

3,80
zł.
w tym
8% VAT

Nr ISSN 2353-6136

Nr indeksu 350-32X



Piątek-niedziela 15-17 stycznia 2021

magazyn

LUBELSKI kurier

Po feriach do szkoły, ale lekcje rozpoczną tylko uczniowie klas I-III

Temat Tygodnia

Od poniedziałku wrócą do szkół praktyki
zawodowe, konkursy i zajęcia sportowe.

Otwarte mają być świetlice

strony 8-9



FOT. LUKASZ KACZANOWSKI

Historyczny moment. Dziś ruszają za-
pisy na szczepienia przeciw COVID-19.
Są już problemy z e-rejestracją strona 3



FOT. ANNA KACZMARZ/POLSKA PRESS

Sposób na lockdown

Restauracje, bary i hotele świecą
pustkami, ale jeden lokal w Lublinie
jest otwarty. Odwiedziła go policja

strona 4



FOT. LUKASZ KACZANOWSKI

Znani lublinianie w akcji

Aktorzy, kabareciarze, muzycy, spor-
towcy w Armii Niny. Pomagają zebrać
9 mln zł na lek dla dziewczynki strona 4

Wywiad

Prof. Krzysztof Pyrć o szczepieniach:
Zmieniło się jedno. Widzimy już
światelko w tunelu

strony 10-11

Dziś dodatek
telewizyjny



Reportaż

Nie wszystkie skarby
ukryte przez nazistów
na Dolnym Śląsku
zostały już odnalezione

strona 20-21



FOT. ARCHIWUM PRYWATNE

Kazimierska awangarda na wystawie. Wirtualnej

Kultura

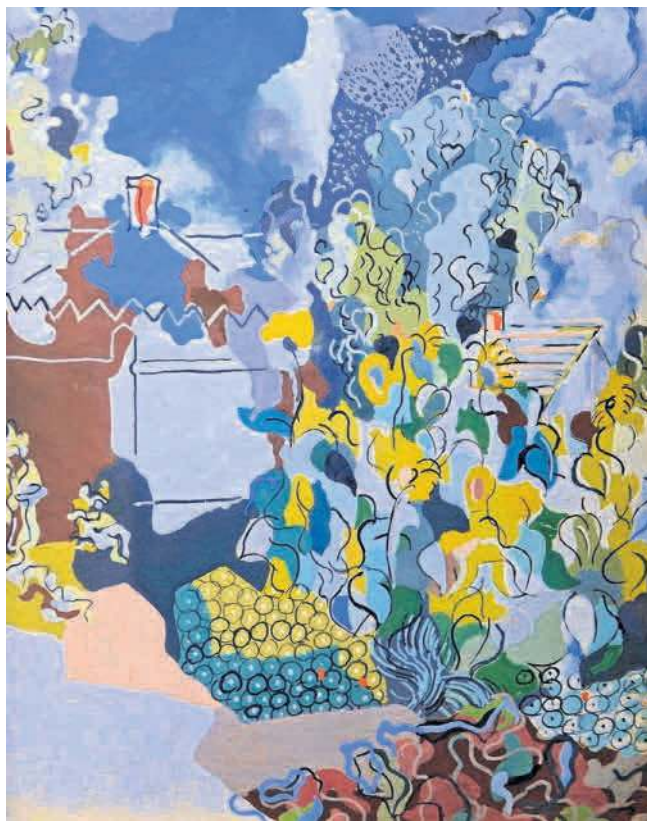
Gabriela Bogaczyk
g.bogaczyk@kurierlubelski.pl

Muzea pozamykane, więc sztuka postanowiła inną drogą spotkać się odbiorcą. Muzeum Nadwiślańskie w Kazimierzu Dolnym zaprasza do zwiedzenia wystawy wirtualnej.

- To nasz pomysł na wystawę w dobie pandemii. Wiadomo, że poprzez nowe media nie odbierzemy dzieła sztuki tak jak na żywo, jednak w tej rzeczywistości, którą obecnie mamy, można przenieść się do sieci. Taka wirtualna prezentacja służy też zachęceniu do jej obejrzenia na miejscu, gdy już muzea zostaną otwarte. Miejmy nadzieję, że stanie się to szybko - mówi Dorota Seweryn-Puchalska z Muzeum Nadwiślańskiego.

Wystawa, którą można obejrzeć w formie prezentacji wirtualnej nosi tytuł „Znaczenie miejsca. Strzeziński, Stażewski, Łunkiewicz-Rogoyska”. Tym tytułowym miejscem jest Kazimierz Dolny, który od dwustu lat przyciąga artystów. - Kazimierz kojarzy nam się z „Łukaszcówkami”, z plenerowym, realistycznym malarstwem. Natomiast w swojej historii przyciągał różnych artystów, także awangardę. Okazuje się, że awangarda również potrzebowała jakiegoś miejsca, aby gdzieś pobyć, wyciszyć się, porozmawiać z innymi artystami. Artyści przyjeżdżali tu nie tyle co malować, ale być. To oddaje istotę Kazimierza - dodaje kuratorka wystawy.

Zobaczmy dzieła, które powstały w Kazimierzu Dolnym, choć nie zawsze go przedstawiają, a z drugiej strony - dla szerszego kontekstu - zaprezentowane są też inne prace trójki artystów. Wirtualną wystawę można zobaczyć na profilu Muzeum Nadwiślańskiego na YouTube.



Władysław Strzeziński „Pejzaż”, 1931



Henryk Stażewski „Buty dla Aleksandry Jachtomy”

Władysław Strzeziński był w miasteczku w lipcu 1950 r. po wyrzuceniu z łódzkiej Państwowej Wyższej Szkoły Sztuk Plastycznych. - Z tego pobytu mamy małe rysunki przedstawiające zarys widoku Kazimierza Dolnego. Warto też dodać, że na niezrealizowanym projekcie

Strzezińskiego dla Hotelu Savoy w Łodzi są rysunki Kazimierza. Niestety przez pandemię nie udało nam się ich zdobyć na wystawę - wyjaśnia Dorota Seweryn-Puchalska.

Natomiast Henryk Stażewski przyjeżdżał do Kazimierza co roku przez 20-30 lat. Stworzył tu cykl obrazów kreskowych, przedstawiających naturę w ujęciu geometrycznym. W podróży do miasteczka nad Wisłą towarzyszyła mu artystka Maria Ewa Łunkiewicz-Rogoyska, której prace też zobaczymy na wystawie. Wśród eksponatów znajdziemy bukiety podarowane artystce Aleksandrze Jachtomie, bowiem Stażewski miał w zwyczaju obdarowywać swoich przyjaciół butami, które sam malował w charakterystyczne wzory. ©

Pogoda w regionie

Zimno, zimniej i jeszcze zimniej

No i się doczekaliśmy. Kto tęsknił za prawdziwą zimą - albo zapomniał, jak wygląda - będzie mógł w pełni jej doświadczyć. Śnieg spadł już kilka dni temu (i ciągle go przybywa). A teraz zaczęły się mrozy. I to od razu z „grubej rury”. W piątek termometry w najcieplejszym momencie dnia mają wskazać tylko minus 7 st. Celsjusza. W nocy temperatura obniży się niemal dwukrotnie do minus 13 st. C. A będzie to dopiero zapowiedź tego, co czeka nas w weekend. W niedzielę mroz sięgnie już prawdziwie ekstremalnych wartości. W dzień ma być minus 15 st. C, w nocy zaś synoptycy prognozują minus 20 st. C. Czy to znaczy, że w niedzielę nie powinniśmy wystawiać nosa z domu? Wcale nie. Ma być sporo słońca. Bałwana nie da się co prawda ulepić (śnieg nie będzie się lepił) ale spacer to całkiem ciekawa propozycja. (JAXA)

Piątek

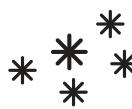
-7°C
-13°C



Ciśnienie
1017 hPa
Wiatr
płn. 19 km/h
Uwaga
pochmurno

Sobota

-4°C
-16°C



Ciśnienie
1015 hPa
Wiatr
płn. 25 km/h
Uwaga
lekkie opady śniegu

Niedziela

-15°C
-20°C



Ciśnienie
1015 hPa
Wiatr
płn.-wsch. 9 km/h
Uwaga
przebieżki słońca

W poniedziałek

Sportowe emocje

Zestaw najważniejszych informacji z boisk i meczów w całym regionie



We wtorek

Z cyklu Zbliżenia

Stworzył isticie filmową kreację. Podsztywał się pod żołnierza wyklętego



W środę

Strona Zdrowia

Sprawdzamy, czy maski antysmogowe stanowią ochronę przed Covid-19



LICZBA TYGODNIA

61%

Z sondażu IBRiS dla „Rzeczpospolitej” przeprowadzonego 8-9 stycznia wynika, że przeciw COVID-19 chce się zaszczepić 60,9 procent ankietowanych.

KALENDARIUM

1552

15 stycznia tego roku na zamku w Chambord niemieccy książęta protestancy i król Francji Henryk II Waleczny zawarli układ skierowany przeciw cesarzowi Niemiec Karolowi V Habsburgowi.

1609

W Wolfenbüttel w Dolnej Saksonii ukazało się pierwsze wydanie gazety „Aviso”, prawdopodobnie najstarszej gazety niemieckojęzycznej.

1734

W krypcie w Wawelu odbyły się trzy ostatnie pogrzeby królewskie. Zostali pochowani: Jan III Sobieski, jego żona Maria Kazimiera i August II Mocny.

1863

W nocy z 14 na 15 stycznia miała miejsce w Warszawie branka do armii rosyjskiej, która przyspieszyła wybuch powstania styczniowego.

1943

Niemcy przeprowadzili w Warszawie gigantyczną łapankę, w odwecie za co Gwardia Ludowa dokonała wieczorem 17 stycznia trzech zamachów bombowych (w tym dwóch nieudanych) na kina „tylko dla Niemców”.

1962

Pod Salonikami odkryto Papirus z Derveni - najstarszy znany zachowany tekst literacki w Europie.

1981

Papież Jan Paweł II przyjął na audiencji delegację NSZZ „Solidarność” na czele z Lechem Wałęsą.

2015

„Czarny czwartek”. Po decyzji Szwajcarskiego Banku Narodowego, który ogłosił zaprzestanie bronięcia kursu franka szwajcarskiego, umocnił się on wobec innych walut o kilkadziesiąt procent, a po korekcie kilkanaście.

„KURIER” PRZED LATY



15 stycznia 2001r. Rozjechane dwa miliony

Grubo ponad 2 mln zł wydały w ostatnich latach władze państwowe i samorządowe na samochody służbowe dla dygnitarzy w woj. lubelskim. Najdroższymi jeżdżą marszałek Arkadiusz Bratkowski (mercedes za 106 tys. zł) i wojewoda Waldemar Dudziak (lancia za 116 tys. zł). (...) Prezydent Lublina Andrzej Pruszkowski ma do dyspozycji renowat lagunę za 68 tys. zł. Przewodnicząca Rady Miasta Helena Pietraszkiewicz jeździ laguną za 57 700 zł. Nawet cierpiąca na brak pieniędzy kasa chorych nie żałowała swojej szefowej Citroëna xsantii za ponad 60 tys. zł. (JAXA)

Są już problemy z e-rejestracją szczepień



FOT. KAROLINA MISZTAŁ/POLSKA PRESS

Każdy punkt przyjmuje własną strategię szczepień. Niektóre będą mogły szczepić 6 pacjentów dziennie, czyli 30 tygodniowo

Pandemia

Gabriela Bogaczyk
g.bogaczyk@kurierlubelski.pl

Czy system wytrzyma start zapisów na szczepienia przeciw COVID-19? Już wczoraj lekarze zgłaszali problemy z e-rejestracją. Od dzisiaj na szczepienia mają szansę zarejestrować się osoby powyżej 80 roku życia.

- Mamy problemy techniczne. Do godz. 14 mieliśmy przesłać grafiki przyjęć z informacją, kiedy zamierzamy szczepić pacjentów. Niestety, po raz kolejny robimy podjęcie do systemu e-rejestracji na portalu gov.pl, ale bez powodzenia. Cały czas kręci się kółko i wyskakuje komunikat „przekroczono limit czasu żądania”. To nie jest dobry zwiastun na przyszłość, wygląda na to, że system jest przeciążony - mówi lek. Małgorzata Stokowska-Wojda, z którą rozmawialiśmy wczoraj.

Problemy z systemem potwierdza też przewodniczący Lubelskiego Związku Lekarzy Rodzinnych-Pracodawców. - Lekarze nie mogą zalogować się do portalu, poza tym nie każdy zdąży przesłać do godz. 14 cały harmonogram szczepień do końca marca, z powodu bieżących przyjęć pacjentów - wyjaśnia lek. Tomasz Zieliński.

Grafik szczepień udało się za to wysłać przychodni Farmed w Lublinie. - Trudności były. Wysłaliśmy nawet maila do centrum e-zdrowia z prośbą, czy aby na pewno wszystko doszło - mówi w czwartek Stanisław Podgórski z Farmedu.

Dziś rusza rejestracja na szczepienia przeciw COVID-19 dla seniorów, którzy skończyli 80 lat. Natomiast od 22 stycznia umawiać się będą mogły osoby powyżej 70. roku życia. Od tych

dat będą im automatycznie wystawiane e-skierowania na szczepienia. Są trzy możliwości zapisania się: przez Internetowe Konto Pacjenta, skorzystanie z infolinii 989 lub bezpośredni kontakt telefoniczny z punktem szczepień. Następnie dzień przed szczepieniem pacjent otrzyma sms-em informację z przypomnieniem o terminie szczepienia.

W woj. lubelskim będą działały 402 punkty szczepień. Udało się zorganizować je w każdej gminie, poza pięcioma gminami wiejskimi okalającymi większe miasta. Punkty szczepień będą otrzymywać tygodniowo po 5 fiolek z 6 dawkami, czyli w ten sposób uda się zaszczepić 30 pacjentów tygodniowo. Każdy punkt szczepień przyjął własną strategię szczepień. Doktor Stokowska-Wojda będzie szczepić trzy dni w tygodniu (wtorek - 12 osób, środa - 6 osób, czwartek - 12 osób). Doktor Zieliński - przez pięć dni w tygodniu, po 6 pacjentów dziennie. Natomiast przychodnia Farmed wyznaczyła jeden dzień w tygodniu - wtorek, a jak przyjdzie kolej na drugą dawkę, to będą szczepić też w środy.

Rejestracja to jedno, ale w praktyce szczepienia mają ruszyć 25 stycznia i wyłącznie dla seniorów powyżej 70 lat. W tej grupie wiekowej uprawnionych do szczepienia jest ok. 260 tys. mieszkańców województwa lubelskiego. Osoby, które będą chciały się zaszczepić ale mają trudność z dotarciem do punktu szczepień, będą mogły skorzystać z dwóch opcji. Po pierwsze, z mobilnego zespołu szczepiącego, który przyjedzie do domu pacjenta w ramach umowy NFZ z daną przychodnią. Druga możliwość - gminy mają zapewnić transport do punktu szczepień. ©

Etyk kandydatem na honorowego obywatela Lublina

Z ratusza

Artur Jurkowski
a.jurkowski@kurierlubelski.pl

Ksiądz prof. Andrzej Szostek może zostać honorowym obywatelem Lublina. Do tej pory przyznano 15 wyróżnień. O uhonorowanie etyka i byłego rektora KUL zabiega grupa „prezydenckich” radnych.

„Nie mamy wątpliwości, że w sytuacji poważnego kryzysu autorytetów (zarówno świeckich jak i duchownych), osoba

księdza profesora stanowi wzór do naśladowania dla kolejnych pokoleń Polaków” - podkreślają radni w interpelacji w sprawie nadania tytułu honorowego obywatela Lublina ks. prof. Andrzejowi Szostkowi. Pismo trafiło do prezydenta Lublina. Podpisało się pod nim czterech „prezydenckich” radnych: Marcin Nowak, Jadwiga Mach, Maja Zaborowska i Monika Kwiatkowska.

Ks. prof. A. Szostek (ur. W 1945 r.) jest etykiem i filozofem. W latach 1998-2004 był

rektorem KUL. Na tej uczelni wykładał - był kierownikiem katedry etyki ogólnej - do emerytury w 2018 r.

„Uważamy, że inicjatywa uhonorowania zaszczytnym i najważniejszym tytułem tak wybitnej postaci, która przez dziesięciolecie popularyzuje polską naukę oraz głosi wartości etyczne i moralne na całym świecie, to ogromny zaszczyt dla Naszego Miasta i jego społeczności” - piszą radni.

Ks. prof. Szostek zerwał - jesienią 2020 r. - współpracę ze

KUL. Chodziło o działania uczelni wobec ks. Alfreda Wierzbickiego, który poręczył za Michała Sz. ps. Margot (aktywista LGBT trafił do aresztu za zniszczenie samochodu Fundacji Pro-Prawo do Życia).

- Cała ta historia związana z casusem ks. Wierzbickiego sprawia, że nie chcę nadal z KUL współpracować. Stwierdzam to z przykrością i jest to dla mnie naprawdę bolesne, że musiałem taką decyzję podjąć - mówił na łamach Kuriera Lubelskiego w październiku 2020 r. ©

REKLAMA

0010014143



Tarcza Finansowa PFR 2.0 Pomoc na czas

W obliczu drugiej fali pandemii koronawirusa Polski Fundusz Rozwoju realizuje program o wartości ponad 35 mld zł - Tarcza Finansowa PFR 2.0. Jest to przygotowany przez rząd premiera Mateusza Morawieckiego nowy program wsparcia polskich przedsiębiorców z 45 branż, które musiały ograniczyć działalność w związku z obostrzeniami sanitarnymi.

W ramach Tarczy 2.0 mikrofirmy mogą otrzymać do 324 tys. zł w zależności od liczby zatrudnionych i poziomu spadku przychodów, a MŚP do 3,5 mln zł na pokrycie do 70% strat.

Przyjmowanie wniosków od 15 stycznia do 28 lutego poprzez systemy bankowości elektronicznej 18 banków komercyjnych i większości spółdzielczych.

Wejdź na www.pfr.pl i sprawdź, czy Twoja firma może skorzystać z subwencji.



Tarcza Finansowa PFR 2.0

Skazany za seks z nieletnią chce uniewinnienia

Z sądu

Piotr Nowak

p.nowak@kurierlubelski.pl

O uniewinnienie przez prezydenta i kasację wyroku zabiega Maciej T. 34-letni lekarz z Białej Podlaskiej został prawomocnie skazany za wykorzystanie seksualne 14-latk. Jest już pierwsza opinia w sprawie uniewinnienia.

Dwa lata pozbawienia wolności, pięcioletni zakaz kontaktowania się z pokrzywdzoną i zbliżania do niej na mniej niż 50 metrów - taki wyrok usłyszał Maciej T. Lekarz został prawomocnie skazany za obcowanie płciowe z małoletnią i doprowadzenie jej do poddania się innej czynności seksualnej. Do zdarzenia miało dojść w lipcu 2018 r.

Skazany cały czas utrzymuje, że jest niewinny. Pierwszy niekorzystny dla niego wyrok zapadł przed Sądem Rejonowym w Białej Podlaskiej. 34-latek odwołał się do Sądu Okręgowego w Lublinie, ale przegrał.

To nie koniec sądowej batalii. Jeszcze w grudniu jego obrońca złożył wniosek o kasację wyroku. Wcześniej, bo w październiku Maciej T. zwró-

cił się z prośbą o ułaskawienie. Ostatnio Sąd Rejonowy w Białej Podlaskiej wydał negatywną opinię w tej sprawie.

Teraz zgodnie z kodeksem postępowania karnego akta sprawy wraz z opinią powinien przekazać do Sądu Okręgowego w Lublinie. Tutaj ponownie mają przejść ocenę. Jeśli chociaż jedna instancja prośbę zaopiniuje pozytywnie, wówczas sprawa trafi do Prokuratora Generalnego, który następnie przedstawi ją prezydentowi.

Mimo prawomocnego wyroku Maciej T. nie trafił za kratki. Bialski sąd zgodził się na odroczenie rozpoczęcia wykonywania kary pozbawienia wolności na sześć miesięcy. Oznacza to, że 34-latek pozostanie na wolności do 21 kwietnia. Jako powód swojej decyzji sąd podał trudną sytuację osobistą i rodzinną skazanego.

Na odroczenie kary poskarżyła się prokuratura. Skargę ma rozpatrywać sąd penitencyjny. Terminu posiedzenia jeszcze nie wyznaczono.

Lekarz Maciej T. był zatrudniony w Wojewódzkim Szpitalu Specjalistycznym w Białej Podlaskiej. Po wydaniu prawomocnego wyroku stracił posadę. ©

Cukiernię, która działa mimo lockdownu, skontrolowała policja

Pandemia

Piotr Nowak

p.nowak@kurierlubelski.pl

Jedni dowożą, inni upadają - tak wygląda rzeczywistość lubelskich restauratorów. Jeden lokal postanowił pójść inną drogą. - Wynajmujemy stoliki na godzinę - wyjaśnia Daniel Żmuda, szef Kawałeczka. Przedsiębiorca ma za sobą pierwszą kontrolę policji.

Z powodu ograniczeń wprowadzonych przez rząd na czas pandemii restauracje, bary i hotele świecą pustkami. Ale jeden lokal w centrum Lublina nadal stoi otwarty. Chodzi o cukiernię Kawałeczek, która znajduje się przy Alejach Racławickich 10. Serwuje torty, ciasta i inne słodkości oraz kawę. Do dyspozycji gości oddanych jest pięć stolików. Większość jest zajęta.

- To odrobina normalności w tych trudnych czasach - przyznaje Daniel Żmuda, szef Kawałeczka. Przygotowania do otwarcia lokalu trwały cztery lata. Pierwsi klienci zawitali tu w październiku, po pierwszej fali pandemii. Sześć dni później premier



Cukiernia Kawałeczek wynajmuje stoliki - złotówka za godzinę

Mateusz Morawiecki ogłosił zamknięcie barów i restauracji. Te, które przetrwały drugi lockdown, postawiły na dowóz.

- Nie byliśmy na to gotowi. Nie mieliśmy czasu się przygotować. Nie mogliśmy też liczyć na rządową pomoc - mówi przedsiębiorca. Cukiernia nie mogła skorzystać ze wsparcia w ramach tarczy antykryzysowej, bo to jest ono zarezerwowane dla firm, które działają co najmniej od 2019 r.

- Szukaliśmy pomysłu jak nadal działać. Po rozmowie z panią mecenas stwierdziłem, że będziemy wynajmować stoliki po 1

zł za godzinę. Podpisujemy z klientami stosowne umowy. Oczywiście, istnieje możliwość zakupu naszych wyrobów i wypicia kawy. Wszystko zgodnie z prawem i z zachowaniem przepisów sanitarnych - podkreśla Żmuda.

Cukiernia sprzedaje słodkości i kawę na wynos, ale część klientów spożywa je na miejscu. - Nie mogę zabronić klientom spożycia produktów zakupionych na wynos, przy stoliku który wynajęli do pracy w lokalu - wyjaśnia przedsiębiorca.

Przy stolikach może siedzieć ograniczona liczba gości, wszy-

szy muszą być w maseczkach i zachowywać odległość co najmniej dwóch metrów. Przedsiębiorca ma już za sobą pierwszą kontrolę. W czwartek odwiedziła go policja.

- Goście mieli na twarzach maseczki. Przedstawiłem umowy potwierdzające wynajęcie stolików. Nie stwierdzono nieprawidłowości - zastrzegła szef Kawałeczka.

- Policjanci wylegitymowali właściciela. Przepytali go o licznosc prowadzonej działalności - informuje kom. Kamil Gołębiowski, oficer prasowy lubelskiej komendy. Po kontroli funkcjonariusze sporządzili notatkę. Nie zamyka to tematu. Jak słyszymy od Gołębiowskiego, policja i sanepid będą sprawdzać czy lokal ma prawo funkcjonować.

Cukiernia Kawałeczek jest jednym z dwóch lokali w regionie, który bierze udział w ogólnopolskiej akcji #otwieraMy. To oddolna inicjatywa przedsiębiorców, którzy mimo trwających obostrzeń postanowili przyjmować klientów. Jednym z takich przedsiębiorców jest Łukasz Moskal, właściciel Laser Factory z Zamościa. ©

Idzie mróz. „Ciepły ką” może teraz ocalić życie

Bezdomni

Artur Jurkowski

a.jurkowski@kurierlubelski.pl

Do minus 20 stopni Celsjusza może spaść w ciągu najbliższych nocy temperatura powietrza. - Dla osób bezdomnych to zagrożenie utraty zdrowia, a nawet życia. Nie bądzmy obojętni na los innych - apelują służby. W Lublinie jest ok. 300 osób bez dachu nad głową.

„Mieszkają” w wiatrach śmietnikowych, w altankach na terenie ogródków działkowych, w pustostanach, piwnicach bloków - w Lublinie jest ok. 300 bezdomnych. - Dla nich zima, szczególnie z tak niską temperaturą, jaka jest prognozowana na najbliższe dni, to najtrudniejszy okres w roku. Mróz oznacza zagrożenie dla ich zdrowia a nierzadko i życia. Nie bądzmy obojętni - apeluje Robert Gogola, rzecznik lubelskiej Straży Miejskiej.

Pomoc mogą otrzymać w dziesięciu placówkach na terenie Lublina. Łącznie dysponują one 262 miejscami.

- Są to schroniska, ogrzewalnie i noclegownia, a ich działalność jest dofinansowywana przez miasto Lublin. Dodatkowo

osoby z problemem bezdomności mają do dyspozycji dzienny ośrodek oferujący świetlicę, zaplecze sanitarno-higieniczne, pomoc przedmedyczną i usługi fryzjerskie - wylicza Magdalena Suduł, rzecznik prasowy Miejskiego Ośrodka Pomocy Rodzinie w Lublinie.

W okresie zimy MOPR i Straż Miejska zwiększają częstotliwość kontroli miejsc, gdzie przebywają bezdomnymi. - Monitorujemy je nawet po kilka razy w ciągu nocy - wylicza Gogola. I przyznaje, że żyjące tam osoby niechętnie je opuszczają i przenoszą się do np. noclegowni czy ogrzewalni.

Aby skorzystać z tych placówek nie można być pod wpływem alkoholu. W tym roku dodatkowe obostrzenia wynikają z epidemii Covid-19. - Uruchomione zostały dwa ośrodki buforowe, oferujące miejsca przejściowego schronienia oraz zapewniające bezpieczne warunki bytowe osobom bezdomnym. Zanim trafią do właściwej dla siebie placówki zapewniającej schronienie - mówi Suduł.

Pobyt ośrodka buforowego trwa 10 dni. Takie placówki znajdują się przy ul. Bronowickiej (dla kobiet) i Kunickiego (dla mężczyzn). ©

Aktorzy, kabareciarze, muzycy, sportowcy w Armii Niny. Pomagają zebrać 9 mln na lek dla dziecka

Akcja charytatywna

Aleksandra Dunajska-Minkiewicz

a.dunajska@kurierlubelski.pl

Trening z kabareciarzem, płyty z autografami a nawet specjalny koncert na życzenie - to wszystko można wylicytować w ramach akcji pomocy dla Niny Słupskiej. Dziewczynka choruje na SMA czyli rdzeniowy zanik mięśni. Szansą jest dla niej lek za 9 mln zł.

- To, że spotykają się tu znani, nie oznacza, że nieznani nie mogą pomóc. Pomóc może każdy, walczymy o każdy grosz - przekonywał wczoraj Marcin Wójcik z Kabaretu Ani Mru Mru. To tylko jeden ze znanych lublinian, którzy włączyli się w akcję pomocy dla Niny Słupskiej.

Nina choruje na SMA, rzadką chorobę o podłożu genetycznym. Odebrała ona dziewczynce możliwość poruszania się i dalej postępuje. Nina nie chodzi, nie raczkuje, nie jest w stanie samodzielnie usiąść. Nieleczony rdzeniowy zanik mięśni prowadzi do śmierci, bo stopniowo pojawiają się także trudności z oddychaniem czy połykaniem.

Jolanta i Tomasz Słupscy, rodzice Niny, od kilku mie-



Nina z mamą były wczoraj na pl. Litewskim w otoczeniu Armii Niny, do której może przyłączyć się każdy z nas

się zbierają pieniądze na terapię genową i lek nazywany najdroższym na świecie. Chodzi o zolgensmę, której koszt to 9 mln zł. Od ubiegłego roku jest podawana także w Polsce - w Uniwersyteckim Szpitalu Dzieciątym w Lublinie otrzymało go dotąd dziewięciu małych pacjentów. Lek nie jest refundowany, płatności nie można też rozłożyć na raty.

Rodzice Niny Słupskiej prowadzą walkę nie tylko z chorobą, ale też z czasem - zolgensmę można podać dzie-

nie wagi 13,5 kilograma. Nina waży obecnie około 10 kilogramów. Im cięższy pacjent, tym większą dawkę trzeba podać, a wtedy rośnie także ryzyko wystąpienia działań niepożądanych. Dlatego pomoc jest potrzebna jak najszybciej.

Do pomocy Ninie włączyli się znani lublinianie tworząc Armię Niny. - Na jej czele stanęła Katarzyna Bujakiewicz, uznana polska aktorka, która od niedawna mieszka w Lublinie i gdy tylko dowiedziała się o naszej córce od razu zgodziła się pomóc - mówi Tomasz Słupski, tata Niny.

Armia Niny stale się powiększa. W czwartek na pl. Litewskim pojawili się, poza Katarzyną Bujakiewicz, także m.in. członkowie Kabaretu Ani Mru Mru: Marcin Wójcik i Waldemar Wilkołek, Kabaret Smile: Michał Kincel, Paweł Sz wajgier, Andrzej Mierzejewski, Adam Drath z zespołu BAJM, projektantka Agata Pietras, wokalista Łukasz Jemioła, autorka bloga Sara Ferreira, wokalista Wojciech Cugowski, zawodnicy i zawodniczki AZS UMCS Lublin, MKS Lublin, Motor Lublin oraz zastępca prezydenta Lublina Beata Stepaniuk-Kuśmierzak. W akcję włączył się także himalaista Piotr Tomala, choć wczoraj nie było go na placu.

Każdy z nich przekazał coś na aukcję, z której pieniądze będą przekazane dla Niny. Aukcje można znaleźć na facebookowym profilu: www.facebook.com/groups/380000670081262/; „Nineczka Kropeczka SMA-LICYTACJE”; nf, a także allegro.pl/chartatywni/fundacja-siepomaga/cele/ninka-chorujena-sma-walczymy-o-terapię-genową-by-ja-ratować; Charytatywni Allegro: „Ninka choruje na SMA - walczymy o terapię genową, by ją ratować”; nf. ©

NOWY FIAT TIPO CROSS. ELEGANCKI W MIEŚCIE, SPRAWNY W TERENIE.

5 LAT
GWARANCJI



STYLOWE TIPO CROSS Z 5-LETNIĄ GWARANCJĄ JUŻ OD 750 ZŁ MIESIĘCZNIE.

- Nowy kolor Pomarańczowy Paprika • Światła Full LED
- Ekran dotykowy 10,25" • Nowoczesne systemy bezpieczeństwa

Reklama dotyczy kredytu dla przedsiębiorców: rata 750 zł miesięcznie została obliczona dla Fiata Tipo Cross w wersji City Cross 1.0 Turbo 100 KM w cenie promocyjnej 74 765 zł brutto, zawierającej rabat w wysokości 3935 zł, w kredycie na 48 miesięcy, wkład własny 19 103 zł brutto. Udzielenie kredytu zależy od oceny zdolności kredytowej. Szczegółowe warunki i koszty kredytu dostępne u autoryzowanych dealerów Fiata. Kredytodawca: FCA Bank S.p.A. S.A. Oddział w Polsce. 5-letnia gwarancja Maximum Care na usterki elektryczne i mechaniczne dotyczy samochodów Fiat Tipo z serii 2 z limitem przebiegu 120 tys. km. Pierwsze 2 lata gwarancji bez limitu kilometrów. Szczegółowe warunki, w tym wyłączenia z gwarancji, dostępne u autoryzowanych dealerów Fiata. Niniejszy materiał nie jest ofertą w rozumieniu Kodeksu cywilnego i ma charakter informacyjny. Zdjęcie jest poglądowe, rzeczywisty wygląd pojazdu oraz jego wyposażenie mogą się różnić od prezentowanych w materiale lub być dostępne za dopłatą. Fiat Tipo Cross: emisja CO₂ od 117 do 131 g/km, zużycie paliwa od 4,4 do 5,8 l/100 km. Szczegółowe informacje o odzysku i recyklingu pojazdów, postępie dokonanym w tej dziedzinie, konstrukcji pojazdów zgodnej z przepisami o recyklingu i lista punktów zbierania pojazdów wycofanych z eksploatacji są dostępne na stronie <https://www.fiat.pl/uslugi-posprzedazne/recykling-pojazdow>.

 **FCA BANK**
Polska

FIAT



Przechodzący przez bramkę są spryskiwani rozpylonym płynem do dezynfekcji

Bramki dezynfekcyjne trafiły do hospicjów

Pandemia

Aleksandra Dunajska-Minkiewicz
a.dunajska@kurierlubelski.pl

Regionalny Ośrodek Pomocy Społecznej w Lublinie kupił z funduszy europejskich dwie bramki dezynfekcyjne dla Hospicjum Dobrego Samarytana w Lublinie oraz Lubelskiego Hospicjum dla Dzieci im. Małego Księcia. Łączny koszt zakupów to niecałe 30 tys. zł.

- Przechodzi się przez to trochę jak przez framugę drzwi. Dzięki wmontowanemu w bramkę czujnikowi ruchu, z prawa i z lewa rozpylany jest pyłek ze specjalnego środka, dzięki któremu człowiek jest dezynfekowany - opisuje o. dr Filip Buczyński, prezes Lubelskiego Hospicjum dla Dzieci im. Małego Księcia.

Dla hospicjów dbałość o dezynfekcję i przestrzeganie zasad sanitarnych jest szczególnie istotne, bo dla ich podopiecznych zakażenie koronawirusem mogłoby być wyjątkowo groźne. - Udaje nam się jakoś chronić, mieliśmy do tej pory tylko pięć przypadków zakażenia, obecnie jedna osoba jest na kwarantannie. To głównie zasługa drobiazgowego stosowania się do warunków bezpieczeństwa - zaznacza o. Buczyński.

ROPS kupił dwie takie bramki - jedną dla hospicjum im. Małego Księcia, drugą dla Hospicjum Dobrego Samarytana. Kosztowały 29 520 zł. To kolejne wsparcie dla hospicjów w walce z COVID-19. Na początku grudnia ub.r., obu placówkom przekazano środki ochrony osobistej oraz sprzęt zakupiony z funduszy unijnych. ©©

Po wybuchu gazu pomoc dla poszkodowanych

Puławy

Piotr Nowak
p.nowak@kurierlubelski.pl

Pięćdziesiąt tysięcy złotych otrzymają poszkodowani w wyniku wybuchu gazu w Puławach - zdecydował zarząd województwa lubelskiego. Zgodę na przekazanie pieniędzy muszą jeszcze wydać radni sejmiku.

- Siła wybuchu była ogromna, wstrząs był odczuwalny w promieniu kilkuset metrów. W wyniku tej katastrofy budowlanej poszkodowanych zostało dziesięć gospodarstw domowych, w tym jedno z nich zostało całkowicie zniszczone - przyznaje Michał Mulawa, wicemarszałek województwa lubelskiego. Do eksplozji doszło tuż przed Bożym Narodzeniem. Na miejscu przez wiele godzin

trwała akcja ratunkowa i poszukiwawcza. Z gruzów ratownicy wydobyli zwłoki starszego małżeństwa w wieku ok. 70 lat. Para zajmowała parter. Na piętrze pomieszkiwała 39-letnia kobieta. Zabrano ją śmigłowcem lotniczego pogotowia ratunkowego do szpitala.

Uszkodzone zostały m.in. ściany i dachy pobliskich zabudowań, a także linia energetyczna. Nie znane są dokładne przyczyny eksplozji. Ze wskazaniem okoliczności zdarzenia prokuratura wstrzymuje się do momentu wydania opinii biegłych z zakresu gazownictwa i pożarnictwa.

We wtorek zarząd województwa zdecydował o udzieleniu poszkodowanym pomocy w wysokości 50 tys. zł. Pomysł muszą jeszcze zatwierdzić radni sejmiku w głosowaniu na najbliższej sesji. ©©

Ratusz chce łączyć dzielnicowe domy kultury - bo jest kryzys

Interwencja

Gabriela Bogaczyk
g.bogaczyk@kurierlubelski.pl

Centralizacja nie jest dobrym pomysłem - odpowiadają szefowie lubelskich „dedeków”, którzy bardzo sceptycznie podchodzą do tego pomysłu. Dlaczego ratusz w ogóle zastanawia się nad tą opcją?

- Pomysł łączenia dzielnicowych domów kultury w jedną instytucję jest już realizowany przez inne polskie miasta. Jest on jednym z rozwiązań branych pod uwagę w obecnej sytuacji kryzysu gospodarczego wywołanego pandemią koronawirusa, mających na celu lepszą koordynację i zwiększenie dostępności mieszkańcom do oferty kulturalnej w lubelskich dzielnicach (na wzór działającej w Lublinie Miejskiej Biblioteki Publicznej prowadzącej 40 filii) - informuje Justyna Góźdz z biura prasowego ratusza.

Wątek dotyczący przyszłości domów kultury poruszył w liście do prezydenta Lublina związek zawodowy Dzielnicowego Domu Kultury „Węglin”. Załoga pisze, że do tej pory czeka na informację w tej sprawie. Miasto prowadzi obecnie dwa dzielnicowe domy kultury. Pierwszy to DDK „Bronowice”, który powstał 63 lata temu w ramach społecznej inicjatywy, której misją było stworzenie przestrzeni kulturalnej na robotniczym osiedlu



Przed pandemią na zajęcia w Domu Kultury na Węglinie przychodzili nie tylko najmłodszy mieszkańcy dzielnicy

Działalność dzielnicowych domów kultury różni się, bo stawiamy nacisk na inne obszary kultury

Sławomir Książniak

Bronowice. Obecnie posiada ma trzy siedziby, główną na ul. Krańcowej oraz dwie filie: Pracownia Kultury „Tatary” z pracownią rękodzieła, malarstwa i „Maki” z salą widowiskową i pracownią komputerową.

- Czekamy na szczegóły, ale trudno porównywać działalność domów kultury do pracy bibliotek. Ma ona zupełnie inny charakter, poza tym nasze

domy kultury różnią się strategią i ofertą. Trudno mi sobie wyobrazić wspólną działalność, bo każdy ośrodek ma inną specyfikę. DDK „Węglin” stawia na literaturę, słowo, teatr - odpowiada Aleksandra Szulc-Choma, dyrektor DDK „Bronowice”. I dodaje, że nie słyszała wcześniej o pomysle połączenia lubelskich dzielnicowych domów kultury. - Byłoby to ogromne wyzwanie, bo taki sposób finansowania spowodowałby również duże zmiany w samym funkcjonowaniu instytucji, chodzi np. o podział środków z grantów.

W podobnym tonie mówi dyrektor DDK „Węglin”. - Należy zwrócić uwagę, że zawsze dwie instytucje mają możliwość pozyskania z ministerstwa dwa

razy więcej pieniędzy niż jeden ośrodek kultury, bowiem każda instytucja ma ograniczoną liczbę składanych wniosków. W przypadku centralizacji, jedna placówka będzie mogła złożyć o połowę mniej wniosków i tym samym pozyskać o połowę mniej pieniędzy na kulturę w mieście. Myślę, że jest to jeden z bardzo kluczowych argumentów przeciw połączeniu.

DDK „Węglin” działa od 2011 roku dzięki oddolnej inicjatywie mieszkańców dzielnicy Węglin Północny. W swojej ofercie ma kilkadziesiąt form warsztatowych i kilkanaście cykli tematycznych. Jego filią od 2015 roku jest DDK „Czuby Południowe”.

- Działalność dzielnicowych domów kultury w Lublinie różni się, bo stawiamy nacisk na inne obszary kultury, które wynikają z potrzeb społeczności lokalnej. Szefowie połączonych już placówek kulturalnych w innych miastach zwracają uwagę na wady i zagrożenia odrębnych tożsamości domów kultury. Dlatego wydaje mi się, że centralizacja nie jest dobrym pomysłem. Jak patrzę na krajobraz lubelskiej kultury, to myślę, że naszą największą siłą jest właśnie to, że jesteśmy różnorodni i mamy trochę inne filozofie działania, które wynikają z wolności w kreowaniu kultury w otoczeniu dzielnicy, w której się znajdujemy - tłumaczy Sławomir Książniak. ©©

Pętla autobusowa na Zbożowej już gotowa. Autobusy wracają na trasy

Komunikacja miejska

Artur Jurkowski
a.jurkowski@kurierlubelski.pl

Zmiany w funkcjonowaniu komunikacji miejskiej. Autobusy „odzyskują” pętlę nawrotową przy ul. Zbożowej. Nie można było z niej korzystać od lipca 2020 r. Inaczej pojadą pojazdy obsługujące linie: 2, 7, 47. Na ulicach pojawią się autobusy specjalnej linii 702.

Zmiany w komunikacji miejskiej wchodzi w życie od poniedziałku. Powód? - Udostępnienie pętli przy ul. Zbożowej na potrzeby obsługi komunikacji - tłumaczy Monika Fisz z ZTM.

Pętla była włączona z użytkowania od lipca 2020 r. - Od poniedziałku linie nr 2, 7 i 47 powracają na swoje podstawowe trasy: Willowa - pętla

przy ul. Zbożowej - zapowiada Fisz. I dodaje: - Jednocześnie zlikwidowane zostają tymczasowe przystanki Zbożowa 04 i Zbożowa 05 zlokalizowane na ul. Sławinkowskiej w rejonie skrzyżowania z ul. Zbożową natomiast przystanek Zbożowa 02 zlokalizowany obecnie przy wyjeździe z pętli w kierunku al. Warszawskiej zostaje przeniesiony na pętlę.

Pętla przy Zbożowej została przebudowana w ramach prac związanych z powstaniem węzła przesiadkowego. Budowa węzła dalej trwa. - Pętla będzie służyła do zawracania autobusów oraz wsiadania i wysiadania pasażerów, jednak nadal będzie funkcjonowała jako plac budowy - tłumaczy Justyn Góźdz z biura prasowego ratusza. I precyzuje: - Gotowa jest płyta drogowa z 10 stanowiskami dla autobusów oraz

chodniki do wsiadania i wysiadania. Pozostało dokończenie chodników oraz wykonanie oświetlenia i prac z zakresu branży energetycznej.

Inwestycja objęła też prace przy utwardzeniu ul. Sławinkowskiej. W obszarze pętli będzie się mieścić ponadto parking typu Kiss&Ride. Ma mieć pięć miejsc postojowych. Na wyposażeniu znajdzie się również 10 stojaków rowerowych pod zadaszeniem.

- W ramach przebudowy, pętla zostanie doposażona pod kątem zaplecza socjalno-sanitarnego, poprzez budowę budynku do obsługi kierowców komunikacji miejskiej. Lokalizacja zyska także nową infrastrukturę przystankową, w tym wyświetlacz dynamicznej informacji przystankowej oraz biletomat. Na pętli zostaną zlokalizowane dwie ładowarki dla

autobusów elektrycznych, które docelowo będą kierowane do tego miejsca - opisuje Góźdz.

Wszystkie prace związane z powstaniem węzła przesiadkowego mają być wykonane do końca czerwca.

To jedno z siedmiu takich miejsc budowanych w Lublinie. Trwają też już prace przy węzłach zlokalizowanych przy Żeglarskiej, Franczaka „Lalka”, Kraśnickiej, Osmodolickiej oraz Granitowej. Na ogłoszenie przetargu czeka jeszcze ten, który ma pojawić się przy ul. Grenadierów.

Autobusy wrócą na ul. Popiełuszki

Po prawie półrocznej przerwie od poniedziałku autobusy znowu się pojawią na ul. Popiełuszki. ZTM uruchomi specjalną linię 702 do centrum. Autobusy pojadą trasą: ul. Okopowa (przystanek Okopowa 02) - ul. Lipowa - Al. Raclawickie - al. Sikorskiego - ul. Popiełuszki - al. Długosza - Al. Raclawickie - ul. Krakowskie Przedmieście - ul. Kołłątaja - ul. Zesłańców Sybiru - ul. Okopowa (przystanek Okopowa 03). ©©

ZACZNIJ ZWALCZAĆ SZUMY USZNE OD 1. UŻYCIA

Rewolucyjne odkrycie specjalistów z Polski przełomem w walce z zaburzeniami słuchu?

DODATKOWA OKAZJA: DLA NAJSZYBSZYCH NIESPODZIANKA GRATIS!

Zmagasz się z niedosłuchem? Doskwierają Ci szumy i szmery uszne, które zaburzają Twój słuch? Czujesz, że dolegliwości się pogłębiają? Jeżeli choć na jedno z tych pytań Twoja odpowiedź brzmi „TAK”, koniecznie poznaj sposób, który pomoże Ci w walce o odzyskanie pełnego, czystego zakresu dźwięków! Wypróbuj nową metodę i zdobądź 100% dofinansowania od producenta!

W krótkim czasie możesz odzyskać słuch 20-latk!

Wyobraź sobie, że już za kilka dni mógłbyś z łatwością rozmawiać z bliskimi, usłyszeć dzieci bawiące się za oknem, a rozmowa przez telefon nie byłaby dla Ciebie już przykrym doświadczeniem. Według specjalistów nie ma takiej wady słuchu, której nie poprawiłby nowatorski sposób. Będziesz słyszeć wyraźniej, głośniejsze, a niepotrzebne szmery znikną. Stosując innowacyjne plastry, możesz 3-krotnie poprawić swój słuch – i to bez względu na to ile masz lat i z jakim problemem ze słuchem się mierzysz.

Poprawisz swój słuch w ekspresowym tempie

Nowatorska metoda działa jednocześnie na trzech poziomach:

1. Minimalizuje szumy uszne od samego początku. Łagodzi szumy i szmery, które powodują u Ciebie nie tylko dyskomfort, ale również są przyczyną bólów głowy i bezsenności. Już na samym początku używania plastrów zdasz sobie sprawę, że potrafisz lepiej rozróżnić dźwięki w swoim otoczeniu. Masz szansę przestać słyszeć



Pani Elżbieta z Kielc była jedną z 100 osób, które wzięły udział w eksperymencie prowadzonym przez zespół J. Sprouta

piski i trzaski w tle, które dotąd utrudniały Ci prowadzenie rozmowy z drugim człowiekiem.

2. Pomaga zmniejszyć ubytki słuchu. Nowatorski produkt pobudza organizm do odbudowania słuchu na poziomie komórkowym. Już 1 innowacyjny plaster może poprawić ukrwienie ucha środkowego, a do tego zregenerować nerw słuchowy i zmniejszyć ubytek słuchu. Nie ma więc znaczenia Twój wiek ani to jak bardzo zaawansowana jest Twoja wada – wystarczy 30 dni, aby Twój słuch wzmacnił się w dużym stopniu.

