9
(3, 4) – reality show, Polska
23.00 Damy i wiesniaczki.
PL 12 (2) – fab.-dok., Pol.
0.00 Down the road 4 (1)
1.00 Kanapowczyńie 3 (2)
2.00 Dobra robota 3 (30)
2.35 Osadzone. Blok F
(11, 12) – serial, paradok.

2.35 Osadzone. Blok F
(11, 12) – serial paradok.

8.55 **Kobra – oddział specjalny** (116, 117)
11.00 **48h. Zaginięci** (280, 81, 82)
14.00 **Policjanci i Policjanci** (1244) – serial obcy, Polska
15.00 **Uroczysko** (133, 134)
16.00 **Kobra – oddział specjalny** (118, 119)
18.05 **Strážnik Teksa** (25, 1)
20.05 **CSI: Kryminalne zagadki Miami** (189, 190) – krym.
22.00 **Czarna lista** (16) – krym.
23.00 **Sprawiedliwi – Wydział Kryminalny** (763, 764) – serial kryminalny, Polska
1.00 **Kości** (163, 164) – krym.
3.00 **Krejel patrol** (25) – krym.
3.30 **Septagón** (73, 74) – krym.
5.35 **Cudownych rodziców mam** – cykl felietonów
5.45 **Telezakupy TV Okazie**

9.50 Młode gliny (4) – krym.
10.55 Lekarze 3 (13) – obycz.
11.55 Zapakuj do moich drzwi
 (84, 85) – telen., Turcja 2020
13.55 Młode gliny (5) – krym.
14.55 Detektywi (621, 622)
16.05 Na Wspólnej (76, 77)
 – serial obycz., Polska 2003
17.10 Kino w drodze – pr. kult.
17.45 Po pierwsze kino 3 (4)
17.50 Znow mam 17 lat
FLM – komedia, USA 2009
20.00 Dzika furia – film
FLM przygodowy, USA 2018
22.25 Dzien próby – dramat
FLM sens, USA/Australia 2001
0.50 Coś jest nie tak
FLM Z dziećmiakami
 – horror, USA 2023

STOPKLATKA

- 6.00** Kabaretowe hity (1) – pr. rozryw. UK, Pol. 2023
- 6.50** Wojciech Cejrowski – boso przez świat
- 7.50** Robert Makłowicz (238, 237) – mag. kulin.
- 9.35** Pyszne dania w 10 minut z Julią Oleś 2 (9)
- 9.45** Górski lekarz (10, 11) – obycz., Niemcy/Austria
- 11.45** Zagadki kryminalne panny Fisher 2 (4, 5) – serial krym., Australia
- 14.00** Hudson i Rex 8 (7) – serial kryminalny, Kan.
- 15.00** Zjazd. Będzie się działo 2 (7, 8) – serial obycz.
- 17.00** Katastrofy w przestworzach (12, 2, 9) – serial dok., USA

DRAMAT SENSACYJNY



20.00 Ostateczna rozgrywka **FILM** – Wielka Brytania 2018

Pelen publiczności londyński stadion opłany woją uzbrojeni terroryści. Ich celem jest odnalezienie dawnego współnika. Jeśli nie uda im się go dopaść, zdetonują ładunek wybuchowy. **140 min**

- 22.20** Apollo 13 – dramat **FILM** katastroficzny, USA 1995, wyk. Tom Hanks, Bill Paxton, Ed Harris
- 1.15** Wróg doskonały **FILM** – thriller, Francja/Hiszpania/Niemcy 2020
- 3.00** Weśle **FILM** – obyczajowy, Polska/Łotwa 2021, wyk. Robert Więckiewicz

POLSAT 2

- 5.50** Wydarzenia
- 6.30** Nasz nowy dom (253)
- 7.30** Na ratunek 112 (1017, 1018) – paradok.
- 8.30** Sekrety rodziny (122-124) – paradok., Pol.
- 11.30** Trudne sprawy (795) – serial paradokumentalny
- 12.30** Dlaczego ja? (1440, 1441) – paradok.
- 14.25** Wypasiona kuchnia (10) – pr. rozr., Pol. 2026
- 14.30** Świat według Kiepskich (340-344)
- 17.00** 48h. Zaginięci (247, 248) – serial kryminalny, Polska
- 19.00** Gliniarze (1041) – serial paradokumentalny, Pol.
- 20.00** Ślad (33) – serial krym.
- 21.00** Gliniarze (971) – paradok.

KRYMINALNY



22.00 Komisarz Mama (14)

Ekipa Marii szuka zabójcy zakonicy. Pojawiają się przypuszczenia, że zbrodni mogła dopuścić się siostra Aleksandra. Śledztwo utrudnia matka przełożona, która kiedyś była sędzią. **60 min**

- 23.00** Świat według Kiepskich (433, 434)
- 0.00** Ślad (104) **FILM** – krym., Pol.
- 1.00** Zdrady II (48) – paradok.
- 2.05** Wydarzenia
- 2.45** Ewa Gutjue (542) – mag.
- 3.20** SuperLudzie (18) – dok.
- 3.50** Interwencja – mag.
- 4.00** SuperLudzie (19, 20)
- 5.10** Drwale i inne opowieści Bieszczadu (63) – serial dokumentalny

TVP SERIALE

- 5.25** Rodzinka.pl (147, 148)
- 6.25** Na sygnale (530, 531) – fab.-dok., Polska 2024
- 7.35** Ojciec Mateusz 6 (80)
- 8.30** Komisarz Alex 9 (112) – krym., Polska 2017
- 9.20** Rodzinka.pl (149) – kom.
- 9.50** Klan (1496) – telen., Pol.
- 10.25** Ranczo 2 (17) – obycz.
- 11.20** Ojciec Mateusz 35 (450)
- 12.10** Rodzinka.pl (311) – kom.
- 12.50** Felicita (1) – serial obycz., Pol./Wł. 2022
- 13.25** Ojciec Mateusz 33 (431, 432) – serial krym.
- 15.25** Komisarz Alex 9 (113)
- 16.15** Na sygnale (532, 533) – serial fabularno-dokument.
- 17.20** Ranczo 2 (19, 20) – serial obyczajowy, Polska 2007

KRYMINALNY



19.25 Ojciec Mateusz 33 (433)

Podczas spaceru w parku ktoś porwuje dziecko Mileny. Dramat kobiety wstrząsa społecznością Sandomierza. Proboszcz, policja i mieszkańcy wyruszają na poszukiwanie niemowlęcia. **60 min**

- 20.25** Komisarz Alex 26 (321) – serial kryminalny, Polska
- 21.30** Ranczo 2 (21, 22) – obycz.
- 23.30** Ojciec Mateusz 34 (434) – serial kryminalny, Polska
- 0.25** Na sygnale (917, 918) – serial fabularno-dokument.
- 1.30** PiłBull (28, 29) – sens.
- 3.30** Stulecie Winnych 4 (50) – serial obycz., Pol. 2022
- 4.20** Klan (1496) – telen., Pol.
- 4.55** Zaraz wracam 3 (136)

KINO POLSKA

- 6.00** Zwierzęta Wajraka 3 (8, 9) – serial dokum., 2022
- 6.50** Polska Kronika Filmowa – serial dokum.
- 7.15** Reksio (1, 3) – anim.
- 7.35** Podróż kapitana Klipera (1, 2) – anim.
- 8.10** Do przerwy 0:1 (4) – serial obyczajowy, 1969
- 8.40** Potop (2-ost.) – film historyczny, 1974, wyk. Daniel Olbrychski
- 11.35** Podróż za jeden uśmiech – film przygodowy, 1972, wyk. Henryk Gołębiewski
- 13.35** Noce i dnie (1, 2-ost.) **FILM** – film obyczajowy, 1975
- 17.20** Pogranicze w ogniu (14, 15) – serial sensacyjny

BIOGRAFICZNY



20.00 Mistrz – 2020, reż. Maciej Barczewski

Do Auschwitz trafia bokser Tadeusz Pietrzykowski (Piotr Głowacki, zdj.). Zaczyna się pojedynkować na obywatelów ringu. Każdy jego triumf umacnia nadzieję, że Niemcy się tak pokonają. **115 min**

- 21.55** Niepokonani – dramat przygodowy, USA/Polska/ŻEA 2010
- 0.50** Kamienie na szaniec **FILM** – dramat wojenny, 2014, wyk. Tomasz Ziętek, Marcel Sabat
- 3.25** Po miłość **FILM** – dramat obyczajowy, 2021, wyk. Jowita Budnik
- 5.25** Tama – etiuda film., 2024

AXN

- 6.00** CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 14 (22) – krym., USA/Kanada
- 6.45** CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 15 (1) – serial kryminalny, USA/Kanada 2014-2015, wyk. Ted Danson, Elisabeth Shue
- 7.30** Ostry dyżur 5 (1, 2) – serial obyczajowy, USA
- 9.25** Castle 6 (22, 23) – krym.
- 11.25** Rekrut 5 (17, 18) – krym.
- 13.15** Dowody zbrodni 5 (2, 3) – serial kryminalny, USA
- 15.15** FBI 4 (21, 22) – krym., USA
- 17.10** CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 7 (18, 19) – krym., USA/Kan.
- 19.05** Castle 7 (1, 2) – krym.

KRYMINALNY



21.05 Agenci NCIS: Hawaje 3 (4, 5) – USA 2024

W ośrodku wojskowym zostaje zamordowany jeden z pilotów. Agenci chcą przeprowadzić tajną misję. Jej celem jest położenie kresu przestępczej działalności, która kwitnie w placówce. **115 min**

- 23.00** CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 7 (18, 19) – krym., USA/Kan.
- 0.45** Castle 7 (1, 2) – serial krym., USA 2014-2015
- 2.40** Agenci NCIS: Hawaje 3 (4, 5) – serial kryminalny
- 4.25** CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 5 (13) – krym., USA/Kanada
- 5.10** Blok promocyjny AXN

CANAL+ PREMIUM

- 9.20** Fuks – komedia **FILM** sensacyjna, Polska 1999
- 10.45** Łąpu capu – pr. rozr., Pol.
- 10.50** Saga „Zmierzchn” **FILM** Przed świtem. Część 1 – film fantasy, USA 2011, wyk. Kristen Stewart
- 12.45** Moje pieczone kurczaki – film obyczajowy, Polska 2002
- 13.50** Ultimatum Bourne'a **FILM** – sens., USA/Niemcy 2007
- 15.45** Jutro będzie nasze **FILM** – komediodramat, Włochy 2023, wyk. Paola Cortellesi
- 17.40** Hollywood Buzz – mag.
- 18.10** Łąpu capu – pr. rozr., Pol.
- 18.15** Kiedy nadchodzi jesień – dramat obyczajowy, Francja 2024

THRILLER



20.00 7 snajperów – Australia/Wielka Brytania/USA 2026

Kris (Radha Mitchell, zdj.) musi stawić czoło dawnemu wrogowi, by ochronić siebie i córkę. Wyrusza na pomoc kolegom z jednostki, w której kiedyś służyła. **90 min**

- 21.30** Wola przetrwania **FILM** – thriller, USA 2025, wyk. Zachary Levi
- 23.30** Wierny ogrodnik **FILM** – thriller, Wielka Brytania/Niemcy 2005
- 1.35** Guns Up. Nie zadzieraj z rodziną – komedia, USA 2025

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

13 ULICA

- 6.15** Morderstwa w Tours **FILM** – film kryminalny, Fr. 2018
- 8.10** Motyw 2 (2, 3) – serial kryminalny, Kanada 2014
- 10.05** Bez śladu (19, 20) – krym.
- 12.00** Kasandra 3 (2) – krym., Fr.
- 14.00** Morderstwo w Biot – film **FILM** kryminalny, Francja 2021
- 16.15** Motyw 2 (4, 5) – serial kryminalny, Kanada 2014
- 18.10** Bez śladu (21, 22) – serial kryminalny, USA 2003
- 19.55** Kasandra 3 (3) – krym., Fr.
- 22.00** Follow (5, 6) – serial sens.
- 23.50** Prawo i porządek Toronto: Zbrodniczy zamiar (1, 2) – serial krym., Kanada
- 1.50** Motyw 2 (2, 3) – serial kryminalny, Kanada 2014
- 3.35** Morderstwa w Tours **FILM** – film kryminalny, Fr. 2018

POLSAT FILM

- 6.05** Górale (105-107) – dok.
- 7.30** Doktor Martin (80) – serial obycz., Wlk. Bryt.
- 8.55** Przyjaciółki (223, 224) – serial obycz., Polska 2022
- 10.55** Świat według Kiepskich (77, 78, 171, 172, 197-199) – serial komediowy, Polska
- 14.55** Jak wytresować smoka 3 – film animowany, USA/Japonia 2019
- 17.05** Zrobmy sobie wnuka **FILM** – komedia, Polska 2003
- 18.55** Wilki dar – dramat **FILM** obyczajowy, USA 2017
- 21.00** Serena – dramat obycz., **FILM** USA/Francja/Czechy 2014
- 23.10** Mumia – film przygodowy, **FILM** USA 2017, wyk. Tom Cruise
- 1.30** Ślad (45, 68, 69) – krym.
- 4.35** Na ratunek 112 (925, 926)

HBO

- 10.30** Dom dobry – dramat **FILM** obyczajowy, Polska 2025
- 12.15** Kolejna zwycięzina **FILM** przysługa – czarna komedia, USA 2025
- 14.15** Jumanji: Przygoda **FILM** w dżungli – film przyg., USA/Australia/Indie 2017
- 16.10** Jumanji: Następny poziom – przyg., USA 2019
- 18.10** Wielka, odważna, piękna podróż – dramat fantasy, Irlandia/USA 2025
- 20.00** Mój mistrz – dramat **FILM** obyczajowy, Włochy 2025
- 22.00** Bestie Boga (2) – dok., USA
- 22.55** Conan O'Brien wylatuje 3 (3) – serial dok.
- 23.35** Jedna bitwa po drugiej **FILM** – thriller, USA 2025, wyk. Leonardo DiCaprio

WARNER TV

- 8.00** Bajer z Bel-Air 2 (22, 23)
- 9.00** Prawo Agaty 6 (7) – obycz.
- 9.55** Pielniuszka chata 2 (5, 6)
- 11.10** Teraz albo nigdy! (10, 11)
- 13.05** Bajer z Bel-Air 2 (22-24)
- 14.35** Bajer z Bel-Air 3 (1) – kom.
- 15.05** Pielniuszka chata 2 (5-8)
- 17.25** Superman 2 – przyg., Wlk. Bryt./USA/Kanada 1980
- 20.00** Jackie Chan: Pierwsze uderzenie – sens., USA/Hongkong/Ukraina 1996
- 21.35** Zakłękł w czasie **FILM** – dramat s.f., USA 2009
- 23.40** Cela – thriller, Niemcy/USA **FILM** 2000, wyk. Jennifer Lopez
- 1.50** Mad Max 2: Wojownik szos – film s.f., Australia 1981, wyk. Mel Gibson
- 3.40** Wrocie niebo 5 (5, 6) – s.f.
- 5.25** Cudotwórcy 3 (1) – kom.