3. 4-krotnie wzmacnia dźwięki. Już po pierwszym zastosowaniu tej metody zauważysz, że wszystkie otaczające Cię dźwięki stały się głośniejsze i ostrzejsze. Dzięki temu przebywając w miejscu, w którym panuje hałas, będziesz w stanie wyraźnie usłyszeć mowę.

Zespół polskich ekspertów stworzył rewolucyjny sposób, dzięki któremu już niebawem wielu ludzi może poprawić swój słuch. Ponad 340 654 ludzi na całym świecie, którzy używają innowacyjnych plastrów potwierdzają, że w ciągu 30 dni zaczęli znów słyszeć więcej dźwięków, a szumy uszne znacząco zmalały.

„Plastry, które pomagają usłyszeć całą gamę dźwięków”

Zespół naukowca Johna Sprouta z Nowego Jorku przeprowadził niezależny test rewolucyjnego wynalazku. Eksperyment polegał na sprawdzeniu skuteczności nowatorskiej metody w grupie 100 osób, które na co dzień zmagają się z niedosłuchem i szumami usznymi. Przedział wiekowy ludzi biorących udział w eksperymencie to 45-80 lat. O rezultatach testu opowiada jego pomysłodawca:



Już po 1. użyciu nowego sposobu u badanych poprawiło się ukrwienie ucha środkowego, wyiszając niepożądane gwizdy, piski i szumy w uszach

bez względu na przyczynę ich występowania. Po 14 dniach przyklejania plastrów u osób z niedosłuchem stwierdziliśmy 6-krotną poprawę w wytapianiu szeptów i głosów w zatłoczonych miejscach, a szumy i szmery uszne ustąpiły. Natomiast po 30 dniach u tych samych osób, słuch był bardzo poprawiony. Plastry równie dobrze działały na każdy rodzaj niedosłuchu, w tym niewrażliwość na tony. To naprawdę rewolucyjne efekty, które mają szansę zmienić ludzkie życie.

John Sprout
Specjalista ds. laryngologii

Spodziewaj się fenomenalnych rezultatów!

Niewielki rozmiar, komfort stosowania i zwalająca z nóg cena sprawiły, że produkt znika z polskich magazynów w rekordowym tempie. Jeżeli metoda będzie stosowana regularnie, już w krótkim czasie mogą przestać Cię męczyć niepotrzebne szmery i trzaski. Następnie możesz zauważyć, że



Szumy uszne doprowadziły mnie do szału

Trzy tygodnie temu pierwszy raz użyłem tych plastrów i to była pierwsza od 7 lat noc, którą przespałem jak dziecko. Szumy i szmery ustąpiły jak ręką odjął. W dodatku ustał ten okropny ból głowy, na który już nic przeciwbólowego mi nie pomagało. Nadal nie dowierzam, że w końcu mogę normalnie oglądać telewizję, rozmawiać z innymi ludźmi. Polecam! Grzegorz, 62 lata, Gdańsk

Słysz jak 30 lat temu!

Miesiąc temu córka przyniosła mi te plastry, które nałożyłam na noc. Pierwszą poprawę zauważyłam, kiedy zadzwoniła do mnie siostra i swobodnie z nią rozmawiałam. Dopiero po rozłączeniu się, zdałam sobie sprawę, że pierwszy raz od wielu lat nie musiałam udawać, że słyszę, a potem się domyślać, co ktoś mi powiedział. Po tygodniu mogłam zmniejszyć głośność telewizora, a radio słyszę nawet z drugiego pokoju. Marzena, 73 lata, Kraków

z każdym dniem słyszysz wyraźniej, głośniejsze i ostrzej. A w końcu, przed zużyciem pierwszego opakowania zdasz sobie sprawę, że swobodnie porozumiewasz się z otoczeniem, a towarzyszące Ci wcześniej skrepowanie zniknęło bezpowrotnie.

Wesprzyj swój słuch już dziś

Zaburzenia słuchu mają wiele przyczyn. Mogą mieć podłoże genetyczne, powstać z wiekiem lub na skutek długotrwałego przebywania w hałasie. Rewolucyjny produkt działa niezależnie od przyczyny i stadium problemów ze słuchem. Poznaj pionierski preparat stworzony przez polskich specjalistów.

Pomoże Ci:

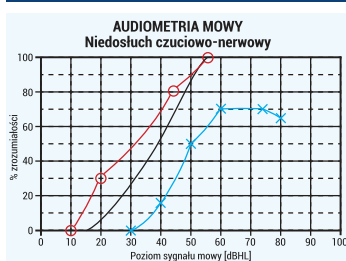
- ✓ Rozszerzyć słyszalność dźwięków z otoczenia
- ✓ Przywrócić słyszenie nawet najcichszych dźwięków
- ✓ Odbudować wyraźne słyszenie mowy w tłumie i w hałasie
- ✓ Zniwelować słyszalność niepotrzebnych szmerów
- ✓ Poprawić jakość słyszanych dźwięków

Wygraj z ciszą

Zachwytny nad rewolucyjnymi plastrami rośnie na świecie z każdym dniem, a osób usatysfakcjonowanych ich działaniem wciąż przybywa. W związku z nowym programem refundacyjnym producenta, masz szansę na wypróbowanie tej metody bezpłatnie. Nie trać czasu i zadzwoń.

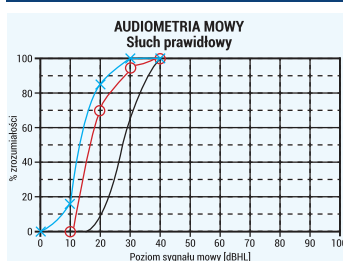
Regulamin - rgimprmcjpk.com

PRZED:



Na zdjęciu po lewej stronie widzimy audiogram przedstawiający niedosłuch czuciowo-nerwowy, który wynika z uszkodzenia komórek słuchowych ślimaka lub struktur je otaczających. W efekcie słyszymy słabo i niewyraźnie, jak również towarzyszą nam szumy uszne. Po zastosowaniu plastrów (zdjęcie po prawej) komórki słuchowe ślimaka diametralnie się poprawiły i wzmacniły, tak jak u osoby ze słuchem prawidłowym.

PO:



POPRAW SWÓJ SŁUCH I ZNÓW USŁYSZ DOSKONAŁE

Chcesz drugi produkt w PREZENCIE? Zadzwoń w przeciągu 5 dni!

Pierwsze 100 osób, które zadzwonią do 30.01.2021 r., otrzyma 100% REFUNDACJI OD PRODUCENTA

ZADZWOŃ: 52 552 00 68

pon.-pt. 08:00-20:00, sob.-nd. 09:00-20:00.
Zwykłe połączenie lokalne bez dodatkowych opłat.



Przesyłka
SZYBKA



Wszystko

Żona od męża odeszła. Długo po sobie zostawiła. I wiele żalu...

str. 14-15

Donald Trump skrzywdził samego siebie, oczywiście politycznie

str. 18-19

Tolkien stworzył język elfów, ale polski był dla niego zbyt trudny

str. 22

TEMAT TYGODNIA



FOT. ŁUKASZ KACZANOWSKI

- Jesteśmy gotowi, mogę śmiało otworzyć szkołę i czekać na uczniów - mówi Marek Krukowski, dyrektor SP nr 51 im. Jana Pawła II

Klaudia Olender
k.olender@kurierlubelski.pl



Edukacja

Ostatni tydzień ferii to czas wielu zmian, decyzji i niepewności. Od poniedziałku czeka nas powrót do szkół uczniów klas 1-3 oraz ich nauczycieli. Jaki jest plan i czego możemy się spodziewać?

Już tylko weekend dzieli nas od powrotu najmłodszych uczniów do szkół. Podobno wszystko jest zapięte na ostatni guzik, pozostało tylko oczekiwanie na pierwszy dzwonek. - Jesteśmy gotowi, mogę śmiało otworzyć szkołę i czekać na uczniów - przyznaje Marek Krukowski, dyrektor SP nr 51 im. Jana Pawła II.

Lubelskie podstawówki przygotowywały się indywidualnie. Dyrektorzy musieli ocenić możliwości swoich placówek i tak dostosować zalecane wytyczne, aby były one realne. - Wiadomo, że im szkoła większa, tym przygotowanie jest trudniejsze i te restrykcje, i wskazania MEN mogą być mniej adekwatnie stosowane - tłumaczy Mariusz Banach, za-

Powrót do szkół „w miarę możliwości”, czyli „jakoś to będzie”

stępcą prezydenta Lublina ds. oświaty i wychowania.

Wielu nauczycieli i rodziców jednak dość sceptycznie podchodzi do decyzji dotyczącej otwarcia szkół. Niektórzy uważają, że za wcześnie, mówią, że to „eksperyment na żywym organizmie”. Narasta obawa, że będzie jak we wrześniu - otworzą szkoły i za chwilę je zamkną.

- Bardzo możliwe, że tak będzie. W tygodniu zamykamy średnio 5 przedszkoli, częściowo lub całkowicie, bo ten wirus pojawia się. To wszystko jest bardzo dynamiczne. Spodziewamy się, że podobnie będzie ze szkołami - mówi Banach. Pokrewnego zdania są

pracownicy placówek oświatowych.

- Niestety, nie na wszystko mamy wpływ. Np. nie jestem w stanie przewidzieć skąd wrócą z ferii moi uczniowie, czy oni byli na deptaku w Zakopanem u tzw. „rodziny”, czy może u dziadków. To zweryfikuje życie. Pewnie po dwóch tygodniach od powrotu będziemy z grubsza wiedzieli jak przełoży się to na zachorowalność - przyznaje Krukowski.

Z powrotu do szkolnych ławek najbardziej cieszą się uczniowie. Po tak długiej przerwie tęsknią za spotkaniami z przyjaciółmi i nauczycielami, bo nawet najlepszy komputer nie zastąpi żywego człowieka.

- Czujemy podekscytowanie i lekki niepokój. I już sama nie wiem czy to moi synowie czy ja stresuję się bardziej - śmieje się pani Monika, mama 2- i 3-klasisty. - Radość jest ogromna. Moi synowie nie mogą doczekać się spotkań z kolegami, zajęć technicznych i w-fu. Na sali gimnastycznej wreszcie będą mogli wyszaleć się bez ograniczeń - dodaje.

Wielkie testowanie nauczycieli i oczekiwanie na szczepionki
Od 25 stycznia mają ruszyć szczepienia osób zakwalifikowanych do grupy pierwszej. To tam znaleźli się nauczyciele, zaraz obok seniorów i służb mundurowych. Ale im

bliżej tej daty, to tym bardziej przesuwa się ona czasie. Na początku szczepienia nauczycieli miały rozpocząć się w styczniu, teraz nieśmiało mówi się o kwietniu, a niektórzy obstawiają dopiero środek wakacji. Na razie ministerstwo postanowiło w ramach jednorazowej akcji masowo przetestować nauczycieli, aby wraz z powrotem do szkół mogli poczuć się bezpiecznie. Wg MEN na testy przesiewowe zgłosiło się ok. 50 proc. uprawnionych osób, z kolei lubelskie kuratorium podaje liczbę 5,3 tys. nauczycieli z klas 1-3 i 1,1 tys. nauczycieli szkół specjalnych oraz 4,2 tys. pracowników niepedagogicznych.

Nauka w klasach 4-8 szkół podstawowych i w szkołach średnich odbywać się będzie dalej w formie zdalnej i na razie nic nie wskazuje na jakąś szybką zmianę

- W przypadku mojej szkoły nie potwierdzają się te liczby, które podał minister. Np. na 60 nauczycieli, którzy mają zajęcia z klasami 1-3, zgłosiło się 20. Z obsługi i administracji tych osób było stosunkowo dużo, ale tylko na poziomie deklaracji. W momencie, kiedy trzeba było wypełnić już konkretny kwit i podpisać oświadczenie, to uzbierało się jakieś 20 proc. - podaje Krukowski.

Jak deklarują lubelscy nauczyciele, na szczepionki chętnych jest już zdecydowanie więcej.

- Były testy, tylko wielu zadaje pytanie: po co? Założenie, że nauczyciele do najbliższego poniedziałku nie rozchorują się jest takie trochę naiwne. Z logicznego punktu widzenia trzeba byłoby po prostu zaszczyć nauczycieli jak najszybciej i otworzyć szkoły. Wtedy tych zagrożeń byłoby znacznie mniej. Jeśli mamy otwierać szkoły, to zapewnienie bezpieczeństwa nauczycieli jest wyjątkowo istotne - podkreśla Mariusz Banach, zastępca prezydenta Lublina ds. oświaty i wychowania.

„Szkolne bańki” i dekalog ministra

Wraz z ogłoszeniem powrotu najmłodszych do szkół, pojawiły się ministerialne sugestie

i wytyczne, które jak podkreślał w czwartek minister Czarnek, „nie są przepisami prawa powszechnego, obowiązującego wszystkich dyrektorów we wszystkich szkołach do ich pełnego zastosowania”, a jedynie zaleceniami, które dyrektorzy mogą zastosować „w miarę swoich możliwości”.

Większość podanych wytycznych to te, które znamy już z wiosny i początku września, czyli m.in. ścisły reżim sanitarny: noszenie maseczek, nie dotykanie oczu, ust i nosa, częste mycie rąk, nie gromadzenie się w przestrzeniach wspólnych, np. na szkolnych korytarzach, częste wietrzenie sal czy „nieprzynoszenie przedmiotów”. Oprócz tego klasy mają nie kontaktować się ze sobą, do każdej z nich ma być przypisany stały nauczyciel, który nie powinien prowadzić zajęć w innych klasach. Ponadto każda klasa powinna mieć ustalone indywidualne godziny przychodzenia i wychodzenia ze szkoły, korzystania z przerw, ze stołówki szkolnej, świetlicy i zajęć na boisku, a „sale i węzły sanitarne dla poszczególnych klas w miarę możliwości powinny znajdować się na różnych piętrach budynków szkoły”.

Lubelscy nauczyciele podkreślają, że nie wszystkie zasady da się wdrożyć, np. nie ma możliwości, żeby każda klasa miała tylko jednego nauczyciela, bo wtedy szkoły musiałyby zrezygnować np. z j. angielskiego, plastyki czy basenu, a te zajęcia znajdują się w obowiązkowych planach lekcji.

- My mamy jednego nauczyciela od angielskiego w klasach 1-3. I nawet nie ma opcji, żeby do każdej klasy wysłać kogoś innego. Dlatego będzie przy-

chodziła jedna osoba do wszystkich. W maseczce i z możliwym zachowaniem dystansu - opowiada dyrektor podlubelskiej podstawówki.

- Choć uczniów na terenie szkoły będzie teraz zdecydowanie mniej to na pewno pozostawimy maseczki w przestrzeniach wspólnych, bo to zawsze dodatkowe zabezpieczenie - mówi Krukowski. Z kolei dyrektor innej lubelskiej podstawówki co do maseczek ma jednak pewne zastrzeżenia. - Wszyscy wiemy jak wygląda siedzenie w maseczkach w klasie. Dzieci wiercą się, kręcą, duszą i maseczki albo zdejmują albo noszą w połowie brody, gdzieś pod nosem. Na razie omawiamy jeszcze te kwestie z radą rodziców - przyznaje.

Świetlica szkolna i stołówka

Największym wyzwaniem i problemem szkół okazała się świetlica i stołówka. - Uruchomienie świetlicy osobno dla każdej klasy to pomysł niczym z filmów Barei. Ma niewiele związku ze szkolną rzeczywistością - zwraca uwagę pani Ania, nauczycielka i jednocześnie mama 8-letniego Kuby. Przyznaje, że już lepszym rozwiązaniem byłoby przypisanie jednego nauczyciela na jeden dzień, ale i do tego brakuje tzw. mocy przerobowych. Podobnego zdania jest dyrektor SP 51. - W przypadku świetlicy nie ma u mnie możliwości, żebym każdy oddział mógł zaopiekować i przed lekcjami, i po lekcjach, i w trakcie lekcji. Potrzeby rodziców są bardzo różne i nie jestem w stanie tego technicznie zorganizować, mam za mało ludzi - tłumaczy Krukowski. Na szczęście niektórzy rodzice do takiego roz-



FOT. ŁUKASZ KACZANOWSKI

- Choć uczniów i pracowników na terenie szkoły będzie teraz zdecydowanie mniej to na pewno pozostawimy maseczki w przestrzeniach wspólnych, bo to zawsze dodatkowe zabezpieczenie - mówi dyr. Krukowski.

wiązania podchodzą z nieco większym dystansem, uważają, że skoro dzieci chodzą do sklepu czy spotykają się ze znajomymi, to tak samo mogą przebywać w jednym pomiesz-

czeniu z uczniami innych oddziałów.

A co ze starszymi klasami i licealistami?

Starsze roczniki uczniów to taki trochę temat tabu. W środę minister Czarnek stwierdził nieśmiało, że jeśli ominie nas trzecia fala pandemii, a liczba zachorowań nie wzrośnie, to w optymistycznym wariacie uczniowie klas VIII i maturzyści wrócą do szkół w lutym, przynajmniej w części, w tzw. systemie hybrydowym, z kolei w czwartek już do tego nie powracał, a na pytania dziennikarzy odpowiadał, że powrót tych uczniów na pewno uwzględniony będzie w pierwszej kolejności „w miarę możliwości”.

- Pewnie gdyby taka decyzja zapadła, to rodzice byliby zadowoleni, z kolei u uczniów to już sprawa zdecydowanie bardziej indywidualna. Patrząc na zaangażowanie w lekcjach zdalnych to dużo bardziej widać je w klasach 4-5, z kolei w 7-8 jest trochę więcej cwaniactwa. Np. ci, którzy chodzili kiedyś na wagi, wymyślają teraz różne przeszkody - dodaje Krukowski.

Nauka w klasach 4-8 szkół podstawowych i w szkołach średnich odbywać się będzie dalej w formie zdalnej i na razie nic nie wskazuje na jakąś

Wielu nauczycieli i rodziców jednak dość sceptycznie podchodzi do decyzji dotyczącej otwarcia szkół. Niektórzy uważają, że za wcześnie, mówią, że to „eksperyment na żywym organizmie”

szybką zmianę. W formie stacjonarnej dla tych uczniów pozostaje tylko możliwość zorganizowania konsultacji z przedmiotów egzaminacyjnych, tych indywidualnych, jak i spotkań w grupach do 5 osób. Ale to zależy od chętnych i nauczycieli.

- Najtrudniej jest niestety maturzystom. To jest ten rocznik, który najbardziej dostał po głowie i ma bardziej pod górkę niż reszta. Ci uczniowie powoli biorą odpowiedzialność za to, co się dzieje, a sytuacja im wcale nie pomaga. Największy problem jest w tym momencie to jak zrekompenzować niewydolność zdalnej edukacji - podsumowuje Krukowski.

Oby przypadający w poniedziałek blue monday (najbardziej depresyjny dzień w roku) nie był czarną przepowiednią na najbliższy rok szkolny. ©



FOT. ŁUKASZ KACZANOWSKI

Nauka w klasach 4-8 szkół podstawowych i w szkołach średnich odbywać się będzie dalej w formie zdalnej

Prof. Krzysztof Pyrc: Zmieniło się jedno. Widzimy już światelko w tunelu

Maria Mazurek

maria.mazurek@polskapress.pl



Pandemia

- Jeśli człowiek, który nie ma kierunkowego wykształcenia, słyszy bzdury na temat pandemii koronawirusa z ust genetyka czy lekarza, to ma prawo mieć wątpliwości - mówi prof. Krzysztof Pyrc, badacz z Małopolskiego Centrum Biotechnologii Uniwersytetu Jagiellońskiego.

Kiedy rozmawialiśmy poraz ostatni, szczepienia na COVID to był śpiew przyszłości.

Cały 2020 rok to był wyścig do punktu, w którym się teraz znajdujemy. Przyznam szczerze, że byłem pełen wątpliwości. Teraz możemy powiedzieć sobie szczerze: gdyby to się nie udało, czekałoby nas jeszcze kilka lat pandemii i bardzo wiele ofiar. Sądzę, że większość z nas nie zdaje sobie do końca sprawy, co udało się nauce. Coś praktycznie niemożliwego. I nagle okazuje się, że ten sukces jest negowany. Część osób ewidentnie chce, żeby pandemia trwała, bo z jakiegoś powodu jest im z nią wygodnie. Ale jak projekt szczepień się uda, jeśli wszystko pójdzie po naszej myśli, to sytuacja wróci do tej z końca 2019 roku. Pytanie, czy my będziemy w stanie

do niej wrócić? Czy jeszcze potrafimy?

Świat jednak nie ruszy, dopóki prawie wszyscy się nie zaszczepimy. Kiedy to się stanie? Do końca roku będziemy już po?

Boję się, że nie. W tym momencie w Polsce są zarejestrowane dwie szczepionki: BioNTech/Pfizer i Moderna. One nie wypełnią całego zapotrzebowania. W tym momencie priorytetem jest zaszczepienie osób z podwyższonej grupy ryzyka i już to zajmie bardzo dużo czasu, najpewniej nie uda się przed końcem pierwszego kwartału. To, kiedy każdy - niezależnie od wieku, stanu zdrowia, zawodu - będzie się mógł zaszczepić, zależy od tego, jak szybko inne szczepionki będą rejestrowane. Jeśli w ogóle będą, bo na razie nie wiemy dokładnie, jaka jest ich skuteczność i bezpieczeństwo.

Na czym tak naprawdę polega działanie szczepionek na COVID?

Skupmy się na działaniu tych dwóch, które są zarejestrowane. Obie są szczepionkami mRNA, co znaczy, że należą do nowej klasy preparatów. Standardowa szczepionka, którą podawano się w zeszłych dekadach, składała się początkowo z wirusów zakaźnych, potem z wirusów zabitych lub osłabionych. W XX wieku zaczęliśmy iść w kierunku szczepionek z fragmentami wirusów, czyli pojedynczymi białkami czy pojedynczymi białkami. Wszczepialiśmy białko dostarczając tym samym antygen, który miał wyszkolić nasz układ odpornościowy. On był produkowany w innych komórkach, na przykład bakteryjnych czy zwierzęcych. Teraz przekroczyliśmy pewną barierę: zamiast dostarczać taki stosunkowo prosty preparat, wyprodukowany na zewnątrz, stworzono szczepionkę mRNA, która dostarcza czystą informację. Cały proces produkcji białek odbywa się już wewnątrz naszych komórek.

To również budzi strach. Że to nowa metoda i inne działanie niż w przypadku szczepionek, które znamy.

Mówi się, że to nowa metoda, ale to nie do końca prawda. Praca nad nią rozpoczęła się już w latach dwudziestych. Teraz, podczas pandemii, po prostu udało się ją wdrożyć.

Jak działa ta szczepionka?

Podobnie, jak sam wirus. Żeby to zrozumieć, trzeba uzmysłowić sobie, czym jest wirus, konkretnie koronawirus. To taki liposom, czyli kuleczka białek otoczona błoną lipidową. Wewnątrz znajduje się RNA (czyli kwas rybonukleinowy, nośnik informacji genetycznej), natomiast na powierzchni - białka, które odpowiadają za rozpoznanie komórki gospodarza i dostanie się do środka. Koronawirus atakuje więc z całym kompletem białek, które pozwalają mu „steroryzować” nasz organizm. Jest w tym bardzo dobry. Potrafi wyciszyć naszą odpowiedź immunologiczną i przekształcić nasze komórki w maszynę, która tworzy kolejne wirusy. Szczepionka mRNA także jest takim liposomem, który może przeniknąć przez błonę naszej komórki. Wewnątrz również znajduje się RNA wirusa - tyle że nie cała, tylko jego niewielki fragment. Na podstawie tego fragmentu RNA nie powstaje cała maszyna; powstaje tylko pojedyncze białko. Dzięki niemu nasza komórka dekoduje wirusa, „zapoznaje się z nim”, a jednocześnie nie dochodzi do namnażania się wirusa ani do wyciszenia odpowiedzi naszego organizmu. Można więc powiedzieć, że ta szczepionka jest dla naszego organizmu skuteczną lekcją, jak radzić sobie z koronawirusem. Natomiast samo RNA szybko znika z naszego organizmu. Zostaje po nim tylko „wiedza”, „przepis” na obronę.

Po szczepieniu tworzą się przeciwciała?

Również. Ale nawet kiedy one znikną - bo one po pewnym czasie znikną - pozostaje

odpowiedź komórkowa. Nasz organizm przy spotkaniu z prawdziwym wirusem, będzie już wiedział, co robić.

Czy ochrona po przyjęciu szczepionki będzie utrzymywała się dłużej niż w po naturalnej infekcji?

Mamy taką nadzieję. Przy naturalnym zakażeniu, po pierwsze, mamy całego wirusa, który wycisza reakcję odpornościową, stara się przeszkodzić organizmowi w wykształceniu skutecznej odpowiedzi. Po drugie, infekcja, szczególnie przy łagodnym przebiegu, przebiega na błonach śluzowych - czyli nie dochodzi do ogólnoustrojowej prezentacji białek, odporność może być więc bardzo słaba. Sytuacja jest inna przy domięśniowym podaniu szczepionki. My jeszcze nie dysponujemy długoterminowymi obserwacjami zaszczepionych ludzi, ale widzimy na razie, że odporność utrzymuje się u nich na dość wysokim poziomie. To z kolei sugeruje, że powinno jej starczyć na dwa-trzy lata od szczepionki. Czy rzeczywiście tak się stanie - trudno powiedzieć. Być może będzie trzeba doszczepić się po roku, być może po trzech latach, a być może w ogóle.

A czy taka szczepionka działa też na koronawirusy przebiegniowe, które są z nami od lat i odpowiadają za znaczną część infekcji?

Uważam, że szansa na to jest prawie zerowa. Mówiąc o koronawirusach, większość z nas myśli o blisko spokrewnionej grupie organizmów. Tylko że to nie są organizmy żywe, a wirusy właśnie - zaś różnice pomiędzy poszczególnymi gatunkami wirusów są gigantyczne. Różnica między koronawirusami SARS-CoV-1 (którego epidemia wybuchła na początku XXI wieku), a SARS-CoV-2 (który powoduje COVID), jest wciąż większa niż pomiędzy człowiekiem a myszą. Mówię oczywiście o poziomie genetycznym. Z tego powodu przejście infekcji spowodowanej koronawirusami przebiegniowymi nie chroni nas

przed zakażeniem SARS-CoV-2. Zatem obstawiałbym, że analogicznie będzie w drugą stronę: szczepienie przeciw SARS-CoV-2 nie zabezpieczy nas przed innymi, sezonowymi koronawirusami.

Jaka jest skuteczność tych szczepionek?

Ponad 90 procent, co oznacza, że 9 na 10 zaszczepionych ludzi nie zachoruje na COVID.

A co z pozostałymi 10 procentami?

Pojedyncze przypadki zachorowań, które zaobserwowano mimo szczepień, miały łagodny przebieg.

Modernie udało się stworzyć kompozycję stabilniejszą. Jednak mechanizm działania szczepionki Pfizera jest taki sam

Skąd różnice w temperaturze przechowywania szczepionek? W przypadku Moderny to -20 stopni, a przed użyciem szczepionka może jeszcze trafić do zwykłej lodówki aż na miesiąc. BioNTech wymaga -75 stopni, a w lodówce nie może leżeć dłużej niż pięć dni.

To zależy od stabilności, a ta - od kompozycji samej szczepionki. Modernie udało się uzyskać kompozycję, która jest bardziej stabilna. Mechanizm działania jest jednak ten sam.

Sytuacja wygląda dość przejrzysto. Z czego więc wynika niechęć tak wielu ludzi do szczepień?

Na pewno z niezrozumienia, to jedna rzecz. Po drugie z ruchów antyszczepionkowych, które zawsze robiły złą robotę, a teraz jeszcze bardziej się uaktywniły. Różne środowiska celowo się dezinformują. Nie jestem człowiekiem, który wszędzie dopatruje się złej woli, ale w tym wypadku trudno jej nie dostrzec.

REKLAMA 0010002729



Zatrudni w Puławach:

PRACOWNIKA OCHRONY

Jesteśmy Zakładem Pracy Chronionej, szukamy osób niepełnosprawnych jak i pełnosprawnych. Doświadczenie nie jest niezbędne, szkolimy przed rozpoczęciem pracy.

Oferujemy:

- umowę o pracę
- wynagrodzenie miesięczne od 2100 zł brutto (regularne i terminowo wypłacane)
- dofinansowania z zakładowego funduszu rehabilitacyjnego osób niepełnosprawnych, np. zakup leków, okularów, dojazdy do pracy i inne
- pełne umundurowanie oraz sprzęt niezbędny do pracy

Zainteresowane pracą osoby prosimy o przesłanie CV na adres: rekrutacja@intergroup.pl, lub tel. 667 047 337

REKLAMA 009974573

Pensjonat Turzyňa

W związku ze zmianą profilu działalności zapraszamy na turnusy leczniczo-rekreacyjne, podczas których zapewniamy świadczenia medyczne m.in. leczenie uzależnień.

Jesteśmy po to, aby pomagać... ale to Ty musisz wykonać pierwszy gest. Daj sobie szansę na zdrowsze życie.

PEŁNA ANONIMOWOŚĆ • WYKWALIFIKOWANA KADRA

PENSJONAT TURZYŃA, GÓRNIKI 106A
23-460 Józefów koło Bilgoraja, woj. lubelskie.
Kontakt telefoniczny: 667 513 777 lub 84 687 94 68, e-mail: turzyňa@wp.pl

Do tego antyszczepionkowcy używają naukowego - czy pseudonaukowego - żargonu, którego zwykły człowiek nie rozumie. A skoro nie rozumie - to znaczy, że to musi być coś mądrego.

Najbardziej bulwersuje to, że wśród rozsiewających fake newsy są również naukowcy i lekarze, którzy opowiadają rzeczy kompletnie niezgodne z wiedzą. Jeśli człowiek, który nie ma kierunkowego wykształcenia, słyszy takie bzdury z ust genetyka czy lekarza, to ma prawo mieć wątpliwości. Taki lekarz czy naukowiec powinien - to moje prywatne zdanie - być pozbawiony prawa wykonywania zawodu. Bo albo jest kompletnie niedouczony, albo jest kłamcą.

Znam pewną kobietę, emerytowaną lekarkę. Opowiada ludziom wokół, że państwo chce szczepieniami wymordować starych ludzi i odciążyć system emerytalny.

Ja słyszałem, że wirus powstał, aby pozbyć się emerytów. I że stworzył go sam ZUS.

My się trochę śmiejemy, ale to jest przerażające. Bo taka kobieta będzie opowiadać swoim znajomym, że szczepienia są zabójcze - a oni będą wierzyć, bo przecież „lekarka tak mówi”.

W ostatnich latach dokonaliśmy ogromnego skoku technologicznego. Nauka przekroczyła granicę, za którą w pewnym sensie staje się magią - nieczytelną dla tych, którzy nie siedzą w temacie. Prawdopodobnie w czasach, kiedy ci starsi lekarze studiowali, nie było jeszcze wiadomo, co to jest DNA i RNA. Jeśli później intensywnie się nie doksztalcali, to są kompletnie nie w temacie. A wypowiadają się, tworząc iluzję, że są „autorytetami”. I ma pani rację: teorie spiskowe dotyczące szczepień byłyby śmieszne, gdyby nie były niebezpieczne. Ja je wszystkie lubię, jest w nich fantazja: że program szczepień to globalna sterylizacja, depopulacja, że masowe wszczepianie czipów, by nami sterować. Najznakomitsi komicy by tego nie wymyślili. Tylko że te teorie przerażliwe szkodzą. Bo to nie jest wybór pomiędzy „zaszczepię się” albo „nie zaszczepię się”.

A między?

„Zaszczepię się” a „zachoruję”. Każdy z nas, jeśli się nie zaszczepi, prędzej czy później zachoruje. Część z tych osób umrze. Nie mówiąc o tym, że ta choroba może wiązać się z różnymi poważnymi powi-



FOT. ARCHIWUM PRYWATNE

Prof. Krzysztof Pyrc: Najbardziej mnie bulwersuje, że wśród rozsiewających fake newsy są również lekarze

kłaniami, począwszy od kłopotów z oddychaniem czy ogólnego zmęczenia, po problemy psychiczne, z nerkami, z sercem. Ten wirus jest w stanie replikować się w niemal wszystkich narządach: trzustce, jelitach, może atakować układ nerwowy. Pełną gamę długotrwa-

łych efektów ubocznych zakażenia możemy dopiero poznać z czasem.

Koronasceptycy odpowiedzą na to: długotrwałych efektów ubocznych szczepień też nie znamy.

Tylko że my w przypadku zakażenia wiemy, że te efekty

są, widzimy je - nie wiemy tylko, jak długo będą się utrzymywać. W przypadku szczepień efektów nie widzimy, tylko mówimy o jakiejś hipotetycznej możliwości, która może się pojawić. To jest diametralna różnica: w przypadku zakażenia widzimy uszkodzenia płuc i dy-

skutujemy, czy one przejdą. A w przypadku szczepionki widzimy, że płuca mają się doskonale, a ktoś mówi: nie wiemy, co wydarzy się za dwa lata. Tylko my nie mamy żadnych podstaw, żeby twierdzić, że wydarzy się cokolwiek złego. Szczepionka to nie jest lek - ona nie ulegnie akumulacji w wątrobie, w płucach. To RNA, które zdegraduje, bo taka jest jego natura, i zniknie.

Po szczepieniu nie czekają nas kompletnie żadne nieprzyjemności?

Długotrwałe - jak pokazują badania kliniczne - żadne. Krótco po szczepieniu mogą boleć nas mięśnie, możemy być rozbici, mieć gorączkę, mówiąc krótko: objawy grypopodobne. Najgroźniejszym skutkiem ubocznym, który będzie dotyczył niewielkiej grupy zaszczepionych - ale to może wydarzyć się po każdym zastrzyku - jest wstrząs anafilaktyczny, czyli reakcja alergiczna. Natomiast jeśli pacjent ma dostęp do pomocy medycznej, to nie niesie on za sobą dużego zagrożenia. Stąd wymóg, by przez przynajmniej pierwszy kwadrans po szczepionce przebywać pod kontrolą lekarza.

Ile procent Polaków musi się zaszczepić, byśmy osiągnęli tak zwaną odporność zbiorową? Żebyśmy mogli żyć, tak jak dawniej, podróżować, spotykać się bez przeszkód?

W tym momencie za wcześniej, by to stwierdzić. Niektórzy mówią o 70-80 procentach populacji, inni o 60.

A pan jak mówi?

Ja mówię, że dość niepokojące są dane z niektórych miejsc Ameryki Południowej, gdzie epidemię „puszczono na żywioł”, czyli zaniechano prób jej ograniczenia. To oczywiście skutkowało ogromną liczbą ofiar śmiertelnych, ale mnie martwi coś jeszcze: w tych miejscach COVID „przechorowało” ponad 70 proc. populacji, a mimo to rozprzestrzenianie się wirusa nie zostało zatrzymane. A to wskazuje, że granica, o którą pani pyta, jest bardzo wysoko. Na pewno zdecydowana większość z nas musi się zaszczepić, żebyśmy osiągnęli odporność zbiorową.

Z tym tempem to się przedko nie uda.

Nie. Musimy sobie jednak uzmysłowić, że my w tym momencie nie gramy na odporność zbiorową. Jeśli chcielibyśmy kierować swoje wysiłki w tym kierunku, to szczepienia musielibyśmy zacząć od dwudziesto- i trzydziestolatków; osób najbar-

dziej mobilnych, które przenoszą wirusy również seniorów. A, przypomnę, w pierwszej kolejności szczepimy pracowników służby zdrowia i seniorów.

To na co gramy?

Na ratowanie życia. Czyli ochronę osób z grup najwyższego ryzyka, które zapewniają największą szpitalnych łóżek i wśród których jest największej ofiar śmiertelnych. A po drugie, na ratowanie pacjentów z innymi chorobami, nowotworowymi, krążeniowymi. Bo oni też są pośrednimi ofiarami wirusa, ponieważ służba zdrowia w dobie pandemii nie funkcjonuje normalnie. Te wysiłki są więc skierowane na odciążenie służby zdrowia.

Ponoć zaszczepienie tylko małej części społeczeństwa może spowodować, że ta szczepionka szybko przestanie być skuteczna.

Niestety, może się tak wydarzyć. Koronawirusy, potrafią z biegiem czasu się zmieniać. Choć nie są organizmami żywymi, to mają swoją strategię przetrwania. I kiedy na przykład podajemy leki przeciwwirusowe, szybko pojawiają się warianty wirusa odporne na te specyfiki. Podobnie, kiedy zastosujemy szczepionkę, to wirus będzie próbował uciec przed jej działaniem. W momencie, kiedy szybko dochodzi do zaszczepienia całego społeczeństwa, a populacja zyskuje odporność, to liczba transmisji wirusa (czyli przekazywania pomiędzy osobami) gwałtownie spada i epidemia się wygasza. Jeśli jednak szczepimy tylko niektórych, a jednocześnie w całym społeczeństwie wciąż dochodzi do bardzo częstej transmisji wirusa, to może dojść do powstania takiego jego wariantu, który będzie w stanie uciekać przez naszą obrotową immunologiczną. Czy to wytworzoną na skutek naturalnego zachorowania, czy też szczepionki.

To może sensowniej byłoby poczekać, aż tych dawek będzie na tyle, że starczy dla wszystkich i dopiero wtedy ruszyć z błyskawiczną akcją masowych szczepień?

Tylko to z każdym dniem kosztowałoby życie kolejnych pacjentów. Więc pod tym stwierdzeniem nie ważyłbym się podpisać.

Znów jesteśmy w ciekawym momencie. Z wieloma możliwymi scenariuszami.

I wciąż więcej przed nami pytań niż odpowiedzi. Ale zmieniło się jedno: widzimy już światło w tunelu. ©©

NASZA AKCJA

Lubelskie na dobre! –
podsumowanie naszej akcji

Region

Krzysztof Załuski
k.załuski@kurierlubelski.pl

To już finał naszej redakcyjnej akcji Lubelskie na dobre! Od wielu miesięcy na łamach naszej gazety, na stronach internetowych „Kuriera Lubelskiego” oraz w serwisie Naszemiasto.pl, a także w naszych mediach społecznościowych poruszaliśmy ważne dla naszego regionu tematy. Czas na podsumowanie – w rozmowie z Jarosławem Stawiarskim, Marszałkiem Województwa Lubelskiego.

Podczas naszej akcji poruszaliśmy wiele ważnych tematów. Przy każdym z nich przewijał się problem pandemii. Jak Lubelszczyzna dotychczas radzi sobie z pandemią i czy nie są przez to zagrożone projekty unijne z Regionalnego Programu?

- Najlepszą metodą jest czytać jedno, nie zaniedbując drugiego. Z jednej strony musimy przygotować się do działań w warunkach ciągłego zagrożenia epidemicznego, z drugiej dobrze wykorzystać posiadane narzędzia, aby stymulować rozwój regionu. Jesteśmy mocno zaangażowani w zapewnienie bezpieczeństwa zdrowotnego mieszkańcom Lubelszczyzny, ale również w stymulowanie regionalnej gospodarki i pobudzanie inwestycji. Do 7 stycznia br. podpisano 6 972 umowy w ramach RPO WL na 9,35 mld zł, co daje wykorzystanie na poziomie blisko 95 %. Mimo szczepień wszyscy będziemy jeszcze jakiś czas zmagać się ze skutkami pandemii. Dotychczas na zwalczanie skutków pandemii w ramach RPO WL 2014-2020 przeznaczyliśmy ponad 314 mln zł. Dofinansowaliśmy zakup sprzętu medycznego oraz środków ochrony osobistej. 22 mln zł trafiło do Centrum Onkologii Ziemi Lubelskiej i zostały przeznaczone na zakup: defibrylatorów, aparatów EKG czy stołów zabiegowych. Doposażone zostały m.in. Oddział Endokrynologiczny z Zakładem Medycyny Nuklearnej, Oddział Transplantacji Szpiku z Bankiem Komórek Krwiotwórczych czy Oddział Anestezjologii i Intensywnej Terapii. 25,2 mln zł otrzymało 5 szpitali na sprzęt i wyposażenie do walki z COVID-19; około 16



Jarosław Stawiarski, Marszałek Województwa Lubelskiego

mln zł przeznaczono dla 41 podmiotów leczniczych; ponad 6 mln zł otrzymał Regionalny Ośrodek Polityki Społecznej w Lublinie, dzięki któremu wsparciem objęto 254 instytucje (w tym 213 ośrodków pomocy społecznej, 20 powiatowych centrów pomocy rodzinie, 11 instytucji opieki paliatywno-hospicyjnej oraz 10 schronisk dla osób bezdomnych). Obok tego niezbędne jest bieżące wspieranie gospodarki, kierowanie do przedsiębiorców programów pomocowych i maksymalna ochrona miejsc pracy. Zależy nam, aby gospodarka w Lubelskiem mogła ruszyć, kiedy sytuacja wróci do normy. Liczę, że dzięki wspólnym działaniom, a także solidarności i odpowiedzialnej postawie mieszkańców - wyjdziemy z tego niełatwego doświadczenia obronną ręką.

Jesteśmy regionem, który przyciąga coraz więcej turystów. Co zrobić, żebyśmy byli jeszcze bardziej atrakcyjnym regionem?

- Obok tłumnie odwiedzanych miejsc, takich jak Zamość, Nałęczów, Kazimierz Dolny czy Kozłówka, coraz chętniej odwiedzane są np. wioski i zagrody tematyczne, m.in. Wojciechów, Łązek Garncarski, Pszczela Wola, czy rumińkowska wieś Hołowno. Niedawno wpisany został na Światową Listę Rezerwatów Biosfery UNESCO Trans-

graniczny Rezerwat Biosfery „Roztocze”. Modnym kierunkiem stały się przygraniczne tereny jak dolina Bugu, na której organizowane są spływy kajakowe, połączone ze zwiedzaniem m.in. prawosławnego monasteru św. Onufrego w Jabłecznej, bazyliki Maryjnej w Kodniu i unickiej cerkwi w Kostomłotach. Przygraniczne obszary przyciągają turystów także za sprawą Wschodniego Szlaku Rowerowego GREEN VELO, który wiedzie Doliną Bugu przez Kodeń, Jabłeczna, Kostomłoty, a także Janów Podlaski ze słynną stadią, Pratulini z martyrium unitów podlaskich, Terespol czy Włodawę. Warto podkreślić, że niemal jedna czwarta powierzchni regionu objęta jest ochroną prawną z uwagi na szczególne walory przyrodnicze, krajobrazowe i kulturowe. Lubelskie może pochwalić się największą w kraju liczbą parków krajobrazowych, których jest aż 17. Turystyka tworzy nowe miejsca pracy, zwiększa dochody przedsiębiorstw i generuje wpływy do budżetu. Chcemy wspierać nowe inicjatywy, a także poprawiać dostępność komunikacyjną województwa.

W ostatnich latach widać duże inwestycje na kolei w naszym regionie. Czy pociąg ma szansę w przyszłości stać się środkiem komunikacji nr 1?

Są duże szanse, że transport kolejowy w najbliższych latach będzie stanowić coraz istotniejszy element sieci komunikacyjnej województwa. Kolej, jako przyjazny dla środowiska i energooszczędny środek transportu, wpisuje się w cele wynikające z polityki Zielonego Ładu w zakresie czystego transportu oraz dążenia Unii Europejskiej do osiągnięcia neutralności klimatycznej w 2050 r. Kolej jest sześć razy bardziej energooszczędna niż transport drogowy, emituje dziewięć razy mniej CO₂ niż towarowy transport drogowy i pasażerski transport lotniczy. Inwestycje w kolej oznaczają lepszą dostępność regionów i większą mobilność społeczeństwa, a także rozwój gospodarczy i redukcję emisji. Nowoczesny transport musi być nie tylko szybki, lecz także bezpieczny, wygodny i ekologiczny. W naszym województwie modernizowanych jest jedenaście dworców, m.in. w Lublinie. Modernizacji podlega również sieć kolejowa poprzez podniesienie parametrów technicznych i prędkości przejazdowej, m.in. z Lublina do Warszawy, co skróci czas podróży oraz zwiększy przepustowość i liczbę pociągów na torach. Obok tego będzie realizowany projekt Lubelskiej Kolei Aglomeracyjnej, która ma ułatwić mieszkańcom Puław, Parczewa, Chełma i Kraśnika szybki i sprawny dojazd do Lublina. Planujemy partycypować w pięciu inwestycjach realizowanych w ramach programu Kolej Plus: budowa linii Szastarka-Janów Lubelski-Biłgoraj; prace na liniach kolejowych między Rejowcem i Zamościem Szopinek; rewitalizacja połączenia Chełm-Włodawa; elektryfikacja linii Łuków-Lublin; utworzenie połączenia z Lublina do Łęcznej i kopalni Bogdanka. Jestem przekonany, że ich realizacja będzie stanowić istotny postęp w eliminowaniu wykluczenia transportowego. Przed nami stoi ogromne zadanie w zakresie tego, jak chcemy kształtować transport publiczny w regionie. To my tworzymy na poziomie lokalnym strategię i plany transportowe oraz często decydujemy o inwestycjach i roli kolei w tych planach. Ma to oczywiście potem bezpośrednie przełożenie na cały system transportowy kraju i UE.

Smog, dymiące kominy, zanieczyszczone powietrze – to problem, z którym boryka się wiele regionów. Jak radzi sobie Lubelszczyzna w tym zakresie?

Największym problemem jest emisja z domów ogrzewanych indywidualnie oraz komunikacja samochodowa na obszarach sąsiadujących z drogami o znacznym natężeniu ruchu. Powietrze w województwie nadal wykazuje wysokie zanieczyszczenie pyłem PM₁₀ i benzo(a)pirenem, szczególnie w Aglomeracji Lubelskiej i strefie lubelskiej. Sejmik Województwa Lubelskiego przyjął dwa programy ochrony powietrza. Wszystkie samorządy z województwa przystąpiły do realizacji działań naprawczych. Niektóre gminy opracowały i przyjęły Planu Gospodarki Niskoemisyjnej pozwalające pozyskać fundusze unijne w latach 2014-2020 oraz wprowadziły Program Ograniczania Niskiej Emisji, celem których jest zmniejszenie zjawiska niskiej emisji. Pozwoli to (w latach 2020-2026) na wyeliminowanie problemu przekroczeń poziomów dopuszczalnych dla pyłów PM₁₀ i PM_{2,5} oraz znaczne zredukowanie poziomu stężenia średniorocznego benzo(a)pirenu. Ponadto trwają prace zmierzające do przyjęcia tzw. uchwały antysmogowej dla województwa lubelskiego.

Jakie widzi Pan perspektywy dla rozwoju lubelskiego sportu?

Widzimy potrzebę finansowania sportu powszechnego i kwalifikowanego. Warto podkreślić sukces, jakim w 2020 r. była XXVI Ogólnopolska Olimpiada Młodzieży, która odbywała się na terenie województwa. W zawodach wzięło udział ponad 2500 sportowców, 320 trenerów, 520 sędziów, 30 działaczy. Zajęliśmy VII miejsce, zdobywając 26 medali (8 złotych, 6 srebrnych i 12 brązowych). W fazie przygotowań jest program mający

na celu rozwijanie karier młodych zawodników zamieszkanych w naszym województwie. Wsparcie sportu dzieci i młodzieży będzie fundamentem do osiągania przez nich sukcesów, ale również impulsem, by nie szukać klubów w innych regionach. Sport odgrywa ważną rolę w budowaniu strategii województwa, co przekłada się na sukcesy sportowe i promowanie aktywności fizycznej mieszkańców. Posiadamy odpowiednią infrastrukturę sportową i rekreacyjną.