ALE KINO+

- 7.00** Długi weekend – film **FILM** obyczajowy, Polska 2004
- 8.35** The Office PL 2 (3, 4)
- 9.45** Bestia (3, 4) – krym., Kan.
- 11.45** Detektyw Foyle 2 (3)
- 13.50** Stan wyjątkowy **FILM** – komedia, Czechy 2024
- 15.55** Niemiołowie – dram. katal. **FILM** stróż, Hiszpania/USA 2012
- 18.05** Detektyw Foyle 2 (4)
- 20.10** Zdradca – krym., Włochy/Francja/Niemcy 2019
- 23.05** Largo Winch 3: **FILM** Cena pieniądza – film przygodowy, Fr./Belgia 2024
- 1.15** Daaaaaah! – komediodramat **FILM** mat, Francja 2023
- 2.55** Kruk. Jak tu ciemno 3 (5)
- 3.45** Zurek – film obyczajowy, **FILM** Polska 2003
- 5.05** Powrót (4) – serial kom.

CANAL+ FILM

- 13.15** Premierowa jazda – mag.
- 13.30** Kopnieć w czasie **FILM** – kom., Francja/Belgia 2025
- 15.10** Morderstwo **FILM** w ambasadzie – film kryminalny, Wlk. Bryt. 2025
- 16.35** Zapaleńcy. Historia polskiego filmu animowanego – film dok.
- 18.05** Ultimatum Bourne'a **FILM** – sens., USA/Niemcy 2007
- 19.55** Łąpu capu – rozr., Pol. 2026
- 20.00** The Smashing Machine **FILM** – dramat biograf., USA 2025
- 22.00** One More Shot – thriller, **FILM** Wielka Brytania/USA 2024
- 23.40** Poteplony – thriller, USA **FILM** 2007, wyk. Steve Austin
- 1.30** Quebonafide: Północ **FILM** Południe – musical, Polska 2025, wyk. Kuba Grabowski

SCI FI

- 6.00** Kroniki Spiderwack (6) – serial s.f., USA/Kan. 2024
- 7.05** Bibliotekarze 2 (1, 2) – serial przyg., USA 2015
- 9.10** Medium 5 (9, 10) – krym.
- 11.10** Przygody Merlina 5 (4-7)
- 15.10** Medium 5 (11, 12) – krym.
- 17.00** Przygody Merlina 5 (7-10) – serial fantasy, Wlk. Bryt.
- 21.00** Wojna królów (6) – serial fantasy, Niem. 2025
- 22.00** Zakazane królestwo **FILM** – przyg., USA/Chiny 2008
- 0.10** Transformers **FILM** – film s.f., USA 2007
- 3.10** Transformersi **FILM** Mechabestie – film s.f., USA 2023, wyk. Tom Arnold
- 5.00** Kroniki Spiderwack (6)

PARAMOUNT NETWORK

- 10.25** Gwiezdny pył – film **FILM** fantasy, USA/Wielka Brytania/Islandia 2007
- 13.00** Czardziejki 3 (15, 16) – serial fantasy, USA 2001
- 15.00** Pingwiny z Madagaskaru (24) – serial animowany
- 15.30** Star Trek 3: **FILM** W poszukiwaniu Spocka – film s.f., USA 1984
- 17.50** Choć gonili nas czas **FILM** – komediodramat, USA 2007
- 20.00** Indiana Jones **FILM** i świątynia zagłady – film przygodowy, USA 1984
- 22.30** Prawo zemsty – thriller, **FILM** USA 2009, wyk. Jamie Foxx
- 0.30** Na fali – film **FILM** sensacyjny, USA 1991

FX

- 9.00** CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas (6) – serial krym.
- 10.00** CSI: Kryminalne zagadki Miami (7, 8) – serial krym.
- 11.55** CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku (13, 14)
- 13.45** Agenci NCIS 10 (13, 14)
- 15.35** CSI: Kryminalne zagadki Miami (9, 10) – serial krym.
- 17.25** Z archiwum X (17, 18) – s.f.
- 19.15** Agenci NCIS: Sydney (13)
- 20.10** CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku (15, 16)
- 22.00** Zakłamanie (10) – obycz.
- 23.10** Z archiwum X (18) – s.f.
- 0.10** Bez twarzy – dramat **FILM** sensacyjny, USA 1997
- 2.55** CSI: Kryminalne zagadki Miami (9) – serial krym.

FILMBOX+ ONE

- 7.45** Panna Marple: 4:50 **FILM** z Paddington – film kryminalny, USA 2004
- 9.45** Vera 6 (3) – krym., Wlk. Bryt.
- 11.45** Zagadki kryminalne panny Fisher (13) – krym.
- 12.55** Poirot – serial kryminalny
- 15.00** Strażnik Teksasu (25, 26) – serial sensacyjny, USA
- 17.05** Vera 6 (4) – krym., Wlk. Bryt.
- 18.55** Poirot 7 (7) – krym., Wlk. Bryt.
- 20.00** Iluza 2 – thriller, Francja/**FILM** USA/Hongkong 2016
- 22.50** Projekt Koliber – thriller, **FILM** Kanada/Belgia 2018
- 1.30** Fenomen – komediodramat **FILM** mat, USA 1996
- 4.00** Prawo do zemsty – film **FILM** sensacyjny, USA 2019

CANAL+ SERIALE

- 10.40** Premierowa jazda – mag.
- 11.00** Naruto 5 (6-8) – anime, Jap.
- 12.30** Cat's Eyes (7, 8) – przyg.
- 14.20** Łąpu capu – rozr., Pol. 2026
- 14.30** Wszystko, czego nie zdążyliśmy powiedzieć (7-9) – serial komediowy, Fr.
- 16.20** Świat zwierząt – rodzicielstwo (1, 2)
- 18.30** Łąpu capu – rozr., Pol. 2026
- 18.55** Captain Tsubasa (43-45)
- 19.50** Making of CANAL+ 2000 Wartywnicy (7, 8)
- 21.35** Maly Grand Hotel (8)
- 22.05** Yellowjackets 3 (6, 7)
- 23.55** Powrót (1, 2) – kom., Pol.
- 1.55** Czarne storki (5, 6)
- 4.05** Pisarze. Serial na krótko (9) – serial komediowy, Pol.

CANAL+ 360

- 12.00** Miasta rytm – serial dok.
- 13.00** Porzucone konstrukcje (3) – serial dokum., Wlk. Bryt.
- 14.00** Zholowani: ciężarówka w opałach 2 (14) – dok.
- 15.00** Wykrywcze historii 3 (5)
- 16.00** Okrety wojenne (6) – dok.
- 17.30** Champions Club – mag.
- 18.55** Zholowani: ciężarówka w opałach 2 (12) – dok.
- 19.50** II wojna światowa w kolorze: największe bitwy (3) – serial dok., 2021
- 20.55** Piłka nożna: Liga Mistrzów UEFA (live)
- 23.10** Porzucone konstrukcje (4) – serial dokum., Wlk. Bryt.
- 0.05** Kolacja z Gavinem Rossdale'em (6) – serial dok.



TLC	TLC
8.00 Megasknery 2 (2)	
9.00 Wiza na miłość: ostatnia szansa 2	
11.00 Ekstremalne choroby	
12.00 Historie wielkiej wagi: Brazylia 2 – reality show	
13.00 Siostry wielkiej wagi (3)	
15.00 Wiza na miłość: na odwrót, pościelowe rozmowy 7	
16.00 Historie wielkiej wagi 4 (4): Brittani – dok.	
17.00 Dr Przyszczyła 5	
18.00 Wiza na miłość: ostatnia szansa 2	
20.00 Jay i Pamela 2 (4)	



21.00	Premiera: Wielkie lato małych ludzi (10)
22.00	Premiera: Wiza na miłość – oczami bohaterów 7
23.00	Skórce na ratunek 8
0.00	Dr Przyszczyła 3
1.00	Jay i Pamela 2 (4)
2.00	Wielkie lato małych ludzi (10) – reality show

POLSAT CAFÉ
6.00 Demakijaż (129-131)
7.30 Przypięci (13, 14)
9.30 Hell's Kitchen – Piekelnia Kuchnia (61, 62) – reality show, Pol.
12.30 Oszukane (5, 6) – serial paradokmalny, Pol.
14.30 Komisarz Mama (29) – serial kryminalny, Polska
15.30 Bogaty dom – biedny dom (140) – reality show
16.30 Hell's Kitchen – Piekelnia Kuchnia (24)
18.00 Nasz nowy dom (268, 269) – reality show
20.00 Kolacja w ciemno (82)



21.05	Wizje kobiet – serial dok., Pol.
22.00	Ambulans (3) – dok., Pol.
23.00	Gry małżeńskie (162, 163) – reality show, Polska 2023-2024
1.05	Wizje kobiet (78-81) – serial dok., Pol.
3.00	Zdrady (125-127) – serial paradokmalny, Polska

TVN STYLE
5.25 Ugotowani (8, 9) – pr. kulin.-rozrywk., Polska
7.15 Mniej znaczy więcej. Better for Less (1)
7.45 Dzień Dobry TVN – mag.
11.20 Ugotowani (6, 7) – pr. kulin.-rozrywk., Polska
13.25 Kuchenne rewolucje (1, 11) – pr. rozrywk., Pol.
15.35 I nie odpuszczę Cię aż do ślubu (7, 8) – reality show, Polska 2017
17.05 Salon sukien ślubnych: Polak 4 (5) – rozr., Pol.
17.40 Kuchenne rewolucje (7, 8, 14) – pr. rozr., Polska



20.50	Zgłosz remont 11 (6)
21.50	Jestem z Polski 16 (35)
22.50	Hotel Paradise 13 (10)
23.45	Mój sąsiad – mordera 11 (3) – dok.
0.50	Apetyt na miłość (2)
1.55	Małe światy według Marzeny Rogalskiej 3
2.40	Zrób coś z tym dzieckiem (12-ost., 1)

DISCOVERY CHANNEL
8.00 Zoom na architekturę
9.00 Parker na złotym szlaku: Pływające złoto
10.00 Wyprawa w nieznane
11.00 Gorączka złota 16
13.00 W dzungli (2) – Edem Staffordem (1)
14.00 Nagi instynkt: przetrwania: rozbitkowie
15.00 Złomowisko PL 9 (4)
16.00 Rolnicy w akcji (1)
17.00 Kroniki policyjne: Szwecja
18.00 Specjalistki (6)
19.00 Nagi instynkt: przetrwania 5



21.00	Premiera: Gorączka złota: na kłopoty Freddy Dodge 5
22.00	Premiera: Złoto drwali
23.00	Poszukiwacze przekleśniętego złota 5 (2)
0.00	Hazardziści 2
1.00	Haszard wg Kindiga 9
2.00	Eurotruckerzy (4)
3.00	Łowcy starości 12 (15)

TVP HISTORIA
6.15 Było, nie minęło...
8.15 Dom (8) – serial obycz.
9.55 Wszystkie kolory świata
10.55 Port wojenny Gdynia 1923-1939 – film dokum.
11.30 Ex Libris – magazyn
11.55 Tutanchamon: życie, śmierć i dziedzictwo (1) – serial dok., Wlk. Bryt.
12.55 Wojny Rosji (2/3) – dok.
14.00 Dom (9) – serial obycz.
15.45 Sensacje XX wieku
17.35 Wojenne dziewczyny (9) – serial hist., Pol. 2016
18.30 303 – film dok., Pol. 2016
19.30 Flesz historii (778)



20.00	Zatoka szpiegów (6)
20.50	Największe tajemnice monarchii (2)
21.55	Mateczki – film dokum.
22.55	Sensacje XX wieku
0.50	Encyklopedia II wojny światowej: Pétain – dok.
1.15	Zatoka szpiegów (6)
2.10	Wojenne dziewczyny (9) – serial hist., Pol. 2016

FOKUS TV
6.05 48h. Zaginięci (6) – krym.
7.00 Było sobie życie (17-20)
8.55 Wehikuł czasu
9.00 Starożytni kosmici 9 (6)
10.00 Premiera: Gwiazdy lombardu (9, 10)
12.00 Maszyny bojowe (2)
13.00 Poszukiwacze historii (10, 11)
14.00 Zapomniane fronty II wojny światowej (5)
15.00 Premiera: Truckerzy przez Australię (3)
16.00 Dorwać tuńczyka 3 (2, 3) – serial dokum., USA
18.00 Rolnicy. Podlasie (1, 2)
20.00 Galileo 28 (30)



21.00	Poszukiwacze historii (2-5)
23.00	Premiera: Cudowna broń Hitlera – film dok.
0.00	Starożytni kosmici (15) – serial dokumentalny
1.00	Rolnicy. Podlasie (22-25) – serial dok., Pol.
5.00	Kołowrotek (4, 5) – magazyn wędkarski

METRO
5.50 Na Wspólnej (720) – obycz.
7.35 Szpital (881-883) – paradok.
10.30 Siedzia Anna Maria Wesołowska (447, 448)
12.30 Szkoła (623) – paradok., Pol.
13.30 Brzydula (123, 124) – kom.
14.40 Za głosem serca (21)
15.50 Magda M. 3 (7) – obycz., Pol.
16.55 Idź na całość 2 – rozr., Pol.
18.00 Złomowisko PL 4 – dok.
19.00 Kartoteka 6 (22, 23)
21.05 Kryminalni (12, 13) – krym.
23.15 Kuba Włodowicz
0.25 Zbrodnice z pierwszych stron gazet 5 – serial dok.
1.25 Szpital (879) – paradok., Pol.
2.25 Szkoła (626) – paradok., Pol.
3.25 Nowa Maja w ogrodzie 2
4.25 Szpital (878) – paradok., Pol.

zoom
6.00 MacGyver 5 (11, 12) – sens.
8.00 Strażnik Tekساس (3, 4) – serial sens., USA 1994-1995
10.00 Kobra – oddział specjalny 24 (4, 5) – sens.
12.05 Piekło na Ziemi
13.20 Sensacje XX wieku – hist.
15.45 Wojciech Ciejrowski – bosy przez świat
18.00 FBI 5 (8, 9) – serial kryminalny
20.00 Kobra – oddział specjalny 22 (7) – sens.
21.00 CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku (3, 4) – krym.
23.00 Magia nagości. Norwegia
23.50 Magia nagości 7 – pr. rozr.
0.55 Magia nagości 4 – pr. rozr.
2.00 I love kabaret – pr. rozr., Pol.
5.20 I love kabaret EXTRA

FOOD NETWORK
10.35 MasterChef – pr. rozrywk.
12.05 Sexy kuchnia Magdy Gessler – magazyn kulinarny
13.10 Miłość od kuchni – pr. rozr.
14.10 Akcja: Restauracja! 20
15.10 Ogniem i patelnią 2
16.15 Kuchenne rewolucje – rozr.
17.15 Magda gotuje internet
17.50 Włoski turniej smaku: Apulia – reality show
18.50 Słodka trzynastka – mag.
19.50 Pyszne miejscówki – mag.
20.55 Miasto smaków Guya Fieriego – reality show
22.00 Akcja: Restauracja!
23.00 Posiekani – teleturniej kulin.
0.00 Symon gotuje w domu
1.30 Miłość od kuchni – pr. rozr.
3.30 Apetyt na miłość – pr. rozr.