Realizujemy także program „Lubelskie w Tokio”, którego zadaniem jest promocja regionu przez olimpijczyków. Jego beneficjentami są: Sofia Ennaoui, Paulina Guba, Małgorzata Hołub-Kowalik, Karolina Kołczek, Malwina Kopron, Aleksandra Mirosław oraz Piotr Sawicki.

Realizowany jest również program „Z dumą wspieramy sport”, dzięki któremu wsparcie dociera do profesjonalnych klubów, a także indywidualnych sportowców.

Samorząd Województwa Lubelskiego jest również od 2019 roku partnerem technicznym Polskiego Związku Koszykówki – to pierwsza tego typu umowa jednostki samorządowej z federacją sportową – którego efektem była promocja podczas Mistrzostw Świata Koszykarzy w 2019 roku w Chinach. Dowodem tego był tytuł dla koszykarzy Drużyny Roku w Plebiscycie Przeglądu Sportowego. Jesteśmy dumni, że byliśmy częścią tego projektu.

Pomimo pandemii nie wstrzymaliśmy finansowania i nie wycofaliśmy się z zaplanowanych sportowych projektów. Dysponenci naszych środków nie musieli zwracać otrzymanych wcześniej dotacji, otrzymali zgodę na przesunięcia terminów zawodów w celu ich pełnej realizacji, ogłoszono także dodatkowy konkurs ofert. Stypendia sportowe wypłacane były również zgodnie z harmonogramem. ©©

PARTNER AKCJI

Lubelskie
Smakuj życie!

Andrzej Matys
andrzej.matys@
polskapress.pl



Rozmowa

O noworocznych postanowieniach, które chętnie na początku roku podejmujemy, ale niechętnie spełniamy, opowiada Magdalena Sadłowska, trenerka i psycholożka biznesu.

Składa pani każdego pierwszego dnia nowego roku tzw. noworoczne przyrzeczenia?
(Śmiech) Ja co roku składam sobie przyrzeczenie noworoczne, że nie będę składała w styczniu żadnych przyrzeczeń noworocznych.

Dobre. Ale inni przyrzeczenia gęsto składają. Ledwie zacznie się nowy rok, a już ludzie deklarują, że w tym roku na pewno się odchudzą, zaczną chodzić na angielski, chiński, siłownię, fitness, zaczną czytać książki. Po co im to? Żeby życie stało się lepsze? Znowu? Przecież lepsze miało już być wiele razy.
Mnie to w ogóle nie dziwi. Ja to rozumiem, to zupełnie normalne. Z każdym umownym nowym początkiem pojawia się chęć, by coś tam zacząć. Jak zaczynamy, to zazwyczaj od poniedziałku, od nowego miesiąca, więc tym bardziej od nowego roku. To jest taki super ważny moment, by dokonać jakichś zmian. Przy czym, z mojego punktu widzenia, zaczynanie czegośkolwiek 1 stycznia jest skazane na porażkę. Chyba że zmianę wprowadzimy tak, jak ona powinna faktycznie wyglądać.

To dlaczego wszyscy upierają się przy 1 stycznia? Dlatego, że nie rozmawiali z panią wcześniej? Czy dlatego, że posyłwstrze człowiek nie ze wszystkiego zdaje sobie sprawę i dopiero, kiedy zorientuje się, co sobie obiecał, myśli: „Matko, a co ja znowu nawysyślałem?”
(Śmiech) Nie, potrzebujemy tego, tych odcinków czasu. Po to mamy kalendarze i cezuiry, które ten początek wyznaczają. My, ludzie Zachodu, postrzegamy czas w taki sposób, że widzimy linię, a nie widzimy pewnych cykli w naszym życiu, więc dla mnie jest zupełnie normalne, że kiedy mamy nowy odcinek, to wraz z nim potrzebujemy nowych zadań na ten właśnie okres. I to jest całkiem spoko. A że zazwyczaj nie udało nam się w poprzednim roku, więc dlaczego nie zacząć raz jeszcze od pięknej, nowej daty? A teraz nie dość, że mamy początek roku, to jeszcze początek dekady, czyli megaważną datę magiczną!

Ale człowiek – podejmując nowe zobowiązania – powi-

Styczeń jest na styku. To dobry czas na zmiany

nien mieć w pamięci, że robił to już i rok, i dwa lata temu, i że żadna z ostatnich piętnastu prób nie zakończyła się sukcesem. To po co te kolejne postanowienia?

Ponieważ jedyne, co mi się udaje, to robić co roku postanowienia. To jest rzecz, która mi się super udaje, więc co roku ją powtarzam. Ja rozumiem, że u ludzi pojawia się potrzeba zmiany. I to tych rzeczy, o których wiemy, czujemy albo przypuszczamy, że wymagają zmiany w naszym życiu. To znaczy, że od jakiegoś czasu, od roku czy od poprzednich lat – zależnie jak długo składamy te noworoczne postanowienia – jest jakiś obszar naszego życia, który nam ciąży. Albo w którym widzimy potrzebę jakiejś korekty. Problem polega na tym, że mało kto rozumie, że zmiana jest procesem. Zmiana jest super i to bardzo ważne, by ją rozpocząć, ale zmiana nie dzieje się z dnia na dzień. Zmiana, sama z siebie, nie zaczyna się 1 stycznia. Natomiast superfajne w postanowieniach noworocznych jest zdecydować, że właśnie rozpoczniemy proces zmiany. Styczeń jest do tego świetny, bo – jak sama nazwa wskazuje – styczeń jest na styku. Jeszcze zostaliśmy w starym roku, bo mylą nam się cyferki w datach i 2020 jeszcze z nas nie wyszedł, a 2021 rok nie wszedł „na grubo”. Jest to więc bardzo dobry czas, żeby się zastanowić, co chcemy zmienić. A jeszcze bardziej powinniśmy się skupić na tym, dlaczego chcemy to zmienić. Czy tylko dlatego, że wszyscy zmieniają, a media pełne są programów o noworocznych postanowieniach? Czy też sami rzeczywiście czegoś bardzo pragniemy?

No właśnie, mam wrażenie, że spora część ludzi chce się zmieniać tylko dlatego, że wszyscy się zmieniają i informują o tym na lewo i prawo. W dobrym tonie jest więc deklaracja: ja też będę się zmieniać!

Tak, tutaj mamy społeczny dowód słuszności, który jest olbrzymim mechanizmem społecznym. I nie należy się wstydić, że ulegamy społecznemu dowodowi słuszności, bo gdyby nie to, nie byłibyśmy społeczeństwem. Dlatego uważam, że od stycznia powinniśmy zacząć zmiany w tym sensie, że zastanawiamy się, po co mi to? Czy rzeczywiście ten obszar mojego życia wymaga zmiany, czy działam na zasadzie owczego pędu, bo biegań wszyscy, to



Zaczynanie czegośkolwiek 1 stycznia jest z góry skazane na porażkę – mówi Magdalena Sadłowska

i ja się przebiegnę. Jeśli dotychczas czytałam góra dwie książki rocznie, a teraz postanowiłam, że przeczytam 54, to muszę sobie odpowiedzieć na pytanie: dlaczego w 2021 roku muszę przeczytać aż 54?

To nie takie proste, bo jeśli ktoś do tej pory prawie w ogóle nie czytał, a teraz musi, to ma kolejny poważny dylemat: kupować książki czy je wypożyczać? Bo jeśli będzie kupował, to musi też kupić etażerkę na książki, bo dwie pod poduszką się zmieszczą, ale 54 to już nie.

I tutaj dotknął pan następnego etapu procesu zmiany. I znowu powtarzam: styczeń jest super, żeby odpowiedzieć sobie na pytania: dlaczego?, jak to zrobić?, jakich potrzebuję zasobów i czy w ogóle mam siły i środki, by tę zmianę przeprowadzić? Bo jeżeli chcę schudnąć do czerwca, to jak to zrobić?, sama czy z kimś?, czy potrzebuję trenera personalnego?, a jeśli tak, to skąd go wezmę? Plus skąd wezmę na to pieniądze? Trzeba sobie wymyślić, jak ja to zrobić. Jeśli widzę, że czegoś mi brakuje, to następnym krokiem (takim superstycyniowym) jest odpowiedzieć na pytanie: kto może mi w tym pomóc? Jeśli nie mam czegoś sama, to może potrzebuję sojuszników. Jeżeli chcę zmienić pracę, muszę zastanowić się, kto mi może w tym pomóc. Czy będzie to portal pra-

cuj.pl, koleżanka ze szkoły, znajomy czy codzienna gazeta z ogłoszeniami? Po prostu muszę przemyśleć, jak tę zmianę wprowadzę. I ostatnia rzecz – powinniśmy zvalidować te swoje zachcianki. Czyli skoro dotychczas czytałam dwie książki rocznie, to czy 54 to nie przesada? Może bardziej trafionym postanowieniem byłoby przeczytanie w ciągu roku 14 albo nawet 12 książek? A jeżeli przekroczyć swój plan, będzie super, będę przekonana o własnej skuteczności. Natomiast jeśli już po pierwszym tygodniu stwierdzę, że nic mi się nie uda, bo nawet nie podeszłam do książki, to poczuje, że jestem na straconej pozycji i moje noworoczne postanowienie padnie na tzw. pysk.

Padnie też, jak się okaże, że nie znam stolarza, który mi tanio zbuduje regał na te nowe książki. Żartuję sobie.
Rozumiem. Świetnie jeśli użyjemy stycznia – tego początku roku i rozpędowego miesiąca – jako czasu do planowania i „mózgowania” na temat zmiany. Bo przecież nie jest tak, że skoro mamy w roku 365 dni, a coś postanowimy i zaczniemy realizować dopiero w lutym, to świat się zawali i nie damy rady. Damy, bo cały czas będziemy mieli na to aż 334 dni.

A nie prościej – zamiast tracić czas na obwieszczenie

wszystkim wokół, że od 1 stycznia będę robił to i to – po prostu od razu, jak najszybciej, bez zbędnych przygotowań zacząć realizować noworoczne deklaracje?

To bardzo kusząca myśl i ja na przykład jestem z „drużyny króla Juliana”, który mówi: „Róbmy, robmy, zanim zorientujemy się, że to wszystko jest bez sensu”. Rozumiem więc tę pokusę, natomiast ja jestem wyznawczynią zasady (którą wszystkim polecam) Pięciu P: „Pominięcie przygotowania przesądza o przyszłej porażce”. To jest święta zasada i uważam, że w styczniu dobrze jest postawić sobie cele i wyobrazić sobie, jak to będzie, gdy ja już się zmienię. Jak będę wyglądała po odchudzaniu, gdy moje postanowienia się ziszczą? Jak będzie wyglądało moje mieszkanie z tą półką na książki itd.?

To motywuje. Agdyby tak pójść do sklepu, kupić ubranie o dwa numery za małe i powiesić w widocznym miejscu, żeby od rana do wieczora mieć na oku wzór sylwetki, którą chcemy osiągnąć? Może być taka motywacja czy nie za bardzo?

Na niektórych taka motywacja zewnętrzna zadziała, natomiast w przypadku otyłości sprawa jest bardziej skomplikowana, bo tam w grę wchodzi jeszcze pewne procesy psychologiczne, psychiczne. Taka o dwa numery mniejsza kiecka przypomni nam, jak bardzo nieskuteczne byliśmy dotychczas. Tak samo jest z małym gamiturem, więc w przypadku odchudzania to może być podcinanie sobie skrzydeł.

Mówię o tym dlatego, że ledwo zacznie się nowy rok, a już mnóstwo ludzi obiecuje sobie i wszystkim wokół, że w końcu będą się odchudzać.

(Śmiech) Moim ulubionym kawałkiem jest to, że w tym roku zostanie fitnesską i pierwsze, co się wtedy robi, to wizyta w sklepie i zakup za grube pieniądze stroju do fitnessu.

Słusznie, bo człowiek czuje się wtedy tak wyfitnessowany, że już nic więcej nie musi robić, prawda? Gdy poćwicz, to dres się spoci i zniszczy, a tak ciagle w szafie nowoczek. Oczywiście ironizuję.

Ale tak jest, dokładnie. Pieńdz został wydany, pierwsze działanie czy pierwszy krok został zrobiony. To, że strój do fitnessu będzie potem słu-

żył do sprzątania albo i do niczego, to zupełnie inna sprawa. A tak naprawdę, to warto sobie uświadomić, że wystarczy włączyć film z jakąś gimnastyką na YouTube i ćwiczyć w wytartym dresie. I dopiero, gdy sprawdzę, że ten rodzaj ćwiczeń mi odpowiada, to biegnę do sklepu po ten fitnessowy strój, a następnie idę do klubu i zapisuję się na zajęcia. Dlatego, jeszcze raz podkreślam, że styczeń powinien być miesiącem jedynie planowania. Jeśli zaplanujemy szybko, to działajmy. Ale jeżeli wiemy, że jesteśmy skuteczni jedynie w robieniu postanowień i nic więcej, to musimy sobie wreszcie uświadomić, że coroczne powtarzanie tego samego schematu do niczego nowego nas nie doprowadzi. Powtarzanie tych samych błędów nic nam nie da poza upewnieniem się, że jesteśmy nieskuteczni.

Do kiedy możemy składać noworoczne przyrzeczenia?

Każdy dzień jest dobry. Są ludzie, którzy zaczynają od każdego nowiu Księżyca albo od każdej pełni. Tak naprawdę to bez znaczenia. Jak sobie usiądziemy i pomyślimy, to każda z dat, np.: 1 stycznia, poniedziałek, pierwszy tydzień miesiąca, początek wiosny, to są umowne daty, które mają nas jedynie ustawić w linii czasu. Dla naszej wewnętrznej zmiany nie mają żadnego znaczenia. Dlatego ja jestem zwolenniczką robienia planów i ich zapisywania. Bo materializacja swoich myśli: zapisanie ich lub nagranie jest nadaniem im materialnego kształtu. A jeśli coś materialnie istnieje, to już nie możemy zaprzeczyć istnieniu tego czegoś. Nie możemy więc udać, że to nie miało miejsca. Miało, bo sami sobie to obiecaliśmy i jeszcze zapisaliśmy.

Owszem, ale wtedy można powiedzieć: a tam, miałem chwilę słabości i coś tam palnąłem o jakiejś zmianie, to kiedyś tam jeszcze raz to sobie przemyslić. Tylko że nie mówię kiedy, czyli odsuwam tę decyzję w czasie.

Wszystko fajnie i nawet OK, pod jednym wszak warunkiem. Że za każdym razem zadam sobie pytanie: dlaczego? Dlaczego miałem chwilę słabości? Dlaczego teraz odsunąłem to od siebie i dlaczego znowu odkładam decyzję o zmianie? Jeśli zadamy sobie to pytanie i odpowiemy na nie uczciwie, prawie jesteśmy w domu.

Czyli tak naprawdę noworoczne postanowienia możemy podejmować przez cały rok.

Oczywiście że tak. Nie znam się dokładnie na innych kalendarzach, ale tych początków roku jest tyle, że każdą datę możemy sobie wybrać i będzie ona równie dobra i znacząca jak miniony niedawno 1 stycznia. ©©

Żona od męża odeszła. Długi po sobie zostawiła. I bardzo wiele żalu...

Katarzyna Piojda

katarzyna.piojda@polskapress.pl



Spoleczeństwo

- Pożonie ślad zaginął, ale to jeszcze nie zamknięty rozdział. 16 lat później okazuje się, że sfalszowała moje podpisy, biorąc pożyczki. Przyszedł do mnie komornik - mówi 72-latek.

Pan Jerzy jest po rozwodzie. Mieszka sam. - Za to z iloma kłopotami! - wzdycha. I zaczyna wspominać stare, dobre czasy, gdy jeszcze miał pełną rodzinę.

- Pochodzę spod Świecia. Przyszłą żonę poznałem pod Chojnicami, ale po ślubie zamieszkaliśmy niedaleko Tucholi. Urodziło się nam dwóch synów i córka. Żona pracowała przez jakiś czas w rozlewni, trochę w przetwórstwie. Nie przepraco-

wała łącznie 10 lat. Ja byłem zatrudniony w przedsiębiorstwie produkcyjnym na dwóch stanowiskach: elektromonter i traktorzysta. Dobrze nam szło.

Nie wiadomo, dlaczego żona elektromontera-traktorzysty wzięła pożyczki: jedną w banku, drugą w firmie pożyczkowej. - Ale na pewno je wzięła - wzdycha mężczyzna. - I mnie wpłatała.

Rozpad małżeństwa

Małżeństwo rozpadło się jedenaście lat temu. - A w 2020 r. wyszło na jaw, że gdy lata temu zostawiła mnie dla innego, zostawiła mi też długi po sobie - kontynuuje pan Jerzy.

Cztery miesiące temu odebrał list. Pismo od komornika. „Na wniosek wierzyciela (tutaj pada nazwa firmy pożyczkowej - przyp. red.), którego reprezentuje radca prawny (...), zostało wszczęte postępowanie egzekucyjne na podstawie tytułu wykonawczego: nakaz zapłaty w postępowaniu upominawczym Sądu Rejonowego Gdańsk-Po-

łudnie w Gdańsku z dnia 19.04.2006 roku (...), w którym zarządzono od dłużnika na rzecz wierzyciela należność w kwocie 2150,09 zł wraz z odsetkami”.

- Odsetki wynoszą prawie 800 zł, a za każdy kolejny dzień przybywa mi znowu 58 groszy do zapłaty - dodaje pan Jerzy.

Wymienia następne koszty, którymi został obciążony. - Koszty postępowania egzekucyjnego to 225 zł, koszty klauzuli niemal 78 zł. Opłaty egzekucyjnej jest blisko 307 zł. Dochodzą jakieś wydatki gotówkowe, 6 zł. A przecież wydatki to mam ja! Była żona mnie tak pięknie urządziła...

Powtórka z historii

Już raz miał podobnie. - Kiedyś też spłacałem jej kredyt. Będąc jeszcze w małżeństwie, pożyczła 3500 zł, także za moimi plecami. Nie płaciła rat. Do mnie zgłosił się komornik, gdy byłem z nią w separacji. Nie znam się na przepisach - przyznaje. - Nie było nikogo, kto mógłby mną pokierować. Dzieciaki dorosły, wy-

jechały za granicę. Nie chciałem walczyć z ich matką. Po rozstaniu marzyłem o spokoju. Machnąłem ręką. Spłacałem jej zadłużenie, choć żałowałem. Ze wspomnianych 3500 zł dług urosł do prawie 40 tys. Postanowiłem nigdy więcej nie dać się tak wkopać. Nie po to całe życie harowałem, żeby wypłatę przekazywać na jej zobowiązania.

Gdy więc jesienią ubiegłego roku otrzymał list od komornika, obiecał sobie, że sprawiedliwości stanie się zadość. Zadzwoił do firmy, w której rzekomo zapożyczył się przed laty. - Nie uwierzono w moją niewinność.

Udał się zatem do prawnika. Mecenas za darmo pomógł mu ułożyć pismo do sądu w Gdańsku. Czytamy w nim: „Proszę o uchylenie nakazu zapłaty z dnia 19.04.2006 roku. Pozwany o istnieniu wyżej wymienionego nakazu zapłaty dowiedział się w dniu doręczenia pisma od komornika sądowego, czyli w dniu 9.09.2020 roku. Wcześniej nie miał wiedzy, że toczy się przeciwko niemu postępowanie są-

dowe. Nigdy nie otrzymał pisma procesowego. W skrzynce pocztowej nie było również awiza, które mogło świadczyć, że pismo zostało doręczone”.

Niby nie pomyłka

Starszy pan wierzył, że nastąpiła pomyłka. W grudniu dostał odpowiedź z sądu. „Nakaz zapłaty wraz z odpisem odebrała dnia 27.04.2006 roku pani (tutaj sąd podaje imię i nazwisko żony pana Jana - przyp. red.)”. - Przekazano mi, że ten nakaz zapłaty dostarczono pod nasz adres, gdy jeszcze razem mieszkaliśmy i ona go przechwyciła - twierdzi pan Jerzy.

Od czasu rozwodu byli małżonkowie się nie widzieli. - Nie wiem, gdzie moja eksmieszka ze swoim nowym mężem. Wcześniej raz do niej zadzwoniłem. Telefon odebrał on. Nie chciałem z nim rozmawiać, lecz z nią. Powiedział, że mam się leczyć, więcej nie telefonować. Nie lecę się, bo nie mam na co. Inie dzwonię. Teraz nawet jej numeru nie mam - twierdzi.

Gdy jednak cztery miesiące temu odebrał pismo od komornika, zamierzał wyjaśnić sprawę z byłą żoną. Niestety, przepadła, jakigła w stogu siana. - Powiadomiłem policję - informuje. - Pokazałem wszystkie dokumenty, w tym kopię umowy udzielenia pożyczki. Tłumaczyłem, że nie ją brałem.

Pan Jerzy mówi dalej: - Na policję dostarczyłem nawet książkę „Krzyżacy”. Żona podarowała ją naszemu synowi na jego 11. urodziny. W środku była dedykacja od mamy dla syna. Pokazałem ją policjantom. To ten sam charakter pisma, jak na umowie o udzielenie pożyczki.

Dziś rozwiedziony emeryt węszy spisek. - Była żona musiała mieć układ z pracownikiem banku. On przyjął wniosek kobiety, chociaż widział, że w rubrykach widnieją dane mężczyzny, czyli moje. Łudziłem się, że skoro funkcjonariusze przesłuchują mnie długo, to w końcu pomogą. Zawiodłem się.

REKLAMA

Szanowni Państwo,

Pragniemy podzielić się z Państwem informacją, która w ostatnich dniach sprawiła nam wiele satysfakcji. Do grona licznych nagród i certyfikatów, jakimi uhonorowano produkowany przez Okręgową Spółdzielnię Mleczarską Krasnystaw kefir 400g, dołączyło kolejne wyróżnienie – „Hit Handlu 2020”. Dla nas jest to wyróżnienie szczególne, bo przyznawane przez naszych biznesowych Partnerów, czyli detalistów i hurtowników. Dlatego też zwracamy się do Państwa z podziękowaniami i jednocześnie gratulacjami. „Hit Handlu 2020” dla kefiru 400g to efekt także Państwa pracy. Jesteśmy wdzięczni, że tak chętnie zaopatrujecie Państwo swoje sklepy naszymi produktami.

Dziękując Państwu za oddane w konkursie głosy, pragniemy przypomnieć, że kefir kuleczkowy nie jest jedynym naszym produktem, który można uznać za najlepszy w kraju. W ubiegłorocznej edycji „Złotego Paragonu” również zwyciężył nasz kefir, który po raz kolejny otrzymał też nagrodę „Najlepsze w Polsce”, ugruntowując tym samym swoją niekwestionowaną pozycję lidera wśród polskich kefirów.

Certyfikat „Hit Handlu”, jakim po raz kolejny nagrodzono naszą spółdzielnię, to świadectwo zasad i wartości, którym od ponad 100 lat, a w tym roku to już 108 hołduje OSM Krasnystaw. Te wartości to pełna naturalność produktów, brak konserwantów, wierność tradycji-



nym recepturom i wykorzystanie najlepszego mleka z najczystszych rejonów Lubelszczyzny. Z ponad wiekowego doświadczenia Okręgowej Spółdzielni Mleczarskiej w Krasnymstawie wynika, że taka właśnie jest recepta na produkty najwyższej jakości, które od lat cieszą się niesłabnącym zaufaniem Polaków.

Marka Krasnystaw systematycznie klasyfikowana jest na wysokich pozycjach w rankingach najcenniejszych polskich marek. Nasze produkty potwierdzają swoją jakość w kolejnych konkursach i plebiscytach. Należy nam do liderów branży. Nasze doświadczenie i wierność zasadom to gwarancja stabilnej współ-

pracy dającej rezultaty w postaci zadowolenia i zaufania konsumentów. Jesteśmy pewni, że razem, dzięki wsparciu i kooperacji opartej na szacunku i uczciwości, będziemy mieli wiele wspólnych powodów do radości i satysfakcji z pracy. Tego właśnie sobie i Państwu serdecznie życzymy.

Prokuratura też nie zrobiła wiele. „Asesor Prokuratury Rejonowej w Tucholi (...) postanowił odmówić wszczęcia dochodzenia w sprawie doprowadzenia pracownika banku (tutaj pada nazwa banku - przyp. red.) w celu osiągnięcia korzyści majątkowej”. Prokuratura stwierdziła, że sprawa się przedawniła.

830 zł na miesiąc

- Dostaję 1230 zł emerytury, z czego 400 zł od października zabiera komornik. Musiałem poprosić opiekę społeczną o wsparcie. Na grudzień przyznała mi bezpłatne obiady. Na styczeń już nie, bo to nowy okres rozliczeniowy. Na dodatek zostałem sprzedany. W zeszłym roku okazało się, że żona sprzedawała dom, w którym zostałem po rozwodzie. Miała do tego prawo, bo cały był zapisany na nią. Jestem tu tylko zameldowany. Nawet nie raczyła powiadomić mnie o transakcji. Dowiedziałem się dopiero od kupca...

- Nie mogę wypowiadać się na temat konkretnej sprawy - przestrzega komornik, który prowadzi sprawę pana Jerzego spod Tucholi. Dodaje, że tego rodzaju przypadki się zdarzają. - W takich sytuacjach może pomóc wszczęcie postępowania przeciwegzekucyjnego. Radzę złożyć wniosek o zawieszenie postępowania egzekucyjnego do czasu wyjaśnienia sprawy - tłumaczy komornik.



Samotny mężczyzna pukał do drzwi banku, policji, prokuratury, komornika, sądu. Pomocy nie otrzymał

Krótko i zwięźle

- Ja do sądu się zwracałem. Opisałem szczegółowo, na wielu stronach, moją sytuację. Odpowiedź przyszła krótka: „Sąd Rejonowy w Gdańsku postanawia wniosek oddalić” - 72-latek pokazuje kolejne dokumenty.

Dzwonimy do firmy, w której była żona pana Jerzego miała wziąć pożyczkę. - Nie udzielamy informacji osobom postronnym - słyszymy.

Emeryt kontynuuje: - Fakt, kwota 2150 zł, którą mam zapłacić za żonę, to prawie nic w porównaniu z tym, co przed laty za nią już spłaciłem. Komornik ściągnął ze mnie wtedy ponad 36 tys. zł więcej, niż moja eks pożyczka (to był czas sprzed ustawy antyli-chwiarskiej - przyp. red.). Tym razem chodzi jednak o zasady. Nie mieści mi się w głowie, żeby po ponad 16 latach od wzięcia pożyczki i niemal 12

latach po rozwodzie mąż odpowiadał za długi byłej żony.

Rozdzielność

Rozwiązanie kłopotów związanych z podziałem majątku i długów po rozwodzie - stanowi rozdzielną sprawę. Małżonkowie nie mają wtedy wspólnego majątku, ale dwa oddzielne. W Polsce natomiast standardowa, niejako automatyczna, jest ustawowa wspólnota majątkowa. Żaden prob-

lem, gdy żona i mąż razem biorą pożyczki i wspólnie je spłacają. Ale gdy nie płacą rat, wierzyciel ma prawo żądać spłaty długów od obojga, o ile posiadają oni wspólną majątkową.

Gdy para się rozstaje, sprawa się komplikuje. - Rozwód czy trwające postępowanie sądowe o podział majątku nie mogą negatywnie wpływać na postępowanie prowadzone przez wierzyciela, który chce odzyskać swoje pieniądze - zauważają ek-

sperci z firmy windykacyjnej Kruk. Być może zatem małżonek będzie musiał spłacać długi w dalszym ciągu, pomimo rozwodu.

Teoretycznie koniec małżeństwa oznacza koniec wspólnoty majątkowej. Ona i on idą od teraz różnymi drogami, także tymi finansowymi. W małżeństwie istnieje coś takiego, jak majątek osobisty i wspólny. Do tego pierwszego należą przykładowo rzeczy pochodzące z darowizny - i takim majątkiem zarządza niezależnie każdy z małżonków. Majątek wspólny to ten, którego para dorobiła się, będąc we wspólnocie majątkowej. Najczęściej w skład takiego inwentarza wchodzi mieszkanie, auto oraz urządzenia domowe.

Ogłoszenie o długach

„Za długi męża/żony nie odpowiadamy” - takie ogłoszenia, łącznie z imionami i nazwiskami zainteresowanych, jeszcze parę lat temu często można było przeczytać w gazetach. To była przestroga dla otoczenia. Krewni czy znajomi zwaśnionej pary mieli być czujni i w razie czego nie pożyczka pieniędzy wymienionemu w anonsie dłużnikowi. Ogłoszenie sprawy nie rozwiązywało. Według polskiego prawa, małżonek (czy były małżonek również) w uzasadnionych okolicznościach może jednak odpowiadać za długi tego drugiego. ©©

REKLAMA

0010014801

La J'adore

INSTYTUT URODY

Twoje Studio Urody

Podдай się chwili luksusu
i wyrusz w podróż w głąb ogrodu
pielęgnacji i relaksu...

Relaksowa 15, 20-819 Lublin 500 300 691 www.lajadore.pl

Tomasz Szymczyk

tomasz.szymczyk@polskapress.pl



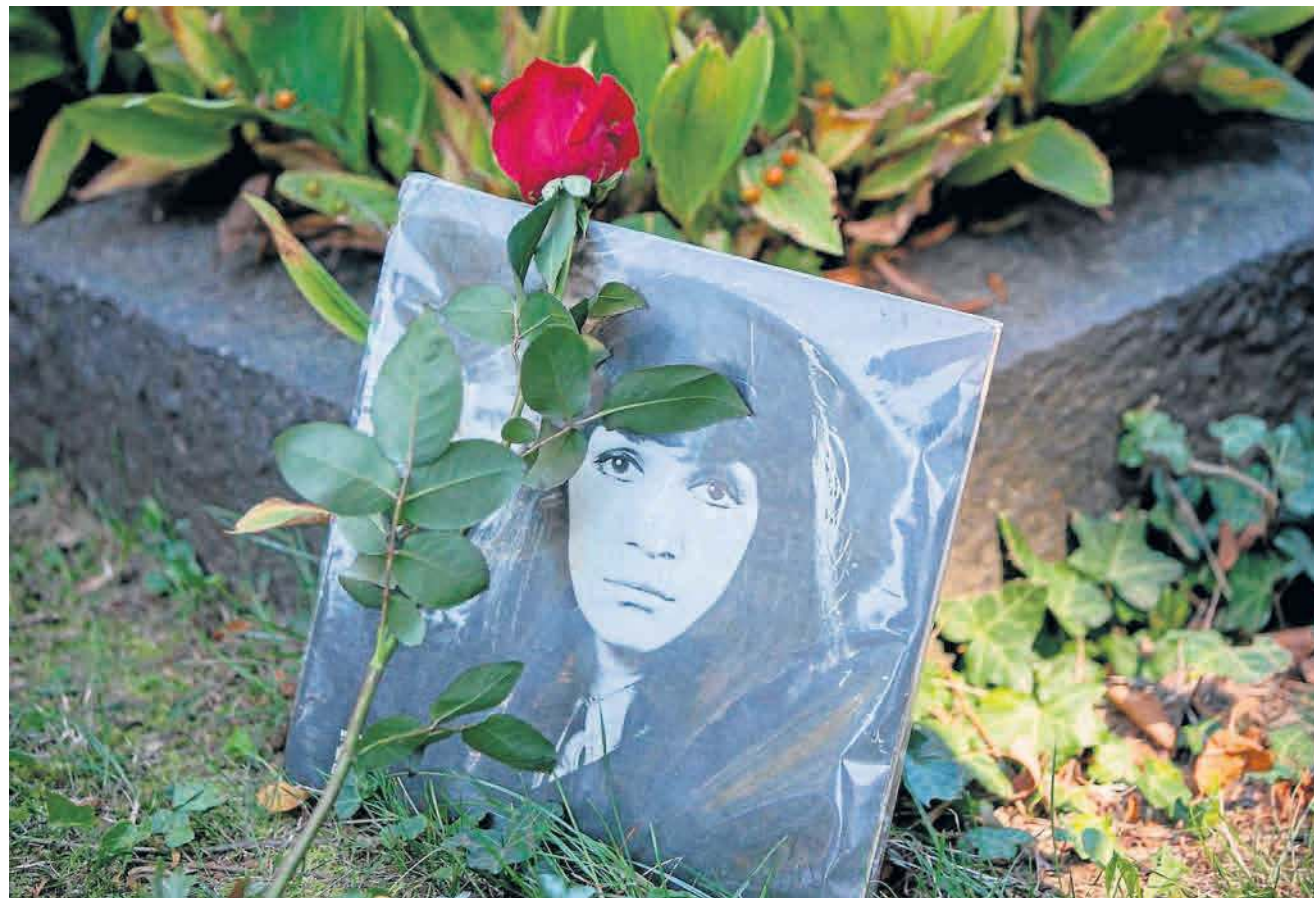
Muzyka

Ewa Demarczyk, bez wątpienia jedna z największych gwiazd polskiej muzyki, zmarła w sierpniu ubiegłego roku. Gdyby żyła, właśnie obchodziłaby 80. urodziny. Skojarzenie artystki z Krakowem jest naturalne. Rodzina Ewy Demarczyk miała jednak również wiele wspólnego z Górnym Śląskiem.

Ewa Demarczyk na początku lat sześćdziesiątych stała się na polskiej scenie muzycznej niepowtarzalnym zjawiskiem. Będąc absolwentką średniej szkoły muzycznej rozpoczęła występy najpierw w kabarecie Cyrulik, a potem w Piwnicy pod Baranami. Wówczas też zaczęła się jej współpraca z kompozytorem Zygmuntem Koniecznym. To Konieczny jest autorem muzyki do wierszy tużów polskiej poezji XX wieku. „Karuzela z madonnami” do słów Mirona Białoszewskiego, „Tomaszów” i „Grande Valse Brillante” Juliana Tuwima, „Deszcze” Krzysztofa Kamila Baczyńskiego czy „Pocałunki” Marii Pawlikowskiej-Jasnorzewskiej. Utwory te artystka prezentuje na pierwszych festiwalach w Opolu oraz Sopocie - i otrzymuje za nie nagrody. Dają jej na zawsze uznanie.

Ewa Demarczyk urodziła się w Krakowie podczas II wojny światowej, 16 stycznia 1941 roku. Matka Janina Demarczyk zajmowała się krawiectwem i pochodziła z Krakowa. Ojciec Leonard Demarczyk, artysta rzeźbiarz po krakowskiej Akademii Sztuk Pięknych, w rubryce miejsce urodzenia w dokumentach miał wpisany Bytom. Właśnie w Bytomiu mieszkał wówczas ojciec Leonarda i dziadek Ewy, Andrzej Demarczyk. Pracował między innymi w funkcjonującym tu w okresie międzywojennym polskim konsulacie. Wszak Bytom po powstaniach śląskich i plebiscycie pozostał w granicach Niemiec.

Liczbę autochtonicznej ludności polskiej w Niemczech szacowano wówczas nawet na milion osób. Zamieszkiwali nie tylko Śląsk czy objęte plebiscytem powiaty Mazur i Powiśla, ale też szereg przygranicznych miejscowości. Sporo Polaków, będąc obywatelami pruskimi udawało się też za chlebem do kopalń i hut Zagłębia Ruhry lub w inne rejony Niemiec. Dlatego oprócz poselstwa polskiego w Berlinie, podniesionego później do rangi ambasady, zorganizowano w całych Niemczech kilkanaście polskich konsulatów. Funkcjonowały m.in. w Elku, Kwidzynie,



Ewa Demarczyk związana była przez wiele lat z Krakowem, tam została pochowana, ale jej rodzina mieszkała na Śląsku

Olśtynie, Opolu czy Pile. Od 1922 do 1931 roku działał również konsulat w Bytomiu, przeniesiony z Opola. Jego siedzibą był dawny hotel Lomnitz przy dzisiejszej ulicy Gliwickiej.

Rodzina Demarczyków w Bytomiu zamieszkała jeszcze pod koniec XIX stulecia. Andrzej Demarczyk, dziadek piosenkarki, angażował się w działalność polskich organizacji - Towarzystwa Gimnastycznego Sokół i Polskiej Organizacji Wojskowej. Walczył też w powstaniach śląskich, za co potem niemieckie władze wyrzuciły go z mieszkania. Demarczykom nakazano wyjazd do Polski, jednak rodzina przeniosła się właśnie na teren konsulat, gdzie Andrzej Demarczyk pracował jako dozorca.

Podczas działalności w polskich stowarzyszeniach dziadek Ewy Demarczyk poznał przyszłą żonę. To właśnie w Bytomiu przyszły na świat ich dzieci, w tym ojciec artystki.

W 1931 roku władze polskie zdecydowały, że polska placówka na powrót przeniesie się do Opola. Wraz z dyplomatami przeprowadzili się tam również

inni pracownicy, w tym Andrzej Demarczyk z rodziną. Jako dozorca pracował w konsulacie aż do 1939 roku. W obliczu nadciągającej wojny cały konsulat został jednak ewakuowany. Rodzina Demarczyków trafiła do Krakowa, gdzie mieszkali już przyszli rodzice artystki.

Angelika Kuźniak i Ewelina Karpacz-Oboładze, autorki książki „Czarny anioł. Opowieść o Ewie Demarczyk” piszą, że w trudnych wojennych latach w dziewięćdziesięciometrowym mieszkaniu Demarczyków na krakowskim Kleparzu mieszkało osiemnaście osób: „Ewa i jej rodzice, siostra matka Stefania, malarka, z mężem Andrzejem Stopką, scenografem, grafikiem i malarzem (po wybuchu wojny) eksmitowani z mieszkania w Katowicach) - w pierwszym pokoju. W drugim rodzina ojca: Wojciech Poliwoda z żoną Heleną (z domu Demarczykówną, siostrą Leonarda - red.) i trojgiem dzieci, dziadek Ewy Andrzej z babcią Marią. (...) W trzecim - ciocia Jadwiga (druga siostra Leonarda Demarczyka - red.) z pięciorgiem dzieci. Było biednie, ale jakoś sobie radzili” -

czytamy w książce wydanej przez „Znak”.

Wojenni goście w 1945 roku wyjechali. Postanowili powrócić do Opola, gdzie zaangażowali się w organizację polskiego życia społecznego i kulturalnego. Jerzy Poliwoda, kuzyn Ewy Demarczyk, opowiadał w „Nowej Trybunie Opolskiej”, że jego dziadek Andrzej Demarczyk, wówczas już prawie siedemdziesięcioletni, nie czekając na żaden sprzęt, sam wdrapał się na wieżę opolskiego ratusza i zerwał stamtąd flagę ze swastyką.

- Myślę, że przeszedł wtedy do historii miasta. Pamiętam do dziś, jaki byłem z niego dumny - wyznał dziennikarzowi „NTO”.

Po wojnie krewni z Krakowa i Opola często się odwiedzają, spędzają razem święta. W 1961 roku odbywa się pierwszy festiwal piosenki w Sopocie - tak naprawdę w Gdańsku w hali Stocznia, która wiele lat później spłonęła w pożarze. Szybko pojawia się pomysł, aby oprócz międzynarodowego festiwalu piosenki zorganizować również krajowy. Wybór pada na Opole. Wielkie ówczesne gwiazdy

na pierwszej edycji nie wystąpiły, do festiwalu będą się przekonywać dopiero w kolejnych latach. Na pierwszą edycję udaje się za to zespół Piwnicy pod Baranami, m.in. z Mieczysławem Świąćkim oraz Ewą Demarczyk. Angelika Kuźniak i Ewelina Karpacz-Oboładze przytaczają fragment książki Jerzego Grygolunasa, który prezentując Ewę Demarczyk podkreśla, że „jest spokrewniona ze sławną opolską rodziną Poliwodów, a jej dziadek był znanym działaczem Związku Polaków w Niemczech”. Demarczyk występuje więc jakby u siebie...

Pierwszy opolski festiwal przygotowywany jest trochę po partyzancku. Dopiero niedługo przed koncertami kończy się budowa amfiteatru.

Dziadek Ewy Demarczyk pracował w polskim konsulacie w Bytomiu, przeniesionym później do Opola

Kiepsko sytuacja wyglądała również z bazą noclegową. Ewa Demarczyk na festiwal przyjechała z matką Janiną (ojciec Leonard zmarł w 1961 roku). Z braku hoteli, zatrzymały się u krewnych.

- Towarzyszyły jej mama i młodsza siostra Lucyna. Wszystkie ulokowały się w naszym mieszkaniu. W czasie prób pełniło ono rolę poczekalni, przebieralni, charakteryzatorów i baru dla artystów „Piwnicy”. Przewijali się przez nie m.in. Zygmunt Konieczny i Piotr Skrzynecki. W przygotowaniach do występów było wówczas sporo improwizacji. Jeszcze na godzinę przed występem ciocia Janka, czyli mama Ewy, kończyła szyć jej sukienkę. Kiedy przy prasowaniu wylała na nią wodę, cała rodzina pomagała w suszeniu. Ewa w tej sukience i Piotr w mojej koszuli zdążyli do amfiteatru dosłownie w ostatniej chwili przed występem - wspominał w „Nowej Trybunie Opolskiej” Jerzy Poliwoda, który wydał też własnym sumptem publikację poświęconą rodzinnym związkom artystki.

Z festiwalu Ewa Demarczyk wyjeżdża z jedną z głównych nagród. Później jest Sopot, paryska Olympia, setki koncertów w kraju i za granicą. W Związku Sowieckim artystka wykonuje „Skrzypka Hercowicza” do słów Osipa Mandelsztama, zamęczonego w stalinowskim łagrze i wówczas w ZSRR zakazanego. Śpiewa też na gali z okazji XX-lecia ONZ. Choć nie nagrywa płyt, stale jest gwiazdą, a w latach osiemdziesiątych w Krakowie powstaje nawet Teatr Ewy Demarczyk, który ma jednak problemy lokalowe. Przenosi się w końcu do Bochni, by tam zamknąć swą działalność. Ewa Demarczyk usuwa się w cień, aż wreszcie zrywa kontakty niemal z całym światem.

Tak jak na początku kariery porównywano ją często do Edith Piaf, tak teraz mówi się, że jest jak Greta Garbo, która też w pewnym momencie zaczęła odrzucać propozycje filmowe i izolować się od świata. Nie odbiera telefonów od znajomych, nie utrzymuje z nikim kontaktów. Jej piosenki dalej jednak żyją. W 2008 roku „Grande Valse Brillante” można usłyszeć w „Małej Moskwie” Waldemara Krzystka. Trzy lata później na festiwalu w Opolu odbywa się koncert piosenek Demarczyk, która otrzymuje też Złotego Fryderyka za całokształt działalności artystycznej.

W sierpniu 2020 roku w mediach pojawia się informacja, że Ewa Demarczyk, słynny „Czarny Anioł”, umiera w wieku 79 lat. Kilka dni później urna z jej prochami spoczywa w Alei Zasłużonych na krakowskim Cmentarzu Rakowickim. ©©

Dariusz Chajewski
dchajewski@gazetalubuska.pl



Przyroda

„Nietoperze rezerwatu Nietoperek” - to nowa pozycja obowiązująca w biblioteczce każdego chiropterologa. O nietoperzach i o nie tylko tych żyjących w korytarzach Międzyrzeckiego Rejonu Umocnionego, rozmawiamy z jednym z autorów książki, Janem Cichockim z Uniwersytetu Zielonogórskiego.

Podobno całe to nieszczęście z pandemią rozpoczęło się od nietoperza. Czy rzeczywiście ten ssak jest winny?

Winą za pandemię obarczono już całą listę zwierząt, między innymi łuskowce, łaskuny, koty, psy. Niezależnie, jakie jest pierwotne źródło epidemii, to wina zdecydowanie leży po stronie człowieka i nadmiernej ingerencji w świat przyrody. Również tej najbardziej bezpośredniej, czyli związanej z pozyskiwaniem przeróżnych egzotycznych gatunków w celu ich... zjedzenia. A to jest najprostsza droga transmisji przeróżnych patogenów. Niestety, media znacznie upraszczają ten związek przyczynowo-skutkowy, przez co można odnieść wrażenie, że człowiek jest zupełnie bez winy, i jest ofiarą, na przykład, nietoperzy.

Dlaczego nietoperze mają tak złą opinię wśród ludzi?

Media powtarzają to pytanie, które już dawno stało się wyświechtanym frazesem. Sposób postrzegania nietoperzy w ostatnich latach zdecydowanie się zmienił. Nie prowadzę badań socjologicznych, ale na podstawie liczby tzw. interwencji, gdy zwracają się do mnie osoby, które mają problem z udzieleniem pomocy np. rannemu nietoperzowi, zdecydowanie dominuje pozytywny odbiór. Ci ludzie szukają pomocy i starają się rozwiązać problem sąsiedztwa skrzydlatych ssaków pokojowo i jest to naprawdę budujące. W takich przypadkach polecam skontaktowanie się z Ogólnopolskim Towarzystwem Ochrony Nietoperzy.

Co wpływa na zmianę nastawienia ludzi do nietoperzy?

Nietoperze budzą zainteresowanie szczególnie u osób, które nie mają na co dzień z nimi kontaktu. Szczególnie młode osoby są pozytywnie nastawione do przyrody i dostrzegają problemy związane ze zmianami w środowisku. Coraz częściej ludzie wzorem krajów zachod-



W czasie zimowego snu spowolnieniu ulegają także szybkość oddechu i bicia serca nietoperza...

Bunkry Hitlera stały się królestwem nietoperzy

nich starają się poznawać przyrodę, która jest w ich najbliższej okolicy.

Co Pana najbardziej fascynuje w tych zwierzętach?

Zwierzęta te od zawsze wzbudzały zainteresowanie badaczy świata przyrody. Są to ssaki, które latają, ale wbrew powszechnym opiniom, nie są to latające myszy, już bliżej im do latających... jeża. Używają echolokacji, co raczej kojarzy się z filmami wojennymi i wykrywa-

Nasze nietoperze żywią się owadami, pajakami i innymi bezkręgowcami. Jedne polują w otwartej przestrzeni, inne zwykle w lesie blisko gałęzi i liści

niem łodzi podwodnych. Dzień spędzają w różnych kryjówkach, a mają zdolność do chowania się w naprawdę zadziwiających miejscach. Nietoperze wciąż są jednak zwierzętami nie do końca poznanymi. Im bardziej zagłębiam się w ich biologię, tym bardziej zauważam, jak duże różnice są między poszczególnymi gatunkami. Nasze nietoperze żywią się owadami, pajakami i innymi bezkręgowcami. Jedne polują w otwartej przestrzeni, inne zwykle w lesie blisko gałęzi i liści. Niektóre używają echolokacji do polowania, podczas gdy inne w trakcie polowania, co wydaje się niewiarygodne, nasłuchują szelestu owadów poruszających się po ściółce. Obecnie prowadzimy z zespołem badania nad uszkodzeniami skrzydeł u nietoperzy i odkryliśmy, że różne złamania i uszkodzenia błony lotnej są częstsze niż sądziliśmy. Upraszczając,

można by stwierdzić, że nieostrożny nietoperz podobnie jak człowiek może złamać np. palec. Okazuje się jednak, że uszkodzenia te nie mają aż tak znaczącego wpływu na ich zdolność do lotu i zdobywania pokarmu. Nietoperze to nie tylko szybcy lotnicy i zwinni łowcy owadów, ale również nie lada twardeziele.