DISCOVERY SCIENCE
8.00 Misja SpaceX – powrót z kosmosu – film dok., USA
10.00 The Ocean Race: Żeglarska obsesja (1) – dok.
11.00 W sieci eksperymentów
13.00 Gigantyczne konstrukcje według Hammonda – rozr.
15.00 Zagadki wszechświata z Morganem Freemanem
16.00 Jak działa wszechświat?
18.00 Zwykłe rzeczy – niezwykle wynalazki 16
21.00 Jak to jest zrobione?
23.00 Jak to jest zrobione? – samochody marzeń 2
1.00 Zagadki wszechświata z Morganem Freemanem
2.00 Jak działa wszechświat?
4.00 Podziemne sekrety

NATIONAL GEOGRAPHIC
12.00 Egipt: Tajemnica grobowca – dok., Wlk. Bryt.
13.00 Biblijne sekrety (1, 2) – dok.
15.00 Katastrofa w przestworzach: Tragiczna konferencja
16.00 Sekrety starożytnej medycyny
17.00 Szlakiem przeklętych miejsc: Trójkąt Bermudzki
18.00 Wojna widziana z powietrza
19.00 Wojna z ZSSR: Wielkie konstrukcje III Rzeczy (1) – film dokumentalny, Kan.
20.00 Katastrofa w przestworzach
21.00 Morskie megamaszyny
22.00 Logistyka na wielką skalę
23.00 Inżynieria po katastrofie

BBC EARTH
9.15 Dziką Francją – serial dok.
10.20 Życie na pustkowiu 6 – dok.
11.20 Zabójcza pogoda 6 – dok.
12.20 Tajlandia z Sue Perkins (2)
13.20 Królestwo zwierząt – dok.
14.25 W okowach mrozu 7 – dok.
15.30 Życie na pustkowiu 10
16.30 Fenomeny współczesnego życia 2 – serial dokum.
17.35 Królestwo zwierząt – dok.
18.45 Tajlandia z Sue Perkins (3)
19.45 Przyszłość natury – dok.
20.55 W okowach mrozu 8 – dok.
22.55 Cała prawda o zabiegach kosmetycznych (1) – dok.
0.00 Krótka kronika dłuższego życia – serial dokumentalny
1.05 Królestwo zwierząt – dok.
2.10 Zabójcza pogoda 6 – dok.

WP
12.00 Komisarz Cassandra: Zbrodnice w Alpach 7 (4)
14.00 Pokochaj lub sprzedaj Vancouver 4: Gail & Mike
15.00 Pokochaj lub sprzedaj Vancouver 2: Joyce & Steve
16.00 Pokochaj lub sprzedaj Quebec 3 – reality show, Kan.
16.55 Pogoda
17.00 Niepojęte: Strefa tajemnic 5 – serial dokum.
19.00 Makłowicz w podróży
20.00 Policjanci z sąsiedztwa 4
21.55 Pogoda
22.00 Mistrzowie Kabaretu 11
23.00 Mistrzowie Kabaretu 15
0.00 Mistrzowie Kabaretu 9
1.00 Mistrzowie Kabaretu 3

NOWA TV
7.00 Disco Landia – nutki do pobudki – program muz.
7.30 Świat według Kiepskich (541-545) – serial kom., Pol.
10.00 Komisarz Mama (4) – krym.
11.00 Poirot 6 – serial kryminalny
15.00 Świat według Bundy'ch 6 (109-114) – serial komediowy
18.00 Calkiem nowe lata miodowe (9) – serial kom.
18.30 Miodowe lata (73-75)
21.00 Zdrady (54) – paradok., Pol.
22.00 Ślad (4, 5, 101) – krym., Pol.
1.00 Łowca podołków – dok.
3.00 TV okazje
3.50 Wehikuł czasu
4.00 Daleko od noszy 2 (7, 8)
5.00 Pod lupą – magazyn

HGTV HOME & GARDEN
10.00 Remontujemy dom na plaży 11 – program rozrywkowy
10.55 Kamera, akcja, wpadka!
12.00 Odlotowy ogród 2 – mag.
12.35 Nowe życie w starym domu 5 – program rozrywk.
13.30 Nowe życie w starym domu 7 – program rozrywk.
14.30 Mieszkanie na miarę
16.30 Polowanie na ogród 3
18.15 Weekendowa metamorfoza 5 – pr. rozr.
19.05 Pogromcy chaosu – pr. rozr.
21.05 Dorota w urzędzie! – rozr.
23.35 Dorota inspiruje 3
23.35 House Hunters – Poszukiwacze domów
0.45 Kamera, akcja, wpadka!

TRAVEL CHANNEL
6.00 Nowe życie w Meksyku
8.05 Kobieta na krańcu świata
10.25 Niezwykłe Stany Prokopa
12.30 10 dni, by przeżyć – dok.
14.35 Człowiek kontra jedzenie
15.10 Kobieta na krańcu świata – serial dokumentalny
17.30 Baseny z rozmachem – reality show
19.30 Ciężarówka przez Stany – program rozrywkowy
21.50 Miasta, w których straszny – serial dokumentalny
23.55 Kobieta na krańcu świata – serial dokumentalny
1.40 10 dni, by przeżyć – dok.
3.40 Baseny z rozmachem – reality show

NATIONAL GEOGRAPHIC WILD
8.00 Obcy z głębin – dok., Niem.
9.00 Niezwykły dr Pol
12.00 Wrogi świat: Dżungla – dok.
13.00 Parki narodowe Ameryki
14.00 Kraina ryśa iberyjskiego
15.00 Najgroźniejsi mieszkańcy Alaski: Przetrwać na północy
16.00 Przedziwna planeta Ziemia: Ucieczka – serial dok.
17.00 Mali giganci – film dokum.
18.00 Nieujarzmiona Kostaryka
18.30 Zjednoczone Stany Zwierzęce: Wielka ucztą
19.00 Jak przeżyć na Alasce
20.00 W pułapce żywiolów
21.00 Niezwykły dr Pol
2.00 Parki narodowe Ameryki
3.00 Kraina ryśa iberyjskiego

POLSAT WIASAT HISTORY
15.15 Wojna o wieżę Eiffa – dok.
16.30 Najważniejsze wydarzenia II wojny światowej w kolorze
17.35 II wojna światowa: ostatnie miesiące – dok.
18.40 Starożytna apokalipsa 2
19.50 Paryż: tajemnica zaginionego pałacu – dok.
21.00 II wojna światowa – wielkie bitwy w Europie: Bitwa o Linie Zygnyda – dok.
22.10 Starożytne superbudowle 4
23.20 Należci: kosmiczny wyścig – film dokumentalny
0.20 Starożytne superbudowle 3

CANAL+ KUCHNIA
12.50 Podróże piekarni...
13.45 Włoskie życie Sophie Grigson – serial dokum.
14.40 U sąsiadów w kuchni 14
15.45 Nie tylko kimchi – mag.
16.40 Jamie: dania na każdą kieszeń – magazyn kulinarny
18.30 Hongkong od kuchni z Jeremym Pangiem – dok.
19.25 M jak mięso – serial dokum.
19.50 Niko wrzuca na ruszt
20.20 Sekret gigantów fast foodu – serial dokumentalny
21.15 Anthony Bourdain – miejsca nieznane – dok.
23.55 Top Chef 21

CANAL+ DOMO
14.05 Cudotwórcy: zakochaj się w swoim domu na nowo
15.00 Po pierwsze lokalizacja! – Nowa Zelandia – dok.
15.55 Małe-wielkie zmiany
16.50 Gardeners' World 16
18.00 Ucieczka na wies 23 – dok.
19.00 Wielkie projekty: nasza ulica 3 – serial dokumentalny
20.00 Daleko od miasta 14 – dok.
21.00 Cudotwórcy: zakochaj się w swoim domu na nowo – serial dokumentalny
22.00 Pokochaj swój ogród 13 – magazyn poradnikowy
22.55 Gardeners' World 14

SUPER POLSAT
11.30 Świat według Kiepskich (424-427) – serial kom., Polska
13.30 Bitwa o palety
14.30 Hell's Kitchen – Piekelnia Kuchnia – reality show, Pol.
15.55 Ninja Warrior Polska
17.50 Świat według Kiepskich (503, 504, 544, 545) – kom.
20.00 Złomiarze – serial dokum.
21.00 Maksimum ryzyka
FILM – film sensacyjny, USA 1996
23.55 Bez filców 3. Ostatni rozdział – thriller, USA/Włochy 2023
1.25 Świat według Kiepskich (360-364) – serial kom., Polska

TVP KOBIECI
12.45 Przepsis dnia – mag. kulin.
13.00 Piknik Country 2026
14.00 Gwiazdorska kuchnia Ani 2 – magazyn kulinarny
14.30 Operacja zdrowie – mag.
15.00 Rodzinka.pl (291) – kom.
15.30 Ojciec Mateusz 11 (135, 136) – serial kryminalny
17.20 Kultura miejska: Dakar
18.30 Zona dla Polaka
19.30 Miłość i nadzieja (360)
20.30 Wichrowe wzgórze (341)
21.30 La Promessa – pałac tajemnic (315) – serial obycz.
22.30 Pianista – dram. wojenny, Francja/Niem./Wlk. Bryt. 2002

PLANETE+
14.45 Cieśniny. Między lądem a morzem – serial dokum.
15.50 Piesze wędrówki po świecie – serial dokum.
16.55 Świat z góry 10
17.25 Świat z góry 12
18.00 Dokąd dzisiaj? 4 – dok.
18.40 System przedszkolny NRD. Wstęp do piekła
19.40 Atom, narkotyki, brudne pieniądze – serial dokum.
20.50 Związani z ziemią. Dzieje życia na wsi – serial dokum.
22.00 Francusko-brytyjska. Desperacki plan Churchilla – film dokum.

TVP DOKUMENT
13.50 Ukryte serce Irlandii
14.50 Najwspanialsze ikony natury: Woda – serial dokum.
15.55 Podniebne mechanizmy
17.00 Tajemnice królewskiej posiadłości – dok., Wlk. Bryt.
17.55 Sanatorium miłości 3
18.55 Pan Olbrychski – film dok.
20.00 Roland Garros. Kulisy turnieju (4-ost.) – film dok.
20.50 Mnich (2-ost.) – film dokum.
21.40 Barbara Włodarczyk zaprasza – magazyn
21.50 Człowiek kontra AI – eksperyment twórczy
23.00 Zabyjcy planety