Dlaczego Międzyrzecki Rejon Umocniony jest ich ulubionym miejscem w Polsce? To podobno „nietoperze” miasto i to na dodatek z bardzo międzygatunkowym składem?

Podziemia rezerwatu Nietoperek, będące częścią historycznego obiektu, jakim jest MRU, są miejscem szczególnym na europejskiej mapie zimowisk nietoperzy. MRU to system korytarzy, tuneli i komór o długości ponad 30 km oraz naziemnych bunkrów, zbudowanych przez



Niemców w latach 30. i w czasie II wojny światowej. Panująca tam stała temperatura i wilgotność stwarzają nietoperzom idealne warunki do zimowej hibernacji. Temperatura waha się tutaj bowiem od 7 do 10 stopni Celsjusza, a wilgotność w niektórych miejscach sięga 90 proc. To idealne warunki dla odpoczynku nietoperzy. Stąd jest najważniejszym zimowiskiem nietoperzy w Polsce. Rokrocznie przylatuje do rezerwatu w okresie godowym i zimowania ponad 38 tys. tych ssaków. Najliczniejszym gatunkiem jest nocek duży. Do Nietoperka przylatują nietoperze zarówno z nizinnej części Polski, jak i z Niemiec. Jest to dla nich olbrzymia jaskinia ze stabilną temperaturą i wysoką wilgotnością. Dzięki podziemiom nie muszą lecieć do naturalnych jaskiń, które najbliżej znajdują się kawał drogi stąd, w Sude-tach. Z uwagi na konieczność

ochrony hibernujących nietoperzy do połowy kwietnia obowiązuje zakaz wstępu do większości podziemnych korytarzy i bunkrów MRU.

Podobno nietoperze są jednym ze wskaźników stanu naszego środowiska naturalnego. Zatem co mówią nam nietoperze?

Ogólnie sytuacja uległa poprawie i, co należy podkreślić, populacja nietoperzy ma się lepiej niż dwie czy trzy dekady temu. Jednak odpowiedź nie jest prosta. Jak już wspomniałem, nietoperze nie są grupą jednorodną. Poza tym zmieniający się świat stwarza dla nich coraz to nowe zagrożenia. Obecnie bardzo ważnym problemem badawczym jest wpływ, jaki wywierają na nie zmiany klimatyczne. W rezerwacie „Nietoperek” obserwujemy wzrost liczebności populacji części gatunków np. nocka dużego. Nocki rude, niegdyś najliczniejsze, zmniejszają swoją liczebność, co jest nieestety związane ze zmniejszaniem się powierzchni jezior i stawów, nad którymi żerują. Susza, która w znacznym stopniu dotyka nie tylko Ziemię Lubuską, wpływa również na te ssaki. ©

WARTO WIEDZIEĆ

NIE BUDŹMY NIETOPERZY

Wyróżniamy ponad 1400 gatunków nietoperzy, 27 z nich żyje w Polsce.

Skrzydła nietoperzy zbudowane są z przekształconych palców przedniej kończyny, przedramienia i ramienia, pomiędzy którymi rozpięta jest błona lotna.

Co ciekawe, kciuk nietoperzy nie wchodzi w skład skrzydeł i nie ulegał on przekształceniu.

Tkanka tłuszczowa, którą nietoperze magazynują, by przetrwać zimę, stanowi 20-30 proc. ich masy ciała.

Podczas hibernacji temperatura ciała nietoperzy znacząco się obniża - wynosi ledwie stopień czy dwa więcej, niż temperatura otoczenia.

Niekontrolowane wybudzenie może być bardzo groźne dla organizmu, ponieważ wiąże się ze znacznym wydatkiem energetycznym i zwierzę może nie przetrwać do wiosny.

MRU jest wymarzoną zimowiskiem także dlatego, że nie ma tu drapieżników. A chociażby lisy, wyjadają śpiące nietoperze, które nie mogą się bronić.

Prof. Lewicki: Donald Trump skrzywdził siebie samego, oczywiście politycznie

Dorota Kowalska
dorota.kowalska@polskapress.pl



Rozmowa

- Trump przez te cztery lata był pod ogromnym naciskiem krytyki ze wszystkich stron, i to krytyki, która rozpoczęła się zanim jeszcze objął urząd. To na pewno miało na niego wpływ. W ostatnim czasie te jego próby odbicia, że tak powiem, zwycięstwa, w niemądry sposób, bo wydaje mi się, że był lepszy sposób niż ten, który on zastosował. Wszystko to razem sprawiło, że poczuł się - nie wiem - zaszczyty, niesprawiedliwie odrzucony. I zachował się irracjonalnie - to chyba jedyne słowo, jakie tłumaczy jego postępowanie - mówi prof. Zbigniew Lewicki, politolog, amerykanista, anglista.

W Stanach Zjednoczonych ogłoszono wszczęcie procedury impeachmentu wobec Donalda Trumpa. To dobry ruch?

Nie wiem, co znaczy dobry. To jest ruch, który ma właściwie dwa cele. Pierwszy, taki przemijający, czyli dokuwanie Trumpowi. A drugi, istotniejszy dla Demokratów, to odebranie mu możliwości zajmowania jakichkolwiek stanowisk publicznych w przyszłości. I to jest chyba prawdziwym celem tego dość dziwnego zabiegu, jakim byłby impeachment na kilka dni przed końcem kadencji. Gdyby bowiem udało się uzyskać większość w Senacie, a jest to dość skomplikowana sprawa, to wtedy rzeczywiście Trump nie mógłby kandydować za cztery lata w wyborach prezydenckich, jeśli w ogóle taka kandydatura byłaby realna.

A myśli Pan, że byłaby realna?

Myślę, że kandydatura Trumpa za cztery lata była realna dziesięć dni temu. Po wydarzeniach z zeszłego tygodnia najprawdopodobniej jego własna partia, Republikańskie, wystraszyli się i nie będą chcieli wystawiać go w wyborach, nawet gdyby on tego próbował. A trzecia



Prof. Lewicki: Trump ma duży polityczny potencjał. I na pewno duża część wyborców przy nim pozostała. Ale duża część, a nie wszyscy, bo jednak to, co się wydarzyło, sporo zmieniło

partia, partia założona ewentualnie przez Trumpa, nie ma żadnych szans na zwycięstwo. Więc on sam sobie tę możliwość odebrał. Demokraci albo tego nie dostrzegają, albo chcą się zabezpieczyć przed jego powrotem.

Czemu Donald Trump zachował się tak jak zachował? To wynika z jego charakteru? Z nieumiejętności pogodzenia się z porażką? Postąpił dość nierozsądnie, mówiąc szczerze.

Postąpił bardzo nierozsądnie. Skrzywdził siebie samego, oczywiście politycznie. Czemu tak zrobił, tego nikt nie wie. To jest pytanie, na które trudno odpowiedzieć. Oczywiście, najczęściej tłumaczy się to jego nieopanowanym charakterem czy jego brakiem kontroli. Być może tak rzeczywiście było, ale, jak powiedziałem,

nie będziemy tego wiedzieli. Trump jednak przez te cztery lata był pod ogromnym naciskiem krytyki ze wszystkich stron, i to krytyki, która rozpoczęła się zanim jeszcze objął urząd. To na pewno miało na niego wpływ. W ostatnim czasie te jego próby odbicia, że tak powiem, zwycięstwa, w niemądry sposób, bo wydaje mi się, że był lepszy sposób niż ten, który on zastosował. Wszystko to razem sprawiło, że poczuł się - nie wiem - zaszczyty, niesprawiedliwie odrzucony. I zachował się irracjonalnie - to chyba jedyne słowo, jakie tłumaczy jego postępowanie.

Powiedział Pan, że Donald Trump mógł się zachować inaczej. Co właściwie mógł zrobić?

Jeśli chodzi o wybory?

Tak.

Trump miał jeden dobry argument. Był to argument związany z faktem, że w pięciu stanach naruszono konstytucję, ponieważ zmieniono przepisy dotyczące trybu wyborów prezydenta i dokonała tego nie legislatura, która jako jedyna ma takie prawo zgodnie z artykułem 2 konstytucji amerykańskiej, tylko gubernator albo stanowy sekretarz stanu, to jest szef stanowej służby cywilnej i administracji. Gdyby Trump przy tym obstawał, to istniała szansa, że Sąd Najwyższy by się tym zainteresował, bo mielibyśmy do czynienia jednak z zagadnieniem konstytucyjnym. Tymczasem on zaczął się skupiać na drobiazgach: na pseudofalszertwach, zaginionych kartach itd., itd. Te sprawy nie miały najmniejszej szansy po wyborach, ale gdyby jeszcze przed wyborami zaczął podważać konstytucyjność tych zmian, to wtedy mógłby liczyć na to, że Sąd Najwyższy uzna te zmiany za nieprawidłowe i ten tryb wyborczy, który mu zaszkodził, to znaczy bardzo długiego okienka wyborczego, mógłby zostać uchylony. To pewnie była decyzja jego prawników, wśród nich prym, oczywiście, wiódł Rudolph Giuliani, który ma fantastyczną przeszłość, ale już nie do końca kontroluje rzeczywistość, co po prostu widać. Nie wybrał właściwiej taktyki.

Co teraz będzie robił Donald Trump, jak Pan myśli? Ma ambicje polityczne, mówi się, że może jednak pokusi się o założenie jakiejś partii politycznej, bo chyba nie za bardzo chce wracać do biznesu.

Na pewno ambicje ma. W historii Stanów Zjednoczo-

nych różni, nawet wybitni politycy, zakładali trzecie partie, biznesmeni też, ale to były ciekawostki na scenie politycznej. W systemie amerykańskim, w systemie jednomandatowym, nie ma szans na to, by trzecia partia odniosła sukces, nawet jeśli na jej czele stał na przykład byłby prezydent Theodore Roosevelt na początku XX wieku. Więc myślę, że Donald Trump pójdzie raczej w kierunku najprawdopodobniej jakiegoś medium społecznościowego. Albo zwiąże się z jakimś istniejącym prawicowym medium lub założy własne i tak się będzie komunikował z Amerykanami. Trzecia możliwość, o której się mówi, to jakieś tradycyjne medium, typu telewizja - tutaj na pewno napotka na poważny problem związany z faktem, że żaden, albo prawie żaden poważny dzienni-

karz nie będzie chciał się z nim wiązać, zwłaszcza po tych wydarzeniach sprzed tygodnia. Owszem, zbierze paru dziennikarzy, ale żeby zrobić dobrą ekipę telewizyjną, trzeba znacznie więcej. Wiadomo, jak powstała telewizja CNN, jak powstała Fox, to jednak wielkie przedsięwzięcie; bardzo ważne są osoby, które je firmują. Myślę, że jeśli już, to postawi na medium społecznościowe, gdzie nie potrzeba autorytetów w sensie komentatorów, dziennikarzy, a które będzie mogło liczyć na szeroki odbiór, bo ludzie lubią czytać i komentować takie, powiedzmy w skrócie, tweety.

Donald Trump ma jednak spory polityczny potencjał, rzeszę zwolenników. Na pewno będzie chciał to swoje poparcie jakoś zagospodarować, prawda?

Na niego zgłaszało ponad 70 milionów obywateli, więcej niż na jakiegokolwiek innego prezydenta, który ubiegał się o drugą kadencję. Tak, Trump ma duży polityczny potencjał. I na pewno duża część wyborców przy nim pozostała. Ale duża część, a nie wszyscy, bo jednak to, co się wydarzyło, sporo zmieniło. To nie była żadna ważna sprawa tak naprawdę, kilkaset osób zaatakowało źle chroniony Kapitol, więc to nie było żadne wielkie wydarzenie. Po godzinie przestało istnieć, ale zdjęcia pokazywane bez przerwy w telewizji, wybijanie szyb, przedziwne stroje bardziej umiarkowanych wyborców musiały jednak odstraszyć. Kapitol jest symbolem, w środku byli członkowie Kongresu i atakowanie budynków federalnych nie może spotkać się z przychylną reakcją bardziej umiarkowanych wyborców. To był ten jeden most za daleko, po prostu. Oczywiście, na pewno jakaś część wyborców przy Trumpie zostanie, bo im się to podobało, albo nie mieli nic przeciwko temu, co się stało, ale już nie 70 milionów ludzi. Tym bardziej że partia republikańska zwróci się bardziej w stronę choćby takiego Teda Cruza. To bardzo konserwatywny, prawicowy, ale rozsądny polityk.

Panie profesorze, mówię Pan, że nie stało się nic wielkiego, ale nie zdarzyło się jeszcze w historii Stanów Zjednoczonych, aby tłum wtargnął na Kapitol!

Tak, to się zdarzyło po raz pierwszy, oczywiście. Mówię, że nie było to nic wielkiego w sensie wydarzenia neutralnie rozpatrywanego. Kilkaset osób z demonstracji liczącej kilkaset tysięcy ludzi, bo ten marsz tyle liczył, oddzieliło się i dokonało aktu

wandalizmu, barbarzyństwa – jak zwał, tak zwał. Ja tego nie bronię, ja tylko mówię, że to nie był żaden wielki, ogólniejszy nawet protest. Już mniejsza o narodowy ruch; francuski ruch żółtych kamizelek jest znacznie potężniejszy, znacznie bardziej liczny itd., itd. W tym przypadku jakaś grupa zaatakowała Kapitol, bo, jak mówię, był źle strzeżony i niepilnowany tak naprawdę. Ci ludzie dokonali zniszczeń, jedna osoba bodajże zginęła w tych zamieszkach, bo inne zmarły z przyczyn naturalnych, jak rozumiem. I tyle. Pół godziny czy godzina rozrób, spokój został przywrócony, rzecz się nie kontynuowała, nie rozlała na Waszyngton itd., itd. Więcej z tego punktu widzenia były groźniejsze wydarzenia, chociażby zamach na budynek federalny w Oklahoma City z ogromną ilością ofiar, w tym małych dzieci – to było znacznie bardziej brutalne niż to, co tutaj się wydarzyło. Tyle tylko, że te zamieszki były pokazywane na żywo w telewizji i wywarły spore wrażenie. Gdyby przy ataku na Kapitol nie było telewizji, to powiedzielibyśmy: „Aha, chuligani zaatakowali, wandalizacja, ale policja przyszła szybko i się z nimi uporała”. Ale obraz działa.

Bardzo rozsądnie zachował się wiceprezydent Mike Pence – nie uległ Donaldowi Trumpowi.

On się zachowuje rozsądnie, bo to jednak kalkulujący polityk, liczy na to, że za cztery lata będzie kandydatem partii republikańskiej w wyborach prezydenckich, to byłoby zresztą dość naturalne. On stał przy Trumpie, kiedy było to polityczne możliwe, odmówił pomocy, kiedy Trump zaczął wymagać od niego jakichś nieprawdopodobnych posunięć, zupełnie nieuprawnionych, typu unieważnienie głosów elektoralskich. Tego oczywiście wiceprezydent nie ma prawa zrobić, a gdyby próbował, skompromitowałby się całkowicie. Teraz nie wyraża ochoty na wszczęcie procedury odsunięcia Trumpa od władzy. Stara się iść środkiem, nie palić mostów, pozostać sensownym kandydatem na nominata partii republikańskiej za cztery lata.

Przed Joe Bidenem bardzo trudne zadanie, bo widać

Gdyby przy ataku na Kapitol nie było telewizji, to powiedzielibyśmy: „Aha, to chuligani zaatakowali”

wyraźnie, że Ameryka jest bardzo podzielona, prawda?

Jeżeli rozpocznie się procedura impeachmentu, to podzieli to Amerykę jeszcze bardziej. Głupi pomysł pani Nancy Pelosi, ale taka już jest. Żeby pogodzić teraz Amerykę, która jest bardzo podzielona, potrzebny jest polityk o wysokim autorytecie, dużej charyzmie, wielkiej energii i sile przekonywania. Joe Biden nie ma żadnej z tych cech. Jest zmęczony, starszy, gabinetowy, a nie wiecowy i tyle. On tego nie robi. A bez tego kraj pozostanie osłabiony, ale też nie ma nikogo innego na widoku.

A Kamala Harris, wiceprezydent Stanów Zjednoczonych? Jest młoda i energiczna.

Kamala Harris ewidentnie dąży do podziału. To osoba bezkompromisowa, była pani prokurator, która bardzo ostro wypowiadała się na temat Trumpa, o samym Joe Bidenie zresztą też; jej z kompromisem to już na pewno nikt nie kojarzy. Bidena można kojarzyć z kompromisem, choć on nie jest w stanie do niego doprowadzić, ale to jest taki człowiek, który chciałby mieć spokój. Natomiast Kamala Harris jest konfrontacyjna, więc skoro jest konfrontacyjna, to dążenie do kompromisu i wybaczenia, bo to jest konieczna część kompromisu i odstąpienie od przynajmniej niektórych własnych żądań, nie leży w jej charakterze. Ona nie była taka jako prokurator generalny Kalifornii, nie takim jest politykiem. Ona będzie się starała zachować znaczną część władzy, co zresztą jej się nie uda, bo będzie musiała często siedzieć w Senacie, żeby przesądzać te wszystkie głosowania – wiceprezydent wreszcie ma co robić, bo jeśli jest 50 na 50, to wiceprezydent decyduje o wyniku głosowania. Tych głosowań może być bardzo dużo. Chciałaby mieć władzę, ale nie jako polityk środka, tylko jako bardzo wyraźny, zdecydowany polityk, którego Amerykanie nazywają liberalnym, a my nazywamy lewicowym.

A widzi Pan wśród Demokratów polityka, który byłby w stanie Amerykę połączyć?

Nie, w tej chwili na czele partii demokratycznej stoją osiemdziesięciolatek. I żaden z nich nie jest materiałem na jakiegoś charyzmatycznego przywódcę. W gronie osób ubiegających się o prezydenturę, bo tu powinniśmy mówić o czołowiec polityków partii demokratycznej, mamy Sandersa, który też ma ponad 80 lat i jest prawie socjalistą, o Bidenie mówili-

Kamala Harris jest konfrontacyjna, więc kompromis i wybaczenie nie leży w jej charakterze

śmy, o Harris mówiliśmy, pani Warren jest również bardzo konfrontacyjna. Nie, nie ma w tej chwili polityków, którzy chcieliby budować swoją karierę na hasle pogodzenia.

Może Michelle Obama?

Ona nie ma żadnej wprawy, ona nie jest politykiem. Skończyła studia prawnicze i była żoną prezydenta. Michelle wie, że jest tak długo popularna, jak długo nie startuje w wyborach. Gdyby chciała startować w wyborach, jej popularność od razu by spadła, bo musiałaby coś powiedzieć, gdzieś się opowiedzieć: za czymś, przeciwko czemuś.

Prezydentura Donalda Trumpa pokazała wyraźnie podziały w Stanach Zjednoczonych; wcześniej, mam wrażenie, aż tak bardzo nie było ich widać. Z czego te podziały się biorą?

Powiem tak: prezydentura Trumpa była prezydenturą, jeśli chodzi o sukcesy, bardzo udaną. Tyle tylko, że media tego absolutnie nie chciały zauważać. Był taki obyczaj polityczny, bardzo piękny, że po wyborach podziały były zapominane. Przegrany uznawał swoją porażkę i kraj działał normalnie. Takim przykładem był rok 2000 – bardzo ostry spór Gore’a z Bushem na Florydzie rozstrzygnął Sąd Najwyższy. Al Gore powiedział: „Dobrze, przegrałem, uznaję porażkę: Zapomnijmy, budujmy Amerykę”. To było bardzo charakterystyczne – koniec walki. Moim zdaniem psuć zaczęło się mniej więcej od Baracka Obamy, który mówił dużo o kompromisie, ale tego hasła nie realizował. Jego prezydentura budziła oczywiście wątpliwości wynikające z faktu, że on nie spełnił obietnic. Obama miał ogromną popularność przed wyborami, w Europie też, i właściwie wszyscy byli niezadowoleni z tej prezydentury, łącznie z czarnymi Amerykanami. Obama nie działał na rzecz kompromisu, w ogóle nie działał. To było bardzo wyraźne, bardzo znaczące. Przy Trumpie zagrały dwie sprawy. Z jednej strony natura samego Trumpa: absolutnie konfrontacyjna, absolutnie niegodząca się na kompromisy, nieuznająca kompromisów. To fatalna jego cecha. A z drugiej strony me-

dia, które atakowały go od samego początku, zanim jeszcze objął Biały Dom, już się pojawiały głosy: trzeba rozpocząć impeachment, potem impeachment bez sensu zastosowano, chciano go upokorzyć na wszystkie sposoby: słownictwem, atakami, nieuznawaniem jego sukcesów. Więc obie strony zawiniły. Podobnie teraz: ewentualnym impeachmentem Demokraci kopią pod sobą tak naprawdę dołek, a nie tylko pod Trumpem. Obie strony bardzo się zapędziły w zwalczaniu tej drugiej strony. Ale na pewno charakter Trumpa, niemiłe cechy jego charakteru przyczyniły się do tego.

Panie profesorze, ale co tak naprawdę dzieli Amerykanów: wykształcenie, spełnienie? Zawodowe i życiowe sukcesy?

Elity amerykańskie – intelektualne, opinotwórcze – od wielu lat popadły w chorobę lewicowości. Wyrzucano z pracy ludzi, którzy myśleli inaczej: za krytykę Obamy czy za brak krytyki Trumpa można było stracić pracę w gazecie, można było stracić pracę na uniwersytecie. I te elity wyraźnie się zradykalizowały po lewej stronie. Przykładem są młode członkinie Izby Reprezentantów, które bardzo brutalnie i ostro wypowiadały się na temat partii republikańskiej i Trumpa. Z drugiej strony Amerykanie, którzy stanowią większość, choćby klasa średnia, nie podzielają tych poglądów. Nie są może prawicowi, ale nie dążyli do konfrontacji. Myślę, że konfrontacja była w dużej mierze winą tej zradykalizowanej lewicy, która mając do dyspozycji media, głosiła i realizowała w praktyce brak tolerancji. To nie jest zresztą cecha tylko amerykańskiej lewicy, która domaga się tolerancji dla własnych poglądów, ale absolutnie nie toleruje innych poglądów. To dość charakterystyczne. I to się stało w Ameryce: to owa lewica doprowadziła do tego, że nie można podać sobie ręki.

Myśli Pan, że teraz zmienia się stosunki Polski ze Stanami Zjednoczonymi?

Polska nie odgrywa oczywiście istotnej roli w polityce USA, nie przesadzajmy, ale za Trumpa Polska miała być w jego pomyśle centrum przeciwwagi dla Niemiec. I stąd to nasze specjalne traktowanie: spotkania, wizyty itd., itd. Nie dlatego, że Trump ukochał sobie jakoś Polskę, tylko dlatego, że miał ostry konflikt z panią Merkel i wymyślił, że można zaangażować uwagę, pieniądze i wojsko amerykańskie trochę

bardziej na Wschód, czyli w Polsce, czy w projekcie Trójmorza. Biden oczywiście nie będzie tego realizował. Proszę zauważyć: dzięki Trumpowi wstrzymano Nord Stream II, prawda? Gdyby nie on, już by działał. Więc Biden nie będzie tego realizował, to jest oczywiste, nie będzie chciał otwartego konfliktu z Niemcami, chociaż to nie tylko od niego zależy, od Niemiec również. Myśmy, szczególnie prezydent Polski, za długo pozostał lojalny wobec Trumpa. Trudno, polityka to nie jest związek uczuciowy, to kwestia interesu. I kiedy było już widać, co się dzieje, że Trump przegrywa, że Biden wygrywa, trzeba się było jednak przeorientować wyraźniej. Te spóźnione listy, bardzo chłodne gratulacje – Ameryce to nie zaszkodzi, Bidenowi to nie zaszkodzi, nam to może zaszkodzić. Też bez przesady: nikt w Ameryce nie śledzi tak uważnie, co Polska robi, ale jednak można było szybciej się przeorientować. Poza tym zaszkodzi nam przynajmniej dwa elementy, które Trump wygasał.

Jakie?

LGBT – w środowisku Bidena są ludzie osobiście zainteresowani ruchem LGBT. Pogląd czy opinia, że my ten ruch prześladujemy, wszystkie te głupie pomysły samorządów lokalnych itd., itd., rzeczywiście działają na tych ludzi jak płachta na byka i wszyscy możemy za to zapłacić. A druga sprawa to kwestia oddania mienia państwowego, z czym się ciągle nie uporaliliśmy, i która to sprawa od lat gdzieś tam ciąży na naszych relacjach. Za Trumpa została przygaszona, a teraz znowu odżyje. Mamy dwa duże kamienie u szyi. Oczywiście, stosunki będą podtrzymywane, rozmowy będą, jesteśmy sojusznikami, wojsko pozostanie – to na pewno. Ale będziemy krytykowani, nie będzie mowy o jakichś bliskich kontaktach, o wizytach, o spotkaniach – tego na pewno nie będzie. I tyle.

CV



FOT. BARTEK KOŚNICKI

PROF. ZBIGNIEW LEWICKI

Politolog, amerykańista, anglista. Pełnił funkcję dyrektora Departamentu Ameryki w MSZ, kierował Ośrodkiem Studiów Amerykańskich UW.

Iwona Zielińska
i.zielinska@gazeta.wroc.pl

Historia

Rozmowa z ROBERTEM KUDELSKIM, badaczem historii, wybitnym specjalistą badań nad majątkiem utraconym przez Polskę w czasie II wojny światowej, dokumentalistą, pisarzem, którego pasja poszukiwania prawdy o skarbach zrodziła się w dzieciństwie, dzięki „Przygodom Pana Samochodzika”, a stała się wręcz zawodowym zajęciem, opartym na zgłębianiu polskich i niemieckich dokumentów w poszukiwaniu prawdy o ukrytych skarbach i obalaniu medialnych mitów.

Od kilku dekad zajmuje się pan pasjonującą historią skarbow ukrytych przez nazistów na Dolnym Śląsku i okolicach w oparciu o polskie i niemieckie dokumenty. Ostatnia pana książka poświęcona jest złotemu skarbowi Hitlera, którego część po wojnie odnaleźli Amerykanie.

Tak, to „Złoto Hitlera - Ostatni transport złota III Rzeszy”. Książka jest wynikiem moich wszystkich wcześniejszych badań, które prowadzę od lat. Mój cel to opowiedzieć historię, odkryć prawdę o zdarzeniach ciekawych i sensacyjnych, intrygujących, ale też obalić krążące po mediach mistyfikacje typu „złoty pociąg”, ale takim mitem jest też „złoto Wrocławia”. Badając te tematy, doszedłem do konkluzji, że są to legendy, bo pod koniec II wojny światowej Niemcy nie posiadali takich zasobów złota ani we Wrocławiu, ani w innych rejonach Dolnego Śląska czy Polski. Marzenia, że znajdziemy gdzieś pochowane zasoby złota, są tylko marzeniem.

Trudno uwierzyć, że historia „złota Wrocławia” to medialna bajka

Tak, ale jest to mit. W swojej książce „Złoto Wrocławia. Narodziny Legendy” piszę o tym, skąd się wzięła informacja i ile prawdy w tym, że zimą 1945 roku z Wrocławia wyruszył tajemniczy konwój, który miał wywozić złoto bankowe, depozyty zakładów jubilerskich i majątek prywatnych właścicieli. Eskortę zapewniała grupa zaufanych oficerów SS i policji. Celem tego transportu miało być dotarcie do bezpiecznej kryjówki. Kilka lat po wojnie na trop tej informacji wpadli funkcjonariusze Urzędu Bezpieczeństwa. Kulisy ukrycia depozytów wywiezionych z Wrocławia zdradził im mieszkanie jednej z dolnośląskich miej-



Robert Kudelski: - Bardzo mnie interesuje składnica w pałacu w Roztoce na Dolnym Śląsku

Nie wszystkie skarby ukryte przez nazistów na Dolnym Śląsku zostały już odkryte

scości Herbert Klose, który po wojnie został w Polsce. A miał być jednym z uczestników wspomnianej operacji. Zeznania, jakie złożył w trakcie śledztwa, prowadzonego w latach 50. stały się fundamentem legendy o złocie Wrocławia. Co w tej sprawie jest prawdą, a co mistyfikacją? Oczywiście, w skarbcu

Banku III Rzeszy we Wrocławiu były depozyty, które należały do osób prywatnych. Znalazłem dokumenty, które to potwierdzają. Jednak te kosztowności i złoto nie zostały ewakuowane. Do końca wojny były przechowywane w skarbcu bankowym i Reichbanku, i innych wrocławskich banków, a później

zostały ukradzione przez Rosjan. Relacje polskich urzędników bankowych, którzy po wojnie przyjechali do Wrocławia, dowodzą, że Rosjanie nawet w czasie ich obecności w mieście wysadzali skarbcie i „zabezpieczali” ich zawartość. Główny zasób złota III Rzeszy znajdował się w centralnym banku

w Berlinie. Pod koniec wojny jego część wywieziono do Turynii i ukryto w kopalni, a ostatni taki transport, który składał się z kilku ton złota, wywieziono samochodami do Bawarii. Ten wątek opisuję w ostatniej książce. Opiera się ona na niemieckich dokumentach i opowiada, jak wyglądała ta trasa, gdzie zostało ukryte w górach, jak Amerykanie wpadli na jego trop. Poszukiwali go wcześniej na terenie centralnych Niemiec, w końcu trafili do Bawarii i tam rozpoczęły się poszukiwania.

Czy przyglądał się pan także wątkom z poszukiwaniem przez Niemców, po wojnie skarbow na terenie Polski?

Tak. Niemcy Zachodnie, zaraz po wojnie, zajmowały się poszukiwaniem tego złota, bo do nich też trafiały informacje, tak jak i do nas, że gdzieś na Dolnym Śląsku zostały ukryte skarby i oni skrzętnie te informacje sprawdzali. Opisuję również i te wątki. Ciekawe jest też to, że rząd federalny do lat 70. poszukiwał złota III Rzeszy. Było kilku polskich robotników przymusowych, pracujących w czasie wojny na terenie Niemiec, którzy byli świadkami ukrycia jakichś depozytów i wyrażali chęć opowiedzenia o tym. Poinformowali o tym ambasadę RFN, przekonując, że wezmą udział w takich poszukiwaniach. Niewiele osób wie, ale są takie wątki polskie, że na teren Niemiec wywieziono wiele okupacyjnych polskich złotych depozytów odebranych ofiarom obozów koncentracyjnych. Wielu urzędników bankowych z Dolnego Śląska wyjechało do Niemiec i tam też opowiadali o wywiezionym złocie z Polski. Pisząc o nazistowskim złocie, pojechałem do Bawarii, by obejrzeć te intrygujące miejsca. Dotarłem do wielu nieznanych dokumentów, spotkałem ostatnich świadków tych historii.

Lista składnic z ukrytymi w nich dziełami sztuki przez Guntera Grundmanna, ostatniego regionalnego niemieckiego konserwatora zabytków, urodzonego w Cieplicach, do dzisiaj budzi wielkie emocje. Czy uważa pan, że na temat listy już wszystko napisano i odkryto całą prawdę na ten temat? Od wyjazdu Grundmanna z Dolnego Śląska minęło blisko 80 lat.

- Jestem pewien, że jest bardzo wiele niezbadanych i nieodkrytych wątków historii z ukrywaniem dzieł sztuki przez ostatniego na Dolnym Śląsku konserwatora zabytków Guntera Grundmanna. Wiemy, że takich składnic

powstało ponad 100. Gromadząc i analizując dokumenty archiwalne wspólnie z kolegami: Jackiem Kowalskim i Robertem Szulikiem, w naszej książce „Lista Grundmanna”, staraliśmy się udokumentować cały proces zabezpieczania zbiorów sztuki. Wiele tych składnic zostało odkrytych przez polskich urzędników i te zbiory zostały zabezpieczone, ale dużą ich część już wcześniej okradziono. Niektóre magazyny zostały spenetrowane przez wojska radzieckie, a ich zawartość wywieziono do Rosji. Z tego powodu nie można powiedzieć, że ta sprawa została zamknięta. Może jest bardziej usystematyzowana, wyszła ze sfery mitów do sfery ujętej dokumentami, ale nadal istnieje bardzo długa lista tematów do zbadania i wyjaśnienia. Ocena tego, co znajdowało się w poszczególnych składnicach i jaki los spotkał poszczególne kolekcje sztuki, to gigantyczna praca. Z całą pewnością część zaginionych zabytków pojawia się gdzieś w obiegu na rynkach antykwarycznych w Polsce, w Europie i poza nią, ale nikt tym się publicznie nie chwali. Ten temat ma jeszcze wielki potencjał.

Który, z tych niezbadanych wątków, jest dla pana najbliższy?

- Bardzo mnie interesuje składnica w pałacu w Roztoce, na Dolnym Śląsku. Były tam niezwykle cenne obrazy z Muzeum Śląskiego, dzisiaj Muzeum Narodowego we Wrocławiu. Głębokie badania, które przeprowadziłem, dowiodły, że kilka z tych obrazów zostało wywiezionych do Niemiec i dzisiaj znajdują się w berlińskich muzeach. A powinny wrócić do zbiorów wrocławskich, ale to jest oczywiście zadanie dla odpowiednich władz, żeby przeprowadzić ten proces. Ten fakt już pokazuje, że dogłębne zbadanie wątków dotyczących składnic profesora Grundmanna może wyjaśnić, co się stało z nieodzyskanymi dziełami sztuki. Profesor opuścił Dolny Śląsk w lutym 1945 roku. Nie wiemy dokładnie, co się działo dalej z dziełami sztuki, które pozostały w utworzonych przez niego składnicach. Znalazłem informacje, w jego wspomnieniach, że po jego wyjeździe odpowiedzialność za opiekę nad składnicami spadła na władze wojskowe. Może to oznaczać, że niemiecka armia w dalszym ciągu prowadziła operacje przenoszenia, wywozu, ukrycia tych zbiorów w innych miejscach. To jest właśnie historia do dalszego badania. Ciekawostką jest też fakt, że wiele dzieł z polskich kolekcji trafiło do Cieplic, gdzie prof.



FOT. DOLNY ŚLĄSK, ORG.PL

W 1944 roku cenne zabytki gromadzono w pałacu w Sichowie (zdjęcie z 1943 roku)

Grundmann miał swoje biuro. Wśród tych zbiorów były znane nam trzy obrazy Matejki, które po wojnie znaleziono przypadkiem w małej miejscowości Przesieka. To znaczy, że ktoś je wywiózł i przeniósł w inne miejsce. Pewnie miały być ewakuowane dalej. To też dowód, że zawartość składnic Grundmanna była przedmiotem działań ewakuacyjnych nawet po tym, jak konserwator opuścił Dolny Śląsk. Z całą pewnością są to historie, które należy zbadać.

Wiosną, dwa lata temu media europejskie zelektryzowało ujawnienie tzw. Dziennika Ollenahauera, rzekomego SS-manna, organizującego ukrycie dzieł sztuki, m.in. obrazy Rafaela i Rubensa czy kilkadziesiąt ton złota. Wśród różnych miejsc ukrycia skarbów był tam też właśnie zamek w Roztoce. Co pan o tym sądzi? Kolejny mit?

- Ja jestem przekonany, że jest to fikcja. Z zachowanych dokumentów wiemy, że w Roztoce miały być ukryte zbiory Pruskiej Biblioteki Państwowej, ale także dokumenty związane z wywiadem i kontrwywiadem Głównego Urzędu Bezpieczeństwa Rzeszy i prywatne dokumenty Hochbergów, właścicieli zamku. Trudno założyć, że do takiego miejsca ktoś jeszcze postanowił przywieźć i ukryć niewyobrażalne skarby, tony złota, które miały być ukryte w jakiejś studni. Uważam, że ta historia jest spreparowana, tym bardziej że nie potwierdziły jej profesjonalne badania.

Tajemnicą owiany też jest zamek w Karpnikach, w którym miała być ukryta, pocięta na kawałki, Bursztynowa Komnata. Ile może być w tym prawdy?

- Zamek w Karpnikach jest dla badacza tego typu tajemnic szczególnie fascynującym miejscem. Chyba najbardziej ciekawym na Dolnym Śląsku. W trakcie pisania „Listy Grundmanna” zacząłem dogłębnie badać to miejsce. Tam również pojawiają się wyjątkowo cenne zbiory Pruskiej Biblioteki Państwowej, ale i bezcenne kolekcje rodzinny książęcej, która była właścicielem tego majątku. Tu także przeniósł z Darmstadtu swoją kolekcję obrazów ostatni właściciel Karpnik, książę Ludwig Heski. Jedną z najcenniejszych w Europie, a może i na świecie. „Madonna” Holbeina, która tam była ukryta, niedawno została sprzedana w 2011 roku za 75 mln euro. Były też dzieła Cranacha, Halsy, Teniersa, Ruisdaela i innych twórców europejskich. W lutym 1945 r. do Karpnik przyjechał prof. Grundmann, któremu udało się wywieźć z zamku część książęcej kolekcji obrazów. Po nim do majątku dotarł hrabia Ernst Otto Solms-Laubach, przedstawiciel niemieckiego sztabu generalnego odpowiedzialny za zabezpieczanie zrabowanych dzieł sztuki na terenach okupowanych. W tym miejscu pojawia się wątek Bursztynowej Komnaty. To właśnie on był uczestnikiem demontażu i wywozu z Rosji, z Carskiego Sioła do Królewca i dalej, Bursztynowej Komnaty. Dla czego pojawił się w Karpnikach? Z jaką misją? Po wojnie udało się znaleźć korespondencję nadleśniczego, pełniącego funkcję gospodarza majątku w Karpnikach, który informował rodzinę książęcą, że Solms-Laubach podjął się zabezpieczenia części kolekcji. Do wagonów kolejowych, które udało mu się zorganizować, załadowano głównie skrzynie z kolekcją obrazów

darmstadtzkich i one wyjechały do Niemiec. Może tym transportem jechała też Komnata? Tego nie ustalono, ale legenda człowieka związanego z zaginięciem Bursztynowej Komnaty jest tak wielka, że starano się także Karpniki łączyć z historią tego dzieła sztuki. Zresztą wojenne tajemnice Karpnik spowodowały, że kiedy w latach 80. służby specjalne PRL poszukiwały złota Wrocławia i skarbów nazistowskich ukrytych na Dolnym Śląsku, właśnie ta miejscowość stała się bardzo ważnym miejscem prowadzonych poszukiwań. Skierowano tam specjalną ekipę, robiono badania geofizyczne, przesłuchiowano miejscową ludność. Jedną z uzyskanych informacji wskazywała, że pod koniec wojny w okolicznych lasach ukrywano jakieś skrzynie wywiezione z zamku. To miejsce nadal przyciąga poszukiwaczy. Dzisiaj w zamku

mieści się luksusowy hotel, ale myślę, że miejsce to kryje jeszcze wiele pasjonujących historii.

A czy wszystkie zbiory ukradzione przez nazistów z Krakowa, Wawelu i ukryte na Dolnym Śląsku zostały odzyskane?

Nie wszystkie. Najcenniejsze zabytki trafiły z rozkazu Hansa Franka na Dolny Śląsk latem 1944 roku. Przywieziono tu nie tylko zbiory z Krakowa, ale i z całej Generalnej Guberni, warszawskie, ale i ze Lwowa, te ostatnie pojechały do Świdnicy. Początkowo zabytki ulokowano w pałacu w Sichowie, a potem przetransportowano je do majątku w Morawie koło Świdnicy. Tam przechowywano je do końca wojny. Część z nich prof. Grundmann wywiózł pod koniec stycznia 1945 roku do Cieplic. Najcenniejsze zabytki, w tym „Damę z gronostajem” Leonarda da Vinci na rozkaz Hansa Franka przetransportowano do Bawarii. Z kolekcji przywiezionych na Dolny Śląsk zaginęło wiele niezwykłych dzieł, w tym portret „Młodzieńca” Rafaela Santii.

„Damę z gronostajem” odnaleziono, ale słynnego młodzieńca nie. Czy myśli pan, że jest gdzieś w prywatnych zbiorach europejskich, czy w Ameryce Południowej, Północnej, czy może został zniszczony?

- Obraz na pewno nie został zniszczony. Moim zdaniem został on ukradziony na Dolnym Śląsku, właśnie z pałacu w Morawie razem z innymi dziełami sztuki przez osoby, które znały wartość tego dzieła. Ktoś, kto dokonał kradzieży, znał nie tylko wartość artystyczną tego dzieła, ale również materialną. Obraz

może znajdować się w Niemczech, Austrii lub Szwajcarii. Być może został sprzedany do Ameryki Południowej, gdzie czarny rynek sztuki ma się bardzo dobrze. Mówiło się o Stanach Zjednoczonych, ale tam raczej tej klasy dzieło sztuki wcześniej czy później by wypłynęło. Pojawiała się sugestia, że portret młodzieńca trafił do Australii lub Rosji. Ja jestem absolutnie przekonany, że ten obraz nadal istnieje i wcześniej czy później ujrzy światło dzienne.

Czy jesteśmy w stanie ocenić, ile dzieł sztuki zostało „zabezpieczonych” przez prywatnych niemieckich czy rosyjskich kolekcjonerów, a ile powróciło na swoje miejsce?

To bardzo trudne pytanie. Do tej pory poszukujemy pół miliona zaginionych w czasie wojny dzieł sztuki, ile z tych

Najcenniejsze zabytki, w tym „Damę z gronostajem” na rozkaz Hansa Franka przetransportowano do Bawarii

Pojawiała się sugestia, że „Portret „Młodzieńca” trafił do Australii lub Rosji. Jestem przekonany, że obraz nadal istnieje

skarbów trafiło do rąk prywatnych, a ile jest jeszcze poukrywanych w muzealnych zasobach Europy, tego nie wiemy. Wiemy, że Rosjanie zagarnęli ich wielką ilość i z Górnego, i Dolnego Śląska. Do Rosji jechały transporty, których zawartości już dzisiaj nikt nie oszacuje. Część



FOT. ARCHIWUM PRYWATNE

Robert Kudelski osobiście odwiedza wszystkie miejsca na Dolnym Śląsku, o których pisze

wywiezionych do ZSRR dzieł sztuki zwrócono nam w latach 50. i 60, ale reszty nikt nie jest w stanie wyliczyć. Dostęp do rosyjskich archiwów jest w dalszym ciągu utrudniony.

Czy pana zdaniem możliwe jest, że skarby z blisko stu składnic Grundmanna czy dzieła sztuki z prywatnych zamkowych zbiorów książąt niemieckich zostały ukryte przez wojsko niemieckie w nieodnalezionych jeszcze sztolniach, podziemiach, jaskiniach Karkonoszy, Gór Sowich, Gór Złotych?

- Nie mam jednoznacznej odpowiedzi. Miejsca takie jak sztolnie, bunkry, schrony wykorzystywano raczej na magazyny broni, materiałów do prowadzenia wojny. Czasami ukrywano tam archiwa i dokumentację badań nad nową bronią. To możliwe, że w takich miejscach w dalszym ciągu znajdują się tego typu „skarby”.

Czy mogą tam być dzieła sztuki? Mogły się oczywiście zdarzać takie przypadki. Pod koniec wojny działania związane z ukrywaniem cennych dóbr prowadzono w pośpiechu, w chaosie wydarzeń wojennych i strachu przed Armią Czerwoną. Przez parę dekad poszukiwań prowadzonych w archiwach polskich, niemieckich, rozmów z wieloma osobami, eksploratorami spotykałem się z informacjami, że w takich miejscach również mogły być zdeponowane dzieła sztuki. Np. w niedostępnych od czasu wojny kopalniach odnajdowano fragmenty ukrytych tam kolekcji. Jakieś pojedyncze ramy po obrazach i tuby, w których znajdowano pozostałości zniszczonych obrazów. Dziś trudno jednak powiedzieć, czy były to fragmenty zbiorów ukrytych przez Grundmanna, czy też własność prywatnych kolekcjonerów. Bo trzeba pamiętać, że na Dolnym Śląsku było kilka tysięcy rezydencji i majątków niemieckiej arystokracji. W tych obiektach z całą pewnością znajdowały się dzieła sztuki. Część z nich została ukryta przez właścicieli: były zakopywane, zamurowywane. Na znalezienie takich skarbów pewnie wciąż można liczyć. Od czasu do czasu ktoś coś odnajduje. Co prawda nikt się tym specjalnie nie chwali, ale to dowód, że w dalszym ciągu warto szukać. Nie tylko na Dolnym Śląsku, ale i na wszystkich terenach przyłączonych do Polski po wojnie. Góry, lasy, podziemia, nieczynne kopalnie, piwnice zamków i pałaców kryją jeszcze wiele wojennych tajemnic.

Tolkien stworzył język elfów, ale polski był dla niego... zbyt trudny

Wojciech Obremski
redakcja@polskatimes.pl



Fantasy

Bez niego świat fantasy nie byłby taki sam. To on nadał pozornie zwykłemu, bajkowemu postaciom i miejscom niespotykany wcześniej charakter, czyniąc je niesamowicie realnymi. Dodając do tego fabułę, przepelnioną magią, mistycyzmem oraz podaną w nowatorski sposób przygodą, stał się prekursorem współczesnej literatury fantastycznej.

Niedawno minęło 129 lat od urodzin Johna Ronalda Reuela Tolkiena, zaś 60 lat temu Polacy, jako jedni z pierwszych na świecie, poznali „Władcę pierścieni”.

- Fantazjowanie jest naturalną czynnością człowieka. Rozumowi ani nie zagraża, ani nie obraża go bynajmniej, ani nie przytępia apetytu nań, pod żadnym pozorem nie zakłóca też percepcji racjonalizmu naukowego. Przeciwnie, im rozum bardziej przenikliwy i otwarty, tym bogatsze fantazje zdolne wytwarzać - mówił Tolkien, tłumacząc w pewny sposób wartości, jakie płyną z raczkującej i często niedocenianej wówczas literatury fantastycznej.

Mazurskie korzenie i ukąszenie pająka

Pisarz urodził się w angielskiej rodzinie w 1892 roku w Wolnym Państwie Oranii (dziś Republika Południowej Afryki), gdzie jego ojciec pracował jako urzędnik. Wedle jednego ze źródeł rodzina Tolkienów miała niemieckie korzenie - tłumaczyłoby to podobieństwo nazwiska do słowa „tollkühn”, co w języku Goethego oznacza „brawurowy”, „szaleńczo odważny” itp. Inna hipoteza mówi, że nazwisko może pochodzić od miejscowości Tolkenen, czyli dzisiejszej wsi Tolkeny na... Mazurach. Tezę tę potwierdza polski tolkienolog Ryszard Derdziński, który ustalił, iż prapradziadek pisarza Johann Benjamin Tolkien urodził się w 1752 roku w Gdańsku, a pod koniec XVIII wieku wyemigrował do Anglii.