TVP SPORT 8.20 Strongman: Puchar Polski – Łuków 2026 9.15 Żużel: Indywidualne ME – 2. runda w Güstrowie 11.20 Koszykówka kobiet: MS – Niemcy 2026 – ćwierćfinał (live) 13.45 Kamera TVP Sport 14.20 Koszykówka kobiet: MS – Niemcy 2026 – ćwierćfinał (live) 16.45 Karate: Champion of Champions – Tokio 2026 17.35 Koszykówka kobiet: MS – Niemcy 2026 – ćwierćfinał (live) 19.55 Kamera TVP Sport	EUROSPORT 1 6.00 Kolarstwo: Vuelta a Espana – 17. etap 8.30 Tenis: Turniej US Open w Nowym Jorku – ćwierćfinał 10.30 Tenis: Turniej US Open w Nowym Jorku – ćwierćfinał 13.00 Kolarstwo: Vuelta a Espana – 17. etap 14.45 Kolarstwo: Vuelta a Espana – 18. etap (live) 18.00 Tenis: Turniej US Open w Nowym Jorku – ćwierćfinał 20.00 Żeglarstwo: SailGP w Walencji	POLSAT SPORT 1 6.00 Siatkówka kobiet: Mistrzostwa Europy 2026 8.30 Piłka ręczna mężczyzn: LM: Nantes – Wisła Płock 11.00 Piłka ręczna mężczyzn: LM – mecz: Industria Kielce – HC Kiens-Luzern 13.30 Siatkówka mężczyzn: ME 2026 – studio (live) 14.45 Siatkówka mężczyzn: Mistrzostwa Europy 2026: Polska – Portugalia (live) 17.00 Siatkówka mężczyzn: ME 2026 – studio (live) 18.45 Siatkówka mężczyzn: Mistrzostwa Europy 2026: Turcja – Niemcy (live)	TVP ABC 10.45 Reksio 11.05 Pająk Lucas 2 11.30 Pszczółka Maja 11.55 Strażak Sam 6 12.25 Domisie 13.00 Szkoła z Kleksem Bystrzakiem 13.20 Płyś i Bill 2 13.50 Odo 14.05 Jak borsuk z lisem 2 14.45 Topo Gigio 15.10 Laboratorium alchemika 15.20 Al-chemik 15.45 Mała Marinette 16.10 Ropuch i przyjaciele 16.40 Rev i Roll	MINIMINI+ 6.10 Ciekawski George 6 7.33 Kicia Kocia 2 9.30 Cloudy & Stormy 9.05 Bing 10.00 Pszczółka Maja 2 11.25 Baczne oczka 11.55 Marta mówi 12.50 Moje urodziny 12.59 Marta mówi 14.00 Basia 15.10 Kicia Kocia 2 15.43 Kicia Kocia 15.55 Blaze i megamaszyny 3 17.20 Staś i fajna Babcia 17.50 Moje urodziny 17.57 Staś i fajna Babcia 18.15 Leśna rodzina 2	TVN 24 7.00 Serwis informacyjny, Prognoza pogody 7.30 Rozmowa Piaseckiego 8.00 Serwis informacyjny, Prognoza pogody 10.00 Serwis informacyjny, Prognoza pogody 11.00 Serwis informacyjny, Prognoza pogody 12.00 Serwis informacyjny, Prognoza pogody 14.00 Serwis informacyjny, Prognoza pogody 15.00 15 na żywo – mag. inf. 16.00 Fakty po południu 18.00 Tak jest – pr. publicyst. 19.15 Serwis informacyjny
20.35 Koszykówka kobiet: MS – Niemcy 2026 – ćwierćfinał (live) 22.45 Sportowy wieczór 23.15 Ring TVP Sport – mag. 0.15 Koszykówka kobiet: MS – Niemcy 2026 – ćwierćfinał 2.20 Sporty walki: Oktagon 91 w Kolonii	21.00 Tenis: Turniej US Open w Nowym Jorku – mecz ćwierćfinałowy gry pojedynczej 23.00 Tenis: Turniej US Open w Nowym Jorku – ćwierćfinał 0.30 Tenis: Turniej US Open w Nowym Jorku – półfinał kobiet (live)	20.50 Siatkówka mężczyzn: Mistrzostwa Europy 2026: Włochy – Szwecja (live) 23.00 Siatkówka mężczyzn: Mistrzostwa Europy 2026: Polska – Portugalia 1.00 Siatkówka mężczyzn: Mistrzostwa Europy 2026 3.00 Siatkówka mężczyzn: Mistrzostwa Europy 2026	17.05 Kosmo-kumple 17.30 Super Wings: Przygody Superlotków 18.00 Aleja tajemnic 18.30 The Garfield Show 19.00 Belfort i Lupin 19.20 Ernest i Celestyna 19.30 Dino Kumple 19.40 Wegezaury 2 – serial animowany	18.40 Dora i przyjaciele 19.35 Kicia Kocia 20.25 Mały Charlie 21.36 Zouk 22.04 Trojaczki 22.42 Polly Pocket 6 23.21 Przyjaciel pies 0.10 Szmatkowe Królestwo 0.55 Księżniczka Hania i Grymasek 3	19.30 Fakty po Faktach 20.00 Kropka nad i – pr. publ. 20.30 Czarne na białym 21.00 Polska i świat 22.00 Szkoła kontaktowe 23.00 Dzień po dniu 0.25 Biznes – pr. publicyst. 0.45 Fakty po Faktach 1.20 Kropka nad i – pr. publ. 1.50 Tak jest – pr. publicyst.
CANAL+ SPORT 11.20 Piłka nożna: PKO BP Ekstraklasa – mecz: Motor Lublin – Legia Warszawa 13.45 Premier League Stories 14.30 Hola LaLiga 15.40 Piłka nożna: Liga hiszpańska – mecz: Real Betis Balompie – Real Madryt CF 18.00 Ekstraklasa po godzinach 19.00 Premier League: The Big Interview 19.30 Ekstrapaka 20.30 Speedway+ 21.00 Jej Wysokość Premier League 22.30 Hola LaLiga 23.40 Klich. Poza schematem (3) 0.15 Premier League Netbusters	EUROSPORT 2 11.00 Snooker: Turniej English Open – 3. dzień 13.00 Tenis: Turniej US Open w Nowym Jorku – ćwierćfinał gry pojedynczej 14.00 Snooker: Turniej English Open – 4. dzień (live) 18.00 Lekkoatletyka: Maraton w Sydney 19.00 Kolarstwo: Vuelta a Espana – 18. etap 20.00 Snooker: Turniej English Open – 4. dzień (live) 0.00 Kolarstwo: Vuelta a Espana – 18. etap 1.30 Snooker: Turniej English Open – 4. dzień 4.00 Kolarstwo: Vuelta a Espana – 18. etap	POLSAT SPORT 2 6.00 Siatkówka mężczyzn: Mistrzostwa Europy 2026 8.30 Piłka nożna: Liga saudyjska – mecz: Al-Itihad SAC – Al-Nassr FC 11.00 Siatkówka mężczyzn: Mistrzostwa Europy 2026 13.00 Siatkówka mężczyzn: Mistrzostwa Europy 2026 15.45 Siatkówka mężczyzn: Mistrzostwa Europy 2026: Francja – Szwajcaria (live) 17.50 Hokej: Liga Mistrzów – mecz: GKS Tychy – HC Davos (live) 21.00 Siatkówka mężczyzn: Mistrzostwa Europy 2026 23.00 Siatkówka mężczyzn: Mistrzostwa Europy 2026 1.00 Sporty walki: FEN	NICKELDEON 8.10 Sonic Prime 8.40 Wielkodomsy 4 9.40 Harmidom 4 10.05 SpongeBob Kanciasztoparty 10 10.35 SpongeBob Kanciasztoparty 9 11.30 SpongeBob Kanciasztoparty 14 11.50 Gzmotomocni: Tajniacy 2 12.20 Niebezpieczny Oddział 3 12.50 Niebezpieczny Henryk 3 13.20 SpongeBob Kanciasztoparty 15 14.20 Harmidom 7 15.20 Harmidom 15.35 Harmidom 2 16.00 Patryk Rozgwiadza Show	TELETOON+ 8.20 Kumple z dżungli – na ratunek! 8.47 Gadający Tom i przyjaciele 3 9.25 Było sobie życie 9.55 Ki i Hi w Królestwie Pandy 10.24 Angelo rzadzi 10.50 Siostry 2 11.23 Polly Pocket 6 12.17 Charlotte i trzy muszkieterki 12.45 Kumple z dżungli na ratunek! 3 13.13 Kumple z dżungli – na ratunek! 13.39 Polly Pocket 6 14.22 Dinuś i Lusja 14.50 Siostry 3 15.19 Polly Pocket 6	TVP info_ TVP INFO 15.30 Serwis Info Dzień 15.45 Panorama 16.00 Dzień w godzinie 17.00 Teleexpress 17.15 Teleexpress Extra 17.35 Panorama 17.42 Wykrywacz kłamstw 18.00 Panorama 18.30 Kontrapunkt 19.30 Program informacyjny 19.30 20.18 Niebezpieczne związki 21.00 Kwiatki polskie 21.45 Panorama 22.10 Oko na świat 22.30 Program informacyjny 19.30 22.45 112. Magazyn kryminalny 23.00 Wydarzy się jutro
CANAL+ SPORT 2 10.40 Tenis: Turniej WTA w Cincinnati – ćwierćfinał: Sara Bejlek – Madison Keys 13.00 Tenis: Turniej WTA w Cincinnati – ćwierćfinał: Coco Gauff – Marta Kostjuk 15.20 Tenis: Turniej WTA w Cincinnati – półfinał: Jessica Pegula – Iga Świątek 17.40 Padel: Turniej Premier Padel w Madrycie – mecz finałowy kobiet i mecz finałowy mężczyzn 22.30 Tenis: Turniej WTA w Toronto: Sara Bejlek – Iga Świątek 0.35 8 wspaniałych (1) 1.40 Piłka nożna: PKO BP Ekstraklasa: Motor – Legia	ELEVEN SPORTS 1 6.00 Bundesliga Dino – dok. 7.00 Piłka nożna: Liga niemiecka: Schalke – Bayern 9.00 Piłka nożna: Liga włoska: Genoa – Como 11.00 Formuła 3: Grand Prix Włoch 12.30 Formuła 2: Grand Prix Włoch 14.00 Formuła 1: Grand Prix Włoch 16.00 Piłka nożna: Liga włoska – mecz: Juventus FC – Milan 18.00 Piłka nożna: Liga niemiecka – mecz: Stuttgart – 1. FC Köln 20.00 Bundesliga Weekly (4) 22.40 Formuła 1: Grand Prix Włoch 22.40 Ligue 1 Preview (4) 23.20 Full Impact Serie A (3) 23.55 Ligue 1 Show (4) 0.35 Bundesliga Clubs	POLSAT SPORT 3 11.00 Piłka nożna: Liga szkocka – mecz: St. Mirren – Celtic FC 13.00 Piłka ręczna mężczyzn: ORLEN Superliga – mecz: WKS Śląsk Wrocław – Piotrkowianin 15.00 Piłka nożna: Liga holenderska 17.00 Piłka nożna: Liga saudyjska – mecz: Al-Nassr FC – Al-Bahla Club 19.00 Piłka nożna: Liga holenderska 21.00 Piłka ręczna mężczyzn: LM – mecz: Nantes – Wisła Płock 23.00 Piłka ręczna mężczyzn: Liga Mistrzów: Industria Kielce – HC Kiens-Luzern 1.00 Sporty walki: Babilon MMA	NICK JR. 8.10 Świnka Peppa 8.25 Pan Krokodyl 8.55 Barabapapa i jego rodzinka 9.25 Barabapapa – szczęśliwa rodzinka 9.45 Tim Rex wśród gwiazd 10.35 Świnka Peppa 5 10.50 Santiago z móż 11.20 Dora 5 12.20 Rubble i jego ekipa 3 12.50 Psi Patrol 5 13.35 Świnka Peppa 3 13.50 Barabapapa i jego rodzinka 14.20 Barabapapa i jego rodzinka 2 14.40 Rogata ekipa 16.15 Świnka Peppa 16.30 Dora 5	DISNEY JUNIOR 8.00 Spidey i superkumple 2 8.30 Jej Wysokość Zosia: Królewska Szkoła Magii 9.00 Klub Myszki Miki Plus 10.00 Blue 3 11.00 Jej Wysokość Zosia: Królewska Szkoła Magii 11.30 Psia Brygada 2 12.00 Spidey i superkumple 2 12.30 Blue 3 13.00 Klub Myszki Miki Plus 14.00 Superkoty 2 14.30 Jej Wysokość Zosia: Królewska Szkoła Magii 15.00 Iron Man i super ekipa 15.30 Spidey i superkumple 2 16.00 Blue 17.00 Klub Myszki Miki Plus	POLSAT NEWS 10.00 W rytmie dnia 12.50 Wydarzenia 12.50 13.50 W rytmie dnia 15.30 Sport 15.50 Wydarzenia 15.50 16.30 Punkt widzenia Jankowskiego 18.00 Punkt widzenia Szubartowicza 19.15 Gość „Wydarzeń” 19.50 Debaty Gozdry 21.50 Wydarzenia wieczorne 22.30 Dzień na świecie 23.30 Obraz dnia 0.00 Punkt widzenia Jankowskiego 1.25 Punkt widzenia Szubartowicza
CANAL+ SPORTS 11.15 Wysoki Pressing 13.00 Ekstraklasa po godzinach 14.15 Ligomistrzowe historie (3) 15.15 Premier League Netbusters 15.55 Piłka nożna: Liga Młodzieżowa UEFA (live) 18.10 Premier League Stories (3) 18.45 Magazyn PGE Ekstraliga 20.30 Speedway+ 21.00 Żużel: Metalkas 2. Ekstraliga: Abramczyk Polonia Bydgoszcz – H. Skrzydłowski Orzeł Łódź 0.00 Piłka nożna: PKO BP Ekstraklasa: Lech – Raków 2.30 Ligomistrzowe historie (3)	ELEVEN SPORTS 2 10.00 Piłka nożna: Liga francuska – mecz: PSG – AS Monaco 12.00 Piłka nożna: Liga niemiecka: TSG 1899 Hoffenheim – BVB 14.00 Piłka nożna: Liga włoska – mecz: Genoa – Como 1907 16.00 Piłka nożna: Liga niemiecka: FC Schalke 04 – Bayern 18.00 Formuła 1 21.00 Piłka nożna: Liga włoska: Inter Mediolan – SSC Napoli 22.00 Full Impact Serie A (3) 22.40 Ligue 1 Show (4) 23.20 Bundesliga Weekly (4) 0.00 Piłka nożna: Liga francuska – mecz: RC Lens – FC Lorient	POLSAT PLAY 6.00 Budowlancy 6.30 Kolowrotek 7.00 Dorwać tuńczyka 9.05 Wojny magazynowe 15 10.05 Wojny kontenerowe 11.00 Hardkorowy lombard 14.00 Polacy za granicą 16.00 Złomiarze 18.05 Poszukiwacze historii 20.05 Drwa! i inne opowieści Bieszczadu 22.00 Górale 22.30 Rolnicy – Tak się żyje u nas na wsi 4.00 Starożytni kosmici	TVN TURBO 12.15 Naprawy nie do naprawy 13.00 Zawodowi handlarze 14.30 Wojny samochodowe 16.30 Jeździć, obserwować 18.00 Raport Turbo 18.15 Duda kontra Szafranski 19.00 Ciężarówka przez pół świata 20.00 Uwaga! Oszust: Ścieżka z ogłoszenia 21.00 Nic do zgłoszenia 22.00 Raport Turbo 22.15 Jeździć, obserwować 23.00 Wojny samochodowe 0.00 Uwaga! Oszust: Ścieżka z ogłoszenia	TVS 15.45 Doktor z alpejskiej wioski – nowy rozdział 16.50 Wydział kryminalny Kitzbühel 17.50 Doktor z alpejskiej wioski – nowy rozdział 18.50 Doktor Kleist – lekarz rodzinny 19.50 Kino TVS: Rosamunde FILM: Pilcher: Drogi miłości – film obcy, Niemcy/Austria 2004 21.50 Kino TVS: Rosamunde FILM: Pilcher: Raj marzeń – film obyczajowy, Niemcy 2003 23.35 Doktor z alpejskiej wioski – nowy rozdział	TV TRWAM 17.30 Odpowiedzialni za Kościół 18.05 Informacje dnia 18.15 Rozmowy niedokończone 19.00 Msza Święta 20.00 Informacje dnia 20.20 Różaniec 20.50 Kartka z kalendarza – powstanie warszawskie 21.00 Apel Jasnogórski 21.20 Informacje dnia 21.40 Polski punkt widzenia 22.00 Głos serca 22.45 Miłość większa niż strach – film dokumentalny, Polska 2021, reż. Małgorzata Bartas-Witan

MANIKIUR Z POMYSŁEM

Modne zastępstwa dla hybrydy

Poznaj rozwiązania bardziej przyjazne paznokciom. Bez trudu wyczarujesz je samodzielnie w domu i wzorem gwiazd postawisz na naturalność oraz prostotę.

Zwolenniczek manikiuru z udziałem lampy UV wciąż nie brakuje, ale mody w manikiurze też się zmieniają. Oto wybór!

Wygodne naklejki

• Naklejki-paseczki są jak... samoprzylepny lakier. Są jednokolorowe, z brokatem, z motywami np. morskimi, roślinnymi. Wystarczy dopasować naklejkę do rozmiaru płytki, przykleić, wygładzić, opoľować i utrwalić topem.

• Do wyboru masz też naklejki wodne. Wzorki np. jak kwiatki, serduszk

wyglądają jak minizdobienia wyczarowane pędzelkiem. Wybrany wzorek umieść na suchym lakierze, przykryj topem i gotowe! Są też samoprzylepne naklejki wypukłe, zapewniają płytce oryginalny wygląd.