Matka Tolkiena Mabel sama uczyła synów, skupiając się

zwłaszcza na językach obcych. Dzięki temu John znał (w różnym stopniu) ponad 30 języków, głównie wymarłych, germańskich i celtyckich, m.in. niemiecki, łacinę, starożytną grekę, gocki, staroislandzki, nordycki, staroirlandzki, walijski, anglosaski, hebrajski, hiszpański, francuski, rosyjski, fiński, niderlandzki, włoski i esperanto. Tolkien uczył się także polskiego, lecz uważał go za dość trudny język i nie potrafił się nim dobrze posługiwać. Gdy John miał rok, ukąsiła go tarantula. Jak sam później przyznawał, na skutek tego wypadku nie zaczął się bać pajaków, jednak będąc się one wielokrotnie pojawiać w jego dziełach. Wielkie i śmiertelnie niebezpieczne.

Jako, że przyszły pisarz nauczył się czytać już w wieku czterech lat, szybko pochłaniał kolejne, podsuwane mu przez matkę, książki. Były to m.in.: „Alicja w krainie czarów”, legendy o królu Arturze czy bajki Andrewa Langa. Jeszcze jako jedenastoletek, dzięki zachęceniu przez jednego z nauczycieli, zafascynował się historią języka angielskiego.

Zainteresowania językami przyszły twórca „Hobbita” wykazywał także podczas studiów na Exeter College w Oksfordzie. I nie były to wcale języki klasyczne, jak greka czy łacina, a język walijski czy językoznawstwo porównawcze. Wkrótce doszedł do tego język fiński, który do tego stopnia przypadł do gustu Tolkienowi, że postanowił oprzeć na nim opracowywany przez siebie sztuczny język quenya. Drugi z języków - sindarin - powstał na bazie walijskiego, a oba posłużyły mowie elfów w późniejszych dziełach twórcy. Również podczas studiów w ręce Tolkiena wpadł zbiór literatury religijnej autorstwa anglosaskiego VIII - wiecznego pisarza Cynewulfa. Na przyszłym pisarzu wrażenie zrobiły zwłaszcza dwa wersy: „Witaj, Earendelu, najjaśniejszy z aniołów / ponad śródziemie posłany do ludzi”.

Ten moment można uznać za początek inspiracji Tolkiena mitologią, gdyż wkrótce potem, w 1914 roku napisał wiersz „The Voyage of Earendel the Evening Star”, który rozpoczyna się właśnie wyżej wymienionym cytatem, mogącym uchodzić za załączek świata Śródziemia.

Podczas I wojny światowej Tolkien wziął udział m.in. w bitwie nad Sommą, najbardziej krwawej spośród bitew tego



Przeniesiona na ekran trylogia zrobiła furorę na całym świecie

konfliktu. Jednak jak sam kilkakrotnie podkreślał m.in. w przedmowie do „Władcy pierścieni”, doświadczenia wojny miały na jego twórczość znikomy, wręcz żaden wpływ.

„W małej norce mieszkał sobie Hobbit”

W 1917 roku Tolkien zaczął tworzyć swoje legendarium. Pierwsze wchodzące w jego skład dzieło - „Silmarillion” - powstało przez całe następne dekady, a zostało dokończony i wydane 60 lat później, po śmierci autora, przez jego syna Christophera.

Na początku lat 30. twórca rozpoczął pracę nad „Hobbitem”. Pewnego razu, sprawdzając egzaminy studentów, napisał na kartce zdanie: „W małej norce w ziemi mieszkał sobie Hobbit”. Z czasem książka miała coraz więcej rozdziałów, które Tolkien czytał podczas spotkań klubu Inklingów, czyli nieformalnej grupy oksfordzkich intelektualistów, spotykających się w pubach. Dzięki byłej studentce pisarza, „Hobbitem” zainteresowało się wydawnictwo Allen &

Tolkien uczył się wielu języków, w tym także polskiego, lecz uważał go za dość trudny i nie potrafił się nim dobrze posługiwać

Unwin, a po pozytywnej recenzji syna wydawcy, opublikowało książkę w 1937 roku. Powieść spodobała się, toteż wydawnictwo poprosiło o jej kontynuację. Tolkien przedstawił m.in. fragmenty „Silmarillionu” oraz kilka krótszych opowieści, zostały one jednak odrzucone, gdyż według wydawcy, ludzie chcieli czytać wyłącznie o hobbitach.

Tolkien nie miał wyjścia - rozpoczął pracę nad dalszym ciągiem historii, która początkowo, podobnie jak „Hobbit”, była pomyślana jako książka dla dzieci. Wkrótce jednak zmienił zdanie i postanowił, że „Władca pierścieni”, bo tak pisarz zatytułował kontynuację, będzie przeznaczony dla bardziej dojrzałych czytelników.

Wydawca zauważył jednak, że objętość książki może być problemem i zaproponował wydanie jej w trzech częściach. Tolkien protestował argumentując, że jest to jedna całość. Nie zdało się to na nic - historia walki o pierścień została przedstawiona jako trylogia. I tak, pierwszy tom „Władcy pierścieni” („Drużyna pierścienia”) został wydany latem 1954 roku, tom drugi („Dwie wieże”) w listopadzie, trzeci zaś („Powrót króla”) w październiku 1955 roku.

W Polsce książka ukazała się po raz pierwszy w latach 1961 - 1963, w przekładzie Marii Skibniewskiej, która tom pierwszy zatytułowała „Wyprawa” (późniejsi translatorzy zmienili

tytuł, podobnie jak wiele innych nazw własnych, na: „Bractwo pierścienia” czy wreszcie, najbardziej znaną, „Drużynę pierścienia”). Za teksty poetyckie odpowiadał Włodzimierz Lewik. Warto dodać, że polski przekład był trzeci na świecie - wcześniej książkę przetłumaczono na języki holenderski i szwedzki.

Drużyna pierścienia wkracza na ekrany

„Władca pierścieni” stał się wkrótce jedną z najczęściej czytanych książek w historii. Do dziś na całym świecie sprzedano się 150 milionów egzemplarzy („Hobbita” kupiło 100 milionów). Począwszy od 2003 roku, 25 marca, The Tolkien Society organizuje Dzień Czytania Tolkiena, który obchodzony jest również w Polsce.

Historie Bilbo Bagginsa czy wojny o pierścień aż prosiły się o przeniesienie na ekran, toteż nie dziwnego, że po prozie Tolkiena sięgnęli filmowcy. Pierwszy raz stało się w to w roku 1977, kiedy to reżyser Ralph Bakshi podjął próbę ekranizacji książki w postaci filmu animowanego. Przedstawiał on wydarzenia z „Drużyny pierścienia” i częściowo z „Dwóch wieży”. Trzy lata później powstała swoista, również animowana kontynuacja, zatytułowana „Powrót króla”.

Przeszkodą w nakręceniu aktorskiej wersji „Władcy pierścieni” było niewątpliwie ukazanie fantastycznego świata

stworzonego przez Tolkiena. Stało się to możliwe dopiero na przełomie wieków. I tak, w latach 2001 - 2003 na ekrany wchodziły kolejne części trylogii, stworzonej przez Petera Jacksona, bijąc rekordy popularności i zdobywając deszcz nagród. Kilka lat później, z podobnym rozmachem, który tym razem szedł jednak w parze ze sporą dozą krytyki, nakręcono „Hobbita”. Wielu nie spodobał się fakt, że nieporównywalnie cieńszą od „Władcy pierścieni” książkę rozwleczono do postaci trylogii. I o ile w przypadku „Władcy pierścieni” było to najzupełniej zrozumiałe, to przy „Hobbitach” pojawiły się zarzuty, jakoby twórcy chcieli wydusić jak najwięcej zysku z trzech filmów, który spokojnie mógłby być jednym.

Niezależnie od zdania widzów trzeba przyznać, że ekranizacje twórczości Tolkiena zrobiły nie tylko krocie, ale przyczyniły się także do promowania twórczości pisarza w niespotykany dotąd sposób, zaś przychody z gadżetów, gier, różnego rodzaju wydawnictw, słuchowisk itp. można liczyć w milionach dolarów. Obecnie w Nowej Zelandii trwają prace nad serialową wersją „Władcy pierścieni”, której akcja rozgrywać się będzie na wiele lat przed wydarzeniami opisanymi w klasycznej trylogii, w czasach tzw. Drugiej Ery.

Odwieczny spór fanów i przeciwników przenoszenia dzieł Tolkiena na ekran po części tłumaczył na łamach „Rzeczypospolitej” prof. Jakub Zdziśław Lichański, historyk literatury i kultury z Uniwersytetu Warszawskiego. - Znaczący twórczości Tolkiena mają specyficzny sposób odbioru filmów na podstawie pierwowzoru. Dopiero gdy spojrzymy na nie, abstrahując od dzieła literackiego, ocena się zmienia. Peter Jackson wprawdzie nie popełnił fundamentalnych błędów, ale widz jego filmów musi wczuć się w skórę odbiorców kultury anglosaskiej. Trzeba pamiętać, że jest to film na motywach powieści, a nie powieść - trafnie zauważa prof. Lichański.

Twórczość Tolkiena pozostaje do dziś niedoścignionym wzorem pisania ponadczasowo, czego dowodem są współczesne dzieła, zarówno książkowe, jak i filmowe. Dzieła bazujące na prozie człowieka, który nadał gatunkowi fantasy nie tylko nowy kierunek, ale i miano klasyki.

Krótką historia naszej piżamy

Hanna Wiczorek
h.wiczorek@gazeta.wroc.pl



Moda

W piżamie do pracy? To chyba jakiś żart? A jednak nie. W 2007 roku Emirat zatoki Ras al-Khaimah, wchodzący w skład Zjednoczonych Emiratów Arabskich, zabronił pracownikom samorządowym przychodzenia do pracy w piżamach... A trzy lata później BBC poinformowało, że jeden z supermarketów Tesco w Cardiff poprosił klientów, by nie robili zakupów w piżamach.

Zamieszanie z piżamą ma długą historię. To, co dzisiaj kojarzy nam się przede wszystkim ze strojem do spania, od wielu wieków w Indiach było normalnym dziennym strojem. Piżama przywędrowała tam wraz z muzułmanami. Wkrótce lekkie spodnie z wierzchnią szatą zaczęli nosić także Sikhowie i Hindusi. Zresztą nie tylko mężczyźni, bywało bowiem, że Hinduski zamieniały tradycyjne sari na piżamę.

Piżama z Indii

Lekki i przewiewny strój spodobał się Europejczykom mieszkającym w Indiach. W swoich kufrach mieli je już od początku XVII wieku Portugalczycy, a później i Anglicy. Piżama znana była wówczas jako bryczesy magnata (pod tą nazwą występują na przykład w dziełach Beaumonta i Fletchera. Tyle że owa piżama nie przypominała współczesnego stroju do spania. Jeśli ktoś jest ciekawy, jak wyglądała, powinien obejrzeć portret Williama Feildinga, pierwszego hrabiego Denbigh, namalowany około 1633 roku przez Antoon van Dycka. Izwrócić uwagę, że hrabia Denbigh wybrał się w piżamie na polowanie. - Pod koniec XVII wieku w Anglii piżama stała się na krótko bardzo elitarnym strojem negliżowym - opowiada Małgorzata Możdżyńska-Nawotka, kurator Galerii Rzemiosł Artystycznych i Kultury Technicznej Muzeum Narodowego we Wrocławiu. - To był szczyt mody i ekstrawagancji. Potem jeszcze raz, na przełomie XIX i XX wieku, pidżama wróciła do łask jako strój artystów, ponieważ wygodnie się w niej pracowało.

Niech nas przy tym nie zwiedzie sformułowanie strój negliżowy. Bo choć dzisiaj jest synonimem białej nocnej lub niekompletnej, niedbałej



Jedwabne piżamy, balowa i ogrodowa, z oferty domu Mody „B. Herse”. Zdjęcie z 1932 roku



Smoking jacket z 1860 r. (Metropolitan Museum of Art, Nowy Jork)

ubioru (dziennego lub nocnego), to oznaczał po prostu strój domowy - często bardzo wytworny.

Piżama początkowo nie zrobiła w Europie furory, jednak już w wiktoriańskiej Anglii panowie coraz częściej zaczęli w niej sypiać. Mężczyźni porzucili koszule nocne dla piżamy na początku XX wieku, jednak kobiety jeszcze długo nie myślały o takiej zamianie. Zaczęły w niej sypiać dopiero w czasie drugiej wojny światowej.

Jednak w damskich szafach piżama pojawiła się na dobre nieco wcześniej, bo w latach 20. ubiegłego wieku. Choć rozślała ją Coco Chanel, to pierwszą próbę ubrania pań w piżamy wprowadził inny znany francuski dyktator mody: Poul Poiret. Zaproponował on paryżankom jedwabną piżamę dzienną. Imoże nie byłoby w tym nic zdumiewającego, gdyby nie fakt, że wpadł na ten pomysł przed pierwszą wojną światową. Do piżamy dodał różnorodne ozdoby, tak że ubrane w nie mo-

delki przypominały odaliski z haremu. Pomysł wówczas nie chwycił, ale już dwie dekady później prawdziwym przebojem stała się piżama plażowa, zaprojektowana właśnie przez Coco Chanel.

Szybko okazało się, że damska dzienna piżama przydaje się nie tylko do plażowania. Eleganci odkryli, że świetnie nadaje się na wycieczki jachtem, popołudnia spędzane na coctail party, wieczory na dancin-gach. Po piżamach plażowych, jachtowych przyszedł więc czas na ogrodowe, maskaradowe, dancin-gowe, a nawet balowe!

Luźne, damskie spodnie z tuniką dotarły również do Polski. Np. warszawski dom mody Herse w pięknej, narożnej kamienicy przy ul. Marszałkowskiej miał w swojej kolekcji lniane piżamy letniskowe i jedwabne wieczorowe. Nawet prasa zauważyła, że latem nad morzem chodzenie rano w sukni, a nie w „pyjamie” jest pewnego rodzaju „schokin-giem”.

Szlafrok dla intelektualisty lub filozofa

Słowo szlafrok wywodzi się z języka niemieckiego i oznacza luźny strój domowy, używany zazwyczaj do okrycia przed położeniem się do łóżka lub krótko po wstaniu. Jednak nie zawsze służył wyłącznie takim celom. W XVII wieku pojawia się bowiem tak zwana „poranna szata”, często określana także jako banyan, której rodowodu można zapewne szukać w japońskim kimonie. Szeroka, luźna, szyta w kształcie litery „T”, szyta była z lnu, bawełny lub

jedwabiu. Ów banyan zakładano w domu jako rodzaj szlafroka - na koszulę i bryczesy. Często dodatkem do „porannej szaty” była luźna czapka jako żywo przypominająca turban. Takie nieformalne nakrycie głowy zastępowało obowiązkową w tamtych czasach perukę.

Taki szlafrok kojarzony był przede wszystkim z intelektualistami i filozofami. Amerykanin, sygnatariusz Deklaracji Niepodległości Stanów Zjednoczonych Benjamin Rush powiedział, że luźne szaty przyczyniają się do łatwego i energicznego ćwiczenia umysłu i dodał, że ta wiedza jest tak powszechnie znana, iż kiedy wejdziemy do biblioteki, zauważymy natychmiast pilnych mężczyzn w togach.

- W XVII wieku na portretach mężczyzn zajmujących się działalnością intelektualną oraz twórczą pojawia się szlafrok jako ubiór dzienny, w którym oni się tym czynnościom oddają - opowiada Małgorzata Możdżyńska-Nawotka. - Zatem ten szlafrok, który na dodatek jest ponadczasowy, tak się pięknie układa w fałdy i jest atrakcyjny wizualnie, staje się w tym czasie symbolem intelektualisty, artysty.

W szlafroku dał się na przykład sportretować Isaak Newton. Natomiast Samuel Pepys, znany przede wszystkim ze swoich dzienników, pożytył jedwabny szlafrok specjalnie po to, by pozować w nim do portretu.

A tak przy okazji. Po drugiej wojnie domowej próbowano znaleźć polski zamiennik słowa „szlafrok”, przez pewien czas forsowano nazwę... „okryciałko”. Określenie to nie chwyci-

ciło i dopiero w latach w 50. XX pojawiła się nasza polska „podomka”. Spopularyzował ją tygodnik „Przekrój”, który ogłosił konkurs na polską nazwę szlafroka.

Kiedy jesteśmy przy szlafrokach, nie sposób nie wspomnieć o bonżurce. Jak sama nazwa wskazuje (francuskie bonjour, czyli dzień dobry) to poranny ubiór męski z miękkiej tkaniny wełnianej, krótki, luźny, o kroju zbliżonym do marynarki, z kołnierzem i mankietami. Jednak początków bonżurki trzeba szukać gdzie indziej.

Bonżurka się wywodzi z czegoś, co się nazywa smoking jacket - tłumaczy Małgorzata Możdżyńska-Nawotka. - To było okrycie, które zakładali panowie, kiedy na przyjęcie szli. Przechodzili do oddzielnego pomieszczenia, żeby panie nie musiały wdychać dymu i żeby im suknie nie przesiąkły zapachem tytoniu. Panowie do palenia zdejmowali frak czy smoking i wkładali miękki żakiet, szyty zazwyczaj z orientalnej tkaniny, często też pikowany. Był to więc strój do palenia, które też w tym czasie było czynnością egzotyczną.

W Wielkiej Brytanii palenie papierosów, fajki i cygara rozpowszechniło się w połowie XIX w., po wojnie krymskiej. Na popularności zyskał wówczas też smoking jacket, w którym dżentelmeni udawali się do palarni.

Smoking jacket był bardzo popularny do lat 50. ubiegłego wieku. Nosili go Gary Grant, Dean Martin i Frank Sinatra, a także Fred Astaire, który został nawet w nim pochowany.

©P



Nowa Zelandia, 1868 r. Polityk James FitzGerald w smoking jacket

FOT. DOMENA PUBLICZNA, WIKIPEDIA (3)

Trunki domowej roboty

Szymon Spandowski

Co popijali nasi przodkowie witając kolejne lata XV, XVI czy XVII stulecia? Wiemy, że na stołach królowały wtedy inne potrawy niż obecnie, z trunkami było podobnie?

Wszystko zależało oczywiście od warstwy społecznej i regionu. Elity na ogół piły wino, w XVI wieku w Rzeczypospolitej zaczyna się wielka kariera wina węgierskiego, poza tym popularne były także wina śródziemnomorskie - słodkie, korzenne, ziołowe. Dziś pewnie nazwalibyśmy je wermutami. Warto też dodać, że kiedyś ludzie nie mieli obiekcji i bardzo chętnie łączyli różne trunki, bądź je dosmaczali, stosując m.in. ostre przyprawy.

Wina węgierskie były szczególnie popularne na południu i wschodzie kraju, na północy natomiast, w wieku XVII i XVIII popularność zdobyły wina francuskie, a także reńskie. Wszystkie sprowadzano z daleka, ich transport był problemem, bo wina często się psuły. Na miejscu od winów wyrabiano jednak miody pitne, również często dosmaczane - maliniaki, wiśniaki... Ich receptury były często niezwykle rozbudowane, to ogromna wiedza, która z czasem zaginęła. Swego czasu produkcja miódów została uprzemysłowiona, ale dziś coraz częściej zaczynają się nią zajmować także małe firmy rodzinne.

Poza miódami, na ziemiach polskich od zawsze był obecny cydr, czyli jabłecznik oraz piwo. Piwo jednak uważane było za coś powszedniego, element jedzenia. Zresztą za piwo były uważane różne trunki niskoalkoholowe. Jabłecznik był czasami nazywany piwem jabłkowym, było też piwo jałowcowe, na Kurpiach nazywane pisiwem.

Wódka, z którą Polska jest wciąż kojarzona zaczęła wpływać na nasze stoły dopiero pod koniec XVI wieku. Podobno palce w tym pośrednio maczał Stefan Batory. Król uznał, że wojskom polskim nie udało się w 1582 roku zdobyć Pskowa, ponieważ żołnierze byli otumanieni nasionami derenia. Monarcha kazał zatem wypełnić te rośliny z Korony, czym doprowadził do załamania się produkcji miódów. Ich miejsce zajęła wódka.

Była u nas obecna wcześniej, w niewielkich ilościach jako lekarstwo. Rzeczywiście jednak, popularność zaczęła zdobywać od XVII wieku. Około, która z czasem stała się

A może piwo z liści łopianu? O różnych smakach i recepturach

Jakie trunki królowały na polskich stołach przed wiekami i jak ich smaki są teraz wskrzeszane - z profesorem Jarosławem Dumanowskim, kierownikiem Centrum Dziedzictwa Kulinarnego na Wydziale Nauk Historycznych UMK Torunia

alkoholem biedoty, była słabsza niż teraźniejsza wódka, ówczesne możliwości techniczne nie pozwalały na utrzymanie takiej mocy. Poza tym wódki były często traktowane jako leki lub ich składniki.

Podobnie jak nalewki, które przeżywają teraz renesans.

Cudzoziemcy mówią, że jest to sport dla dojrzałych mężczyzn i wspaniały sposób na oszukanie czasu, bo wystarczy taką nalewkę zrobić i czekać. Nalewka będzie się stawała coraz lepsza, czas będzie działał na naszą korzyść, co w innych dziedzinach życia jest raczej nieosiągalne. W Polsce producenci nalewek mają jednak sporo problemów, głównie natury organizacyjno-skarbowe. Pan Karol Majewski, jeden z najsłynniejszych producentów nalewek w Polsce opowiadał, że kontroluje go wiele różnych instytucji. Na naszym Festiwalu Smaku w Grucznie również przeciw kilka lat temu służby skarbowe zrobiły nalot, co się odbiło szerokim echem w całej Polsce. W kilku krajach rolnicy mogą produkować na uproszczonych zasadach określone ilości nalewek czy destylatów z owoców. W Polsce również były do tego przymiarki, ale zdaje się, że ostatecznie nic z tego nie wyszło.

Nalewki są jednym z filarów naszej alkoholowej tradycji. Te w czasach pana Zagłoby zapewne były słabsze od dzisiejszych. Czym jeszcze się różniły?

Od lat jeżdżę do Lublina na Europejski Festiwal Smaku. Podczas tego typu imprez bardzo często są organizowane konkursy nalewek. Waldemar Sulisz, organizator lubelskiego festiwalu, robi te swoi-



Domowe nalewki najlepiej „czują się” w pięknym szkle. Wiekowe cudelniki można znaleźć na targach staroci albo w sieci

ste turnieje w dwóch kategoriach: nalewki tematyczne, np. wiśniowe, oraz nalewki historyczne. W tej drugiej kategorii wygrała pani, która wzięła na warsztat XVIII-wieczny przepis pochodzący z jakiegoś żeńskiego klasztoru z Sandomierza. Do rękopisu dotarła z moją pomocą. Wszyscy pewnie słyszeliśmy o nalewce z czarnego bzu, można ją robić z pyłku, kwiatów, albo z owoców.

A ten przepis?

Ten przepis pochodził z zupełnie innego świata, w którym czas i praca nie liczyły się tak jak teraz. Pod koniec zimy, bądź wczesną wiosną wykopywało się korzenie, aby je zamacerować w alkoholu. Wiosną to samo robiło się z łykiem, w maju przychodził czas na kwiaty, a na końcu macerowane były owoce. Z tego wszystkiego po kilku latach powstawał

niesamowity trunek, słodki, kwiatowy, owocowy, a jednocześnie lekko wytrawny.

Hmm, to poproszę o jeszcze jakiś przykład reanimowanego smaku.

Sporą popularnością cieszy się ruch piwowarstwa domowego. Jeden kolega zrobił w ramach pracy licencjackiej piwo na podstawie jednej z wiekowych receptur. Było to piwo pszeniczne, ale z korzeniem poziomki. Wyszło coś wspaniałego, z głębokim owocowym, a jednocześnie wytrawnym posmakiem. Inny znajomy zrobił też kiedyś piwo z liściem łopianu.

Serio?!

Nie kłamie.

Nie wątpię, ale się dziwię.

No i na zadziwieniu to właśnie polega. Tamto piwo miało posmak takiej zieleniny, świeżości, a jednocześnie, ni stąd, ni zowąd imbiru. Tego typu eksperymenty przeważnie robią małe firmy. W Polsce jednak takie browarnictwo stało się na tyle popularne, że nawet wielkie browary musiały w swojej ofercie uwzględnić piwo rzemieślnicze. Browar w Olsztynie na przykład współpracuje z historykiem z tamtejszego muzeum. Efektem tej współpracy było piwo z domieszką lawendy.

W czasach Kopernika wino, które trafiało na stoły, pochodziło nie tylko z importu, ale również rodzimej produkcji. Były to jego ostatnie chwile, bo później klimat się ochłodził i po winnicach zostały tylko tarasy widoczne na zboczach Doliny Wisły. Teraz w szybkim tempie robi się ponownie coraz cieplej. Jedną z niewielu dobrych stron tego ocieplenia jest powrót winnic i wina.

Produkcja wina rzeczywiście bardzo się rozwinęła. Szczególnie na południu kraju, ale nie tylko, bo winnice są

też np. na Pomorzu Zachodnim. To się dzieje na naszych oczach, bo jeszcze kilka lat temu produkcja polskiego wina była tak mała, że ceny jakie to wino osiągało, niewiele różniły się od cen win francuskich. Zresztą, co ciekawe, w naszym kraju powstaje już także wino musujące. Na festiwalu w Sandomierzu spotkałem pewnego Francuza, który osiedlił się w Polsce, a przyjechał z Szampanii i zaczął produkować to, z czego jego ojczyzna słynie. Próbowałem - było bardzo dobre.

Czy mamy jakieś trunki, które kiedyś były popularne, ale później zniknęły bez śladu?

Od 10 lat, w serii

„Monumenta Polonae Culinae” opracowujemy i wydajemy najstarsze polskie książki kucharskie. Właśnie opracowaliśmy ósmy tom, wielką księgę z połowy XVIII wieku, w której jest ze 200 receptur wódczanych. Mamy tam wódkę różaną, konwaliową, cynamonową - ta ostatnia była w tamtych czasach niezwykle popularna, podobnie jak anyżówka. Jest wódka serdeczna, czyli lekarstwo na serce, robiona na winie. Ciekawą rzeczą jest także wódka z drożdży miodowych. Mamy wódkę rozmarynową, lawendową, z kardamonem...

Wystarczy! Głowa może od tego rozboleć. Poproszę o coś na kaca.

Proszę bardzo. Pierwszą książką kucharską, jaką wydaliśmy było „Compendium ferculorum”, dzieło wydane po raz pierwszy w 1682 roku, a napisane przez Stanisława Czernieckiego, który był kucharzem Lubomirskich. Wstęp napisał pan Stanisław Lubomirski z Krakowa. Podzielił się rodzajowymi wspomnieniami, napisał m.in., że Lubomirscy zdawali sobie sprawę z niebezpieczeństw, które mogły nieść ze sobą obficie zakrapiane uczty. W pamiętnikach jego XIX-wiecznego przodka jest przepis na zjonkę, czyli napój, który leczy kaca: dwie lub trzy butelki koniaku, wiśniówka, pieprz cayenne, cukier. Alkohol należało podpałić, cukier miał się stopić, do tego należało dodać jeszcze wino burgundzkie i szampan...

Dobrze, że paliwo do rakiet ludzie wynaleźli później!

Ten przepis wcale nie jest najgorszy. Dla mnie najciekawsze są właśnie inne, straszliwe receptury, które polegały na domieszaniu do alkoholu jakiejś trucizny, na przykład krwi węgorka, co miało wywołać odruch wymiotny albo złe skojarzenie. Generalnie jednak podobne leczy się podobnym.

©©

Wina sprowadzano z daleka, transport był problemem, trunki się psuły. A u nas wyrabia - no doskonałe miody - maliniaki, wiśniaki...

Trump postawiony w stan oskarżenia. Co robi Senat?

Waszyngton

Kazimierz Sikorski
kazimierz.sikorski@polskapress.pl

Izba Reprezentantów oskarżyła prezydenta Trumpa o „podżeganie do powstania” podczas zamieszek na Kapitolu 6 stycznia. To druga próba impeachmentu Donalda Trumpa.

Sensacji nie było. Amerykańska Izba Reprezentantów oskarżyła w środę w nocy czasu polskiego prezydenta Donalda Trumpa o „podżeganie do powstania” podczas zamieszek na Kapitolu w zeszłym tygodniu. 232 kongresmenów, w tym 10 republikanów, opowiedziało się za impeachmentem Donalda Trumpa, a 197 kongresmenów było przeciw.

Tym samym Trump jest pierwszym prezydentem w historii USA, który został dwukrotnie postawiony w stan oskarżenia (impeachment) przez Kongres. Poprzednio miało to miejsce w grudniu 2019 roku, w związku z tzw. aferą ukraińską.

Sprawa Trumpa trafi teraz do Senatu, gdzie w przypadku skazania go, może zostać pozbawiony możliwości ponownego sprawowania urzędu. Czy tak się jednak stanie?

Rządy Donalda Trumpa kończą się 20 stycznia i jest mało prawdopodobne, że Trump będzie musiał opuścić Białą Dom przed końcem ka-



Izba Reprezentantów przegłosowała postawienie Trumpa w stan oskarżenia, jednak Senat może zgłosować inaczej

W wydanym w środę oświadczeniu Donald Trump powtórzył, że nie popiera stosowania przemocy i wezwał do złagodzenia emocji

dencji. Senat zbiera się na posiedzeniu 19 stycznia w przeddzień inauguracji Joe Bidena. Nie będzie miał czasu na powołanie komisji, rozpoczęcia wszystkich procedur, sprawa może być odłożona na czas już po zakończeniu prezydentury Donalda Trumpa.

Mówi się, że Izba Reprezentantów poczeka sto dni z przekazaniem wniosku do Senatu,

aby Joe Biden mógł w tym czasie skupić się na podstawowych problemach, jak walka z pandemią, o których mówił w kampanii wyborczej. Demokraci liczą, że Trump zostanie uznany za winnego i nie będzie mógł startować w przyszłych wyborach prezydenckich.

Prezydent został oskarżony przez Kongres o podżeganie do szturmowania na Kapitol przemówieniem z 6 stycznia na wiecu przed Białym Domem. Po słowach Trumpa jego zwolennicy wtargnęli się do Kapitolu, zmuszając polityków do zawieszenia certyfikacji wyników wyborów i schronienia się. Budynek został zamknięty, a pięć osób zginęło.

W oskarżeniu stwierdzono, że Trump „wielokrotnie wyda-

wał fałszywe oświadczenia, w których twierdził, że wyniki wyborów prezydenckich są fałszywe i nie należy ich akceptować”. Następnie powtórzył te twierdzenia i świadomie wygłaszał oświadczenia do tłumu, które zachęcały i skutkowały bezprawnymi działaniami na Kapitolu, co doprowadziło do przemocy i śmierci. Prezydent Trump poważnie zagroził bezpieczeństwu Stanów Zjednoczonych i ich instytucji rządowych, zagroził integralności systemu demokratycznego, przeszkodził pokojowemu przekazaniu władzy.

Przewodnicząca Izby Reprezentantów Nancy Pelosi, demokratka, powiedziała na sali parlamentu: Prezydent Stanów Zjednoczonych wzniecił to powstanie, ten zbrojny bunt przeciwko naszemu wspólnemu krajowi. Musi odejść. Jest wyraźnym i aktualnym zagrożeniem dla narodu, który wszyscy kochamy.

Większość republikanów nie próbowała bronić retoryki Trumpa, zamiast tego argumentowała, że oskarżenie ominęło zwyczajowe przesłuchania i wzywając Demokratów do rezygnacji z niej dla dobra jednności narodowej.

- Oskarżanie prezydenta w tak krótkim czasie byłoby błędem. To nie znaczy, że jest wolny od winy - mówił Kevin McCarthy, czołowy republikanin w Izbie Reprezentantów. ©P

Poszukiwana 13-latka z Bytomia zamordowana

Bytom

Jolanta Pieronczyk
jolanta.pieronczyk@polskapress.pl

Tragiczny koniec poszukiwań 13-letniej Patrycji z Bytomia. Ciało zaginionej dziewczynki odnaleziono na nieużytkach w Piekarach Śląskich. Została zamordowana, zginęła od ciosów nożem. Policja zatrzymała jej 15-letniego znajomego, który od początku znajdował się w kręgu zainteresowania śledczych.

13-letnia Patrycja zaginęła wieczorem we wtorek. Natychmiast po zgłoszeniu zaginięcia na poszukiwanie ruszyła rodzina, znajomi oraz kilkadziesiąt policjantów z Piekar, Bytomia, Knurowa i Komendy Wojewódzkiej Policji.

W środę policjanci znaleźli jej ciało na nieużytkach za supermarketem w Piekarach Śląskich.

Od początku w kręgu podejrzanych był 15-letni znajomy dziewczyny, jak podaje PolskieRadio24.pl. Chłopak został zatrzymany i przyznał się do zabójstwa. Patrycja zginęła od rany zadanej ostrym narzędziem. Jak podaje PolskieRadio24.pl, dziewczyna była w ciąży.

Nadzorująca śledztwo Prokuratura Okręgowa w Gliwicach nie potwierdza informacji o ciąży.

- Nic nam o tym nie wiadomo - powiedziała krótko Joanna Smorczewska, rzecznik Prokuratury Okręgowej w Gliwicach.

Prawdopodobnie dziś zostanie przeprowadzona sekcja zwłok.

- Mogę powiedzieć tylko tyle, że było to przestępstwo spowodowanie śmierci. Zabójstwo. Do sprawy zatrzymany został 15-letni znajomy trzynastoletniej bytomianki. Trwają czynności procesowe. W piątek między ósmą a dziesiątą na stronie policji ukaże się oficjalny komunikat w tej sprawie - mówi Joanna Smorczewska.

Doniesień medialnych nie chce komentować. Nie chce też mówić o tym, jak dziewczynka zginęła. Wszystko dla dobra śledztwa.

Rodzice zamordowanej Patrycji, Marzena i Grzegorz, w czwartek, 14 stycznia, pojawili się na miejscu zbrodni, żeby zapalić znicze ku pamięci swojej córki. Nie zapalili. Nie mogli, bo na miejscu wciąż trwają policyjne oględziny.

- Jeździł z nami na wakacje, traktowaliśmy go jak syna! To był normalny chłopak, żadna patologia - mówili dziennikarzom załamani rodzice.

Kacper jakiś czas temu rozstał się z Patrycją, ale nadal utrzymywali kontakt. W tym czasie okazało się, że 13-latka może być w ciąży. W środę, 13 stycznia, miała odbyć wizytę u ginekologa. Do lekarza nie dotarła. Tego samego dnia znaleziono jej zwłoki.

- Jeszcze z nami szukał Patrycji, jeździł po komisariatach - opowiadała matka.

- Całą noc stał obok mnie, a wcześniej zabił moją córkę - dodał ojciec. ©P

Warszawa

Przewodniczący KRS i jej rzecznik odwołani

Przewodniczący Krajowej Rady Sądownictwa Leszek Mazur został odwołany ze stanowiska. Z kolei sędzia Maciej Mitera nie jest już rzecznikiem KRS, został też usunięty z prezydium Rady. Jak przekazało TVN24, wnioski o odwołanie przewodniczącego KRS i rzecznika Rady złożył sędzia Marek Jaskulski, członek KRS. Zostały złożone w związku z „utrąta zaufania”. Dyskusję utajniono na wniosek członka KRS sędziego Macieja Nawackiego. „We wnioskach o odwołanie chodziło przede wszystkim o ujawnienie dziennikarom, na podstawie prawa dostępu do informacji publicznej, dokumentów dotyczących podwójnego wynagrodzenia dla członków KRS poprzez przesuwanie posiedzeń komisji na inny termin niż posiedzenia plenarne” - informuje TVN24, powołując się na nieoficjalne ustalenia swoich reporterów. Sędzia Mazur przyznał, że w Radzie toczył się spór dotyczący zmiany regulaminu pracy komisji KRS. (AIP)

PZN potwierdza: synowie Emilewicz jeździli na nartach bez licencji

Warszawa

Kacper Rogacin
kacper.rogacin@polskapress.pl

Synowie Jadwigi Emilewicz jeździli na nartach na stoku przeznaczonym dla zawodników szkółki narciarskiej w Zakopanem bez odpowiedniej licencji Polskiego Związku Narciarskiego. Informację TVN24 potwierdził sam Związek.

Synowie byłej wicepremier Jadwigi Emilewicz brali udział w zgrupowaniu narciarskim w Suchem pod Poroninem w powiecie tatrzańskim, chociaż żaden z nich nie posiadał licencji Polskiego Związku Narciarskiego. A tylko taki dokument pozwala w czasie obowiązków obostrzeń korzystać w ten sposób ze stoków narciarskich. O sprawie poinformował w środę TVN24.

Była wicepremier w rozmowie z dziennikarzem TVN24 zaznaczyła, że nie wie, dlaczego „nie ma chłopców w PZN”. „Po startach wszyscy mieli licencję. Dziękuję za zwrócenie uwagi” - napisała 5 stycznia w SMS-ie w odpowiedzi na pytania.

7 stycznia, gdy TVN24 kontaktuje się ponownie z byłą wicepremier, ta podaje numery licencji, które mają jej synowie. Okazuje się, że rzeczywiście numery w wykazie Polskiego Związku Narciarskiego pojawiły się na stronie - wcześniej ich nie było.

Przewodniczącego komisji licencyjnej PZN Jakuba Michalczyka poinformował w rozmowie z TVN24, że wniośki o przyznanie licencji synom Jadwigi Emilewicz „są datowane na 7 stycznia” i tego dnia licencje zostały przyznane i od tego dnia obowiązują.

- Po wglądzie do pełnej dokumentacji mogę potwierdzić, że 7 [stycznia - red.] mieliśmy u siebie wnioski i on został tego samego dnia wprowadzony do systemu - wyjaśnił TVN24 Michalczyk.

Jak dodał, badania lekarskie i przelewy były datowane na 7 stycznia. Tymczasem Jadwiga Emilewicz napisała w wiadomości do TVN24, że jej dzieci brały udział w zgrupowaniu w Suchem w dniach 2-6 stycznia.

W środę Jadwiga Emilewicz wydała oświadczenie, w którym stwierdziła, że nie zlekceważyła zaleceń rządu.

„Uważam, że decyzje rządu są słuszne i w pełni się im podporządkowuję. Żadnym swoim działaniem nie lekceważę apele rządu ani tym bardziej rządowych rozporządzeń” - napisała. ©P

REKLAMA

0010011926

Całodobowo 81 744 50 31, 503 026 883
Lublin, ul. Cmentarna 8
www.PUK.lublin.pl

**KOMPLEKSOWE
USŁUGI POGRZEBOWE**

Szeroki zakres usług związanych z pogrzebem

REKLAMA

009692839

**HADES CAŁODOBOWE
USŁUGI POGRZEBOWE**

Pogłębianie grobów, ekshumacje, kremacje w 24 godz.
BUDOWA I SPRZEDAŻ GROBÓW NA MAJDANKU
TRANSPORT OSÓB ZMARŁYCH Z DOMU DO CHŁODNI I CHŁODNIA BEZPŁATNIE
Zasiłek pogrzebowy wypłacany przed pogrzebem

**PIERWSZA NA LUBELSZCZYZNIE
SPOIELARNIA ZWŁOK JUŻ OTWARTA!**
Lublin, Droga Męczenników Majdanka 67
tel. 81-744-08-69, 601-818-072

REKLAMA

0010012746

CHARON
DOM POGRZEBOWY

Cmentarna 20
(Majdanek)

- WŁASNA SALA POŻEGNAŃ
- CHŁODNIA
- KREMACJE
- SPRZEDAŻ I POGŁĘBIANIE GROBÓW
- EKSHUMACJE
- FORMALNOŚCI
- KWACIARNIA

USŁUGI CAŁODOBOWE CZECHOWKA 42
81 532 56 50, 604 468 377

MOIM ZDANIEM

Jak powstał
i rozwinął się TwitterRyszard Tadeusiewicz
profesor AGH

W ydarzeniem mijającego tygodnia było zablokowanie w portalu Twitter konta prezydenta Donalda Trumpa @realDonaldTrump. Trump próbował publikować swoje komentarze na temat wyborów prezydenckich, korzystając z oficjalnego konta prezydenta USA @POTUS, ale też został zablokowany. Potem sięgnął do konta swojej firmy @TeamTrump. I... został zablokowany.

Gwałtowna reakcja zainteresowanego (nie krył wściekłości!) dowiodła, jak ważny stał się we współczesnym świecie Twitter. Portal ten z prostej rozrywki towarzyskiej zamienił się w potężne narzędzie polityczne. W tym kontekście warto przypomnieć kilka faktów z jego historii.

Pomysł stworzenia serwisu internetowego do mikroblogowania powstał w firmie Odeo, założonej w 2005 roku przez Noach Glassa i Evana Williamsa. Współpracował z nimi początkowo Kevin Systrom, który jednak później odłączył od nich i założył inny ogromnie popularny serwis społecznościowy Instagram. O Instagramie napiszę innym razem, a tutaj wracam do historii powstania Twittera.

Został on założony 21 marca 2006 r. Wkrótce potem do grupy inicjatorów dołączyli Jack Dorsey i Christoper (Biz) Stone. Obaj byli bardzo pomysłowici i zdominowali powstają-

cą firmę. Dorsey aż do 2008 r. był dyrektorem generalnym Twittera, a potem objął stanowisko przewodniczącego Rady Nadzorczej, a Stone do 2011 r. pracował jako dyrektor kreatywny, po czym przeszedł na stanowisko konsultanta. Evan Williams w 2008 r. przejął od Dorseya funkcję dyrektora generalnego Twittera. Słowem - twórcy Twittera odnieśli sukces, ale jeszcze większy sukces odniosła firma Twitter, która od 7 listopada 2013 jest notowana na nowojorskiej giełdzie. W 2019 roku Twitter zarobił 3,46 mld USD, przy czym ze względu na niskie koszty działalności zysk netto wyniósł 1,47 mld USD.

Co spowodowało taki sukces owego serwisu? Głównie to, że jest on oparty na prostym pomysle. To taki elektroniczny słup

Wpisana przez użytkownika wiadomość zostaje momentalnie umieszczona na jego profilu i jest widoczna dla wszystkich innych użytkowników, którzy zadeklarowali, że obserwują ten profil

ogłoszeniowy. Zarejestrowany użytkownik może wysyłać i odbierać krótkie wiadomości tekstowe (do 280 znaków), zwane tweet, czyli „czwierknięcie” - stąd nazwa serwisu i jego logo w postaci ptaszka.

Wpisana przez użytkownika wiadomość zostaje momentalnie umieszczona na jego profilu i jest widoczna dla

wszystkich innych użytkowników, którzy zadeklarowali, że obserwują ten profil. To daje możliwość mało kłopotliwego i bardzo masowego (niektóre profile są obserwowane przez dziesiątki milionów użytkowników!) rozpowszechniania różnych komunikatów, komentarzy, opinii itp. Cenią to zwłaszcza politycy i celebryci, dla których Twitter jest jak trybuna, z której mogą przemawiać do ogromnych tłumów.

W każdej chwili można przejść także do bezpośredniego kontaktu z innym użytkownikiem, wpisując (@nazwa_użytkownika = odpowiedź), co jest bardzo wygodne.

W Twitterze jest jeszcze kilka innych, bardzo prostych i łatwych w użyciu udogodnień, które zwiększają jego atrakcyjność. Głównym z tych udogodnień są tak zwane hasztagi. Jeśli jakieś słowo w prezentowanej w Twitterze wiadomości zostanie poprzedzone znakiem # (czytany jako „hasz”), to owo słowo stanie się hasztagiem i możliwe będzie potem grupowanie razem różnych wiadomości różnych użytkowników, w których ten sam hasztag został użyty.

To bardzo ułatwia internetowe dyskusje, bo łatwo się skoncentrować wyłącznie na jednym wybranym problemie, zbierając z różnych wpisów informacje na jego temat.

Warto wiedzieć, że system hasztagów w Twitterze zaproponował w dniu 26 sierpnia 2007 roku Stowe Boyd. Pomysł przyjął się i jest obecnie powszechnie stosowany.

HUMOR

●●●
Rozmawia dwóch kolegów.
- Śniła mi się dziś Twoja żona.
- Tak? A co mówiła?
- Nic.
- A to nie była moja żona.

●●●
Mąż stoi przed salą, w której rodzila jego żona. Po chwili słyszy krzyk kobiety:
- Urodziło się!
- Chłopczyk czy dziewczynka?
- Chłopczyk.
- A do kogo podobny?
- I tak nie znam...

●●●
Podczas rozprawy rozwodowej sędzia pyta (jeszcze) żonę:
- Coś jednak musiało panią w nim fascynować, skoro pani za niego wyszła?
Żona:
- Faktycznie, ale już to wydałam...

●●●
- Ech, ta moja żona, prowadzi dzienniczek, w którym notuje wszystkie moje grzeszki, odżywki, no każdy drobiazg!
- Czemu marudzisz, wiele kobiet prowadzi dzienniczki, a sporo takie rzeczy po prostu pamięta.
- Ale moja ma rozpiskę na minimum tydzień naprzód.

●●●
Między ojcem i synem:
- Mama skarży się, że zachowujesz się, jakbyś w ogóle nie słyszał, co ona do ciebie mówi.
- Ale tato...
- Nie tłumacz się, mój chłopcze, powiedz, jak ci się udało to osiągnąć...

●●●
Koleżanka do koleżanki:
- Nie mogę nauczyć męża porządku!
- A co on takiego robi?
- Za każdym razem chowa portfel w inne miejsce.

●●●
Rozmowa dwóch kumpi:
- Nadal jesteś zaręczony z Małgosią?
- Nie, zerwała nasze zaręczyny miesiąc temu. Powiedziała, że jestem biedny.
- Ale dlaczego, powiedziałeś jej chyba, że masz bogatego wujka?
- Powiedziałem - teraz jest moją ciotką.

NASZE SMAKI



FOT. PIXABAY

Kuchnia

Jak karnawał, to... faworki, w Krakowie i okolicach zwane chrustem. Są dwie szkoły robienia faworków - jedni upierają się, żeby do ciasta dawać śmietanę, inni - wręcz przeciwnie. Podajemy zatem dwa różne przepisy - sami oceńcie, które faworki będą Wam lepiej smakować.

Chrust bez śmietany

Składniki
10 żółtek
1 całe jajko
1 łyżeczka do herbaty cukru pudru
1 łyżeczka do herbaty masła mąka (ile zabierze - ok. 20-30 dag)
smalec do smażenia
cukier puder do posypania
spirytus - łyżka, ale niekoniecznie

Wysypać mąkę na stolnicę, zrobić dołek, w którym umieścić żółtka, jajko, masło i cukier. Zagniatć ciasto jak na makaron wielojęzyczny, w miarę potrzeby podsypywać mąką. Po wyrobieniu, gdy ręce będą czyste od ciasta, uformować kulę i przykryć, aby nie wyschła. Odcinać po kawałku i wałkować na stolnicy tak cienko, aby przez ciasto widać było „słoje” stolnicy. Kroić na prostokąty dowolnej długości tak, aby zmieściły się w naczyniu, w którym będziemy smażyć. W każdym prostokącie zrobić cięcie na środku do przewinięcia. Przewijać, smażyć na głębokim, roztopionym tłuszczu, aż wypłyną

na wierzch i na cieście widoczne będą „bąbelki”. Wyjmować bardzo ostrożnie, odsączyć na ręczniku papierowym, posypać cukrem.