Blask po... japońsku

• Manikiur japoński to pomysł na lśniące paznokcie z dużą porcją odżywki. Stylizacja polecana jest, gdy płytki są osłabione, także po hybrydzie, zniszczone, matowe.

• Do wykonania stylizacji potrzebny jest zestaw do

manikiuru japońskiego (np. Silcare, ok. 80 zł). Znajduje się w nim: specjalna pasta, bogata m.in. w krzemionkę, oraz puder, który ją utrwali. Zabieg wykonuje się według rytuału podanego w opisie zestawu. Polega on na wmasowaniu obu preparatów za pomocą dołączonych polerek. To coś w sam raz dla miłośniczek ekomanikiuru oraz gwarancja różowego połysku dla paznokci nawet na dwa tygodnie.

Odżywki z poświatą

• Możesz postawić na regenerację i kolor

Samoprzylepne naklejki-paseczki to błyskawiczny sposób na stylizację paznokci jak z salonu. I to bez zacieków!



SŁONECZNA KLASYKA

Do łasek wracają akier klasyckie. Wśród nich po wakacjach prym wiodą te, które pasują do opalonych dłoni: czekoladowe, beżowe, z drobinami, które wyglądają jak dotyk słońca (np. SunKissed Glow, Néonail, ok. 25 zł).

w jednym! Tak działają modne wielofunkcyjne odżywki do paznokci typu 2w1 lub 3w1.

• Kosmetyki te wzmacniają płytki, nadają im połysk oraz otulają delikatną poświatą. Mogą dawać mleczny odcień, ale trendy są te jak kawa latte i owoce: malina, morela, truskawka, wiśnia. Kosmetyk możesz nakładać nawet 2-3 razy, a każda warstwa zapewnia bardziej intensywny odcień i blask.

NA PÓŁCE

Maska na raz

Maska do włosów Kwiat Wiśni Isana działa w minutę ze wzmacnia-

jąco-odżywczą mocą. Dla pasm normalnych i przetłuszczających się. Ładnie pachnie.

• ok. 4 zł (25 ml)

Z masażerem

Serum wygładzająco-korygujące pod oczy look.awake Miya zmniejsza oznaki zmęczenia, nawilża i rozświetla skórę. Lekkie, z kuleczką, która odświeża i chłodzi.

• ok. 37 zł (15 ml)

Wsparcie w płacie

Liftingująca maska na szyję i dekolt Biotaniqu poprawia napięcie skóry, intensywnie nawilża i wspiera jej regenerację. Dopasowuje się do kształtu ciała i dobrze się wchłania.

• ok. 13 zł (1 szt.)

Efekt bez mycia

Odświeżający spray zwiększający objętość włosów Big Hair Day L'Oréal przywraca fryzurze zadbany wygląd. Unosi pasma u nasady i zapewnia im czystość.

• ok. 40 zł (200 ml)

Moc nawodnienia

Krem nawilżający o przedłużonym działaniu Hydrain 2 Dermédic ma potrójne dział-

anie. Dodatkowo natłuszcza skórę oraz doskonale wzmacnia jej barierę ochronną.

• ok. 40 zł (50 ml)



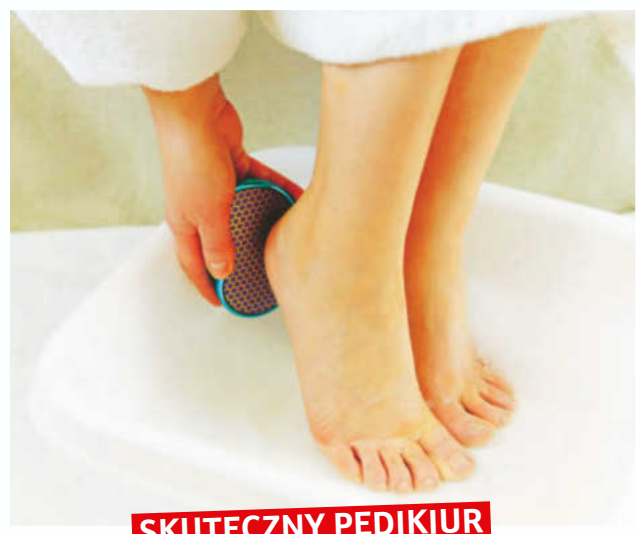
Czystość dla pędzli

Utrzymywanie tych akcesoriów w czystości ma znaczenie dla higieny skóry i trwałości kosmetyków do malowania.

- Na włosiu zbierają się zanieczyszczenia i bakterie. Przez to podkład czy róż gorzej się rozprowadzają i mogą pojawiać się podrażnienia.
- Pędzle myjemy po kilku użyciach, przy trądziku po

każdym. Zwilżamy włosie letnią wodą, nakładamy mydło np. antybakteryjne, płyn do pędzli i masujemy w dłoni.

- Płuczemy, aż woda będzie czysta i odciskamy w ręczniku. Nie stawiamy pędzli włosiem do góry. Najlepiej położyć je na czystym ręczniku, tak aby główki lekko wystawały poza krawędź blatu, parapetu.



SKUTECZNY PEDIKIUR

Tarka jak ze szkła

Działa równie dobrze jak pumeks czy metalowy pilnik. I ma jeszcze inne zalety...

- Tarka z nano szkła (np. Glov, Ewa Schmitt) ma powierzchnię pokrytą bardzo drobnymi wypustkami, które delikatnie ścierają zrogowacenia. Sprawdzą się przy suchej, szorstkiej skórze pięt i niewielkich zgrubieniach.

Można jej używać na sucho lub na mokro, przesuwając krótkimi ruchami, bez mocnego dociskania. Jest bardzo trwała, a niektórzy producenci deklarują, że uszkadza ją tylko stłuczenie. Jest higieniczna i nie gromadzi się na niej bakterie, jak na pumeksie. Wystarczy ją przepłukać pod bieżącą wodą i zostawić.

NATURALNE UKŁADANIE

Fale i loki bez suszarki

Taką fryzurę wyczarujesz z pasm o długości co najmniej do ramion za pomocą specjalnego przyboru do stylizacji. Przypomina obszyty satyną pasek lub wałek.

Ciekawy gadżet

- Wałek do stylizacji bez użycia ciepła z suszarki to teraz prawdziwy przebój! Kupisz go w wielu drogeriach (np. Rossmann, Hebe). Jest niedrogi, a bardzo praktyczny i prosty w użyciu. Loczki jak sprężynki ułożysz, używając wałka o mniejszej średnicy. Jest polecany do pasm cienkich oraz delikatnych. Grubszy wałek zapewnia obfite fale i duże loki niczym u gwiazdy filmowej. Sprawdzą się przy włosach długich oraz grubych. Oryginalną odmianą paska-wałka jest tzw. ośmiorniczka, która ma kilka

odgałęzień. Zasada użycia obu tych akcesoriów jest podobna.

Krok po kroku

Nawijaj na wałek włosy już wysuszone, choć zwykłe włosomaniaczki radzą, by były lekko wilgotne. Ułóż go na środku głowy lub nieco z tyłu. Pasma powinny być rozdzielone przedziałkiem, także z tyłu, i dobrze rozczesane. Przypnij wałek spinakami, by się nie przesunął. Włosy z prawej strony nawijaj na część po prawej, pasma z lewej na fragment po lewej. Oddzielaj pasmo od pasma, zaczynając od twarzy. Każde z nich po kolei nawijaj wokół wałka. Gdy wszystkie włosy będą nawinięte, przymocuj je gumkami do końcówki wałka. Tak zakręcone zostaw na 3-6 godzin, a najlepiej na noc.

Włosy przed nawinięciem możesz spryskać lotionem.



Jak nie tyć podczas menopauzy

Dzięki regularnemu rozciąganiu rozluźnisz przykurczone mięśnie, poprawisz postawę ciała.



Mniej kalorii, regularna aktywność fizyczna i dobre wysypianie się pomogą zapanować nad wagą w trakcie przekwitania, a do tego przysłużą się zdrowiu.

Nie zmieniłaś diety i nawyków ruchowych oraz żywieniowych, a mimo to przybierasz na wadze. Tkanka tłuszczowa, która do tej pory głównie gromadziła się w okolicy ud i bioder, teraz przemieszcza się w okolice brzucha, tworząc sylwetkę typu „jabłko”. Odkłada się też na ramionach i karku. To skutek zmian hormonalnych. Spadek estrogenów oznacza spowolnienie metabolizmu i zmianę rozkładu tkanki tłuszczowej w ciele.

Ponadto po 40. roku życia maleje masa mięśniowa, co przekłada się na mniej kalorii spalanych w spoczynku.

Jedz mniej kalorii

Wcale nie musisz ich liczyć. Stosuj prostą zasadę – połowa talerza to warzywa, ćwiartka to białko (np. kawałek indyka, wołowiny czy ryba), następna ćwiartka to produkt z pełnego ziarna (brązowy ryż, kasza gryczana) albo warzywa skrobiowe (ziemniaki, bataty). Nie przejadaj się.

Zwiększ ilość białka

W menopauzie wzrasta zapotrzebowanie na nie. Odpowiada m.in. za utrzymanie masy mięśniowej i daje sytość na dłużej, bez skoku insuliny. Jedz codziennie porcję białego mięsa (indyk, kurczak) lub ryby, chudego nabiału, jajka.

Sięgaj po fitoestrogeny

Działają podobnie jak naturalne estrogeny, choć słabiej. Chronią przed tyciem. Ich źródłem są

soja i jej przetwory, np. tofu, napoje sojowe, siemię lniane (najlepiej zmielone ziarno lub w postaci oleju lnianego), sezam, warzywa strączkowe.

Ogranicz wszystko, co słodkie

Produkty zawierające cukier będą sprzyjać skokom glukozy we krwi, napadom głodu i niekontrolowanemu podjadaniu. Słodczyj jedz od święta, zrezygnuj ze słodzenia napojów i picia gotowych, pełnych cukru. Unikaj słodkich owoców.



WSPINANIE NA PALCE

Amerkański prof. Marc Hamilton odkrył, że to proste ćwiczenie (palce i śródstopie zostają na podłodze, pięty są wysoko uniesione) podczas stania lub siedzenia pomaga w spalaniu tkanki tłuszczowej. Ruch ten uruchamia mięsień płaszczkowy w łydce. Jego aktywacja zwiększa tempo metabolizmu, poprawia spalanie cukru i tłuszczu bez większego wysiłku

NA PÓŁCE Profilaktyka infekcji

Cukierki Czarny Bez niemieckiej firmy Reutter z ekstraktem i koncentratem czarnego bzu i witaminą C wspierają odporność organizmu i wspomagają gardło.

• ok. 11 zł (50 g)

Zachęta dla czupryny

Dermedic Capilarte Szampon kuracja to dermokosmetyk stworzony dla osób zmagających się z nadmiernym wypadaniem włosów.

• ok. 44 zł (300 ml)

Dawka cennych składników



Cefavit ferrit to suplement

diety z żelazem, kwasem foliowym, wit. C i z grupy B. Przyjmuje się go bez popijania, wsypując do ust zawartość saszetki.

• ok. 63 zł (42 sasz.)

Gdy skóra jest wrażliwa

Emolient Floslek to balsam do pielęgnacji skóry wrażliwej, suchej, skłonnej do AZS, łuszczonej się, swędzącej, zaczerwienionej.

• ok. 33 zł (175 ml)

Przy przeciążeniu gardła

Pastyłki z porostem islandzkim Domowa apteczka są polecane osobom odczuwającym suchość, drapanie lub podrażnienie gardła. Zawierają też witaminę C.

• ok. 19 zł (24 szt.)

CZY WIESZ, ŻE...

Wierzba zbija gorączkę

Nie bez powodu jest nazywana naturalną aspiryną – w jej korze występuje kwas salicylowy. Stąd przeciwzapalne, przeciwbólowe i przeciwgorączkowe działanie.

• Aby otrzymać leczniczy napar, łyżkę suszu należy zalać szklanką wrzątku i przykryć na 15 minut, a po upływie tego czasu – odcedzić.

• Tak otrzymany napar pije się 2 razy dziennie po posiłku.

• Można go stosować także przy reumatyzmie, migrenie.

• Jeśli potrzebujemy silniejszego działania, lepszy będzie odwar – łyżkę suszu gotuje się w 1,5 l wody przez 30 minut.

• Odwar pije się zawsze po jedzeniu, do 3 razy dziennie (i nie więcej).



PROFILAKTYKA PRZEZ DIETĘ

Jeśli sól, to i soja

Nie wyobrażasz sobie posiłku bez dodatku słonych kryształków i zdarza ci się zjeść ich więcej niż łyżeczkę w ciągu dnia (liczy się też sól dodawana przez producentów żywności)? Włącz do jadłospisu soję (bez GMO).

• Zawarta w soi lizolecytyna może zmniejszać ryzyko skutków diety bogatej w sól.

• Wykazano, że wpływa ochronnie na układ krążenia i przeciwdziała rozwojowi nadciśnienia tętniczego.

• Mając korzystny wpływ na układ nerwowy, zapobiega też pogorszeniu sprawności intelektualnej.

• Nie zapominaj jednak, że podstawą jest ograniczenie spożycia soli.



Dobroczynnie działa też mleko sojowe.



CZY TO ZDROWE?

Kwiaty w sypialni

Choć miło zasypiać w zielonym otoczeniu, nie zawsze będzie to służyło zdrowiu.

• W małej sypialni lepiej nie stawiać wielu dużych okazów – rośliny prowadzą fotosyntezę tylko w dzień, zaś w nocy pobierają tlen i wydzielają dwutlenek węgla.

• Intensywnie pachnące kwiaty (także te wazonie)

mogą utrudniać zaśnięcie i narażać na bóle głowy.

• Te gatunki lepiej zostawić za drzwiami: hiacynt, lilia, hortensja, arumy, stapelie, oleandry, wilczomlecz piękny, bluszcz pospolity, anturium, dracena i cyklamen perski.

• Bezpieczne są m.in.: kaktus bożonarodzeniowy, aloes, grubosz drzewiasty.

POMOCNE ĆWICZENIE

Tak oddychaj przy POChP

Oddychanie przez zasznurowane usta to proste ćwiczenie, które może poprawić wydolność płuc. Dlatego warto je wykonywać codziennie. Tę metodę możesz też zastosować w razie ataku duszności, gdy nie masz przy sobie leku wziewnego albo gdy masz zadyszkę. Jak to zrobić?

• Usiądź prosto z rękami na kolanach. Weź głęboki wdech nosem. Zaciśnij usta, zostawiając w nich małą dziurkę.