Przepis Marty Góry

Karnawałowe faworki

Składniki
2 szklanki mąki pszennej
4 żółtka
1 łyżka spirytusu lub octu
szczypta soli
½ łyżeczki proszku do pieczenia
ok. ½ szklanki kwaśnej śmietany 18%
1 litr oleju do smażenia
cukier puder do posypania

Mąkę, sól i proszek do pieczenia przesiać przez sitko na stolnicę. W środku zrobić dołek, wbić do niego żółtka, dodać śmietanę i ocet (lub spirytus). Wyrobić ciasto za pomocą noża, a następnie wyrobić ręcznie w zgrabną kulę. Jeśli ciasto jest za suche, dodać śmietanę. Podzielić ciasto na mniejsze porcje i z każdej z nich rozwałkować cieniutki placek. Wykroić paski, a następnie na środku każdego z nich zrobić podłużne nacięcie. Przeciągnąć jeden koniec faworka przez dziurkę, uważając, by nie porwać ciasta. Tak uformowane faworki smażyć na rozgrzanym tłuszczu z obu stron na złoty kolor. Po usmażeniu odłożyć faworki na ręcznik papierowy. Ostudzone faworki posypać cukrem pudrem.

Przepis Katarzyny Kośmider (MAD)
Lubisz gotować?
Podziel się z nami przepisami: przepis@gk.pl

Przemysław Franczak
przemyslaw.franczak@polskapress.pl

RYZKO I SZKODY

Smecz towarzyski

J askółki obywatelskiego nieposłuszeństwa, które tu i ówdzie zaczynają się pojawiać, są głośne i nośne medialnie, ale dziś jeszcze trudno przewidzieć, czy zjawisko ostentacyjnego łamania obostrzeń przez zdesperowanych przedsiębiorców będzie się nasilać. Na pewno jest to jeden z kluczowych psychologicznych momentów w pandemii - po świętach, noworocz-

nej przerwie i wymuszonych feriach stacjonarnych ludzie będą oczekiwać efektów własnego poświęcenia. Istnieje mimochodem sugestia o przedłużeniu lockdownu do kwietnia na pewno ich nie uspokoją.

Kiedy ostatnio minister zdrowia Adam Niedzielski zapowiadał rychły powrót do szkół klas I-III, odhaczając jedyny punkt z długiej listy oczekiwanego luzowania restrykcji, użył stwierdzenia, że ryzyko (napędzania pandemii) jest mniejsze niż szkody (dalszej izolacji młodych uczniów). Konia z rędem temu, kto wyjaśni, dlaczego jest tak tylko w tym jednym przypadku, niemniej warto zauważyć, że mniej więcej to samo mówią

dziś np. restauratorzy: ryzyko (kary) jest mniejsze niż szkody (dalszego zamknięcia).

Na razie nie wiadomo, jaką skalę przyjmie sprzeciw biznesu wobec przedłużania dolegliwych - dla wszystkich - obostrzeń. Wielu odpuści, bo korzysta z rządowej tarczy i nawet jeśli to kropla w morzu, ła-

Akurat góralom przydałby się mniej ekscentryczny lider, bo jego lekceważące wypowiedzi na temat koronawirusa są zwyczajnie głupie

miąc zakazy narażasz się w dwójnasób na poważne konsekwencje. Inni, uzbrojeni w prawników, są gotowi sprytnie obchodzić obostrzenia. Zwołuje się na 18 stycznia Podhale, ale czy to oznacza, że ktoś odważy się otworzyć w poniedziałek narciarski stok?

Akurat góralom przydałby się mniej ekscentryczny lider, bo lekceważące wypowiedzi Sebastiana Pitonia z akcji Góralskie Veto, na temat koronawirusa są zwyczajnie głupie i ośmieszają inicjatywę. Ignorancja, owszem, kwitnie i nawet wydaje owoce, ale wierzący, że pandemia to globalny spisek, wciąż należą do mniejszości. Wielu ludzi widzi za to przestrzeń do ro-

zmowy na temat dalszego trwania w stanie głębokiego zamrożenia, o ryzyku i szko-

dach. A także tkwienia w prawnym chaosie i systemie sprzecznych rozwiązań. Fakty są takie, że kolejne wyroki sądów dotyczące kar za łamanie obostrzeń i zakazów obnażają fundamentalne ułomności pisanych na kolanie pandemicznych rozporządzeń. W tle przewija się grzech pierworodny działań rządu: zaniechanie wprowadzenia stanu nadzwyczajnego. Czy też inaczej - próba wprowadzenia go tylnymi drzwiami, bez towarzyszących temu prawnych skutków. Bo przecież stan wyjątkowy trwa, twardy lockdown nienazywa-

ny twardym, kraj działa na pół gwizdka.

I wszyscy mamy dość. Na dodatek większość z nas nie jest jednak celebrytami, do których wysoko postawieni znajomi ze szpitali dzwonią z propozycją szybkiego szczepienia. Nie jesteśmy też Jadwigą Emilewicz, której synowie mogą śmigać na nartach po zamkniętych stokach (z jej oświadczenia wynika, że w ostatnich zawodach startowali dwa lata temu, czyli to tacy sportowcy jak większość znanych mi nastolatków). Trudno więc znaleźć kontrargumenty, gdy ktoś dziś mówi: wszystkie chwytły dozwolone. Obawiam się tylko, że to podejście zostanie z nami na dłużej. ©©

CHCESZ OTRZYMAĆ KSIĄŻKĘ LUB INNĄ NAGRODĘ? WSKAŻ JĄ, WYCINAJĄC JEDNĄ Z ILUSTRACJI ZAMIESZCZONYCH PONIŻEJ, NAKLEJ NA KARTKĘ POCZTOWĄ I WYŚLIJ DO KURIERA. CZEKAMY TYDZIEŃ. LISTĘ SZCZĘŚLIWCÓW OPUBLIKUJEMY ZA DWA TYGODNIE.

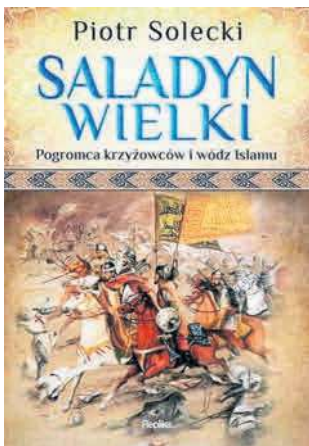
Zestaw do czyszczenia płyt gazowych bez płomieni z oferty SOLGAZ



Aby odpowiednio chronić wygląd oraz funkcjonalność płyt kuchennych bez płomieni, polski producent sprzętu AGD – firma SOLGAZ – wprowadziła na rynek zestaw do czyszczenia płyt ceramicznych. Dzięki preparatom z zestawu usunięcie plam zalegających na gładkich powierzchniach płyt, a także ich konserwacja będą niezwykle proste. Są one wyjątkowo wydajne i skuteczne, a codzienna pielęgnacja płyt ceramicznych z nowym zestawem do ich czyszczenia stanie się przyjemnością. W skład zestawu porządkowego SOLGAZ wchodzi 4 środki do czyszczenia płyt gazowych pod szklm o nazwach: „Czystość”, „Pielęgnacja”, „Połysk” „Extra” + skrobak.

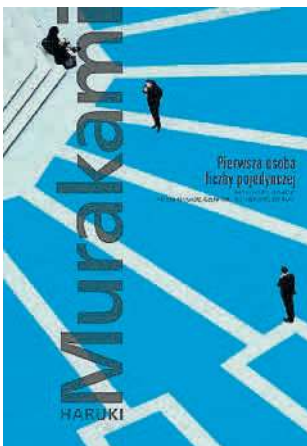
Laureaci z 23 grudnia br.:
● **Narodowy Bank Polski** nagrodził Dorotę Stronkowską z Lublina.
● **Książki trafią do:** Zbigniewa Rybickiego, Zygmunta Burczaka, Krystyny Pinko i Pauliny Petruk (Lublin).
Laureatom gratulujemy, nagrody prześlemy pocztą.

HISTORIA



Replika
Piotr Solecki
„Saladyn Wielki”
Wojownik i polityk, zwycięzca spod Hattin i zdobywca Jerozolimy, postrach krzyżowców i bohater muzułmanów – tak powszechnie kojarzy się imię Saladyna. Tymczasem sułtan, postać niezwykle barwna i fascynująca, wykracza dalece poza ten stereotyp. Dla samych muzułmanów, przy wszystkich zasługach i osiągnięciach, pozostaje bohaterem, choć nie bez skazy. Oto prawdziwe oblicze założyciela dynastii Ajjubidów – spisana z wykorzystaniem źródeł łacińskich i arabskich niezwykła historia człowieka, który wyrósł na najpotężniejszego władcę świata. Jego droga stanowi prawdziwy fenomen. Jest wypadkową szczęścia, sprytu, przebiegłości oraz znakomitej organizacji i zarządzania. Saladyn wyciągał wnioski i uczył się na popełnianych błędach. Wykorzystał czas przełomu, którego stał się głównym architektem.

OPOWIADANIA



Muza
Haruki Murakami
„Pierwsza osoba liczby pojedynczej”
Tajemnicza płyta Charliego Parkera, mała mówiąca ludzkim głosem i liczne wspomnienia dawnych kochanek. W nowym zbiorze opowiadań Harukiego Murakami czytelnicy znajdą znane i lubiane motywy jego twórczości: tęsknotę za tym, co minęło, rozważania o muzyce, miłości oraz sensie życia. Autor wspomina lata studenckie, dawne dziewczyny, fascynacje i niezwykłe przeżycia, do których ciągle powraca myślami. Niezmiennie ważnym elementem w mikrokosmosie Murakami pozostaje muzyka. Nowym elementem w jego twórczości jest poezja, którą znajdziemy w dwóch z ośmiu opowiadań. Jedno jest historią spotkania z kobietą piszącą wiersze o miłości w stylu klasycznej poezji japońskiej. W innym pisarz umieścił swoje żartobliwe białe wiersze na temat meczów baseballowych.

POWIEŚĆ



Officyna
Dezső Kosztolányi
„Złoty latawiec”
Szkoła średnia na początku XX wieku, ostatnia klasa gimnazjum. Vili Liszner, uczeń słaby, za to utalentowany sportowo, oraz Antal Novák, nauczyciel matematyki i fizyki, z sympatią odnoszący się do uczniów, lecz bardzo wymagający. Tuż przed maturą między Vilim a Novákiem dochodzi do scysji, której następstwem będą dramatyczne wydarzenia. W tle owej historii toczy się miłosna przygoda Hildy, nastoletniej córki Nováka – ekscentrycznej, zagubionej dziewczyny. „Złoty latawiec” stanowi największe osiągnięcie prozatorskie Dezső Kosztolányiego, mistrza węgierskiej literatury pięknej. Książka ceniona za obraz „chorego, upitego winem, przenikniętego smutkiem, leniwego” prowincjonalnego miasteczka i jego mieszkańców, nazywana też powieścią antypedagogiczną i omawiana jako przykład odwiecznego konfliktu pokoleń.

PORADNIK



Rebis
Sarah Ban Breathnach
„Ścieżka prostej obfitości”
Inspirujące medytacje na każdy dzień oraz praktyczne rady pomogły milionom czytelniczek odzyskać swoje prawdziwe ja, odnaleźć równowagę w najtrudniejszych chwilach życia i na nowo odkryć szczęście i piękno codzienności. Z charakterystyczną szczerością, dowcipem i mądrością Sarah Ban Breathnach zaktualizowała swój poradnik z myślą o nowym pokoleniu kobiet, które potrzebują go jeszcze bardziej niż poprzednie. „Ścieżka Prostej Obfitości”, z nowym wstępem, częściowo uzupełniona zmienionymi medytacjami i miesięczną listą prostych radości, jest niezawodnym przewodnikiem dla kobiet, które chcą żyć świadomie i być wiernie swojemu Autentycznemu Ja. Książka Sarah uczy nas celebrowania wewnętrznej radości i szukania piękna w prostych przyjemnościach i dobrze spędzonych chwilach każdego dnia.

HOROSKOP

Wodnik (20.01-18.02)
Nie mamuj dzisiaj czasu na rozpałmietywanie małych kłopotów, jakie Cię ostatnio spotkały. Horoskop dzienny wyraźnie radzi otrząsnąć się i zabrać za nowe zadania.
Ryby (19.02-20.03)
Za oknem zima, ale w Tobie obudzają się niespożyte pokłady witalności. Horoskop na dziś mówi, że zasypiesz ludzi z bliskiego otoczenia pomysłami i propozycjami.
Baran (21.03-19.04)
Musisz trochę zwolnić tempo życia - i to nie tylko w czasie rozpoczynającego się weekendu. Horoskop dzienny na piątek zauważa, że ta ciągła gonitwa Ci nie służy.
Byk (20.04-20.05)
Może okazać się, że w gronie znajomych, którzy cieszyli się Twoim bezgranicznym zaufaniem, nie wszyscy na to zasługują. Horoskop dzienny wróży trudne chwile.
Bliźnięta (21.05-21.06)
Gwiazdy będą dzisiaj wyjątkowo sprzyjać wszystkim Twoim przedsięwzięciom. Horoskop zapowiada, że szczególnie tym związanym z życiem osobistym.
Rak (22.06-22.07)
Dzień może być przełomowy dla realizacji podjętych przez Ciebie planów. Horoskop dzienny na piątek zapowiada, że dowiesz się, kto jest gotowy udzielić Ci pomocy.
Lew (23.07-22.08)
Stoisz przed decyzją, która może mieć duży wpływ na przyszłość Twoją i Twoich bliskich. Horoskop dzienny sugeruje wykorzystać popołudnie na rodzinną radę.
Panna (23.08-22.09)
Odniesiesz dzisiaj wrażenie, że ktoś obserwuje, co robisz, mówisz i jak się zachowujesz. Horoskop na dziś zapowiada, że Twoje odczucia znajdą potwierdzenie.
Waga (23.09-22.10)
Spadnie na Ciebie nieoczekiwane wiadomość o tarapatkach, w jakie popadł ktoś z Twoich znajomych. Horoskop dzienny na piątek mówi, że musisz ruszyć z odsieczą.
Skorpion (23.10-21.11)
Przekonasz się dzisiaj, że warto bronić swojego zdania. Horoskop dzienny mówi, że dzięki temu nabierzesz pewności siebie i zyskasz uznanie osób z bliskiego otoczenia.
Strzelec (22.11-21.12)
Dzień rozpocznie się dla Ciebie niebył pomyślnie, ale horoskop na dziś uspokaja, że z konsekwencjami małych niepowodzeń, jakie mogą Cię spotkać, szybko się uporasz.
Koziorożec (22.12-19.01)
Przekonasz się dzisiaj, na kogo możesz liczyć, gdy znajdziesz się w trudnej sytuacji. Horoskop dzienny na piątek wyraźnie zapowiada, że postawa niektórych osób bardzo Cię zaskoczy...

NIE KUPUJ, ADOPTUJ

Fargo jest ok. półtorarocznym psem o wzroście przed kolano i wadze ok. 13 kg. Ma typowe cechy teriera - jest odważny, wytrwały i pewny siebie, w stosunku do człowieka radosny, towarzyski i otwarty. Jest inteligentny i energiczny, lubi penetrować okolice, chłonąc nowe zapachy. Potrafi chodzić na smyczy, choć czasem ciągnie gdy złapie trop.
Lizy to ok. 3-letnia sunia sięgająca do połowy łydki, ważąca ok. 14 kg. Jest radosną i energiczną suczką. Bardzo chętnie spaceruje, jest ciekaw-

ska, uwielbia biegać i węszyć. Na początku spaceru jest podekscytowana. Bardziej interesują ją inne psy i zwiedzanie okolicy, niż człowiek. Ale jest też towarzyska, lubi głaskanie, nawet pokazuje brzuszek. Akceptuje inne psy.
Groszek jest ok. 10-letnim psem sięgającym do połowy łydki, ważą ok. 12 kg. To dzia-
dziuś, który do szczęścia potrzebuje cichego kąta i miłości człowieka. Uwielbia być przytulany i głaskany. Trudno mu się odnaleźć w schroniskowym boksie. Grzecznie spaceruje przy nodze.

Grafit to maks. 2-letni pies o wzroście przed kolano i wadze ok. 15 kg, wyróżniający się bardzo ciekawym umaszczeniem. Dał się poznać jako niezwykle przyjazny i kontaktowy. Uwielbia być blisko opiekuna i to z nim czuje się najlepiej. Jest pełen młodzieńczej energii, uwielbia ruch, wszelkie zabawy i szaleństwa.
Psy są zaszczepione i zachipowane. Przed adopcją będą wykastrowane na koszt schroniska. Chcesz zaadoptować któregoś? Zadzwoni 691-742-265 w godz. 9-19.
Justyna Czyż-Michowska



Fargo



Groszek



Lizy



Grafit

LUBELSKI
kurier

KURIER LUBELSKI
www.kurierlubelski.pl
www.naszemiasto.pl

REDAKCJA
Krakowskie Przedmieście 10/1, 20-002 Lublin,
tel. 81 446 28 00, fax 81 446 28 30,
redakcja@kurierlubelski.pl

P.o. redaktora naczelnego Wojciech Harpula,
tel. 81 446 28 00

Redaktor naczelna Sylwia Szewc-Koryszko,
tel. 81 446 28 00

Zastępca redaktora naczelnego Ewa Pajuro,
tel. 81 446 28 18

Sekretarz redakcji Teresa Dras, tel. 81 446 28 35,
t.dras@kurierlubelski.pl

Sport Krzysztof Nowacki, tel. 81 446 28 40,
k.nowacki@kurierlubelski.pl

Wydawcy online tel. 81 446 28 28; 696 066 102,
online@kurierlubelski.pl

Foto Małgorzata Genca, Łukasz Kaczanowski
tel. 81 446 28 47, m.genca@kurierlubelski.pl

Oddział: Puławy ul. Piłsudskiego 25 (I piętro),
24-100 Puławy, tel./fax 81 887 31 31, Hanna
Bednarzewska

REDAKTOR PROWADZĄCY WYDANIE
Teresa Dras

Przeszka oddziału Polska Press w Lublinie
Joanna Parczyńska

Dyrektor Biura Marketingu i Reklamy o/Lublin
Edyta Pytka, tel. 81 446 28 05,
e.pytka@kurierlubelski.pl

Marketing
Karolina Rudnicka, tel. 81 446 28 07,
k.rudnicka@kurierlubelski.pl

Prenumerata Ruch SA,
prenumerata@ruch.com.pl,
tel. 22 693 70 00; fax 22 597 46 47; Kolporter SA,
tel. 81 445 24 44; Garmond Press SA, tel. 22 331 89 48
www.202; Urzędy Poczty Polskiej na terenie woj.
lubelskiego.

Informacja o prenumeracie
Dział Wydawniczy Kuriera Lubelskiego
edyta.pytka@polskapress.pl, tel. 81 446 28 05

DRUK
Drukarnia Polska Press Sp. z o.o.,
Oddział Poligrafia Drukarnia Łódź, 90-532 Łódź,
ul. Skorpunki 17/19, tel. 42 66 59 480

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

Polskie Badania Czyniactwa

Nakład Kontrolowany ZNDP



POLSKA PRESS GRUPA

WYDAWCA
Polska Press Sp. z o.o.
ul. Domaniewska 45, 02-672 Warszawa,
tel. 22 201 44 00, fax: 22 201 44 10
Prezes zarządu Dorota Stanek
Wiceprezes zarządu Dariusz Świąder
Członek zarządu Paweł Fąfara
Członek zarządu Magdalena Chudzikiewicz

Dyrektor artystyczny
Tomasz Bochenński
Dyrektor marketingu
Sławomir Nowak, slawomir.nowak@polskapress.pl
Dyrektor zarządzający biura reklamy
Maciej Kossowski
maciej.kossowski@polskapress.pl
Dyrektor kolportażu
Karol Wlazło karol.wlazlo@polskapress.pl
Agencja AIP
kontakt@aip24.pl
Rzecznik prasowy
Joanna Pazio tel. 22 201 44 38, joanna.pazio@polskapress.pl

[illegible][illegible]

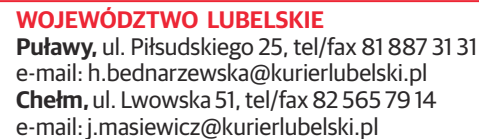
Litery z pól ponumerowanych od 1 do 26 utworzą rozwiązanie – myśl Tadeusza Dołęgi Mostowicza.

ROZWIĄZANIE: DNO KAZDEJ TRAGEDII TO GŁUPOTA.

gram: Zły człowiek, niepewny przyjaciel.
logogryf: narcieński zjazd; krzyżówka A-2; chałupnik; szytro-
bąban zimny nie czyni; jolka: wariacja; szyfr: Anita Sokółowska;
paranacizna: Szymon Holownia; krzyżówka z hasłem: jeden
Krzyżówka panoramizna: Tak, na żonę i dzieci; wiroka

6) przepływa przez Żywiec
i Oświęcim,
1) druh Portosa i Aramis.

Biuro Ogłoszeń Lublin: Krakowskie Przedmieście 10,
tel. 81 446 28 02, fax 81 446 82 14
Zapraszamy pn. - pt. 8.00-16.00



USŁUGI KAMIENIARSKI
USŁUGI POGRZEBOWE

INSTALACYJNE

GAZ, hydraulika, glazura, prace również z dofinansowania przez PFRON za pośrednictwem MOPR, wszelkie przeróbki, 501-035-412

PORZĄDKOWE

ZŁOM zakupię, wywiozę, przyjeżdżam z wagą, złomowanie konstrukcji stalowych, 504-760-465

PRZEPROWADZKI

PRZEPROWADZKI z wnoszeniem. Usługi transportowe, 665-196-198

Turystyka

KRAJ - GÓRY

Beskidy 8 dni od 650zl z dofi Unijny Program Spowolnij Starzenie **Możliwość dowozu 501 642 492**

KRAJ - MORZE

DZWIROWNOMORZE.PL, 605-905-969

Różne

STARE książki- skup 881-934-948

Rolnicze

MASZYNY ROLNICZE

KUPIĘ ciągniki, przyczepy, maszyny rolne. Tel. 535135507.

Towarzystwie

REMONTY, gładź, malowanie,
tapetowanie, glazura, panele,
ścianki karton-gips - tanio, solidnie,
783-194-316

**Remonty, wykończenia
mieszkań i lokali -
kompleksowo, profesjonalnie,
naprawy hydrauliczne,
drobne naprawy 508-56-56-52,
81\740-03-99**

AGATKA 40+, 791-890-806

ATRAKCYJNA 50+, 667-825-081

Ola, 81/744-42-62

SANDRA, 885 213 554

ŚLICZNOTKI 150/h, 576-751-944

UROCZA 50-latką, 663-941-059

Miasto nadal finansuje Motor, ale może tracić udziały w spółce

Krzysztof Nowacki
k.nowacki@kurierlubelski.pl



Piłka nożna

W ciągu kilku lat gmina Lublin wydała na dokapitalizowanie spółki Motor ok. 17 milionów złotych. Mimo przejścia klubu przez jednego z najbogatszych Polaków, ratusz nie rezygnuje z finansowania piłkarzy. Zamiast jednak podwyższać kapitał spółki, od teraz udzielać będzie dotacji celowych. Przez tę zmianę miasto może tracić udziały w spółce. Tracą na tym także pozostałe lubelskie kluby.

W 2010 roku gmina Lublin przejęła część akcji utworzonej chwilę wcześniej spółki akcyjnej Motor. Miasto wspierało finansowo klub dokapitalizowując co roku spółkę, czyli nabywając nowe akcje. Kilka miesięcy temu większościowym udziałowcem został biznesmen Zbigniew Jakubas. Prezydent Krzysztof Żuk zapowiedział od razu, że miasto nie przestanie wspierać klubu. Zmieniła się jednak forma tego wsparcia, co w przyszłości może oznaczać tracenie posiadanego procentu udziałów.

Z budżetu miasta na podwyższenie kapitału spółki wydano ok. 17 milionów złotych. To spowodowało, że wartość udziałów miasta w spółce wzrosła do grubo ponad 90-procent (identyczny proces w ostatnich latach zachodził w innej miejskiej spółce sportowej, MKS Lublin).

Po zmianach właścicielskich Zbigniew Jakubas, którego majątek szacuje się na ponad 2 miliardy złotych, posiada obecnie



Prezydent Lublina Krzysztof Żuk (z lewej) i Zbigniew Jakubas

65-procent udziałów w spółce Motor. Miasto nie pozbyło się swoich udziałów, ale ich wartość spadła do zaledwie 26-procent, a pozostałe 9-procent posiada 14 mniejszych akcjonariuszy.

- Gmina nie sprzedała żadnych akcji spółki. Pan Jakubas nabył nowe akcje w ramach przeprowadzonej emisji i podwyższenia kapitału zakładowego. Zwiększył wartość spółki na czym korzysta także gmina Lublin - tłumaczył miejskim radnym Łukasz Mazur, dyrektor Biura Nadzoru Właścicielskiego w UM Lublin.

Jednocześnie przy przejmowaniu władzy w spółce przez Zbigniewa Jakubasa zmniejszona została wartość akcji posiadanych przez miasto. Kapi-

tał spółki został obniżony, żeby w rachunkach pokryć stratę z poprzednich lat.

Zbigniew Jakubas zaangażował się w Motor jako osoba fizyczna, a także jako Jakubas Investment Sp. z o.o. Jeżeli w przyszłości biznesmen będzie inwestował swoje pieniądze poprzez podwyższanie kapitału i nabywanie nowych akcji, wówczas jego udział procentowy w spółce będzie rósł, a „siła głosu” posiadanych akcji przez pozostałych akcjonariuszy regularnie słabnęła.

- Formy i proporcje wsparcia spółki zależą od decyzji akcjonariuszy. Dla spółki najważniejsze jest zapewnienie finansowania działalności na odpowiednim poziomie - informuje biuro prasowe ratusza.

W 2020 roku gmina Lublin dokapitalizowała spółkę kwotą 2,8 miliona złotych. W tym roku miasto wsparło piłkarzy w ramach konkursu na szkolenie i udział w rozgrywkach ligowych seniorów. W pierwszym półroczu 2021 roku na konto Motoru trafi milion złotych.

- Biorąc pod uwagę, że akcjonariat Motoru Lublin stał się w większości prywatny, ukierunkowanie miasta na wsparcie w formie dotacji dla spółki stanowi przejaw najbardziej transparentnego modelu wsparcia - tłumaczy Katarzyna Duma z biura prasowego lubelskiego ratusza. - Podlega on wszelkim regułom publicznego postępowania, a sposób wykorzystania środków finansowych jest monitorowany i weryfikowany - dodaje.

Na zmianie sposobu finansowania Motoru tracą pozostałe kluby sportowe w Lublinie. W budżecie miasta na 2021 roku na wspieranie i upowszechnianie kultury fizycznej (z tych środków dofinansowana jest działalność klubów sportowych, a wyjątkiem były spółki miejskie - Motor i MKS oraz żużlowy Motor) zapisano kwotę 11 mln 400 tys zł.

To o prawie 2 miliony zł mniej niż rok wcześniej oraz o 1 milion zł mniej niż przed dwoma laty. A w 2021 roku z tych pieniędzy dodatkowo korzystać będą jeszcze piłkarze Motoru. - Faktycznie, ta kwota nie będzie wystarczająca - przyznała niedawno Beata Stepaniuk-Kuśmierzak, zastępca prezydenta Lublina ds. sportu. - Momentem, w którym zwrócimy się do państwa radnych o wsparcie w zakresie przesunięcia dodatkowych środków na sport będzie połowa roku. Teraz podchodzę do tego ze spokojem - dodała. ©



FOT. ŁUKASZ KACZANOWSKI

Odeszli pani Jadwiga Hacıuk i pan Kazimierz Persona

Poznają filozofię i taktykę swojego nowego trenera

Piłka nożna

Bartosz Litwin
b.litwin@kurierlubelski.pl

Od początku trwającego tygodnia piłkarze lubelskiego Motoru przygotowują się do rundy wiosennej sezonu 2020/21 w II lidze. Zespołem dowodzi nowy sztab szkoleniowy.

Na czele trenerów żółto-biało-niebieskich stoi były napastnik reprezentacji Polski, Marek Saganowski. Jego asystentami są Ariel Jakubowski oraz pochodzący z Lublina Kacper Marzec.

Przez pierwsze trzy dni przygotowawań lublinianie przechodzili testy mające zweryfikować ich siłę, szybkość sprawność oraz wytrzymałość. Pomimo mroźnej aury, od środowego popołudnia „Motorowcy” trenują już z piłkami na boisku.

- Wszyscy w drużynie są zdrowi i możemy spokojnie przygotowywać się do piłkarskiej wiosny - przyznaje trener Saganowski. - Pierwsze tygodnie okresu przygotowawczego poświęcamy głównie na przygotowanie fizyczne do rundy. W najbliższą środę czeka nas pierwszy sparing, w którym zagramy z ekstraklasową Wisłą

Płock. Co prawda, jako pierwszego rywala wolałbym mniej silnego przeciwnika, ale otrzymaliśmy taką propozycję i nie mogliśmy z niej nie skorzystać - dodaje szkoleniowiec.

Póki co, do drużyny żółto-biało-niebieskich nie dołączył żaden nowy zawodnik. Dotychczas nikt także nie odszedł z zespołu. W Internecie pojawia się natomiast dużo plotek na temat zawodników łączonych z Motorem. Wśród potencjalnych transferów do klubu wymienia się m.in. głośnie nazwiska takie jak pomocnika Ariela Borysiuka, czy obrońcę Jakuba Rzeźniczaka. Obaj ci zawodnicy grają obecnie w najwyższej klasie rozgrywkowej i mają na koncie występy w reprezentacji Polski. Czy rzeczywiście mogą zasilić szeregi zespołu z Lublina?

- W sporcie niczego nie można wykluczać, aczkolwiek obecnie przede wszystkim skupiamy się na poznaniu zawodników, którymi dysponujemy. Mamy szeroką kadrę - tłumaczy trener Saganowski.

Po rundzie jesiennej Motor zajmuje 11 miejsce w tabeli II ligi, tracąc do strefy barażowej gwarantującej walkę o awans pięć punktów. Zatrudnienie nowego sztabu ma poprawić wyniki lublinian. ©

Praca w dwóch klubach sportowych jednocześnie? Radny protestuje

Sport

Krzysztof Nowacki
k.nowacki@kurierlubelski.pl

Od października 2020 roku Marta Daniewska pełni obowiązki prezesa Motoru Lublin. Wciąż pozostaje także zatrudniona w innej spółce z udziałem miasta, MKS Lublin. Takiemu dzieleniu obowiązków sprzeciwia się radny Piotr Breś, który w tej sprawie interweniuje u prezydenta Krzysztofa Żuka.

„Kibice sportowi zwrócili mi uwagę, że p. Marta Daniewska będąca pracownikiem i proku-

rentem klubu MKS Lublin (piłka ręczna) pełni jednocześnie obowiązki prezesa Motoru Lublin (piłka nożna). Powstaje pytanie jak to możliwe skoro większość działań (przy specyfice działań sportowych) wykonywanych jest w tym samym czasie? Są to dwa bardzo duże kluby i kierowanie ich pracami wymaga wiele czasu, na co zwrócili mi uwagę kibice obu drużyn” - napisał w interpelacji radny PiS, Piotr Breś.

Od niedawna większościowym udziałowcem Motoru jest Zbigniew Jakubas. To właśnie biznesmen wskazał Daniewską

na funkcję p.o. prezesa zarządu. W MKS Daniewska pracuje od 2013 roku. Według informacji ze strony klubowej odpowiada za sprawy marketingu, promocji i organizacji wydarzeń. - Moje obowiązki w obu klubach nie pokrywają się. W MKS odpowiedzialna jestem za marketing i sponsorów. Budżet klubu jest dopilnowany do końca sezonu. Natomiast w Motorze poproszono mnie o pomoc w uporządkowaniu spraw organizacyjnych, a za kwestie marketingowe i relacje sponsorskie odpowiada firma z którą współpracujemy - tłumaczy.

Piłkarze Motoru przygotowują się do rundy wiosennej, w której będą walczyć o awans do pierwszej ligi. Na półmetku rozgrywek plasują się jednak na 11. miejscu w tabeli. Natomiast piłkarki ręczne MKS Perła bronią tytułu mistrzyń Polski, chociaż ostatnio przegrały w lidze trzy mecze z rzędu.

Radny Piotr Breś obawia się, że zaangażowanie Daniewskiej w pracę dla dwóch klubów może wpłynąć na wyniki sportowe. - Pytanie czy nie odbije się to na funkcjonowaniu tych klubów, które są wizytówkami Lublina? Wskazane jest więc, żeby prezy-

dent polecił członkom rad nadzorczych reprezentujących gminę zbadać te sprawy. Byłoby rozwiązaniem fatalnym gdyby sprawy organizacyjne przełożyły się na wynik sportowy tych drużyn - podkreśla.

Marta Daniewska odpiera te zarzuty i wskazuje korzyści takiego rozwiązania. - Na początku roku został podpisany list intencyjny pomiędzy MKS a Motorem dotyczący powstania pierwszej Szkoły Mistrzostwa Sportowego w Lublinie. Pan Jakubas chce wspierać także rozwój szkolenia nie tylko młodych piłkarzy, ale także przyszłe zawodniczki mi-

strza Polski i dlatego powstał wspólny projekt dotyczący szkolenia młodzieży. MKS może na tym tylko zyskać. W Lublinie powstanie cały kompleks sportowy budowany przez pana Jakubasa. Hala została specjalnie powiększona zgodnie z wytycznymi EHF, aby mogły odbywać się w niej sparingi oraz mecze na potrzeby drużyn MKS. Tam zawodniczki oraz dziewczynki z SMS będą mogły trenować, mieszkać i będą miały zapewnioną opiekę. Podjęłam się współpracy z Motorem, także po to, żeby koordynować ten projekt - kończy. ©



Lublinianie nadal zajmują pozycję wicelidera ligowej tabeli

Muszą się przełamać po dwóch porażkach

Siatkówka

Karol Kurzepa
k.kurzepa@kurierlubelski.pl

Nawet w najbardziej pesymistycznych scenariuszach kibice LUK Politechniki Lublin nie zakładali, że lubelscy siatkarze rozpoczną 2021 rok od dwóch porażek z rzędu. Tak się jednak stało.

Żółto-czarni wrócili na tarczę z meczów w Kluczborku (6 stycznia) oraz w minioną środę z Bydgoszczą. Pierwsze z tych spotkań podopieczni trenera Macieja Kołodziejczyka przegrali 1:3 z drużyną UKS Mickiewicza. Drugim pogromcą lublinian był bydgoski BKS Visła.

Pierwszy set był dość zacięty, lecz to miejscowi wygrali go różnicą trzech punktów. Drugą partię bydgoszczanie zakończyli zwycięstwem 25:20. W trzeciej i czwartej odsłonie górą byli natomiast lublinianie, którzy doprowadzili do remisu.

W tie-breaku gospodarze nie pozostawili rywalom żadnych złudzeń, zwyciężając aż 15:5 oraz 3:2 w całym meczu. - Wróciliśmy do Lublina tylko z punktem, ale należy oddać, że naprzeciwko siebie stanęły dwie bardzo dobre drużyny i to klasa rywala zaoferowała tak nieźle spotkanie. Z jego przebiegu oczywiście możemy żałować, że to tylko punkt, lecz pamiętajmy, że w końcowym rozrachunku to może być bardzo cenna zdobycz - podsumował trener Kołodziejczyk, cytowany przez klubowy portal.

W najbliższą sobotę o godzinie 14 żółto-czarni podejmą MCKiS Jaworzno. LUK Politechnika będzie w tym starciu zdecydowanym faworytem i z pewnością zrobi wszystko, by zrehabilitować się za ostatnie niekorzystne wyniki. Do lubelskiej hali MOSiR przyjedzie bowiem ostatni zespół w ligowej tabeli. ©

Zespół w kryzysie podejmie bardzo silnego przeciwnika

Bartosz Litwin
b.litwin@kurierlubelski.pl

Pilka ręczna

Szczypiornistki MKS Perła Lublin nie wygrały żadnego z czterech ostatnich spotkań. O przerwanie niechlubnej serii będzie bardzo trudno. W niedzielę do hali Globus przyjedzie bowiem trzeci zespół rosyjskiej SuperLeague, HC Łada Togliatti.

Lubelski klub jest obecnie w najtrudniejszym momencie od lat. Podopieczne Kima Rasmussena tracą do liderów PGNiG Superligi Kobiet z Zagłębia Lubin siedem punktów. Po środowej przegraniej 26:27 z KPR Gminy Kobierzycy, dystans do drugiego miejsca wynosi pięć oczek. Niebawem z ligowego podium białozielone może stracić Piotrcovia Piotrków Trybunalski, która ma minimalnie niższy dorobek punktowy i jeden zaległy mecz.

- Zastanawiamy się, z czego wynika nasza słaba dyspozycja - mówi bramkarka z Lublina, Weronika Gawlik. - Ciężko powiedzieć, który element naszego grania jest bardzo dobry i w czym czujemy się mocne. Myślimy o tym. To nie jest tak, że wracamy do domu i przegrany mecz jest następnym "dniem w biurze". To jest nasza



MKS Perła nie wygrał w PGNiG Superlidze od 15 listopada

praca i nasze życie. Jestem pogubiona i nie wiem, jak możemy sobie pomóc. Chciałabym, żebyśmy się zebrały w sobie i następny mecz był inny. Tak samo było po Piotrkowie i Zagłębiu. My to przeżywamy. Seria porażek nie pomaga. Z każdym meczem jest trudniej. Ta seria jest dość groźna - dodaje.

Zespół, który w ostatnich latach zdominował krajowe rozgrywki, jest cieniem samego siebie. Przed sezonem dokonano zmian mających na celu przygotowanie drużyny do występów na europejskich parkietach. Bez sukcesu w polskiej eli-

cie klub nie będzie miał jednak szans na rywalizację międzynarodową w przyszłym sezonie.

Jedynym sposobem na obronę przedsezonowych ruchów w MKS są dobre występy w Lidze Europejskiej EHF. Pierwsze spotkanie fazy grupowej lublinianki mają już za sobą. Mistrzyni Polski zremisowały w Turcji z faworyzowanym Kastamonu Belediyesi GSK 20:20. Mimo niepodważalnej klasy sportowej Turczynek, należy nadmienić, że są one najsłabszym grupowym rywalem zespołu z Lublina.

W niedzielę białozielone czeka starcie z nieco mocniej-

szym rywalem. Do hali Globus przyjeżdżają sześciokrotne mistrzyni Rosji i dwukrotnie zdobywczynie Pucharu EHF - HC Łada Togliatti. W pierwszej kolejce Rosjanki zwyciężyły we własnej hali z Nantes Loire Atlantique Handball 32:29 i stały się faworytkami grupowej rywalizacji. Podopieczne Alexeya Alekseeva z pewnością liczą na to, że z Polski wywiozą kolejny komplet punktów. Każdy inny rezultat byłby sporym zaskoczeniem.

- Liga Europejska rządzi się swoimi prawami. Nie jesteśmy faworytkami tego meczu. Może nam to troszeczkę pomoże. W polskiej lidze wszyscy oczekują od nas zwycięstw. Tutaj być może gdy wystartujemy w roli takiego „kopciuszka” będzie nam łatwiej psychicznie podjąć walkę jak równy z równym - mówi Gawlik.

- Wyjdziemy na ten mecz zmotywowane. Musimy wstać z kolan. To musi być dla nas wniosek - konieczność zmycia plamy. Mam nadzieję, że tym razem wynik będzie dla nas korzystny - dodaje rozgrywająca MKS, Natalia Nosek.

Spotkanie drugiej kolejki fazy grupowej Ligi Europejskiej pomiędzy lubliniankami a Ładą rozpocznie się w najbliższą niedzielę o godzinie 16. Spotkanie odbędzie się bez udziału publiczności. Transmisję „na żywo” można śledzić za pośrednictwem aplikacji Eurosport Player. ©

Rozpoczynają intensywny okres

Koszykówka

Karol Kurzepa
k.kurzepa@kurierlubelski.pl

Wywalczyć dziewiąte zwycięstwo w sezonie - z takim celem koszykarki Pszczółki Polski-Cukier AZS UMCS Lublin przystąpią do najbliższego meczu wyjazdowego z DGT AZS Politechniką Gdańską. Początek sobotniego spotkania zaplanowano na godzinę 13.

Lublinianki przystąpią do sobotniej rywalizacji w dobrych nastrojach, po zwycięstwie w miniony weekend nad zespołem PolskaStrefaInwestycji Enea Gorzów Wielkopolski. Co prawda, mecz ten kosztował „Pszczółki” wiele sił, ale wygrana po dogrywce pozwoliła im zrównać się punktowo w tabeli z gorzowiankami.

Zielono-białe mają już za sobą jedną konfrontację z DGT AZS Politechniką w obecnym sezonie. W październikowym starciu



Pszczółka jak dotąd wygrała trzy z sześciu wyjazdowych gier

na własnym parkiecie lubelskie akademickie pokonały gdańszczanki 83:73. Nie było to jednak dla podopiecznych trenera Krzysztofa Szewczyka łatwe spotkanie, bowiem sporo krwi napsuły im najsilniejsze koszykarki drużyny rywali, czyli rozgrywająca Jazmine Davis oraz skrzydłowa Kateryna Rymarenko. owstrzymanie ich

w rewanżu powinno być jednym z najważniejszych zadań obronnych zespołu z Lublina.

Mecz na Pomorzu rozpoczną dla Pszczółki bardzo intensywną drugą połowę trwającego miesiąca. W dniach 16-29 stycznia lublinianki zagrają bowiem w czterech spotkaniach.

Transmisję z Gdańska przeprowadzi portal TVCOM.pl. ©

Spróbują powstrzymać lidera tabeli

Siatkówka

Krzysztof Szuptarski
k.szuptarski@kurierlubelski.pl

Do bardzo interesującego starcia dojdzie 16 stycznia w Świdniku. Siatkarze Polskiego Cukru MKS Avia zmierzą się z ekipą BBTS Bielsko-Biała, aktualnym liderem Tauron 1. Ligi.

Bielszczanie są jedyną drużyną, która w kampanii 2020/21 nie przegrała jeszcze żadnego meczu. Zespół z Podbeskidzia wygrał do tej pory szesnaście spotkań, tracąc w nich zaledwie dwa sety. Co ciekawe świdniczanin w pierwszej rundzie byli bardzo blisko zdobycia kompletu punktów z tym rywalem, bowiem prowadzili w Bielsku-Białej 2:0 w setach. Trzecią partię przegrali dopiero na przewagi, a cały pojedynek zakończył wygrany przez gospodarzy tie-break.

Żółto-niebiescy znakomicie rozpoczęli tegoroczne zmagania



Siatkarze ze Świdnika są w ostatnim czasie w dobrej formie

nia w rozgrywkach Tauron 1. Ligi, odnosząc dwa pewne zwycięstwa. Beniaminek z lotniczego miasta pokonał najpierw u siebie MCKiS Jaworzno 3:1, a w ostatniej kolejce, w takim samym stosunku wygrał wyjazdowe starcie z Kispolem Września.

- Nie popadamy w hurraoptymizm, bo to dopiero począ-

tek rundy. Przed nami jeszcze dwanaście spotkań i dalej musimy walczyć o założony cel - podkreśla Witold Chwastyniak, szkoleniowiec Polskiego Cukru MKS Avia.

Sobotnie spotkanie z udziałem ósmej i pierwszej drużyny w tabeli odbędzie się w ramach 18. kolejki i rozpocznie się o godz. 17. ©

SKOKI NARCIARSKIE: Puchar Świata

W weekend konkursy drużynowy i indywidualny na Wielkiej Krokwi w Zakopanem

TELE

magazyn

15-21.01.2021

www.telemagazyn.pl

Dla dzieci

BARANEK

SHAUN

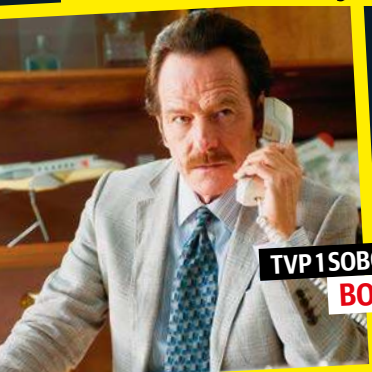
Puls 2

sobota
20:00



Pełna niebezpieczeństw
i przygód wyprawa do miasta

Warto zobaczyć



TVP 1 SOBOTA 21:30

BOSS



TV PULS NIEDZIELA 22:25

OPERACJA ANTHROPOID

W tygodniu

NIEDZIELA Z...

ROLAMI

HANKI BIELICKIEJ

TVP KULTURA

NIEDZIELA

17:15

ODBUDOWAĆ

PARADISE

NATIONAL

GEOGRAPHIC

NIEDZIELA

21:00

HOTEL

VIDAGO

PALACE

TVP 2

WT.-CZW.

21:50

**Jude
Law**

Hit tygodnia

W filmie, gdzie nic
nie jest takie, jak się wydaje

„Panaceum” TVP 2 niedziela 20:00

Czy cierpisz na przewlekłe mocno **nasilone** swędzenie skóry, która pokryta jest grudkami?



Obecnie prowadzimy rekrutację uczestników do badania klinicznego dotyczącego eksperymentalnego leku doustnego dla osób z ciężkim świądem w przebiegu świerzbiączki guzkowej.

Świerzbiączka guzkowa to choroba, w której w wyniku ustawicznego drapania skóra zaczyna krwawić i tworzą się na niej grudki. Swędzenie jest tak silne, że może wpływać na jakość snu, a nawet pracę i życie towarzyskie.

Aby zakwalifikować się do badania, uczestnicy muszą:

- ✓ Być pełnoletni i cierpieć na mocno nasilony świąd w przebiegu świerzbiączki guzkowej;
- ✓ Mieć 10 lub więcej swędzących guzków (grudek) rozsianych po co najmniej 2 częściach ciała.

Udział w badaniu nie wiąże się z żadnymi kosztami i możliwy jest także zwrot kosztów podróży i innych wydatków.



Aby sprawdzić, czy kwalifikujesz się do udziału w naszym badaniu, skontaktuj się z nami już dziś.

www.badanieprism.pl

Panaceum

Emily (Rooney Mara) ma w życiu wszystko. Gdy ukochany trafia do więzienia za przestępstwa finansowe, jej wymarzone życie się rozsypuje. A gdy wychodzi z więzienia, sielanka na dobre się kończy. Z kryzysu usiłuje wyciągnąć ją dr Banks (Jude Law). Zaproponowana przez niego terapia wydaje się przynosić znakomite rezultaty. Do czasu tragedii, po której kobieta trafia do szpitala psychiatrycznego, a dr Banks zdaje się ponosić za to winę. Jednak nie wszystko jest tym, czym się na pozór wydaje...

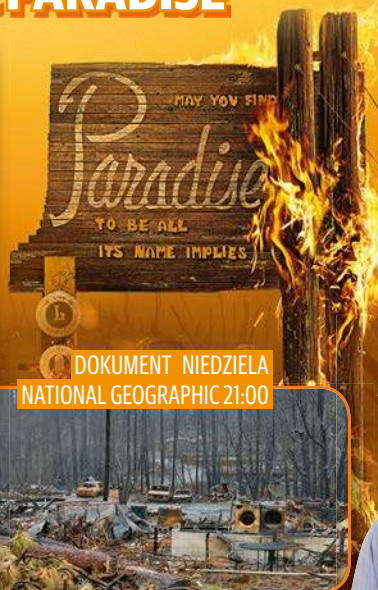


FILM NIEDZIELA
TVP 2 20:00

Hity tygodnia

ODBUDOWAĆ PARADISE

W listopadzie 2018 roku znany reżyser Ron Howard wyruszył do Paradise w Kalifornii, by udokumentować walkę z największymi od stu lat pożarami w USA. Jednak w przeciwieństwie do relacjonujących tę tragedię ekip telewizyjnych, Ron został z mieszkańcami dłużej. Gdy opadł kurz i ustąpił dym, oczom wszystkich ukazał się tragiczny obraz strat. Ogień pochłonął 85 ludzkich istnień i zniszczył 95 proc. lokalnej infrastruktury. Ponad 14 000 domów obróciło się w popiół, a 50 tys. osób musiało się ewakuować. Część z mieszkańców Paradise została, by podnosić z gruzów swój utracony raj, inni zdecydowali się opuścić to miejsce, pozostawiając za sobą bolesne wspomnienia. Autor dokumentu obserwował i rejestrował wspólne działania mieszkańców, zmierzające do odbudowy zniszczonego kataklizmem przestrzeni.



DOKUMENT NIEDZIELA
NATIONAL GEOGRAPHIC 21:00

HOTEL VIDAGO PALACE

Historia miłosna między dwójmą młodych ludzi z różnych klas, gotowych stawić czoła największym przeszkodom.

Północna Portugalia, sierpień 1936 rok. Spokojne życie mieszkańców luksusowego hotelu Vidago Palace zakłóca echo krwawej wojny domowej, która wybuchła za odległą o kilka kilometrów granicą. Hrabina i hrabia de Vimieiro wraz z córką Carlota przybywają do hotelu, by jak co roku spędzić tam resztę lata. Wkrótce ma się odbyć ślub Caroloty z synem bogatego brazylijskiego plantatora. Ale Carlota kocha z wzajemnością syna recepcjonisty. Dziewczyna jest gotowa postawić wszystko na jedną kartę i uciec z Pedrem, okazuje się jednak, że nie ma go w hotelu. Wyjechał do Hiszpanii, by walczyć w wojnie domowej po stronie obrońców Republiki.

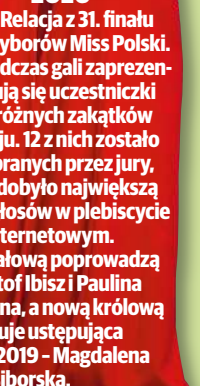


SERIAL WT.-CZW. TVP 2 21:50

ROZRYWKI
NIEDZIELA
POLSAT 20:00

MISS POLSKI 2020

Relacja z 31. finału wyborów Miss Polski. Podczas gali zaprezentują się uczestniczki z różnych zakątków kraju. 12 z nich zostało wybranych przez jury, a 12 zdobyło największą liczbę głosów w plebiscycie internetowym. Galę finałową poprowadzą Krzysztof Ibisz i Paulina Sykut-Jeżyńska, a nową królową ukoronuje ustępująca Miss Polski 2019 - Magdalena Kasiborska.



KRZYŻÓWKA PANORAMA

bohater filmów Walta Disneya	bileter Bartłomiej, aktor	gra ze strzałkami	preparowana skóra do pisania	alkohol z pianką solenizantka z 15 kwietnia	Celine, kanadyjska piosenkarka	Golf lub Passat iglaste
twierdza				bohater tłumów		
bada dno oceanu			10	krótki odcinek czasu		
	6	9		materiał opałowy skrzep żużlowy	2	
świsstek papieru				ogłoszenia prasowe		11
bywa przetargowa			ptak morski		ryba lub syberyjska rzeka	imie Rolskiej, piosenkarki
miasto policjantów z Florydy	pierwszy lotniarz	Alan, aktor z USA	wiecznie zielony krzew	góra Noego		dawna nazwa jamnika
wędzony śledź				warcaby		
				kończy grecki alfabet	3	8
częstka filmu			wykonywany ołówkiem		7	
rabuś w spódnicy	4			stan hipnotyczny		5
			1	12		

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----	----	----

Litery z pól ponumerowanych od 1 do 12 tworzą rozwiązanie



DOKUMENT ŚRODA
BBC EARTH 23:00

Malownicze trasy kolejowe

Od Norwegii, krainy bajecznych zorzy polarnych, po majestatyczne góry Nowej Zelandii - sześć odcinków, sześć urzekających podróży koleją. Podczas każdej z nich spotkamy ludzi zamieszkujących piękne okolice lub pracujących przy obsłudze najbardziej wyjątkowych tras kolejowych na świecie. Znajdują się one w Norwegii, Kanadzie, Szwajcarii, Walii, Hiszpanii oraz Nowej Zelandii.

Odkrywamy cuda natury, które można podziwiać z okien pociągu. Rozmawiamy też z inżynierami odpowiedzialnymi za utrzymanie linii i historykami, którzy opowiedzą o wyzwaniach, z jakimi musieli zmierzyć się budowniczowie najbardziej malowniczych tras kolejowych świata.

Możesz błyskawicznie „naprawić” swoje oczy!



KORYGUJĄCE OKULARY Z PRZESŁONĄ PIN-HOLE:

- ⊕ Poprawiają wzrok i łagodzą dysfunkcje oka już od 1. zastosowania
- ⊕ Naturalnie korygują, a nawet cofają wady wzroku do 2,5 Dioptrii
- ⊕ Przynoszą ulgę zmęczonym, zaczerwienionym, piekącym oczom
- ⊕ Zatrzymują pogarszanie się wzroku – bez względu na Twój wiek!

Naturalna korekta wzroku – wystarczy 21 dni

Pierwsze 100 osób, które zadzwonią do 30.01.2021 r., otrzyma **100% REFUNDACJI OD PRODUCENTA!**

→ **Zadzwoń: 59 822 09 73**

pon.-pt. 08:00-20:00, sob.-nd. 09:00-20:00. Zwykłe połączenie lokalne bez dodatkowych opłat.

Regulamin: gdmnmpojk.com

TVP 1

DV3

7.00 Transmisja mszy świętej **7.30** Agape **8.00** Wiadomości **8.15** Kwa-drans polityczny **8.35** Ranczo (26) **9.35** Komisarz Alex (181) **10.35** Ojciec Mateusz (234) **11.25** Kasta **12.00** Wiadomości **12.10** Agrobiznes **12.30** Agropogoda **12.35** Ma-gazyn rolniczy **12.55** Amazonka wschodu, niezwykła rzeka borneańska **14.00** Elif (896)

15.00 Wiadomości

15.15 Alarm! – magazyn

15.35 Gra słów. Krzyżówka

16.05 Przysięga (332)

Reyhan zwierza się wujowi. Talaz zabiera Cemre na spacer. Zeynep bierze do szkoły telefon Reyhan. Nigar opowiada Seferowi o dziwnym zachowaniu Cavidan.

17.00 Teleexpress

17.15 Jaka to melodia?

17.45 Studio Pucharu Świata

18.00 (L) Skoki narciarskie – PS: Konkurs indywidualny męz-czyn na skoczni HS 140 w Zakopanem – kwalifikacje

19.30 Wiadomości

20.10 Alarm! – magazyn

20.30 Leśniczówka (321)

21.00 Blondynka (101) – serial obyczajowy Polska

21.55 Rozmowy kontrolowane

♦♦♦♦ – komedia Polska 1991 Reż. Sylwester Chęciński, wyk. Stanisław Tym, Irena Kwiatkowska, Alina Janowska

23.45 Sprawa zamknięta

♦♦ – thriller USA 2011 Reż. Dito Montiel, wyk. Katie Holmes, Channing Tatum, Al Pacino

TVP 2

DV3

7.20 Familiada **7.55** Pytanie na śniadanie **10.40** Panorama **10.50** Pytanie na śniadanie **11.15** Policzmy się dla Polski **11.25** Zaczniemy od nowa **11.55** Barwy szczęścia (2364) **12.25** Kolo fortuny **13.15** Kozacka miłość (29) – serial obyczajowy Rosja/Ukrai-na **14.05** Va banque – teleturniej **14.35** Na sygnale (207) – serial oby-czajowy Polska

15.10 Doktor Kleist – lekarz rodzinny (112)

16.00 Kolo fortuny

16.35 Familiada – teleturniej

17.10 Wieźień miłości (470)

Kylycz ucieka się do szan-taży, by zdobyć Azize. Nie-długo potem Kylyczka spotyka przykra niespodzianka. Azize odnosi wiśiorek do posiadłości.

18.00 Panorama

18.20 Va banque – teleturniej

18.45 Kozacka miłość (30)

19.35 Barwy szczęścia

(2364, 2365) Marek dystansuje się od lwo-ny i spędza czas z synem. Wittek opowiada ojcowi o Mi-chalinie. Marek namawia go, by powiedział dziewczynie, że leczył się z uzależnienia od narkotyków.

20.40 Przepis dnia – magazyn

20.55 Postaw na milion

21.50 Królowa piękności (11)

22.40 Muzyka, taniec, zabawa

23.45 Podziemny krąg – dramat ♦♦♦♦ psychologiczny USA/Niem-cy 1999

Reż. David Fincher, wyk. Edward Norton, Brad Pitt, Helena Bonham Carter

Polsat

DV3

5.25 Telezakupy TV Okazje **6.00** Nowy dzień z Polsat News **8.40** Malanowski i Partnerzy **9.40** Se-krety rodziny **10.40** Dlaczego ja? **11.40** Gliniarze **12.50** Wydarze-nia **13.25** Interwencja – magazyn reporterów **13.40** Trudne sprawy (926) – serial fabularno-dokumen-talny **14.40** Dlaczego ja? (932) – serial fabularno-dokumentalny

15.50 Wydarzenia

16.10 Pogoda

16.15 Interwencja – magazyn

16.30 Na ratunek 112 (394)

17.00 Gliniarze (445)

18.00 Pierwsza miłość (3152) Marysia zgłasza się na leczenie do szpitala psy-chiatrycznego. Okazuje się, że jej lekarzem będzie Mikulski, który zeznawał przeciwko niej w sądzie. Olek wyznaje Wiktorii, że dopuścił się defraudacji.

18.50 Wydarzenia

19.25 Gość „Wydarzeń”

20.00 Gdzie jest Nemo – film animowany USA/Australia 2003

22.10 X-Men Geneza: Wolverine

♦♦♦ – film sf USA/W. Bryt. 2009 Reż. Gavin Hood, wyk. Hugh Jackman, Liev Schre-iber, Danny Huston Prequel hitowych ekrani-zacji komiksów „X-Men” ukazujący początki życia Wolferina.

0.40 Teksańska masakra piłą mechaniczną: Następne pokolenie – horror USA

♦♦♦ 1995

2.30 Tajemnice losu

TVN

DV3

5.45 Mango – Telezakupy **7.00** Kuchenne rewolucje **8.00** Dzień Dobry TVN **11.35** Doradca smaku: Sałatka z ośmiornicy i melona – magazyn kulinarny Polska **11.45** Ukryta prawda **12.50** Szpital (636) **13.50** Rozwód. Walka o wszystko (15) – serial fabularno-dokumen-talny Polska **14.55** Szpital (637) – serial fabularno-dokumentalny

15.55 Kuchenne rewolucje: Restauracja „Alchemik”, Tomaszów Mazowiecki

17.00 Rozwód. Walka o wszystko (16) – serial fab.-dok.

18.00 Ukryta prawda (904)

19.00 Fakty

19.25 Uwaga! Koronawirus

19.55 Uwaga! – magazyn

20.05 Władca Pierścieni: Dwie

♦♦♦♦ wieże – film fantasy USA/

Nowa Zelandia 2002

Reż. Peter Jackson, wyk. Elijah Wood, Ian McKellen, Liv Tyler

Srodkowa część ekranizacji trylogii Tolkiena, niewąt-pliwie najbardziej ponura i przynębiająca. Drużyna Pierścienia rozpadła się na trzy grupy. Frodo i Sam samotnie wędrują śledzeni przez Golluma. Zaś Aragorn, elf Legolas i krasnolud Gimli ruszają w pościg za orkami.

23.55 Dzień próby – film sensa-cyjny USA 2001

Reż. Antoine Fuqua, wyk. Denzel Washington, Ethan Hawke, Scott Glenn

2.20 Kuba Wojewódzki

3.10 Uwaga!

3.25 Noc magii

TVN 7

DV3

7.00 Sędzia Anna Maria Wesołowska **8.00** Ukryta prawda **11.00** Szpital **12.00** Szkoła **13.00** Sąd rodzinny **14.00** Sędzia Anna Maria Wesołowska **15.00** Ukryta prawda **16.00** Zakocha-ni po uszy (271) – serial Polska **16.35** Brzydula – serial Polska **17.10** 19+ **18.15** Idealna niania **18.55** Ukryta prawda **20.00** Brzydula – serial oby-czajowy Polska **20.30** ♦♦♦ Chłopaki też płaczą – komedia romantyczna USA 2008, reż. Nicholas Stoller, wyk. Jason Segel **22.55** ♦♦♦ Choc goni nas czas – komediodramat USA 2007, reż. Rob Reiner, wyk. Jack Nicholson

TV 4

DV3

8.00 Nasz nowy dom **9.00** Sędzia Judy **10.25** Nowe sekrety sąsiadów (8, 9) **11.25** Pamiętniki z wakacji **12.25** Wspaniali ludzie **12.55** Wzór (94) **13.55** Kobra – oddział specjalny **14.55** STOP Drogówka **15.55** Kobra – oddział specjalny **17.00** Nowe sekrety sąsiadów (9, 10) **18.00** Policjantki i policjanci (687, 688) **20.00** Święty (45, 46) **21.00** Gwiazdy kabaretu **22.05** Sprawiedliwi – wydział kryminalny (413, 414) **0.20** ♦♦ Czas zemsty – film USA/Aruba 2003

TV 6

DV3

8.00 Buffy: postrach wampirów **9.00** Galileo **10.00** Zona dla milio-nera **11.00** Zwierzaki śmiechu warte **12.00** Miódowe lata (71, 43) **13.40** Bumerang (9) **14.15** Policjantki i policjanci (654) **15.15** Detektywi w akcji (8) **16.15** Septagion (1) **17.15** Hawaje 5-0 **18.15** Miódowe lata (42, 64) **20.00** Galileo **21.00** CSI: Krymi-nalne zagadki Nowego Jorku (48, 49) **23.00** Dancing with the Stars. Taniec z gwiazdami

TVP Polonia

10.40 Panorama **11.50** Pyta-nie na śniadanie **11.50** Na sy-gnale (282) **12.00** Zaloguj się w kuchni **12.15** Strefa ruchu **12.30** M jak miłość (1546) **13.20** Wilnoteka **13.40** Tego się nie wy-trnie **15.00** Kasta **15.30** Kuchnia Jagiellonów **16.00** Między wier-szami **16.25** Bolek i Lolek **16.45** Reksio **17.00** Rodzinka.pl (276) **17.30** Dziennik regionów **17.50** Gra słów. Krzyżówka **18.20** Sta-cja innowacja **18.35** Mówimy po polsku **18.50** Na sygnale (282) **19.20** Polonia Express **19.40** Alarm! **20.00** Polonia 24 **20.45** Na dobre i na złe (789) **21.40** The Voice of Poland **23.45** Mu-zeum polskiej piosenki **23.55** Focus on Poland

TV Trwam

DV3

11.25 Głos Polski **11.45** Spo-tkania z ekologią **12.20** Frank Duff i Legion Maryi **13.15** Filmo-we zyciorysy **13.30** Msza Święta z kaplicy na Jasnej Górze **14.40** Kazembe **15.00** Modlitwa w Godzinie Miłosierdzia z Koronką do Bożego Miłosierdzia **15.20** Mocni w wierze **16.10** Siódmy sakrament **16.35** Świat na wy-ciągnięcie ręki **17.00** Filmowe zyciorysy **17.30** Okiem kamery **18.15** Westerplatte młodych **19.00** Warto zauważyć... **19.35** Modlitwa z telefontycznym udziałem dzieci **20.00** Informacje **20.20** Różaniec **21.00** Apel Jasnogórski **21.40** Polski punkt widzenia **22.00** Ziemia obiecana (120) **22.45** Geniusz stworzenia

TVP Kultura

DV3

8.00 Informacje kulturalne **8.30** Powidoki **8.40** Księga przestrzeni **9.25** ♦♦ Skutki noszenia kapelusza w maju – komedia Polska 1995 **11.00** Szatan z siódmej klasy (6, 7) **12.50** Którędy po sztukę **13.00** Sami Yaffa na tropie dźwięków **15.20** ♦♦♦ Daleko od okna – dramat Polska 2000 **17.25** Czerdziestolatek (10) **18.30** Informacje kulturalne **18.55** Co dalej? **19.15** Którędy po sztukę **19.25** Antyfonie **20.00** ♦♦♦ Vera Cruz – western USA 1954 **21.40** Tego się nie wytrnie **23.05** Tego się nie wytrnie eks-tra **23.25** Gomorra **0.25** Punkt obserwacyjny – film anim. **0.35** Nocny Portier – film anim.

Super Polsat

DV3

6.40 SuperLudzie Extra **7.00** Psi patrol **8.00** Kung Fu Panda – legenda o niezwykłości **8.30** Po-twory kontra obcy **9.30** Sponge-Bob Kanciastoporty **10.00** Misja Weteran **10.30** Świat według Kiepskich (551) **11.00** Nasz nowy dom **12.00** SuperLudzie **13.00** Gliniarze (64) **14.00** Chirurgi (147) **15.00** Top chef **16.30** Hell's Kitchen – piekielna kuchnia **18.00** Nasz nowy dom **19.00** Łowcy nagród **20.00** Miss Polski Nastolatki 2020 **22.45** ♦♦ Cudzoziemiec – film sensacyjny USA/Polska 2003 **0.50** ♦♦♦ Jak rozpętałem II wojnę światową (3/3) – komedia Polska 1970 **2.30** Kabaretowa Ekstraklasa **3.00** Gliniarze (436)

Metro

DV3

8.00 Top of the Top Sopot Festival 2018: #ILOVE **8.40** Angry Birds **8.55** Wanda i Zielony Ludek **9.40** Prawo Agaty (6) **10.40** Idealna niania **11.25** Dr House (5) **12.25** Anatomia magii **12.55** Celnicy na straży Europy **13.25** Wojny magazynowe – Tekas **13.55** Co było dalej? **14.25** Prawo Agaty (7) **15.25** Milionerzy **16.00** Dr House (6) **17.00** Łazienkowe metamorfozy **17.30** Walka o remont **18.00** Wojny magazyno-we – Tekas **18.30** Metro **18.45** Wojny magazynowe – Tekas **19.10** Gorączka złota **20.10** Za-bójcza broń (16) **21.10** Kości (12) **22.10** ♦♦♦ Wakacje w Las Vegas – komedia USA 1997 **0.05** ♦♦♦ Psychopata – thriller USA 1995

Nowa TV

DV3

6.45 Obraz dnia **7.40** Ewa gotuje **8.15** Pod lupą **8.40** Był sobie kosmos **9.20** Daleko od noszy **10.15** Łowcy cieni. Pod presją (9) **11.15** Stoiki (36) **12.00** Oszukane **13.00** Pielę-gniarki **13.55** Szpital dziecięcy **14.55** Daleko od noszy **15.55** Mały dom, wielkie możliwości **16.50** Remont w bostońskim stylu **17.45** Łowcy małych domów **18.05** Fabryka przed-miotów domowych **18.35** Ogarnij podwórko **19.00** Kaba-retowa Dynastia **20.00** ♦♦♦ The Commitments – komedia muzyczna Irlandia/W. Bryt./USA 1991 **22.40** ♦♦♦ Droga – thriller USA 2009 **0.55** Mój nawiedzony dom

NATURALNA KOREKTA WZROKU – odbierz okulary z technologią Vision+ **ZA DARMO**

„Po 3 tygodniach zaczęłam widzieć zdecydowanie wyraźniej” TY TEŻ POPRAW JAKOŚĆ WIDZENIA O 87%

Dodatkowa OKAZJA: dla najszybszych niespodzianka **GRATIS!**

Maksymalne wyostrenie obrazu, nasycone kolory, wyraźne widzenie z bliska i daleka, złagodzenie starczowzroczności i astygmatyzmu – to tylko niektóre rezultaty noszenia intensywnie korygujących okularów udoskonalonych o technologię Vision+, które w 21 dni wzmacniają oczy i poprawiają wzrok.



TOPSELLER! Korygujące okulary z przesłoną pin-hole: → Wspierają regenerację wzroku już w 21 dni
→ Zapobiegają pogłębianiu się wad wzroku
→ Łagodzą zezą i początkową fazę zaćmy

WIELOPRZESŁONOWE OKULARY KOREKCYJNE:

- Poprawiają wzrok i łagodzą dysfunkcje oka w 3 tygodnie
- Naturalnie korygują, a nawet cofają wady wzroku do 2,5 dioptrii
- Przynoszą ulgę zmęczonym, zaczerwienionym, piekącym oczom
- **Zatrzymują pogarszanie się wzroku** – bez względu na Twój wiek!
- Pogłębiają ostrość obrazu

Regulamin - rglinmrmcjpik.com

nowatorskich okularów, która cofnęła swoją dysfunkcję wzroku aż o 1,5 dioptrii w 19 dni. Jak to możliwe?

Odzyskaj naturalnie MOCNY WZROK

Innowacyjne, wieloprzesłonne okulary korygujące ostrość widzenia to absolutny hit na skalę światową. Wykorzystując doświadczenie staroindyjskich medyków, współcześnie eksperci stworzyli bezsoczewkowe okulary, w których za naturalną korektę widzenia odpowiadają przesłony z wieloma małymi otworami. To perfekcyjny trening dla oczu – zwłaszcza jeśli od dawna nosisz tradycyjne okulary soczewkowe, które rozleniwiają wzrok i bardzo często przyczyniają się do pogłębiania wady. Zastosowanie nietypowej dla oka przesłony wywołuje zwiększenie ruchomości gałek ocznych i intensywnie „ćwiczysz” oczy, umożliwiając złagodzenie nawet takich dysfunkcji jak zez czy astygmatyzm w mniej niż 21 dni.

OSTRE WIDZENIE bez rozmytych obrazów

Z pomocą pionierskich okularów z przesłoną pin-hole już ponad 98,5 tysiąca ludzi odzyskało zdolność znakomitego widzenia bez względu na swój wiek, wadę wzroku i czas noszenia tradycyjnych soczewek. To zrozumiałe, biorąc pod uwagę analizy ekspertów, które pokazują, że już po 2-3 godzinach noszenia okularów **głębia ostrości zwiększa się średnio o 68%**, po kolejnych 5 dniach wzmocnieniu ulega nerw wzrokowy i mięśnie budujące gałkę oczną, po 2 tygodniach rozszerza się zakres widzenia peryferyjnego (w tzw. kącie oka), kolory ulegają wzmocnieniu, widziany obraz staje się wyraźniejszy, a po pełnych 21 dniach domowej korekty oczy zaczynają pracować prawidłowo – znikają mroczki przed oczami, obraz przestaje się rozmazywać, a Ty zaczynasz widzieć

w pełnej ostrości zarówno z bliska, jak i z daleka.

Korekcyjne okulary ajurwedyjskie – to już ostatnie egzemplarze w PL!

Szczególnie polecane przy:

- Krótkowzroczności
- Starczowzroczności
- Astygmatyzmie
- Stanach pooperacyjnych oczu
- Początkowych etapach zaćmy

Eliminuje 99,7% problemów ze wzrokiem

Eksperti zgodnie potwierdzają, że nowatorskie okulary korygujące z przesłoną pin-hole to najlepszy wybór dla szwankujących oczu. Pora na Ciebie – nie czekaj, aż problemy ze wzrokiem się pogłębią. Już teraz sprawdź, czy właśnie na Ciebie czeka darmowy egzemplarz innowacyjnych okularów z technologią Vision+.

3x wyraźniejsze widzenie od 1. użycia!



Nr 1 na kurzą ślepotę i rozmyty obraz

Mirosław, 61 l., Tarnów



„Zwykle okulary do czytania nigdy nie dały tak fantastycznego efektu, jak te korekcyjne okulary z przesłoną! Są po prostu rewelacyjne – odkąd je noszę, widzę znacznie wyraźniej, czytam godzinami bez żadnych trudności, oczy przestały się tak szybko męczyć i co najważniejsze – widzę doskonale również po ich zdjęciu. Jakby trwale 'naprawiały' oczy”.

Po 2 tygodniach odzyskałam ostry wzrok

Beata, 49 l., Poznań



„Dzięki tym okularom kształty przestały się rozmazywać, widzę wyraźniej, ostro, obraz jest nasycony i nic mi się nie rozmywa. Do tego zauważyłam, że oczy przestały być zaczerwienione, już nie pieką i nie boją nawet po całym dniu przed komputerem. Moim zdaniem to hit na błyskawiczną poprawę wzroku. Polecam każdemu, kto ma problem z widzeniem”.

Już po 1. zastosowaniu wzrok zaczyna się poprawiać

Katarzyna Mazur, ekspert w zakresie okulistyki



„Dzięki zastosowaniu przysłony wielootworowych, innowacyjnych okularów 'zmuszają' oczy do zwiększenia głębi ostrości i zwiększają ruchomość gałek ocznych, co skutkuje poprawą ostrości widzenia już po pierwszym użyciu. Okulary niesoczewkowe zmniejszają jednocześnie dopływ szkodliwych promieni UV, pozwalając oczom odpocząć i naturalnie ożywiają ich funkcje”.

REKLAMOWANE W
TV

ODZYSKAJ MOCNY WZROK – wystarczy tylko 21 dni!

CHCESZ DRUGI PRODUKT W PREZENCJE? ZADZWOŃ W PRZECIĄGU 5 DNI!

Pierwsze 100 osób, które zadzwonią do 30.01.2021 r., otrzyma **100% REFUNDACJI OD PRODUCENTA**



→Zadzwoń: 59 822 09 73

pon.-pt. 08:00-20:00, sob.-nd. 09:00-20:00. Zwykle połączenie lokalne bez dodatkowych opłat.

Ale Kino+

10.20 ♦♦♦ Przesłuchanie – dramat Francja/Niemcy 2019
12.05 Wolne pokoje **12.45** Sędzia **14.20** ♦♦♦ Nie taki znowu święty Mikołaj – komedia Polska 2018 **15.50** Potwory to tacy interesujący ludzie **16.25** Alain Delon jakiego nie znamy **17.25** Techno **18.05** ♦♦♦ Mój problem to ty – komedia Francja 2018 **20.10** ♦♦♦ System – film kryminalny Czechy/W. Bryt./USA/Rosja 2014 **22.35** ♦♦♦ Niesłusznie oskarżona – dramat USA 2013

Polsat 2

9.05 Drwale i inne opowieści Bieszczadu **10.00** Na ratunek **11.20** **10.30** Sekrety rodziny **11.30** Dlaczego ja? **12.30** Nasz nowy dom **13.30** Świat według Kiepskich (457-459) **15.00** Trudne sprawy **16.00** Nasz nowy dom **17.00** Sekrety rodziny **18.00** Malanowski i Partnerzy **19.00** Gliniarze **20.05** Wydarzenia **20.40** Gość „Wydarzeń” **21.10** Bez skrupułów (5) **22.10** Mayday (1) **23.10** ♦♦♦ Bad Ass: Twardziel – film USA 2012

Eurosport 1

9.00 Skoki narciarskie: PS **9.50** (L) Kombinacja norweska: PS **10.50** Biatlon: PS **12.20** (L) Narciarstwo alpejskie: PS **15.50** Kombinacja norweska: PS **16.20** Skoki narciarskie: PS – Turniej Czterech Skoczni **16.45** Studio sportów zimowych **18.00** (L) Skoki narciarskie: PS **19.15** Studio sportów zimowych **20.00** (L) Snooker: Masters **23.30** Wiadomości Eurosportu **23.35** Rajd terenowy: Rajd Dakar **0.05** Skoki narciarskie: PS

Eleven Sports 1

11.00 Orlen Team Studio **12.00** Piłka nożna – Serie A TIM: AC Milan – Torino FC **14.00** Piłka nożna – Bundesliga: Arminia Bielefeld – Hertha BSC **16.00** Piłka nożna – Superpuchar Hiszpanii: Real Madryt – Athletic Club **18.00** The Best of 2020 **18.25** (L) Piłka nożna – 2. Bundesliga: Würzburger Kickers – Eintracht Braunschweig **20.40** (L) Piłka nożna – Serie A TIM: SS Lazio – AS Roma **23.00** Orlen Team Studio **23.30** Ligue 1 Show

TVP ABC

13.15 Buli **13.25** Skylanders Academy **13.55** Supa Strikas **14.20** Dinotrux **14.50** Transformers: Cyberverse **15.15** Licz na Wiktora **15.25** Alchemik **15.45** Yakari **15.55** Marta mówi! **16.25** Clifford – wielki czerwony pies **17.00** Daisy i Ollie **17.15** Male Królowy **17.30** Pszczółka Maja **17.45** Rev and Roll **17.55** Trolle: Impreza trwa **18.25** Przygody Tomka Sawyera **18.50** Billy **19.10** Heidi **19.20** Stajacykowo: Kolejowe opowieści

Kino Polska

7.50 ♦♦♦ Benek – komediodramat Polska/Austria 2007 **9.55** ♦♦♦ Ostatnie dni – film wojenny Polska 1969 **11.35** TV Okazje **11.55** ♦♦♦ Dziewczyna i chłopak – komedia Polska 1980 **13.45** ♦♦♦ 1920 Bitwa Warszawska – dramat historyczny Polska 2011 **16.10** Dom (4) **18.00** Kabareto-wojskowy rejs **20.00** ♦♦♦ To ja, złodziej – film sensacyjny RPA/Polska 2000 **22.05** ♦♦♦ Pogoda na jutro – komediodramat Polska 2003 **0.05** Ballada o Januszu (3)

TVP Seriele

7.30 Ojciec Mateusz (144) **8.30** Komisarz Alex (154) **9.20** Złotopolscy (181) **9.55** Klan (95) **10.35** M jak miłość (1471) **11.30** Ranczo (108) **12.25** Rodzinka.pl (98, 99) **13.40** Ojciec Mateusz (73, 74) **15.30** Na dobre i na złe (706) **16.25** Na sygnale (243) **16.55** Ranczo (109, 110) **18.55** Rodzinka.pl (100) **19.35** Ojciec Mateusz (75, 145) **21.30** Ranczo (111, 112) **23.30** Ojciec Mateusz (76) **0.25** ♦♦♦ Jeziorak – dramat Polska 2014

Eurosport 2

8.30 Biatlon: PS **11.30** Sport Spotlight **12.00** Snooker: Masters **13.45** (L) Snooker: Masters **17.30** Narciarstwo alpejskie: PS: Zawody w Wengen **18.30** Biatlon: PS: Zawody w Oberhofie **19.30** Kombinacja norweska: PS: Zawody w Val di Fiemme **20.00** Kombinacja norweska: PS **20.30** Wiadomości Eurosportu **20.35** Skoki narciarskie: PS **23.55** Wiadomości Eurosportu **0.00** Narciarstwo alpejskie: PS

Polsat Sport News

8.07 Magazyn koszykarski **9.00** Sport fiesz **9.07** Boks z archiwum **10.00** Sport fiesz **10.07** Boks z archiwum **11.00** Sport fiesz **11.07** Narciarstwo alpejskie: Magazyn FIS alpejski **12.00** Sport fiesz **12.07** Piłka nożna – Eredivisie: Feyenoord – PEC Zwolle **14.30** Koszykówka – Energa Basket Liga: WKS Śląsk Wrocław – Arged BM Slam Stal Ostrów Wielkopolski **16.30** Trans World Sport **17.30** MMA: KSW **20.00** Piłka nożna z archiwum

Mezzo

11.38 Festival d'Ambronay **12.45** Intermezzo **13.00** Elektra Straussa w Metropolitan Opera – USA 2016 **14.52** Intermezzo **16.01** Herbert von Karajan i Wiener Philharmoniker **17.23** Królowna Śnieżka Angelina Preljocaja – balet **18.53** Playlist #1 Angelina Preljocaja – balet Francja 2017 **20.25** Intermezzo **20.31** Jonathan Nott i Orkiestra Szwajcarii Romariskiej **21.55** Praetorius: Msza święta Bożego Narodzenia **23.18** Intermezzo

Polsat Film

8.30 Przyjaciółki (152, 153) **10.30** Świat według Kiepskich (201-202, 86, 6) **12.55** Bambi II – film animowany USA 2006 **14.25** ♦♦♦ Dr. Dolittle 2 – komedia USA 2001 **16.15** ♦♦♦ Dorwać była – komedia romantyczna USA 2010 **18.35** ♦♦♦ Dumbo – film przygodowy USA/W. Bryt./Australia/Kanada 2019 **21.00** ♦♦♦ World Trade Center – film katastroficzy USA 2006 **23.45** ♦♦♦ Bez litości 2 – film kryminalny USA 2018

AXN

6.10 Unforgettable: Zapisane w pamięci (12, 13) **8.00** Seal Team (21-22, 1-3) **12.45** ♦♦♦ I kto to mówi? – komedia USA 1989 **14.45** ♦♦♦ Ucieczka – thriller Kanada 2013 **16.40** Nocna zmiana (2, 3) **18.20** Rekrut (10, 11) **20.10** ♦♦♦ Zakładnik z Wall Street – thriller USA 2016 **22.10** ♦♦♦ Kwarantanna – horror USA 2008 **0.00** ♦♦♦ Kwarantanna II: Terminal – horror USA 2011 **1.50** Agenci NCIS (11) **2.45** Agenci NCIS: Los Angeles (8)

Polsat Sport

6.00 Trans World Sport **7.30** Koloseum **9.00** (L) Skeleton: PS **16.00** 7. strefa **17.30** (L) Siatkówka – Tauron Liga: Developres SkyRes Rzeszów – E.Leclerc Moya Radomka Radom **20.30** (L) Siatkówka – Tauron Liga: #VolleyWrocław – BKS BOSTIK Bielsko-Biała **23.00** Relacja: Gala Mistrzów Sportu **23.30** Siatkówka – PlusLiga: Indykpol AZS Olsztyn – Stal Nysa **1.30** MMA – KSW: 18.05.2019: Michał Materla – Scott Askham

TVN 24

6.00 Serwis informacyjny, pogoda **7.30** Rozmowa Piaseckiego – Polska **7.40** Serwis informacyjny, pogoda **15.00** 15 na żywo **16.00** Fakty po południu **18.00** Tak jest **19.10** Serwis informacyjny **19.25** Fakty po Faktach **20.00** Sprawdzam **20.30** Czarne na białym **21.00** Polska i świat **22.00** Szkło kontaktowe **23.00** Dzień po dniu **23.40** Biłans dnia **0.00** Fakty po Faktach **0.40** Sprawdzam **1.15** Tak jest **2.05** Czarne na białym

TVP Rozrywka

9.25 Wojciech Cejrowski – boso przez świat **9.55** Kabaret za kulisami **10.55** Va banque **11.25** Muzeum polskiej piosenki **11.40** Familia **12.20** Postaw na milion **13.20** Mariolka prawdę ci powie **15.20** XIV Mazurska Noc Kabaretowa – Mragowo 2012 **18.25** Okrasa łamie przepisy **18.55** Makłowicz w podróży **19.30** Gra słów. Krzyżówka **19.55** Va banque **20.35** Hity kabaretu **21.30** Postaw na milion **22.30** Kabaret za kulisami

Stopklatka

8.25 Stawka większa niż życie (6) **9.40** ♦♦♦ Niekończąca się opowieść – film fantasy Niemcy 1984 **11.35** ♦♦♦ Ogniem i mieczem – dramat historyczny Polska 1999 **15.15** Brytyjski Top Gun: piloci myśliwców Fighter **16.20** Hudson i Rex (3, 4) **18.20** Wojny kontenerowe **20.00** ♦♦♦ Kiler – komedia kryminalna Polska 1997 **22.05** ♦♦♦ Carrie – horror USA 2013, reż. Kimberly Peirce **0.20** ♦♦♦ Cube II – hipersześcian – horror Kanada 2002

13 Ulica

6.00 Kapitan Marleau (4) **7.45** Zaprzysiężeni (7, 8) **9.30** Kobra – oddział specjalny (6, 7) **11.30** Dowody zbrodni (5, 6) **13.20** Cherif (5) **14.25** Zaprzysiężeni (9, 10) **16.15** Kobra – oddział specjalny (8, 9) **18.15** Dowody zbrodni (7, 8) – serial sensacyjny USA **20.05** Chicago P.D. (10) – serial kryminalny USA **21.00** Zabójcze umysły (10, 10) – serial kryminalny USA **23.00** CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku (10)

TVP Sport

9.05 Piłka nożna – Puchar Włoch: Atalanta BC – Cagliari Calcio **13.10** (L) Skoki narciarskie: Puchar Świata **13.30** Skoki narciarskie: Puchar Świata **14.40** (L) Skoki narciarskie: Puchar Świata **14.55** Skoki narciarskie: Puchar Świata **16.45** Studio Pucharu Świata **18.00** (L) Skoki narciarskie: Puchar Świata **19.45** Niezwykłe historie Białe-Czerwonych **21.35** Sportowy wieczór **22.10** Ring TVP Sport **23.10** Skoki narciarskie: Puchar Świata

Polsat News

8.00 Nowy dzień **9.00** W rytmie dnia **12.50** Wydarzenia **13.30** W rytmie dnia **14.55** Pogoda **15.00** W rytmie dnia **15.30** Sport **15.50** Wydarzenia **16.10** Więcej „Wydarzeń” **16.25** Pogoda **16.30** Godziny szczytu **18.50** Wydarzenia **19.25** Gość „Wydarzeń” **19.50** Debata dnia **20.50** Wydarzenia fiesz **21.00** Raport **21.50** Wydarzenia **22.30** Dzień na świecie **23.00** Obraz dnia **23.45** Biznesowy obraz dnia **0.05** Gość „Wydarzeń”

Planete+

8.55 Afryka. Sceny z życia drapieżników **10.55** Życie pod wulkanem **11.55** Powstanie w warszawskim getcie – przemilczane fakty **13.00** KL Nat zweiler – zapomniany obóz koncentracyjny **14.00** Życie w wojennych Niemczech **15.00** Historia Ameryki w kolorze **16.00** Afryka z lotu ptaka **17.00** 360° – świat bez granic **18.00** Świat z góry **19.00** 360° – świat bez granic **21.00** Jak starzeją się zwierzęta

Canal+ Premium

9.55 ♦♦♦ Belle – dramat W. Bryt. 2013 **11.35** Entuzjastki **11.50** ♦♦♦ Kara za dobry uczynek – thriller Kanada 2020 **13.20** Elton John **14.20** Bayala i ostatni smok – film anim. Niem. 2019 **15.45** ♦♦♦ Zawód: kobieciarz – komedia Fr. 2019 **17.20** ♦♦♦ Duch Bożego Narodzenia – kom. USA 2019 **18.45** Piwo – moje życie **20.45** Ostatniej nocy... (3) **21.00** Pokonani (3) **21.45** ♦♦♦ Przykłądny obywatel – film W. Bryt. 2019 **23.40** ♦♦♦ Upiome opowieści po zmroku – horror USA 2019

SciFi Universal

5.05 Herkules (15) **6.00** Przygody Merlina (8, 9) **8.00** Herkules (14-17) **11.40** Star Trek – Enterprise (17, 18) **13.30** Gwiezdne wrota (17, 18) **15.20** Przygody Merlina (9, 10) **17.10** Star Trek – Enterprise (19, 20) **19.00** Gwiezdne wrota (19, 20) – serial sf USA/Kanada **21.00** Runaways (2) – serial sf USA **22.00** ♦♦♦ Pod powierzchnią – horror USA 2013 **0.00** ♦♦♦ Banita – film przygodowy Kanada/Chiny/USA/Francja 2014

Canal+ Sport

11.00 Piłka nożna – LaLiga Santander: Sevilla FC – Real Sociedad **13.15** Piłka nożna – Premier League: Aston Villa – Tottenham Hotspur **15.30** Piłka nożna – Premier League: Arsenal FC – Crystal Palace **17.45** Basket+ **19.00** Premier League Review **19.00** Ligue 1 Preview **19.30** Na fali i pod prąd **20.25** Premier League Matchpack **20.55** (L) Piłka nożna – Premier League: Fulham FC – Chelsea FC **23.00** Basket+ **23.30** News+ **0.00** Gala boksu...

TVP Info

8.15 Serwis Info **8.18** Minęła 8 **9.00** Serwis Info **9.11** Minęła 9 **10.00** Serwis Info **12.00** INFO Raport **13.29** Serwis Info **15.29** Info dzień **17.00** Teleexpress **17.15** Teleexpress Extra **17.30** O co chodzi **18.00** Panorama **18.19** Serwis Info **18.37** O tym się mówi! **19.30** Wiadomości **19.58** Gość Wiadomości **20.13** Forum **21.00** Nie da się ukryć **21.25** Serwis Info **21.50** W tyle wizji **22.25** Serwis Info **22.30** W tyle wizji **23.00** Info wieczór

BBC Earth

9.55 W okowach mrozu **10.55** Cała prawda o witaminach **11.55** Zabójcze kataklizmy **12.55** Ekstremalne wyprawy **13.55** W okowach mrozu **15.50** Zabójcza pogoda **16.55** Wynalazki, które zmieniły świat **17.55** Zabójcze kataklizmy **18.55** Lodowe miasto: życie na krawędzi **19.55** Zabójcza sześćdziesiątka **20.55** Życie na pustkowiu **21.55** W okowach mrozu **23.00** Zabójcze kataklizmy **0.00** Cała prawda o witaminach

HBO

10.10 Coco – film animowany USA 2017 **11.55** ♦♦♦ Cały świat Romy – film familijny Holandia/Niemcy 2019 **13.25** ♦♦♦ Jestem numerem cztery – film sf USA/Indie 2011 **15.10** ♦♦♦ Uwiązani – komediodramat USA 2014 **17.10** Na planie **17.40** ♦♦♦ Replikanci – film sf USA/W. Bryt. 2018 **19.25** Cztery wesela i pogrzeb (2) **20.10** ♦♦♦ Jutro nie umiera nigdy – film sensacyjny W. Bryt./USA 1997 **22.10** ♦♦♦ The Raid II: Infiltracja – film Indonezja/USA 2014

FOX

5.40 Mentalista (17) **6.25** Chicago Med (17) **7.20** Rezydenci (16) **8.15** CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku (8) **9.10** Kości (9-12) **12.50** Mentalista (18) **13.45** Castle (3, 4) **15.35** Rezydenci (17) **16.30** Chicago Fire (5, 6) **18.20** Chicago Med (18, 19) – serial obyczajowy USA **20.10** Zabójcze umysły (6) – serial kryminalny USA **21.05** Mentalista (1-5) – serial kryminalny USA **1.40** Zabójcze umysły (6) **2.25** Kości (11, 12)

nSport+

9.35 News+ **10.10** Kroniki LaLiga **10.45** Witaj w klubie **12.00** News+ **12.45** Piłka nożna – LaLiga Santander: RC Celta – Villarreal CF **15.00** News+ **15.30** Kroniki LaLiga **16.00** NBA Action **16.30** LaLiga World **17.00** LaLiga Highlights Show **18.00** Piłka nożna – LaLiga Santander: CA Osasuna – Real Madryt **20.00** Basket+ **20.20** Ligue 1 Preview **20.55** (L) Piłka nożna – Ligue 1 Uber Eats: Montpellier HSC – AS Monaco **23.00** News+

TVP 3

10.20 Ferie z TVP **10.35** Antenowe remanenty **11.05** Mały książę – film animowany Francja/USA/Kanada/Włochy 2015 **13.00** Gospodarka tu i teraz **13.35** Agrobiznes **13.55** Agropogoda **15.00** Koronka do Miłosierdzia Bożego **15.20** Miłosierdzie potyczki **16.05** Telekurier **16.30** Kryminalna siódemka **16.45** Dziennik regionów **17.00** Moja praca **20.00** Kasta **20.30** Piosenka dla Ciebie **21.50** Studio Lotto **22.00** Dziennik regionów

Discovery Channel

6.00 Łowcy staroci **7.00** Hotrod w Kindiga **8.00** Fani czterech kółek **9.00** Klan z Alaski **10.00** Ekstremalna Alaska **11.00** Ocali dom **12.00** Morze żółta: Ludzka chciwość – serial dokumentalny USA 2012 **13.00** Złomowisko PL (1-8) – serial dokumentalny Polska 2017 **21.00** Kamperem przez świat **22.00** Nagi instynkt przetrwania: Elita **23.00** Ekstremalna Alaska (1) – serial dokumentalny **0.00** Fani czterech kółek



20:35 SERIAL

Komisarz Alex

TVP 1

DVB-T

7.00 Transmisja mszy świętej **7.35** Rok w ogrodzie **8.00** Rok w ogrodzie extra **8.15** Wojsko-polskie.pl **8.40** Pełnosprawni **9.10** Magazyn śledczy Anity Gargas **9.40** Cała prawda o kłamstwie – film dok. **10.45** Blondynka (101) **11.45** ♦♦♦ Sam Whiskey – western USA 1969 **13.45** Okrasa łamie przepisy **14.15** Z pamięci **14.25** Przyrodnik na tropie

15.00 Koronka do Miłosierdzia Bożego

15.20 Zakochaj się w Polsce: Płock – magazyn

15.55 Studio Pucharu Świata

16.15 (L) Skoki narciarskie – PŚ: Konkurs drużynowy mężczyzn na skoczni HS 140 w Zakopanem – 1. seria

17.15 Teleexpress

17.25 (L) Skoki narciarskie – PŚ: Konkurs drużynowy mężczyzn na skoczni HS 140 w Zakopanem – 2. seria

18.25 Sanatorium miłości

– reality show

19.30 Wiadomości

20.10 Alarm! – magazyn

20.35 Komisarz Alex (98)

– serial kryminalny Polska

21.30 Boss – film biograficzny

♦♦♦ W. Bryt./USA 2016 (s.9)

Reż. Brad Furman, wyk. Bryan Cranston, John Leguizamo, Diane Kruger

23.45 Rozmowy kontrolowane

♦♦♦ – komedia Polska 1991

Reż. Sylwester Chęciński, wyk. Stanisław Tym, Irena Kwiakowska, Alina Janowska

1.35 Sprawa zamknięta

♦♦ – thriller USA 2011



23:15 FILM

Riwiera dla dwojga

TVP 2

DVB-T

5.25 Cafe piosenka **5.50** Barwy szczęścia (2361, 2362) **6.55** M jak miłość (1556) **7.45** Przepis dnia **7.55** Pytanie na śniadanie **11.25** Rodzinny ekspres **11.55** Alternatywy 4 (3) – serial Polska **12.55** Anything goes. Ale jazda! – program rozrywkowy **14.00** Familiada – teleturniej **14.35** Koło fortuny – program rozrywkowy

15.15 The Voice Senior:

Przesłuchania w ciemno

17.20 Rodzinka.pl (150) – serial komediowy Polska

17.50 Słowo na niedzielę

18.00 Panorama

18.35 Postaw na milion

– teleturniej

19.35 Lajki! – magazyn

20.00 The Voice Senior:

Przesłuchania w ciemno

22.10 Hity wszech czasów

– program muzyczny

23.15 Riwiera dla dwojga

♦♦ – komedia Francja/W. Bryt. 2013

Reż. Joel Hopkins, wyk. Emma Thompson, Pierce Brosnan, Celia Imrie

By zapewnić sobie spokojną starość, rozwiedzeni ze sobą Kate i Richard postanawiają okraść właściciela funduszu emerytalnego, który sprzeniewierzył ich pieniądze.