• Następnie zrób wolno wydech przez zaciśnięte usta – tak, jakbyś chciała zdmuchnąć świeczki na tortcie. Przy wdechu licz w myślach do trzech, przy wydechu do pięciu.



Powtarzaj ćwiczenie 3 razy dziennie.



W razie problemów warto skorzystać z pomocy prawnika. Bezpłatną pomoc prawną można uzyskać w punktach działających w każdej gminie.

O CO PYTAJĄ CZYTELNICZKI?

Mieszkanie w spadku

Zasady, które dotyczą dziedziczenia nieruchomości, przyprawiają o ból głowy niejednego prawnika. Nic więc dziwnego, że wątpliwości na ten temat ma też wielu z nas.

Odpowiadamy na pytania, które nasze Czytelniczki zadają nam najczęściej. Zatem – co można zrobić, gdy jest:

Kilku spadkobierców

- Trzeba podzielić spadek – notarialnie (gdy spadkobiercy są zgodni) lub w sądzie (gdy zgody nie ma), aby mieszkanie przeszło na własność jednej osoby. Zwykle tej, która ma największy udział w spadku lub może spłacić pozostałych.

- Gdy spadkobiercy nie są w stanie się dogadać, sąd wskazuje, komu przypadnie mieszkanie, a kto otrzyma spłatę. Gdy nikt nie chce wziąć mieszkania albo chętnych jest więcej, sąd

zarządza sprzedaż i podział pieniędzy. Jednak wszyscy na tym tracą, bo odbywa się to w drodze licytacji komorniczej z ceną wywoławczą 3/4 szacowanej wartości.

Zameldowany lokator

- Może mieć prawo do użytkowania mieszkania na podstawie umowy najmu lub użyczenia zawartej ze spadkodawcą. Wtedy wszystkie obowiązki, które z niej wynikają, przechodzą na spadkobiercę.

- Jeśli lokator nie mieszka, ale jest zameldowany, można go wymeldować w trybie administracyjnym. Trzeba złożyć wniosek w urządzie miasta (dzielnicy) lub gminy. Jeśli mieszka, ale bez żadnej

umowy, konieczna będzie procedura eksmisyjna.

Niespłacony kredyt

- W skład spadku kredyt wchodzi niezależnie od nieruchomości, na którą został udzielony, więc spłatą mogą być obciążeni wszyscy spadkobiercy, a nie tylko ten, kto przejął mieszkanie.

- Bank może też zażądać, by całe zadłużenie zostało uregulowane od razu, więc trzeba będzie sprzedać mieszkanie, żeby rozliczyć kredyt.

Konieczność sprzedaży

- Można to zrobić w każdej chwili. Podatek dochodowy z tego tytułu należy w szczególnej sytuacji: gdy odziedziczone nieruchomości zostanie sprzedane w ciągu 5 lat od końca roku kalendarzowego, w którym nabył ją – uwaga – spadkodawca.

NA PÓŁCE

Bał w Wersalu

DANIELLE STEEL

Lato 1959 roku. Cztery młode debutantki przyjeżdżają do Wersalu na bal, który może odmienić ich życie. Każda z nich skrywa własne marzenia, lęki i tajemnice, a jedna wyjątkowa noc może stać się początkiem wielkich zmian.

Wyd. Luna



Nieugięte

ANETA GDYNIA

Opowieść o wielkich kobietach z początku XX wieku. Mimo biedy, braku wykształcenia i trudnych doświadczeń walczyły o bezpieczeństwo, godność i prawo do decydowania o własnym losie. **Wyd. Znak**



Kryminalne dzieje Piastów

MARIUSZ SAMP

Piastowie byli najkrwawszą dynastią w naszej historii. Jedni odważnie i otwarcie siekali biskupów, inni skrycie knuli i truli konkurentów. Wszystko po to, by utrzymać koronę.

Wyd. Znak



SPRAWDŹ, CZYM TO GROZI

Wyciek danych

Niedawno doszło do bardzo dużego wycieku danych osobowych. Cyberprzestępcy włamali się do systemu firmy, która dostarcza oprogramowanie dla prywatnych przychodni. Zdobyli informacje dotyczące blisko

19 mln pacjentów. Prawdopodobnie te dane będą wykorzystywali oszuści, próbując wyłudzać pieniądze, podszywając się pod lekarza, przychodnię czy firmę ubezpieczeniową. Mając dane osobowe i informacje medyczne,

będą wyjątkowo wiarygodni. Warto mieć tego świadomość i zachować czujność. Niezależnie od tego, czy nasze dane wyciekły (wkrótce będzie to można to sprawdzić na stronie: bezpiecznedane.gov.pl), konieczne trzeba zastrzec swój PESEL. Można to zrobić w aplikacji mObywatel lub wypełnić formularz dowolnym urządzie gminy.





ZGŁOŚ SWOJĄ KANDYDATKĘ

Mamy nominują

Zostałaś niedawno mamą i chcesz podziękować położnej, pielęgniarce lub innej osobie, która pomogła ci w czasie ciąży, porodu albo w pierwszych tygodniach z dzieckiem? Nominuj ją w 5. edycji plebiscytu WaterWipes® Pure Foundation Fund. Laureat lub laureatka otrzyma 5 tys. zł, a wskazana placówka

medyczna – kolejne 5 tys. zł i zapas chusteczek WaterWipes®. Jeśli nominowana przez ciebie osoba wygra, dostaniesz trzymiesięczny zapas chusteczek. Zgłoszenia można przysłać do 9 września 2026 r. za pośrednictwem formularza na stronie: www.waterwipes.com/pl/pl (w zakładce Aktualności i Media).

REKLAMA

O TYM WARTO WIEDZIEĆ

Karta Dużej Rodziny

Rodzic, który ma lub miał na utrzymaniu łącznie co najmniej troje dzieci, zachowuje uprawnienie do Karty Dużej Rodziny (KDR) dożywotnio, niezależnie od wieku dzieci. Inaczej to wygląda w rodzinach „patchworkowych”, gdy karta została przyznana na podstawie tego, że małżonkowie łącznie wychowywali troje

dzieci, ale żadne z nich nie ma trojga własnych. W takiej sytuacji we wniosku wskazuje się rolę „małżonek”. Oznacza to, że prawo do KDR jest związane z małżeństwem, a nie z własnym rodzicielstwem. Po śmierci współmałżonka lub po rozwodzie taka osoba traci prawo do karty – gmina ją unieważnia.



FOT. Adobe Stock, materiały redakcyjne/Al

SIŁA NATURY. PROSTO ZE SKAŁY.

Zacznij dzień z uczuciem świeżości,
które zostaje z Tobą na dłużej.

Super Deo to naturalny dezodorant ze
skały – prosty, elegancki, uniwersalny.
Bezzapachowy, dla Niej i dla Niego.

Mała forma, która staje się częścią
Twojego codziennego rytuału.



**DOSTĘPNY
W APTEKACH
I ZIELARNIACH**

Reutter

– ponad 100 lat zaufania. Dostępny w aptekach i zielarniach.

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

eprasa.pl/360175170c

PRZYDATNE W DOMU



Owocowe wsparcie

Suplement diety Kiwi z cytryną & limonką to syrop o orzeźwiającym smaku. Połączenie tych owoców tworzy harmonijną kompozycję, która doskonale sprawdzi się jako dodatek do wody lub herbaty.

■ Herbapol, ok. 12,99 zł/420 ml

Delikatne mięso

Drobiowa Szyńka Filet z piersi kurczaka to lekka wędliną o sub-



telnym smaku i soczystej strukturze. Przygotowana z wyselekcjonowanego mięsa

drobiowego, doskonale sprawdzi się na kanapkach, w sałatkach.

■ Dobra Dolina, ok. 6,99 zł/100 g

Domowy smak

Buraczki zasmażane z cebulą to klasyczny dodatek obiadowy o wyrazistym, lekko słodkim smaku przełamującym nutą cebuli. Gotowe do podania, pozwalają szybko



wzbogacić codzienny posiłek.

■ Rolnik, ok. 5,49 zł/480 g



Ziołowy akcent w mięsie

To kulinarna magia: danie, które pachnie jak wakacje śródziemnomorskim miasteczku. Zioła robią tu całą robotę – podkrecają smak, dodają koloru i sprawiają, że każda porcja wygląda spektakularnie.

Zioła kochają tłuszcz, więc nie żałuj oliwy lub masła – to one „niosą” aromat i pomagają mu wejść w mięso. Jeśli używasz świeżych ziół, dodaj je na początku (do marynaty), a część na koniec, by pozostały zielone.

Indyk z czosnkiem i trybulą

SKŁADNIKI: ● 1 udziec indyka (ok. 1 kg) ● 2 cebule ● po 1 pęczku czosnku niedźwiedziego i trybuli (lub natki) ● 70 g masła ● olej ● 1 łyżeczka maki ziemniaczanej ● słodka papryka ● sól ● pieprz

PRZYGOTOWANIE:

1. Zioła opłucz, posiekaj. Zagnieć je z miękkim

masłem i solą (do smaku). Mięso opłucz, osusz i ułóż na desce kuchennej skórą do spodu. Wierzch posmaruj ziołową mieszanką. Zwiń udziec i obwiąż sznurkiem kuchennym.

2. Połącz 3 łyżki oleju z 1/2 łyżeczki papryki, odrobiną soli i pieprzu. Natrzyj roladę. Obsmaż ją dobrze na łyżce oleju i przełóż do

brytfanki. Na tym samym tłuszczu zrumień posiekaną cebulę. Dodaj do mięsa. Piecz 70 minut w 190°C.

3. Sos z pieczenia i cebulę zblenduj, przelej do rondla. Zagęść mąką, zagotuj i przypraw. Podaj do mięsa.

Czas przygotowania: 180 minut

Porcje: 6

Stopień trudności: średni

Tymiankowy kurczak

SKŁADNIKI: ● 1 tuszka kurczaka (1,2 kg) ● 1 główka + 4 ząbki czosnku ● 1 pęczek tymianku ● 4 łyżki musztardy ● 1 łyżka bułki tartej ● 1 łyżka miodu ● 100 ml oliwy ● sól ● pieprz

PRZYGOTOWANIE:

1. Dzień wcześniej obierz i posiekaj 4 ząbki czosnku. Tymianek umyj, osusz. Odlóż 4 gałązki, w reszty oberwij listki. Wymieszaj musztardę, czosnek, bułkę tartą, miód, oliwę i listki tymianku.

2. Tuszkę kurczaka umyj, osusz, przetnij wzdłuż grzbietu i rozłóż na płasko. Natrzyj starannie 2/3 przygotowanej wcześniej marynaty. Przykryj folią i odłóż na noc do lodówki.

3. Następnego dnia ułóż kurczaka na blasze do pieczenia (skórą do góry). Posyp solą i pieprzem. Główkę czosnku przekrój na pół i połóż obok tuszki. Piecz 75-90 minut w 180°C. Co pewien czas smaruj pozostałą marynatą. Ozdób resztą tymianku.



Czas przygotowania: 90 minut

Porcje: 4

Stopień trudności: łatwy

Sznicelki schabowe po włosku

SKŁADNIKI: ● 2 puszki pomidorów ● 1 cebula ● 4 ząbki czosnku ● 4 łyżki oleju ● po 1 pęczku bazylii i natki ● 1/2 pęczka oregano ● 800 g schabu ● 400 g spaghetti ● sól ● pieprz ● cukier

PRZYGOTOWANIE:

1. Cebulę i czosnek posiekaj. W rondlu rozgrzej 1 łyżkę oleju. Przesmaż cebulę i połowę czosnku. Dodaj pomidory. Gotuj na małym płomieniu 30 minut. Sos przypraw solą, pieprzem i cukrem.

2. Zioła opłucz, posiekaj. Połowę bazylii odłóż. Resztę ziół wymieszaj. Spaghetti ugotuj wg instrukcji.
3. Schab pokrój na kotleciki. Oprósł solą i pieprzem. Smaż na pozostałym oleju po 1-2 minuty z każdej strony. Dodaj resztę czosnku, przesmaż razem. Kotleciki zdejmij z patelni, obtocz w mieszance ziół. Resztę bazylii dołóż do sosu. Polej nim spaghetti. Podaj z mięsem.

Czas przygotowania: 50 minut

Porcje: 4

Stopień trudności: łatwy



Aromatyczne mielone

SKŁADNIKI: ● 400 g mielonego mięsa drobiowego ● 2 cukinie ● 1 jajko ● 40 g startego żółtego sera ● po 1/2 pęczka natki oraz koperku ● 1 dymka ● 2 ząbki czosnku ● 5-6 łyżek bułki tartej ● olej ● sól ● pieprz

PRZYGOTOWANIE:

1. Cukinię umyj, zetrzyj grubo, umieść na sitku i posól. Po 15 minut dobrze odcisnij. Natkę, koperek oraz dymkę opłucz, osusz i posiekaj. Czosnek przeciśnij przez praskę i krótko przesmaż na

łyżce oleju. Dołóż cukinię i dymkę. Smaż, mieszając, 5 minut. Zdejmij z patelni.
2. Mięso wyrób z jajkiem i startym serem. Dołóż cukinię z dymką, resztę posiekanych ziół oraz bułkę tartą. Dodaj sól i pieprz do smaku, wyrób masę. Uformuj z niej 8 płaskich kotlecików. Na patelni rozgrzej 2 łyżki oleju. Włóż kotlety i smaż z dwóch stron po 5 minut.

Czas przygotowania: 35 minut

Porcje: 4

Stopień trudności: średni

Wołowina z zielonym sosem

SKŁADNIKI: ● 1 i 1/2 kg ligawy wołowej ● 1 pęczek włośzczyzny ● 2 gałązki rozmarynu ● 3 jajka ● 200 g mieszanki ziół (natka, szczypiorek, koperek) ● 400 g śmietany 22% ● 1 łyżeczka musztardy ● 2 listki laurowe ● 2 goździki ● 3 jagody jałowca ● 1 łyżeczka ziaren pieprzu ● sól ● sok z cytryny ● mielony pieprz

PRZYGOTOWANIE:

1. Włoszczyznę oczyść, pokrój. Mięso zalej 2-3 l wody, zagotuj. Usuń zbierającą się na powierzchni pianę.

Dodaj włoszczyznę, rozmaryn, łyżkę soli i pozostałe przyprawy. Przykryj i gotuj 2 i 1/2-3 godziny.

2. Jajka ugotuj na twardo, obierz i pokrój w kosteczkę. Pozostałe zioła opłucz, posiekaj. Śmietanę zmiksuj ze 100 g ziół i musztardą. Wmieszaj resztę ziół i jajka. Sos przypraw solą, pieprzem i sokiem z cytryny. Mięso wyjmij, pokrój w plasty. Podaj z sosem.

Czas przygotowania: 200 minut

Porcje: 8

Stopień trudności: średni



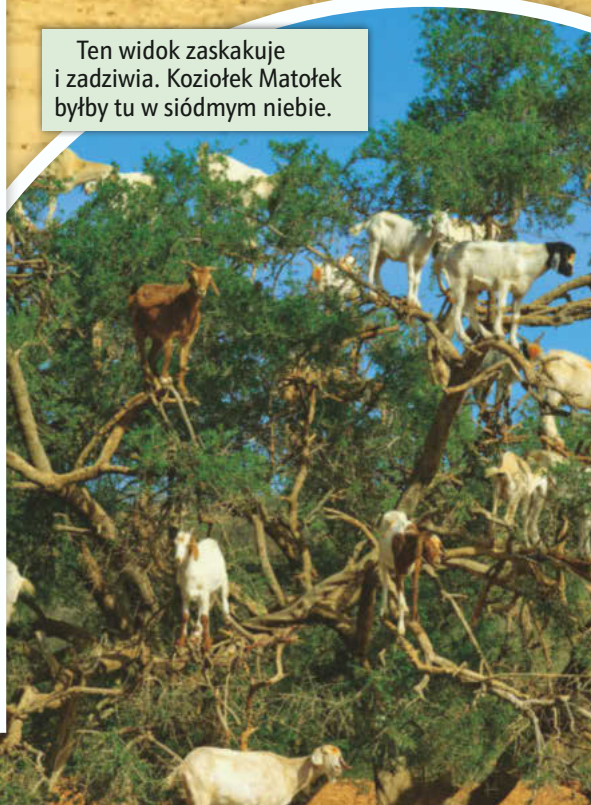
Pustynia, ocean i pracowite kozy

Agadir na atlantyckim wybrzeżu tego afrykańskiego kraju jest jak sekretne drzwi do Sezamu. Wystarczy pomyśleć zaklęcie i otworzą się, ukazując wspaniałe skarby.



To nie pałac sułtana, ale hall eleganckiego hotelu. Marian, tu jest tak bardziej luksusowo...

Ten widok zaskakuje i zadziwia. Koziołek Matołek byłby tu w siódmym niebie.



Piaszczysta plaża, powietrze faluje, rozmazując kontury. Jest cudownie nierealnie. I ten szum oceanu. Oto relaks idealny.

Kiedy pierwszy raz zobaczymy tę plażę szeroką jak pas startowy lotniska i długą tak, że jej końca nie widać, pokochamy to miejsce od razu. Delikatne jak na ocean fale subtelnie masują nam stopy.

Temperatura powietrza nigdy nie spada poniżej 20 st., ale też nigdy nie rośnie ponad 26-27. Jak na Afrykę – jest wręcz komfortowo. Tylko woda w Atlantyku nie za ciepła. Chłodzi ją ten sam prąd, który obmywa Wyspy Kanaryjskie.

Przygody z odrobiną luksusu

Wzdłuż oceanu i promenady stoją bardzo dobre hotele (poza wyjątkami, bo te najschowały się głębiej, w baśniowych ogrodach). Ale po co spacerować promenadą, skoro obok jest ta imponująca plaża?

Idealna do porannego biegania i do wieczornych przechadzek. Tych najbardziej romantycznych, z magicznym zachodem słońca. Zaczyna się przy marinie, niemal u stóp wzgórza, na którym z każdego miejsca nad oceanem widać ogromny napis: Allah, Al-Watan, Al-Malik, co oznacza: Bóg, Ojczyzna, Król.

Miasto po przejściach

Na szczycie tego wzgórza znajdują się ruiny zamku. To jedyny zabytek miasta, jaki pozostał po najbardziej tragicznym zdarzeniu, trzęsieniu ziemi w 1960 roku. Nie ostało się nic po kolonialnych zabytkach Portugalczyków i Francuzów.

Medynę czyli starówkę, zaczęto odbudowywać 30 lat po tragedii. A kasba, czyli twierdza na górze, jest tylko punktem widokowym.

Duże wrażenie robi port. Stoją w nim stare, barwne statki rybackie. Panuje niezwykle chaos. Zwłaszcza, kiedy kutry przypływają z połowów. W powietrzu fruwają skrzynie z rybami. Trudno nadążyć, ale podglądanie tego jest przeżyciem.

Co kozy robią dla urody

Jeśli plażowanie, spacer i życie portowe nas znużą, wybierzmy się na wycieczkę do kóz. Skaczą sobie po drzewach, które wcale nie są pochyłe. Ależ to widok... Kozom zawdzięczamy cuda z arganu, głównie modne kosmetyki.

Nie wchodźmy w szczegóły udziału kóz w tym procesie, bo nie jest estetyczny, ale kosmetyki tu wytwarzane cieszą się wielką sławą.

PAWEŁ ZAPAŁA

Wycieczka na wydmy przechodzące w pustynię z odpoczynkiem w takiej oazie jest bardzo przyjemna.

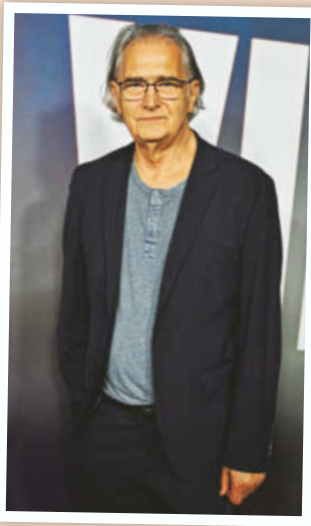
7.09.1946 – W CHORZOWIE URODZIŁ SIĘ OLGIERD ŁUKASZEWICZ

5.09.1994 – EMISJA 1. ODC. „MODY NA SUKCES” W TVP

4.09.1979 – premiera filmu „Panny z Wilka” w reżyserii Andrzeja Wajdy
 5.09.1981 – w gdańskiej hali „Olivia” rozpoczął się I Krajowy Zjazd Delegatów NSZZ „Solidarność”.
 6.09.1937 – urodził się Jerzy Bińczycki.
 7.09.1952 – urodziła się Iwona Bielska.
 8.09.1946 – urodził się Krzysztof Krawczyk.
 9.09.1962 – na MFF w Wenecji „Nóż w wodzie” w reżyserii Romana Polańskiego otrzymał nagrodę Międzynarodowej Federacji Krytyków Filmowych FIPRESCI.
 10.09.1972 – na igrzyskach olimpijskich w Monachium piłkarska reprezentacja Polski, pokonując w finale Węgry 2:1, zdobyła złoty medal.

Aktorstwo z misją

Dla jednych jest Jasiem z „Perły w koronie”, dla innych Albercikiem z „Seksmisji”, a jeszcze inni podziwiają go za rolę Andrzeja w komedio-dramacie „Jak pies z kotem”. Z pewnością Olgierd Łukasiewicz jest jednym z najwybitniejszych polskich aktorów. Sam nieraz podkreślał, że dla niego aktorstwo to po prostu rodzaj służby. Mówił: „Celem naszej pracy, każdego artysty, jest przecież dawanie poprzez sztukę świadectwa, wpływanie na ludzi, pobudzanie do refleksji, rozwijanie ich intelektualnie, kształtowanie ich postaw”.



Nie zaczęli od początku?!

Polska premiera była wyjątkowa! Widzowie zobaczyli bowiem tak naprawdę nie odcinek 1., tylko 216. Tę decyzję tłumaczono faktem, że... początkowe realia serialowej fabuły zbyt odbiegały od polskiej codzienności. A i tak rodacy namiętnie śledzili losy Forresterów, Loganów i Spencerów.



HOROSKOP

Od 4 do 10 września 2026



Baran 21.3 – 20.4

MIŁOŚĆ Próbuje mówić jasno, czego oczekujesz. Daj drugiej stronie czas na odpowiedź. **PRACA** Początek roku szkolnego przyniesie dużo zadań i szybkie terminy. Działaj priorytetami. **ZDROWIE** Postaw na interwały lub szybki marsz. Jedz pożywne, białkowe śniadania.



Rak 22.6 – 22.7

MIŁOŚĆ Dyskutuj na temat granic i tego, czego Ci brakuje. Kolacja tylko we dwoje wzmacnia więź. **PRACA** Wiele wiadomości i spraw naraz wymaga odpowiedniej selekcji informacji. **ZDROWIE** Emocje mogą odbijać się na apetycie. Wprowadź regularne posiłki.



Waga 24.9 – 23.10

MIŁOŚĆ W relacjach możesz chcieć wszystko uporządkować, ale nie każdy lubi instrukcje. **PRACA** To czas na planowanie, harmonogramy i dopracowanie szczegółów. Ktoś doceni Twoją rzetelność. **ZDROWIE** Kontakt z naturą pomoże się zresetować po intensywnych dniach.



Koziorożec 23.12 – 20.1

MIŁOŚĆ Rodzina i przyjaciele docenią Twoją obecność. Zużyj gest przełamie dystans. **PRACA** Masz szansę umocnić pozycję w firmie. Pilnuj terminów i nie odkładaj trudnych decyzji. **ZDROWIE** Lekka aktywność poprawi sen i koncentrację. Rozładuje również stres.



Byk 21.4 – 21.5

MIŁOŚĆ Wspólne gotowanie poprawi nastroj. Możliwy powrót do niedokończonych rozmów. **PRACA** Porządkowanie dokumentów przyniesie efekty. Ktoś może liczyć na Twoją skrupulatność. **ZDROWIE** Wybierz pilates albo spacer po kolacji, aby zwiększyć komfort ciała.



Lew 23.7 – 23.8

MIŁOŚĆ Masz wielką chęć błyszczeć i przyciągać uwagę, ale nie ignoruj potrzeb ukochanego. **PRACA** Przygotuj portfolio najlepszych projektów. Poproś szefa o rozmowę awansu. **ZDROWIE** Taniec idealnie zastąpi trening. Dodaj sobie energii odważnym detalem.



Skorpion 24.10 – 23.11

MIŁOŚĆ Warto oczyścić atmosferę z dawnych urazów. Zorganizuj wyjście na miasto. **PRACA** Nie wdawaj się w konflikty, trzymaj się celu. Możesz mediować między różnymi oczekiwaniami w grupie. **ZDROWIE** Krótkie przerwy poprawią wydajność bardziej niż kawa.



Wodnik 21.1 – 19.2

MIŁOŚĆ Wrzesień będzie sprzyjał dojrzałym deklaracjom. Możesz chcieć więcej stabilności. **PRACA** Przed Wodnikami dużo okazji do nauki i rozwoju poprzez szkolenia i ciekawe projekty. **ZDROWIE** Układ nerwowy może być przeciążony od bodźców. Ogranicz multitasking.



Bliźnięta 22.5 – 21.6

MIŁOŚĆ Odezwij się do osób, które mają na Ciebie pozytywny wpływ. **PRACA** Uważaj jednak na niedopowiedzenia. **PRACA** Bliźniętom dobrze pójdą prezentacje i ustalenia z zespołem. **ZDROWIE** Rozważ podcast, kurs językowy lub Klub książki. Pozwól sobie na chwilę ciszy.



Panna 24.8 – 23.9

MIŁOŚĆ Nie oceniaj się zbyt surowo. Okaz łagodność również swoim najbliższymi. **PRACA** Stwórz listę zadań. Dokładność i cierpliwość Panien pozwoli wypaść ważny błąd. **ZDROWIE** Skóra polubi regularną pielęgnację. Pilnuj równowagi między wysiłkiem a regeneracją.



Strzelec 24.11 – 22.12

MIŁOŚĆ Bądź szczera, ale delikatna. Przyjaźń zyska na otwartości wymianie myśli. **PRACA** Sprawnie uporaś się z pracą zespołową. Zapisuj inspiracje, aby nie umknęły w codziennej gonitwie. **ZDROWIE** Rozciągaj biodra po długim siedzeniu. Opuść nadmiar obowiązków.



Ryby 20.2 – 20.3

MIŁOŚĆ Nie domyślaj się wszystkiego. Zapytaj wprost o potrzeby partnera. **PRACA** Najlepiej pójdą Ci teraz zadania twórcze i praca z ludźmi. Dziel duże cele na małe kroki. **ZDROWIE** Wyprawa nad wodę naładuje baterie. Zadbaj o pełnowartościową i lekką dietę.

Telefony głównych stacji telewizyjnych: TVP 1, TVP 2, TVP Info – 22 547 44 50, TVP Polonia – 22 387 54 21, Polsat – 22 514 52 50, TVN – 22 856 61 61, TV 4 – 22 715 92 50, TVN 7 – 22 856 61 61



Redaktor naczelna: Marta Lubartowska **Redaktor zarządzająca:** Magdalena Adamcio **Hub Rozrywka i TV:** Red. zarządzająca: Anita Nawrocka **Planner:** Adam Piosik **Koordynator:** Dorota Skalska
Redaktorzy: Andrzej Czapski, Bogumiła Deka, Ewa Gassen-Piekarska, Marzena Juracko, Joanna Kotakowska, Iwona Leńczuk, Paulina Miłuska, Hanna Miłowska, Maciej Misiorry, Joanna Pasztelańska, Mirosław Piwowarek, Katarzyna Sobkowicz-Rusiecka **Hub Poradniki:** Red. zarządzająca: Monika Bobowska **Hub Graficzny:** Dyrektor: Robert Leter **Lider:** Mirosław Orzechowski
Koordinator: Marcin Makarewicz **Graficy:** Edyta Ciuchta, Dominika Krasnicka-Walinowicz, Sławomir Kozłowski, Agnieszka Glewica, Małgorzata Porębska, Piotr Piórkowski, Kuba Fotoedycja: Andrzej Choykowski, Marek Lasota **Director, Publishing Management/Dyrektor Pionu Wydawniczego:** Marek Lasota **Dyrektor produkcji:** Piotr Oreko **Publisher/Wydawca:** Justyna Hałas
Biuro Reklam: ul. Motorowa 1, 04-035 Warszawa **Dyrektor Biura Reklam:** Izabela Sarnecka **Dyrektor Segmentu Pism Telewizyjnych:** Aneta Rym-Galka, Aneta.Rym@bauer.pl, www.bauer.pl/reklama **Kolportaż:** Dyrektor ds. Dystrybucji i Obsługi Klienta Piotr Ludwicki **Druk:** Bauer Print Ciechanów Sp. z o.o., Sp. j.
 Copyright: Wydawnictwo Bauer Sp. z o.o., Sp. j., Warszawa. Wydawnictwo jest członkiem Polskiej Izby Wydawców. Tędyż jest objęty badaniami Polskich Badań Czytelnictwa. Rozpowszechnianie wszelkich materiałów redakcyjnych bez zgody Wydawcy jest zabronione. Redakcja nie ponosi odpowiedzialności za treść reklam i ogłoszeń w granicach wskazanych w ust. 2 art. 42 ustawy Prawo prasowe oraz za zmiany w programie telewizyjnym wprowadzone przez stacje po oddaniu pisma do druku. Wydawca ostrzega P.T. Sprzedawców, że sprzedaje aktualnych i archiwalnych numerów czasopisma po innej cenie niż wydrukowana na okładce, jest działaniem na szkodę Wydawcy i skutkuje odpowiedzialnością sądową.

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

108 TELETYDZIEŃ

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

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

Fotograficzne obrazy w tym wydaniu, które zostały wygenerowane lub zmodyfikowane przy użyciu sztucznej inteligencji, oznaczamy następującym symbolem:

przeznaczenie	imitacja	kabaret Smolenia	▼	bieg rzeki		duchowny z pastora-tem	▼	płynący łód	▼	Isabelle ... „Królowa Margot”	Tumnus z „Opowieści z Narnii”	▼	oferuje kredyty i lokaty	▼	... gospodyń wiejskich
▶	▼	▼		▼	... Pitt, aktor	▶			1	krój płaszcza	▶				
leczenie	▶	6						... Reno, „Leon zawodowiec”	▶				istniejące fakty		mazgaj, beksa
czuje go tancerz	▶			5	helowiec w żarówce		pompa próżniowa	wyświetlacz		wrzątek	▶				
Ryszard ... „Czarne chmury”		krzew na żywopłot	kanon moralny		na głowie barana		▼	▼			7	rodzaj opału		w parze z opiekunkiem	
łut szczęścia	▶	▼	▼		▼	4				sieć na ryby	napój z ekspresu	▶		▼	
▶			8	mgła nad bagnem	▶				mebel w bistro	▶		2			
intensywne żywienie gęsi	kończy antrak	▶				naczynie na rosół	▶				falszywie zagrana nuta	▶		3	
▶				ze stolicą w Teheranie	▶				likwidacja zakonu	▶					

1	2	3	4	5	6	7	8
---	---	---	---	---	---	---	---

Wpisz rozwiązanie

gatunek muzyczny Portugalii	▼	dzierżawa lokalu	▼	angielski drobnia	stan euforii	kanister	▼	duży rozmiar	bór	▼	dzielnica Londynu	▼	ukochany	▼
... Zając, aktorka	▶		1			brazylijski taniec	▶				George ... „Spadkobiercy”		... „diabła” z Alem Pacino	
stopień w dźdzo	▶			z ceną przy ubraniu	▶				6	wieprzowina na kotlety	▶			
▶						„Czarne ...” serial		atrakcyjność fizyczna		realizowany na lekcji	deser dla ochłody	▶		
ćwicz na poligonie	dzika kaczka		himalajski stwór	strumień światła reflektora		fabularny w telewizji	▶						ojciec	miasto w Indiach
▶	4				zimowa laba	▶					obwódka	▶		
napój Tatarów		Caruso, tenor	▶			3			„Grace księżna ...”, film	▶				
▶					... Sadowa, „Głęboka woda”	▶		5			ucieszy bezrobotnego	▶		
pies Disneya		ozdobne pnącze, wilec	▶						japońskie auto	▶			2	

1	2	3	4	5	6
---	---	---	---	---	---

Wpisz rozwiązanie

CHWILA NA RELAKS

krzyżówka

śpiewała „Papiero- wy księżyc”	▼	Kowalewski lub Pieczyński	▼	symbol stylu	kraj ze stolicą w Bejrucie	▼	bawół indyjski	taniec rewiowy	„... z Wall Street” Scorsese	▼	„... narodów”, film	▼	potężna bryła	▼
▶	6						▼	▼	zarzewie pożaru	▶				
waż dusićiel		skraj dachu		wypukły alfabet	▶			5			samo- chód		dyktat	
▶			▼		Maria pisarka i poetka	▶			strzał po faulu	▶		▼		▼
pozwała kierować konieiem		członek kapituły	▶				4		plótno opat- runkowe	▶	śmieszna sytuacja			
▶				Adams, aktorka	część koszuli		zdarzenie	odmiana chal- cedonu	▶		10	ciecz		pora zniw
utracił zdolność mowy		surowiec na świecie	▶				▼			tęczowy kamień	▶			▼
		rzeka w Pizie	katusze	▶				wiado- mość z ostatniej chwili	kosaciec		daje początek rzece	kropla z oka	▶	7
▶				8		ruski książę	▶		▼			pomysł		obywatel Aten
Andrzej „Klan”			zbożówka na śniadanie	twórca dzieła	▶					gumowe kółko do gry	▶			▼
„... oceanu”, film	▶					salonowy mebel	rozumo- wanie	▶					dno słoika	oprawa
▶					córka Zeusa	... treści w książce	▶		1	słodkie danie	▶			▼
królew- skie krzesło		karciany dzwonek	▶					dawniej zysk		odgłos morza	packa na muchy			
Apollo dla Artemidy	▶					niepowo- dzenie, przegrana	▶					stolica Kanady		listki na pizzę
niszczy ozon		dzieło malarza	składnik gazu ziemnego	▶					ludojad ze „Szczęk”		ryba z rodziny karpio- watyh	plynie przez Wrocław	▶	
▶					przybywał na zmówiny	bieg drobnymi kroczka- mi	▶				2			składnik materii
cielecy język		niższy od tenoru	▶			9	podobne do brydża	▶			poczucie umiaru	▶		
▶					niejeden na dnie oceanu	▶				mówca	▶	11		
dekret carski		duża papuga	▶					sztuczny paznokciec	▶			objaw chorej tarczycy	▶	3
▶					tłuszcz bogaty w jod	▶				siczowy na Zaporożu	▶			

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----	----

Wpisz
rozwiązanie

**CHWILA
NA RELAKS**

ZŁÓŻ WNIOSEK O ZWROT PROWIZJI!

Miałeś kredyty w banku lub w SKOK-u?



Wciąż możesz odzyskać nawet KILKA TYSIĘCY!

O zwrotach prowizji, które przysługują klientom za spłacone kredyty, rozmawiamy z **Magdaleną Marzec z AJ Finanse**

Już wielokrotnie pisaliśmy o tym, że można odzyskać pieniądze za spłacone kredyty. Przypomnijmy raz jeszcze: kto może się o taki zwrot ubiegać?

W zasadzie każdy, kto miał kredyt gotówkowy lub konsolidacyjny – niezależnie od tego, w jakim banku czy SKOK-u. Jeśli kredyt został już spłacony, to jest duża szansa na odzyskanie prowizji. Co ważne, nawet jeśli kredyt był zawarty 10 czy 15 lat temu!

A co trzeba zrobić, żeby sprawdzić, czy należy nam się zwrot?

Wystarczy zgłosić się do nas – wszystko sprawdzimy **bezpłatnie i bez żadnych zobowiązań**. Co istotne, nie trzeba mieć już umów kredytowych ani żadnych dokumentów. Na podstawie danych z rejestrów bankowych przygotowujemy czytelną listę kredytów, za które można odzyskać pieniądze.

O jakich kwotach mówimy?

Średni zwrot to ponad 2300 zł, ale bywają osoby,

które odzyskują nawet kilkanaście czy kilkadziesiąt tysięcy złotych. To konkretne pieniądze, które mogą wrócić do kieszeni – wystarczy sprawdzić.

Dodam, że w ciągu ostatnich kilku lat pomogliśmy już ponad 5000 klientów w całej Polsce, skutecznie odzyskując należne im środki z banków i SKOK-ów. To dla nas najlepsze potwierdzenie, że warto działać.

Czy taką sprawę można załatwić na odległość?

Oczywiście – wszystko można załatwić bez wychodzenia z domu. Wystarczy jeden telefon. Całą korespondencję prowadzimy pocztą, pomagamy w wypełnieniu dokumentów i prowadzimy sprawę od początku do końca. **Nie trzeba chodzić po sądach**, wszystko odbywa się na drodze reklamacyjnej.

Czy takie prawo do zwrotu może się przedawnić?

Niestety tak. W wielu przypadkach zostało już tylko kilka miesięcy, a czasem nawet tygodni. Dlatego lepiej nie czekać – bo jeśli sprawa się przedawni,

pieniądze przepadną na zawsze.

A czy są tu jakieś ukryte koszty lub ryzyko?

Nie ma żadnego ryzyka. Sprawdzenie jest darmowe, nie pobieramy żadnych opłat z góry. Naszym wynagrodzeniem jest udział procentowy od realnie odzyskanych pieniędzy. Jeśli nie uda się nic odzyskać – klient nic nie płaci.

JAK WYGLĄDA CAŁY PROCES W AJ FINANSE?



DZWONISZ lub WYSYŁASZ ZGŁOSZENIE,

weryfikacja jest darmowa.



SPRAWDZAMY,

które kredyty kwalifikują się do zwrotu.



ODZYSKUJEMY PIENIĄDZE

z banku, szybko i bez sądów.



WYPŁACAMY

odzyskane pieniądze klientowi.

AJ FINANSE Łódź
ul. Sienkiewicza 82-84

☎ 577 799 920 ☎ 577 755 580

☎ 42 688 92 01

Więcej informacji znajdą Państwo również na stronie:

www.uzyskajzwrot.pl

Sprawdzenie jest BEZPŁATNE i nie potrzebujemy do tego umów kredytowych

Magdalena Marzec z AJ Finanse

☎ **577 799 920**



Od narodzin do śmierci:

Historia pierwszego polskiego króla uwieczniona w złocie

Medale 1/1000 oz
24-KARATOWE
ZŁOTO



Za jedyne 5 rat

po **299 zł**

lub za jednorazową kwotę 1495 zł
(zamiast 2095 zł*), najniższa cena w ciągu
30 dni przed wprowadzeniem obniżki – 1495 zł
BEZPŁATNA WYSYŁKA!

Niepowtarzalne
oznakowanie
gwarantujące
jakość

Rewers każdego
z 6 medali jest taki sam
(średnica ok. 20 mm)

„Wyjątkowa
prezentacja niezwykle
numizmatów”

- Najwyższa jakość mennicza – stempel lustrzany
- Emisja ograniczona do 5000 zestawów
- Kolekcja dostępna wyłącznie w Mennica-Numizmaty

Elegancka kasetka
na numizmaty,
Certyfikat własności
oraz Certyfikat
autentyczności
do Twojej kolekcji
GRATIS!

BEZPŁATNIE!
Dla Ciebie w prezencie:

- Zestaw prezentów dla mężczyzny:
- Portfel
 - Męski zegarek na rękę Philippe Réveur
 - Długopis z detalami w kolorze złota



Medale są opakowane w specjalne kapsle,
których zadaniem jest ochrona i efektowna
prezentacja Twoich złotych skarbów.



Mennica – Numizmaty, marka Eldora World AG. Administratorem danych osobowych i stroną umowy jest: Eldora World AG, Leubnerstrasse 6, CH-8280 Kreuzlingen, Szwajcaria.

Zamów teraz, a oszczędzisz aż 600 zł!

Odetnij wzdluz przerywanej linii

TAK! Chcę otrzymać pełną kolekcję 6 medali 1/1000 oz z czystego złota „1000. rocznica koronacji” (nr art. 904-240-7) – **WYSYŁKA GRATIS**. Wybieram płatność (proszę zaznaczyć):

- ☐ w 5 comiesięcznych nieoprocentowanych ratach po 299 zł lub
☐ jednorazową 1495 zł (zamiast 2095 zł).

Najniższa cena w ciągu ostatnich 30 dni przed wprowadzeniem obniżki: 1495 zł.

Mam prawo do zwrotu kolekcji w ciągu 60 dni i nawet wtedy mogę zatrzymać otrzymane prezenty!
Jeśli nie wybierzesz sposobu płatności, zakładamy, że chcesz zapłacić jednorazowo całą kwotę. Płatność przy odbiorze przesyłki (za pobraniem). Średni czas realizacji zamówienia to 7-10 dni. Firma kurierska poinformuje Cię SMS-em o dokładnym terminie dostawy i kwocie do zapłaty gotówką u kuriera.

Obowiązują **Ogólne warunki handlowe** Mennica-Numizmaty dostępne na stronie www.mennica-numizmaty.pl lub (na żądanie) na piśmie. Stroną umowy jest Eldora World AG, Leubnerstrasse 6, CH-8280 Kreuzlingen, Szwajcaria. Administratorem Twoich danych osobowych jest Eldora World AG, Leubnerstrasse 6, CH-8280 Kreuzlingen, Szwajcaria. Twoje dane osobowe (imię, nazwisko, adres) przetwarzane są w celu wysłania materiałów promocyjnych dotyczących monet i medali (art. 6 ust. 1 lit. f) Rozporządzenie PE i Rady (UE) 2016/679 z 27.04.2016 r.). Jeżeli nie życzysz sobie ich otrzymywania, możesz zgłosić sprzeciw wobec przetwarzania Twoich danych w celach reklamowych, wysyłając go pocztą (Mennica-Numizmaty, ul. Paderewskiego 167, 05-070 Sulejówek) lub e-mailem (bok@mennica-numizmaty.pl).

Zamów szybko i wygodnie przez telefon:

22 211 65 99

Zadzwoń do nas już teraz,
a otrzymasz dodatkowy PREZENT!

(Biuro Obsługi Klienta czynne od poniedziałku do piątku w godzinach 8:00-17:00 oraz w sobotę w godzinach 9:00-15:00).

Stawka za połączenie z numerem stacjonarnym zgodna z taryfą operatora.

Wiecej informacji o sposobie przetwarzania danych osobowych znajdziesz na stronie www.mennica-numizmaty.pl/privacy

Mój adres: ☐ Pani ☐ Pan

567A - 09

Imię i nazwisko

Ulica, numer domu i mieszkania

Kod pocztowy

Miejscowość

Nr telefonu (wymagany)

E-mail

☐ Chcę otrzymywać drogą elektroniczną i telefoniczną informację o promocjach i rabatach dotyczących produktów własnych Eldora World AG. Wiem, że mogę wycofać moją zgodę w dowolnym momencie, wysłarcyżę wysłę informację na adres: MENNICA-NUMIZMATY, Biuro Obsługi Klienta, ul. Paderewskiego 167, 05-070 Sulejówek.

Data

Podpis

Możesz też wypełnić kupon i wysłać go niezwłocznie na adres: Mennica-Numizmaty • ul. Paderewskiego 167, 05-070 Sulejówek • bok@mennica-numizmaty.pl

MENNICA
NUMIZMATY

* Cena regularna pojedynczego medalu: 349,16 zł