1.00 Skutki uboczne – thriller

♦♦♦ psychologiczny USA 2013

Reż. Steven Soderbergh

2.55 Trzeci – dramat Polska

♦♦♦ 2004

Reż. Jan Hryniak

4.45 Rodzinka.pl (207)



20:00 FILM

Kapitan Ameryka...

Polsat

DVB-T

5.25 Telezakupy TV Okazje **6.00** Nowy dzień z Polsat News **8.30** ♦♦♦ Uwierz w święta – film fantasy Kanada 2015 **10.10** Ewa gotuje **10.40** Nasz nowy dom **11.40** Bogaty dom – biedny dom **12.40** Rolnicy. Podłasia **13.45** Rolnicy – tak się żyje u nas na wsi – serial dok. **14.45** Nie mów do mnie śmieciarzu! – serial dokumentalny

15.45 Więzienie – serial dokumentalny Polska 2019

17.45 Chłopaki do wzięcia

– telenowela dokumentalna

18.50 Wydarzenia

19.25 Gość „Wydarzeń”

20.00 Kapitan Ameryka: Zimowy żołnierz – film sf USA

♦♦♦ 2014

Reż. Anthony Russo, Joe Russo, wyk. Chris Evans, Samuel L. Jackson, Scarlett Johansson

Kapitan Ameryka zostaje wpłątany w sieć zagrażającej całemu światu intrygi.

By ujawnić spisek, superbohater łączy siły z Czarną Wdową.

23.00 Max Payne – film sensacyjny USA/Kanada 2008

♦♦♦ Reż. John Moore, wyk. Mark Wahlberg, Mila Kunis, Beau Bridges

Adaptacja słynnej gry komputerowej. Detektyw nowojorskiej policji Max Payne szuka morderców swojej żony i dziecka.

1.10 Najemnik – film sensacyjny USA/Arabia/RPA 2006

Reż. Don E. Fauntleroy

3.10 Tajemnice losu



20:05 FILM

40 lat minęło

TVN

DVB-T

5.15 Mango – Telezakupy **7.25** Kobieta na krańcu świata – cykl reportaży. W Austrii Martyna spotyka niezwykłą gimnastyczkę **8.00** Dzień Dobry TVN – magazyn **11.30** Brzydula (60-62) – serial obyczajowy Polska **13.05** Na Wspólnej (3154-3157) – serial obyczajowy Polska **14.55** Wyjątkowe domy – serial dokumentalny Polska

15.30 Totalne remonty Szeglowskiej – magazyn

16.30 Kolejka smaków

– program rozrywkowy

17.00 Klinika bez tajemnic

– serial dokumentalny

18.00 Patent na dom – magazyn poradnikowy

19.00 Fakty

19.45 Uwaga! – magazyn

20.00 #TVNpomagajmysobie

20.05 40 lat minęło – komedia

♦♦♦ USA 2012

Reż. Judd Apatow, wyk. Paul Rudd, Leslie Mann, Maude Apatow

Codzienne problemy Debbie i Pete'a, których małżeństwo przechodzi poważny kryzys.

22.55 Wykolejona – komedia

♦♦♦ USA/Japonia 2015

Reż. Judd Apatow, wyk. Amy Schumer, Bill Hader, Brie Larson

Amy jest przekonana, że monogamia nie istnieje.

Kiedy spotyka Aarona, zmienia zdanie.

1.25 Złowrogi II – horror Kanada/USA/W. Bryt. 2015

Reż. Ciarán Foy

3.15 Uwaga!



20:00 FILM

Złoty kompas

TVN 7

DVB-T

6.55 Szkoła **7.55** Ukryta prawda **8.55** Ten moment **10.05** Ukryta prawda **13.15** ♦♦♦ Gremliny rozrabiają – film sf USA 1984 **15.35** ♦♦♦ Akademia policyjna II: Pierwsze zadanie – komedia USA 1985 **17.30** ♦♦♦ Wierna – film sensacyjny USA 2016, reż. Robert Schwentke, wyk. Shailene Woodley **20.00** ♦♦♦ Złoty kompas – film przygodowy W. Bryt./USA 2007, reż. Chris Weitz, wyk. Nicole Kidman **22.25** ♦♦♦ Nieśmiertelny – film fantasy W. Bryt. 1986, reż. Russell Mulcahy, wyk. Christopher Lambert **0.55** ♦♦ Szubienica – horror USA 2015

TV 4

DVB-T

5.30 Telezakupy TV Okazje **6.00** Szczecińskie lata Toma i Jerry'ego **6.30** Tuż przed tragedią **8.35** Galileo **10.45** ♦♦♦ Dwaj bracia – film przygodowy Francja/W. Bryt. 2004 **12.55** STOP Drogówka **14.00** Policjanci i policjanci (684-688) **19.00** Galileo **20.00** Święty (47, 48) **21.00** Gwiazdy kabaretu **22.05** Sprawiedliwi – wydział kryminalny (415, 416) **0.10** ♦♦♦ Bez litości – horror USA 2010 **2.25** Disco Polo Life **3.25** Top 10 lista przebojów

TV 6

DVB-T

6.00 Top 10 lista przebojów **7.05** Szczecińskie lata Toma i Jerry'ego **9.00** Ekstremalny ranking zwierząt **10.00** Zwierzęta śmiechu warte **11.15** Scooby-Doo: Wyprawa po mapę skarbów – film animowany USA 2013 **12.00** ♦♦♦ Małe dzikusy – film przygodowy USA 2016 **14.05** Wzór (83-88) **20.00** Galileo **21.00** CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku (50, 51) **23.00** Dancing with the Stars. Taniec z gwiazdami **0.55** Spadkobiercy

TVP Polonia

7.55 Pytanie na śniadanie **11.25** Giganci historii (s.11) **12.15** Powroty **12.35** Nela – mała reporterka **12.50** Czy wiesz, że... **13.00** Ojciec Mateusz (244) **13.50** Na dobre i na złe (889) **14.45** Hity kabaretu **15.40** Wolny ekran **16.00** Kulturalni PL **17.00** Słownik polsko@polski **17.30** Dziennik regionów **17.50** M jak miłość (1547) **18.40** Szansa na sukces – Opole 2019 **19.40** Rodzina Treflików **19.45** Czytanie przed snaniem... **20.00** Polonia 24 **20.45** Ludzie i bogowie (3) **21.40** ♦♦♦ Handlarz cudów – film Polski/Szwecja 2009 **23.25** Koncert Jubileuszowy 10. Europejskiego Stadionu Kultury – „Moje najwzniejsze”

TV Trwam

DVB-T

10.15 Retrospekcja **10.25** Myśląc Ojczyzna **10.35** Polski punkt widzenia **11.00** Kropelka radości **12.00** Anioł Pański **12.20** Warto zauważyć... **12.50** Filmowe zyciorysy **13.30** Msza Święta z kaplicy na Jasnej Górze **14.35** Kaplica Pamięci **15.30** Wierzę w Boga **16.10** Sybiraczka **17.00** Z Parlamentu Europejskiego **17.30** Okiem kamery **18.15** Rozmowy niedokonane **19.30** Katedra ks. bp. Antoniego Długosza **19.45** Modlitwa z telefonicznym udziałem dzieci **20.00** Informacje **20.20** Różaniec **21.00** Apel Jasnogórski **21.40** Polski punkt widzenia **22.00** Mojżesz – 10 przykazań (39) **23.00** Głos serca (47) **23.45** Filmowe zyciorysy

TVP Kultura

DVB-T

7.50 Informacje kulturalne **8.25** Filmy animowane **11.05** Przygody pana Michała (8, 9) **12.10** Monolog trębacza **12.40** Rocznicza odbudowy Zamku Królewskiego **13.00** Kobra: Melissa – spektakl Polska 1970, reż. Jan Bratkowski (s.11) **14.20** Tego się nie wytnie **15.45** ♦♦♦ Tyłko aniołowie mają skrzydła – film przygodowy USA 1939 **18.20** Tamte lata, tamte dni **18.55** Scena muzyczna: Grzegorz Tarwid **20.00** ♦♦♦ Hobbit: Bitwa Pięciu Armii – film fantasy Nowa Zelandia/USA 2014 **22.30** Prince: Sign o' the times – koncert **0.05** ♦♦♦ Ptak o kryształowym upierzeniu – horror Włochy/Niemcy 1970 **1.50** ♦♦♦ Vera Cruz – western USA 1954

Super Polsat

DVB-T

5.00 Nasz nowy dom **6.00** Wydarzenia **6.40** SuperLudzie Extra **7.00** Psi patrol **10.00** Niania (13, 14) **11.00** SuperLudzie **11.30** Kopernik była kobietą **12.30** Nasz nowy dom **14.30** Serca dwa (s.11) **15.00** Megamocny – film animowany USA 2010 **17.05** ♦♦♦ Mały Manhattan – komedia USA 2005 **19.00** Łowcy nagród **20.00** ♦ Cudzoziemiec – film sensacyjny USA/Polska 2003, reż. Michael Oblowitz **22.00** Świat według Kiepskich (19, 36) **23.00** ♦♦♦ Gwiezdne wojny: Część VI – Powrót Jedi – film sf USA 1983/1997 **1.55** Polsat SuperHit Festiwal 2018 **4.00** Polacy za granicą

Metro

DVB-T

6.00 WstajeMY! **7.00** Cztery kąty, cztery łapy **8.00** Kot z piekła rodem **9.00** Jak działa wszechświat? **10.01** Uliczne laboratorium **10.30** Jak to jest zrobione? **11.30** Zdecyduj i przeżyj **12.00** Wojny magazynowe – Tekas **14.00** ♦♦ K-9: Prywatny detektyw – komedia sensacyjna USA/Kanada 2002 **16.00** Tajemnice zaginionych dzieł sztuki **17.00** Concordia – przerwany rejs **18.00** Devonport: duma Royal Navy **19.00** Ekstremalny czas wolny **20.00** ♦♦♦ Przynęta – komedia kryminalna Kanada/USA 2000 **22.30** ♦♦ Żołnierz przyszłości – film sf USA/W. Bryt. 1998 **0.30** Nielegalna Hiszpania

Nowa TV

DVB-T

6.00 TV Okazje **6.45** Interwencja – taka jest Polska **7.35** Disco Landia – nutki do pobudki **8.35** Byli sobie wynalazcy **10.45** Patrol Tatry **11.40** Mały dom, wielkie możliwości **12.35** Dom – węz do sprzedaży **13.15** Ogarnij podwórko **13.50** Fabryka jedzenia **15.05** Polacy za granicą **16.05** Nagie miasto **17.05** Rolnicy. Podłasia **18.00** Nowa rewia kabaretowa **20.00** ♦♦ AWOL-72 – thriller USA 2015 **21.45** ♦♦♦ The Commitments – komedia muzyczna Irlandia/W. Bryt./USA 1991 **0.25** Niesamowite zagadki medyczne **1.30** Redakcja: dział śledczy **2.25** Nowa rewia kabaretowa **3.00** TV Okazje

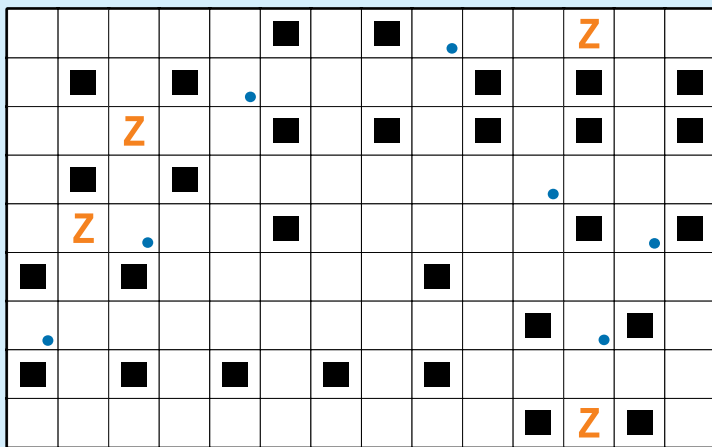
BOSS

Stany Zjednoczone, 1986 r. Agent FBI Robert Mazur (Bryan Cranston) otrzymuje zadanie przeniknięcia do organizacji przestępczej Pabla Escobara, kolumbijskiego barona narkotykowego, jednego z najbogatszych ludzi na świecie, który dorobił się fortuny na swoim kartelu. By zdobyć zaufanie człowieka z najbliższego otoczenia „króla kokainy”, udaje amerykańskiego biznesmena zajmującego się praniem pieniędzy. Przez pięć lat żyje jak boss narkotykowy, narażając się na zdemaskowanie i śmierć. Gromadzi dowody, które obnażą siatkę powiązań Escobara i doprowadzą do skazania współpracujących z nim finansistów oraz polityków.

Film biograficzny W. Bryt./USA
2016, reż. Brad Furman, występują:
Bryan Cranston, John Leguizamo, Diane Kruger

FILM
TVP 1 21:30

JOLKA



Litery w polach z kropką, czytane rzędami, utworzą rozwiązanie.

Ujawniono wszystkie litery „Z”.

W kolejności przypadkowej:

- aktówka w zbiorach IPN
- witka od świętego Mikołaja
- chłopski pomyślnik
- kawał drogi lub czasu,
- drzewo w słowie podwiązka
- wyrób ze stolicy Kuby
- podrzędna restauracja
- karty do wróżby
- dom do rozbiórki
- komputerowy zarazek
- sruba do drewna

- tajne porozumienie
- muzyczny system pracy
- obrót na czubku łyżwy
- Dancewicz lub Przemysk
- atrybut słonia
- wisi nad zlewem w kuchni
- kobieta ubiegająca się o funkcję
- śpiew z ozdobnikami
- wonny olejek z lawendy
- gruba gałąź wystająca z pnia
- ciągnik na polu
- popularny jak Kowalski
- łączy arkusze blachy
- materac wypełniony pierzem
- zrzeszenie grupy osób; spółka

POMOC DLA TWOICH WŁOSÓW

MARTWIŁAM SIĘ MOIMI WŁOSAMI



Wszystko zaczęło się dawno temu, kiedy urodziłam pierwsze dziecko. Moje włosy osłabły i stały się tak cienkie, że było widać skórę mojej głowy.

Tina ma 55 lat i pracuje w szkole podstawowej. – Przez wiele lat martwiłam się, że moje włosy stawały się coraz cieńsze, słabsze i wypadały. Z tego powodu czułam się bardzo źle i straciłam pewność siebie.

Moja siostra poleciła mi Hair Volume™

Dowiedziałam się, że produkty do stylizacji włosów zablokowały moje mieszki włosowe. Próbowalam wielu specyfików, żeby temu zaradzić, od witaminy B, różnych szamponów i produktów z oleju. Nic nie pomogło! – Moja siostra, pracuje w aptece, 4 miesiące temu zaproponowała

mi skandynawski suplement diety **Hair Volume™**. Powiedziała, że klientki po wypróbowaniu, wracają i ponownie go kupują, bo nie znalazły dotychczas nic tak dobrego. Siostra uważała, że powinienam wypróbować **Hair Volume™**.

Fantastyczna poprawa

– Cienkie i słabe włosy były moim zmartwieniem – na szczęście to się zmieniło. Teraz co miesiąc chodzę do fryzjera. Ostatnio nawet zapytał mnie: „Co zrobiłaś ze swoimi włosami?”. Faktycznie, stały się mocniejsze i wyglądają o wiele lepiej.

Suplement diety **Hair Volume™** nie tylko odżywia korzenie włosów i komórki skóry ale również przywraca ich normalny wzrost oraz dodaje blasku.



TABLETKI WZMACNIAJĄCE WŁOSY

Wypróbuj nagradzane i testowane klinicznie tabletki **Hair Volume™** i poczuj, że twoje włosy stają się coraz zdrowsze i piękniejsze. **Hair Volume™** odżywia mieszki włosów od wewnątrz. Poza dużą ilością składników odżywczych, zawiera w składzie również biotynę, pobudzającą wzrost włosów, oraz ekstrakt z jabłek bogatych w procyanidyny B2.

Wystarczy tylko 1 tabletka dziennie!

Zapytaj farmaceutę o Hair Volume skandynawskiej firmy New Nordic

Dostępny w aptekach w opakowaniach: **30 i bardziej ekonomicznych – 90 tabletek, oraz w formie żelków o smaku jabłkowym.** Kod BLOZ – ułatwi zamówienie produktu w aptece.

Produkt zamówisz również:

www.newnordic.pl, www.doz.pl,
www.aptekagimini.pl, www.allecco.pl,
www.wapteka.pl, www.apteka-leki.pl,
www.swiatleku.pl oraz wielu innych



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



THICKER HAIR
CLINICALLY
PROVEN
TABLET
BEAUTIFUL HAIR

30 tabletek: **BLOZ 4171451**
90 tabletek: **BLOZ 4171452**
Żelki: **BLOZ 3638561**

Ale Kino+

10.00 Literatura i film **11.05** ♦♦♦ Pracująca dziewczyna – komedia romantyczna USA 1988 **13.10** ♦♦♦ Wakacyjna terapia – komedia Francja 2018 **14.55** ♦♦♦ Werydykt – dramat USA 1982 **17.15** Filmy i gwiazdy **18.20** ♦♦♦ Utoya, 22 lipca – thriller Norwegia 2018 **20.10** ♦♦♦ Babcia w zamrazarce – komedia Włochy 2018 **22.05** ♦♦ Objawienie – dramat kryminalny USA 2016 **0.00** ♦♦♦ Harry Brown – film krym. W. Bryt. 2009

Polsat 2

8.00 Nasz nowy dom **9.00** Trudne sprawy **10.00** Dlaczego ja? **14.00** Przyjaciółki (175) **15.00** Nasz nowy dom **16.00** Joker **17.00** W rytmie serca (16) **18.00** Zawsze warto (10) **19.00** Malanowski i Partnerzy **20.05** Wydarzenia **20.40** Gość „Wydarzeń” **21.05** ♦♦♦ Bad Ass: Twardziel – film sensacyjny USA 2012 **23.00** ♦♦ W imię zasad – film sensacyjny USA 2014 **1.10** Kabaretowa Ekstraklasa **2.05** Wydarzenia

Eurosport 1

6.30 Skoki narciarskie: PS **8.30** Rajd terenowy: Rajd Dakar **9.00** Narciarstwo alpejskie: PS **9.50** (L) Kombinacja norweska: PS **16.00** Studio Pucharu Świata **16.15** (L) Skoki narciarskie: PS **18.00** Studio Pucharu Świata **18.45** Rajd terenowy: Rajd Dakar **19.00** Snooker: Masters **19.40** Wiadomości Eurosportu **19.45** (L) Snooker: Masters **23.30** Wiadomości Eurosportu **23.35** Skoki narciarskie: PS **4.30** Snooker: Masters

Eleven Sports 1

11.00 Orlen Team Studio **12.00** Bundesliga Weekly **12.55** (L) Piłka nożna – 2. Bundesliga: Erzgebirge Aue – Fortuna Düsseldorf **15.00** Studio Bundesliga **15.25** (L) Piłka nożna – Bundesliga: Borussia Dortmund – 1. FSV Mainz 05 **17.30** Studio Bundesliga **18.25** (L) Piłka nożna – Bundesliga: VfB Stuttgart – Borussia Mönchengladbach **20.25** Studio Serie A TIM **20.40** (L) Piłka nożna – Serie A TIM: UC Sampdoria – Udinese Calcio **22.45** Studio Serie A TIM **23.00** Eleven Gol Live

TVP ABC

13.55 Inazuma Eleven **14.20** Torn i Jerry Show **14.50** Transformers: Cyberbessere **15.15** Licz na Wiktora **15.25** Al-chemik **15.45** Yakari **16.00** Marta mówi! **16.25** Stacyjkowo: Do domu na święta – film animowany W. Bryt. 2020 **17.00** Daisy i Ollie **17.15** Male Krolewny **17.30** Pszczółka Maja **17.45** Rev and Roll **17.55** Trolle: Impreza trwa **18.25** Przygody Tomka Sawyera **18.50** Billy **19.00** Przyjaciele Misia i Margolci **19.20** Stacyjkowo

Kino Polska

8.00 Dom (1, 2) **11.45** TV Okazje **12.00** ♦♦♦♦ Sól ziemi czarnej – dramat Polska 1969 **14.05** ♦♦♦ Skutki noszenia kapelusza w maju – komedia Polska 1995 **15.50** ♦♦ Kłątwa Doliny Weży – film przygodowy Polska/ZSRR 1988 **17.55** ♦♦♦ Komedia małżeńska – Polska 1993 **20.00** ♦♦ Milion dolarów – komediodramat Polska 2011 **22.10** ♦♦ Weekend – komedia sensacyjna Polska 2010 **0.30** Misja Afganistan (1) – serial wojenny Polska 2012

TVP Seriele

5.55 Na sygnale (282) **6.35** Matki, żony i kochanki (17) **7.35** Na sygnale (239-241) **9.05** 07 zgłoś się (8) **10.10** Na sygnale (242) **10.40** Ranczo (103) **11.35** Rodzinka.pl (24-26) **13.15** Ojciec Mateusz (69) **14.15** Ranczo (104-106) **17.15** Matki, żony i kochanki (18) **18.20** ♦♦♦ Znachor – dramat Polska 1981 **20.40** Ojciec Mateusz (70, 71) **22.35** Ranczo (107, 108) **0.30** Osiecka (5, 6) **2.20** Na sygnale (284)

Eurosport 2

5.30 Narciarstwo dowolne: PS **6.30** Snooker: Masters **8.30** Snowboard: PS **9.20** (L) Narciarstwo dowolne: PS **11.50** Skoki narciarskie: PS **12.45** Snooker: Masters **14.00** (L) Snooker: Masters **17.30** (L) Narciarstwo dowolne: PS **18.35** Saneczkarstwo: PS **20.30** Wiadomości Eurosportu **20.35** Łyżwiarstwo szybkie na krótkim torze: ME **22.35** Skoki narciarskie: PS **23.55** Wiadomości Eurosportu

Polsat Sport News

10.07 Boks z archiwum **11.00** Sport flesz **11.07** ATP World Tour Uncovered **12.00** Sport flesz **12.07** Piłka nożna z archiwum **13.00** (L) Bobsleje: Puchar Świata **14.40** (L) Łyżwiarstwo szybkie: ME **16.00** Bobsleje: Puchar Świata **17.10** (L) Łyżwiarstwo szybkie: ME **18.30** (L) Piłka nożna – Liga czeska: SK Slavia Praga – SK Sigma Olomuniec **21.00** Piłka nożna – Eredivisie: FC Emmen – SBV Vitesse **23.00** Piłka nożna z archiwum

Mezzo

13.00 L'Allegro, Il Penseroso ed Il Moderato – balet Hiszpania 2014 **14.40** Paul Taylor Dance Company w Paryżu – balet Francja 2012 **15.40** Intermzzo **16.20** Herbert von Karajan i Berliner Philharmoniker **16.53** Berliński Filharmonicy, Herbert von Karajan i Anne-Sophie Mutter **17.41** Kwartet smyczkowy Beethovena w wykonaniu Belcea Quartet **18.53** Orkiestra kameralna z Lozanny i Klaus Mäkelä **20.22** Intermzzo **20.30** Hrabia Ory Ros-siniego w Opéra-Comique – opera

Polsat Film

9.25 ♦♦♦ Rodzina Addamsów – czarna komedia USA 1991 **11.30** ♦♦♦ Książę w Nowym Jorku – komedia USA 1988 **13.55** ♦♦ Jak długo jeszcze? – komedia USA/Kanada 2007 **15.50** ♦♦♦ Dumbo – film przygodowy USA-/W. Bryt./Australia/Kanada 2019 **18.15** ♦♦♦ W ciemność. Star Trek – film sf USA 2013 **21.00** ♦♦♦ Bez litości 2 – film kryminalny USA 2018 **23.30** ♦♦ Obcy kontra Predator – film akcji USA-/W. Bryt./Czechy/Kanada 2004

AXN

8.55 ♦♦♦ Przyjaciele z kasą – komedia USA 2006 **10.45** ♦♦♦ Świat w płomieniach – film sensacyjny USA 2013 **13.25** ♦♦♦ Parasol bezpieczeństwa – komedia USA 2003 **15.15** ♦♦♦ Mysł jak facet – komedia romantyczna USA 2012 **17.50** ♦♦♦ Mysł jak facet II – komedia USA 2014 **20.00** ♦♦♦ The Social Network – dramat USA 2010 **22.30** ♦♦ Kwarantanna II: Terminal – horror USA 2011 **0.20** ♦♦♦ Pan „Wypadek” – film W. Bryt. 2018

Polsat Sport

9.00 Relacja: Gala Mistrzów Sportu **9.30** (L) Skeleton: PS **12.30** Siatkówka – PlusLiga: Indykpol AZS Olsztyn – Stal Nysa **14.45** (L) Siatkówka – PlusLiga: PGE Skra Bełchatów – Jastrzębski Węgiel **17.30** (L) Siatkówka – PlusLiga: Grupa Azoty ZAKSA Kędzierzyn-Koźle – Slepsk Malow Suwałki **20.30** (L) Siatkówka – Tauron Liga: Grupa Azoty Chemik Police – ŁKS Commercecon Łódź **23.00** Siatkówka – PlusLiga: PGE Skra Bełchatów – Jastrzębski Węgiel **1.00** Gala boksu

TVN 24

6.00 Serwis informacyjny, pogoda **12.10** Drugie śniadanie mistrzów **13.00** Serwis informacyjny, pogoda **15.30** Ranking Mazura **16.00** Fakty po południu **18.00** Serwis informacyjny **19.20** Fakty po Faktach **20.00** Superwizjer **21.00** Serwis informacyjny, pogoda **21.30** Czarono na białym **22.00** Szkło kontaktowe **23.00** Dzień po dniu **0.00** Fakty po Faktach **0.45** Czarono na białym **1.30** Maja w ogrodzie **1.50** Akademia ogrodnika

TVP Rozrywka

10.20 Czas na hity Malickiego i Kmity **11.25** Postaw na milion **12.50** Gwiazdopodobny TVP Rozrywka **12.50** To je Borowicz... **13.20** Prywatne życie zwierząt **13.50** Przyrodnik na tropie **14.30** Postaw na milion **15.20** Bulionerzy **16.30** Kabaretowe Lato Dwójki **17.30** Przyjaciecie na zawsze **18.25** Szansa na sukces **19.30** Kabaretowe Lato Dwójki **20.50** Postaw na milion **21.50** Giganci historii **22.45** Dzięki Bogu już weekend **23.50** Kabaretowa Noc Listopadowa 2014

Stopklatka

8.00 Komisarz Rex (4, 5) **10.00** Hudson i Rex (5) **10.55** Stawka większa niż życie (5, 6) **13.10** ♦♦♦ Spacer w chmurach – melodramat USA/Meksyk 1995 **15.30** ♦♦♦ Znachor – dramat Polska 1981 **18.00** ♦♦♦ Hudson Hawk – komedia sensacyjna USA 1991 **20.00** ♦♦♦ Kiler-ów 2-óch – komedia kryminalna Polska 1999 **22.35** ♦♦ Po własnych śladach – film kryminalny USA 2018 **0.20** ♦♦♦ Rybka zwana Wandą – komedia USA/W. Bryt. 1988

13 Ulica

5.00 Cherif (5) **6.00** Kobra – oddział specjalny (16, 1-4) – serial sensacyjny **10.55** Zaprzęgnięci (1-3) **13.40** Dowody zbrodni (21-22, 1-3) – serial sensacyjny USA 2005 **18.15** Zabójcze umysły (6-8) – serial kryminalny USA **21.00** Chicago P.D. (6-8) – serial kryminalny USA **0.00** CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku (6, 7) **2.00** Kapitan Marleau (1) – serial kryminalny Francja 2019 **3.55** Cherif (2) – serial krym.

TVP Sport

6.40 Skoki narciarskie: PS **7.55** (L) Biegi narciarskie: Ski Classics **10.30** (L) Skoki narciarskie: Puchar Świata **10.45** (L) Biegi narciarskie: Ski Classics **11.45** Stan futbolu **12.40** (L) Skoki narciarskie: Puchar Świata **12.55** (L) Piłka nożna: Puchar Króla **15.10** Studio Pucharu Świata **16.10** (L) Skoki narciarskie: Puchar Świata **18.55** (L) Piłka nożna: Puchar Króla **23.00** Sportowy wieczór **23.45** Piłka nożna: Puchar Króla

Polsat News

6.00 Nowy dzień **11.00** W rytmie dnia **17.20** Sport **17.30** W rytmie dnia **17.50** Pogoda **18.00** Koronawirus – raport dnia **18.50** Wydarzenia **19.25** Gość „Wydarzeń” **19.50** Debata tygodnia – dyskusja **21.00** Interwencja – taka jest Polska **21.45** Pogoda **21.50** Wydarzenia **22.30** Dzień na świecie **22.55** Pogoda **23.00** Obraz dnia **23.40** Pogoda **23.55** Interwencja – taka jest Polska **0.40** Wydarzenia **1.15** Interwencja **1.30** SuperLudzie

Planete+

9.00 Po dwóch stronach lustra wody **11.00** Bernauer Strasse – ulica, która dzieliła świat **12.00** Solidarności – pierwszy przełom **13.00** Mississippi – królowa amerykańskich rzek (s.11) **16.00** Dziką Italia **17.00** Odlizba błękitnej planety **18.00** Świat z góry **19.00** Polska z góry **20.00** Śladami wielkich kompozytorów **21.00** Fantastyczny Pan Bill Murray **22.00** Peter Falk kontra porucznik Colombo **23.05** Robert Mitchum, król czarnych charakterów

Canal+ Premium

9.05 ♦♦♦ Ostatni smok: Zemsta – film USA 2020 **10.40** ♦♦♦ 1800 gramów – kom. Polska 2019 **12.20** ♦♦ Kopciuszek: Po tym, jak żyli długo i szczęśliwie – film W. Bryt. 2019 **13.05** Sekrety rojalów **13.55** ♦♦♦ Szkłane domy – thriller Kan. 2020 **15.25** (L) Piłka nożna – Bundesliga: VfL Wolfsburg – RB Lipsk **17.30** ♦♦ Zjazd – film USA 2020 **18.55** ♦♦♦ Wolverine – film USA. 2013 **21.00** ♦♦♦ Godzina prawdy – thriller W. Bryt. 2020 **23.00** Pięta (1-3) – serial sensacyjny

SciFi Universal

5.00 Herkules (17) **6.00** Star Trek – Enterprise (11-14) **9.50** Przygody Merlina (6-10) – serial fantastyczny W. Bryt. 2008 **14.25** Gwiezdne wrota (11-15) – serial sf USA/Kanada 1997 **19.00** ♦♦ Trojańska Odyseja – film fantasy USA 2017 **21.00** Grimm (1-3) – serial fantastyczny USA 2017 **0.00** ♦♦ Głębia ciemności – horror USA 2014 **2.00** Battlestar Galactica – początek (3, 4) **4.00** Przygody Merlina (6)

Canal+ Sport

11.45 Premier League Preview **12.20** Jej Wysokość Premier League **13.25** (L) Piłka nożna: Wolverhampton Wanderers – West Bromwich Albion **15.30** Jej Wysokość Premier League **15.55** (L) Piłka nożna – Premier League: Leeds United – Brighton & Hove Albion **18.25** (L) Piłka nożna – Premier League: Aston Villa – Everton FC **20.55** (L) Piłka nożna: Leicester City – Southampton FC **23.00** (L) Koszykówka – NBA: San Antonio Spurs – Houston Rockets

TVP Info

9.59 Serwis Info **15.00** Debata **15.15** Info dzień **17.00** Serwis Info **17.15** Telexpress **17.19** Telexpress Extra **17.34** Studio Wschód **18.00** Panorama **18.20** Serwis Info **18.30** Kobiecym okiem **18.52** Serwis Info **19.30** Wiadomości **19.58** Gość Wiadomości **20.13** Miegła 20-ta **21.00** Nie da się ukryć **21.25** Serwis Info **21.50** W tle wizji **22.25** Serwis Info **22.30** W tle wizji **23.00** Magazyn śledczy **23.25** Info wieczór

BBC Earth

8.55 Pociągami dookoła świata **9.55** Ziemia widziana z kosmosu **11.00** Wielkie koty: nowe fakty **12.00** Wielcy zabójcy z Afryki powracają **13.00** Życie na pustkowiu **14.00** Zabójcza szesćdziesiątka **15.00** Wielkie koty: nowe fakty **16.00** Cuda inżynierii kolejowej **17.00** W okowach mrozu **19.00** Ekstremalne wyprawy **20.00** Życie na pustkowiu **21.00** Cała prawda o fast foodach **22.00** Sztuczna inteligencja w służbie zdrowia

HBO

9.10 ♦♦♦ Opowieści na dobranoc – komedia USA 2008 **10.50** ♦♦♦ Niech gadają – film USA 2020 **12.45** ♦♦♦ Jutro nie umiera nigdy – film W. Bryt. 1997 **14.45** Baranek Shaun Film. Farmageddon – film anim. Belgia 2019 **16.15** ♦♦♦ Zabić wspomnienia – dr. USA 2007 **18.20** ♦♦♦ Ucieczka z Pretorii – thriller W. Bryt. 2020 **20.10** ♦♦♦ Przemysł – dramat USA 2018 **22.10** ♦♦♦ Na noże – komedia USA 2019 **0.20** ♦♦♦ Niech gadają – film USA 2020

FOX

5.35 Castle (22-23, 1) **8.15** Chicago Med (13) **9.10** Chicago Fire (7) **10.05** CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku (4, 5) **11.55** Mentalista (1-3) **14.40** Kości (1, 2) **16.30** Grey's Anatomy: Chirurgi (1, 2) **18.20** ♦♦♦ Operacja Argo – thriller USA/W. Bryt. 2012 **20.40** ♦♦♦ Za szyby, za wściekły – film sensacyjny USA/ Niemcy **20.35** ♦♦♦ Maska – komedia USA 1994 **0.55** Zabójcze umysły (2-4)

nSport+

11.00 Piłka nożna – Ligue 1 Uber Eats: Montpellier HSC – AS Monaco **13.10** Trzeci wiraż **13.45** This is Speedway **14.15** Boxing World Weekly **14.40** Premierowa jazda **15.15** Ligue 1 Preview **15.45** (L) Futsal – Liga Mistrzów UEFA: 1/16 finału: Rekord Bielsko-Biala – CS United Gałacz **18.30** Koszykówka – NBA: Milwaukee Bucks – Dallas Mavericks **20.40** (L) Koszykówka – Liga ACB: Herbalife Gran Canaria – Iberostar Tenerife **23.00** News+

TVP 3

9.00 Sekretne życie krów **12.05** Calkiem niezła historia **12.35** Ślęz **12.50** Zima w regionach **13.15** Tomek na granicach... Rzeczpospolitej **13.45** Ktośkolwiek widział, ktośkolwiek wie... **14.10** Sanatorium miłości **15.00** Koronka do Miłosierdzia Bożego **15.20** Coś dla Ciebie **15.50** Antenowe remanenty **16.20** Zima w regionach **16.40** Pogoda **16.45** Dziennik **17.00** Świat za rogiem **20.00** Piosenka dla Ciebie **21.00** Piosenka u Ciebie **21.50** Studio Lotto **22.00** Dziennik

Discovery Channel

8.00 Ekspedycja na koniec świata **9.00** Metro po szwedzku **10.00** Porty **11.00** Bimbrownicy **12.00** Tajemnice wraków Bałtyku **13.00** Kwatery Hitlera **14.00** Złomowisko PL **15.00** Truckery **16.00** Kamperem przez świat **17.00** Ciężarówka przez Afrykę (1) **18.00** Przestanie Bieszczady **19.00** Pogromca legend i tajemnic **20.00** Złomowisko PL **22.00** Nic do zgłoszenia **23.00** Nierozwiązane śledztwa **0.00** Nagi instynkt przetrwania: Elita

TNT

8.08 Doktor Quinn **11.48** ♦♦♦ Godziny szczytu – komedia sensacyjna USA 1998 **13.34** ♦♦♦ Godziny szczytu III – komedia USA/Niemcy 2007 **15.02** ♦♦♦ Hook – film fantasy USA 1991 **17.53** ♦♦♦ Ricky Bobby – demon prędkości – komedia USA 2006 **20.00** ♦♦♦ Zabójcza broń – komedia sensacyjna USA 1987 **22.16** ♦♦♦ Oszukać przeznaczenie – horror USA 2000 **0.13** ♦♦♦ 28 dni później – horror W. Bryt./Hiszpania 2002

ATM Rozrywka

6.00 Disco gramy! **7.00** TV Okazje **7.30** Ewa gotuje **8.00** Ewa gotuje **8.30** Zameldowani **9.00** Doktor Martin (1) – serial obyczajowy W. Bryt. 2017 **14.00** Sekrety rodziny **16.00** Niezwykłe historie **16.30** Na ratunek 112 **19.00** Siołki **20.00** ♦♦♦ Krwawa niedziela – dramat historyczny W. Bryt./Irlandia 2002 **22.10** Świat według Kiepskich **23.25** ♦♦♦ Kosiarszykowie – film sf USA/W. Bryt./Japonia 1992 **1.35** Siołki

CBS Reality

6.00 Na straży wybrzeża **6.30** Strażnicy irlandzkich granic **7.00** Strzegąc granic **8.30** Hardkorowy lombard **11.00** Rutynowa kontrola trzeźwości **13.00** Uchwycone kamerą: o krok od tragedii **15.00** Na straży amerykańskich granic **16.00** Hardkorowy lombard **18.30** Królowie aukcji **20.00** Uchwycone kamerą: o krok od tragedii **21.00** Jak schwytałem zabójcę **23.00** Sława zabija **1.00** Narodziny mordercy

TLC

8.00 Mistrzowie remontu **9.00** Mała piękność **10.00** Derrico: rodzinna raz czy cztery **11.00** Suknie ślubne dla pusztych **12.00** Salon sukien ślubnych Goka: Wielka Brytania **13.00** Wiza na miłość: na odwrót **14.00** Buddy kontra święta **15.00** Historie wielkiej wagi **17.00** Kilogramy zbędnej skóry **18.00** Wiza na miłość **20.00** Rodzina 10+ **21.00** Dr Przyszły **23.00** Co mi dolega? **23.30** Moje koszmarnie stopy

TVN Turbo

12.00 Kłasyka Patryka Mikiciuka **12.30** Zakup kontrolowany **13.30** Automiaki **14.30** Klimat kontra Duda **15.15** 101 napraw **15.45** Złodzieje **16.45** Extreme Ice Machines **17.45** Niemiecka budowlanka **18.45** A8 – autostrada na zachód **19.45** Strażacy z Ruhry **20.45** Złodzieje **21.45** Zawodowi handlarze **22.30** Największe polskie katastrofy **23.30** Zwyczajne rzeczy – niezwykle wynalazki **0.00** W służbie 24h

Kino TV

8.00 Póitrot **10.05** ♦♦ Zemsta futrzaków – komedia USA/Emiraty Arabskie 2010 **12.05** ♦♦ Wampiry i świry – komedia USA 2010 **13.55** Bibliotekarze **15.45** ♦♦ Listy do Julii – komedia USA 2010 **18.00** ♦♦ Nasza niania jest agentem – komedia sensacyjna USA 2010 **20.00** ♦♦ Jedz, módl się, kochaj – melodramat USA 2010 **23.00** ♦♦ Psychol – thriller USA 1998 **1.10** ♦♦♦ Drakula – horror USA/W. Bryt. 1992

TTV

10.00 MądrzeJEMY z Katarzyną Bosacką **10.30** Człowiek kontra jedzenie **11.00** Usterka **12.25** Królowe życia **13.55** Pierwszy raz za granicą... **14.40** Damy i wieśniaczki. Za granicą **15.45** Express **16.00** Ostre cięcie **16.40** Gogglebox. Przed telewizorem **17.45** Express **18.05** Patent na kasę **18.35** Zagrożenie pod stopami **19.45** Express **20.00** Królowe życia **21.25** Gogglebox. Przed telewizorem

National Geographic

8.00 Sławka warta turczyka **10.00** DNA maszyn **11.00** Człowiek kontra żywioł **13.00** Najniebezpieczniejsze miejsca świata **14.00** Prosto z fabryki **15.00** Złapać przemytnika **16.00** Najniebezpieczniejsze drogi Europy **17.00** Fabryka przedmiotów domowych **18.00** Fabryki smaku **19.00** Szlakiem przeklętych miejsc **20.00** Ekspresowe budowle **21.00** Szlakiem przeklętych miejsc **22.00** Porzucone konstrukcje **23.00** Najniebezpieczniejsze miejsca świata

CI Polsat

11.15 Najbardziej szokujące przypadki sądowe **12.15** Mordercze związki **13.15** Kocha, lubi, prześladowa **14.15** Opowieść o zbrodni **14.40** Fajbusiewicz: rozmowy o zbrodni **15.10** W ślad za mordercą **16.05** Zło z bliska: morderczynie **17.05** Potwór w ludzkiej skórze **18.05** Krawce roztania **19.05** Podmiejski koszmarny **20.05** Opowieść o zbrodni **20.35** Fajbusiewicz... **21.00** Niebezpieczne randki online **22.00** Oskarżeni: linia obrony **23.00** Nawiedzone szpitale

TVN Style

11.15 Patent na dom **13.15** Gwiazdy prywatnie **13.45** Pani Gadżet **14.15** Dieta czy cud? **15.00** Ach, ten ślub! **16.00** Panny młode ponad miarę **17.00** Związki z modą **18.00** Remonty gwiazd Hollywood **19.00** I nie opuścisz Cię aż do ślubu **19.50** Apetyt na miłość **20.50** Gwiazdy prywatnie **21.20** Jak dobrze wyglądać nago. Powrót po latach **22.25** Młodzi królowie życia **23.05** Miłość od kuchni

TVN Fabuła

7.05 Układ warszawski (7, 8) **9.05** Przystanek Hollywood **9.40** Seriale **10.10** Lorax – film animowany USA/Francja 2012 **12.00** ♦♦♦ Maverick – western USA 1994 **14.45** ♦♦ Super-man: powrót – film sensacyjny USA 2006 **17.55** ♦♦ Charlie St. Cloud – melodramat USA/Kanada 2010 **20.00** ♦♦♦ Sherlock Holmes – film kryminalny USA/Niemcy/W. Bryt./Australia 2009 **22.45** ♦♦♦ Szandar chwały – dramat wojenny USA 2006

Fokus TV

9.20 Plemienna szkoła przetrwania **10.20** Wielka historia **10.45** Nieznane oblicza Chin **11.20** Misja „Skarb” **13.20** Gwiazdy lombardu **14.15** Wojny magazynowe **15.30** Kryptonim szef **16.25** Zaginione złoto wojny secesyjnej **17.20** Supermaszyny (s.11) **18.20** Najniebezpieczniejsze drogi Europy **20.00** Największe wynalazki starożytności **20.55** Starożytni kosmici: dowód ostateczny **21.50** Era człowieka **23.05** Tomasz Sekielski. Teoria spisków

Nat Geo Wild

8.00 Niezwykli przyjaciele ze świata zwierząt **9.00** Cesar Milan na ratunek **11.00** Sekrety zoo **12.00** Ekstremalne oseski **13.00** Polowanie na wodne potwory **14.00** Cuda Afryki **15.00** Sekrety zoo **16.00** Atak rekina **17.00** Wielkie koty kontra deszcz **18.00** Tygrys bengalski – władca dżungli **19.00** Weterynarz z powołania **22.00** Złapany na gorącym uczynku **23.00** Wyspa dwóch monsunów **0.00** Zwierzęta w amoku

TVP Dokument

11.10 Notacje **11.25** Wokół mór **11.50** Bard **13.30** Stany Zjednoczone z lotu ptaka **14.05** Sekretne życie psów **15.10** Faktomania **16.10** Nasze pochodzenie **17.10** Notacja **17.30** Grecja: stary kraj nowych problemów **18.35** Tomek na granicach... Rzeczypospolitej **19.05** Zakochaj się w Polsce **19.40** Pasjonaci **20.20** Wiesz pływających krów **21.50** Madame Tyson **22.55** Niezwykłe dwudziestolecie. Historia gospodarcza II RP

TVN Historia

10.15 Tajemnice Paryża **11.25** Krajobrazy Dzikiego Zachodu **12.25** Jak powstawały kontynenty **13.25** Edison **14.35** Biblia (39) **15.35** Kuchnia Żydów Polskich **16.20** Neandertalcy: Poznaj swoich przodków **17.25** Spór o historię **18.05** Noce i dnie (5) **19.00** Giganci historii **20.00** Szlak nadziei **20.50** Rok 1981. Kalendariusz **21.00** Archiwista (3) **21.50** Zaginione skarby **22.05** Historia w postaciach zapisana **0.10** ♦♦♦ Konwój – film wojenny USA 1943

AMC

9.35 ♦♦♦ 96 minut – thriller USA 2011 **11.25** ♦♦♦ Igraszki z losiem – komedia USA 1996 **13.15** ♦♦ Kasa albo życie – komedia USA/Kanada 2002 **14.45** ♦♦♦ Ella zakłada – film fantasy USA/Irlandia/W. Bryt. 2004 **16.35** ♦♦♦ Igraszki losu – komedia romantyczna USA/Kanada 2001 **18.25** ♦♦♦ Big Sky – thriller USA 2015 **20.15** ♦♦ Niebezpieczne miasto – thriller Kanada/USA 2001 **22.00** ♦♦♦ Sublokator – thriller psychologiczny USA 1992 **0.05** ♦♦ Sublokator II – thriller USA 2005

TV Puls

5.00 Dyżur **6.00** Łowcy skarbów (4) **7.00** Taki jest świat **8.00** Lombard. Życie pod zastaw (12-13, 68-72, 282-286) **20.00** ♦♦ Inferno: Piekielna walka – film sensacyjny USA/Francja 1999 **21.55** ♦♦ Ninja 2: Cień i ży – film sensacyjny USA/Tajlandia 2013 **23.55** ♦♦ Straszny film 4 – komedia USA 2006 **1.25** Castle (5) **2.35** Taki jest świat **3.10** Biedsiada na cztery pory roku **3.55** Menu na miarę **4.35** Z archiwum policji

Puls 2

10.40 Psi patrol **11.15** Tomek i przyjaciele: Wyprawa poza wyspę Sodor – film animowany W. Bryt. 2017 **12.45** Lucky Luke. Daisy Town – film animowany Francja/Belgia 1971 **14.20** Pingwiny z Madagaskaru **16.40** Robinson Crusoe – film animowany Belgia 2016 **18.35** Mój brat niedźwiedź 2 – film animowany USA 2006 **20.00** Baranek Shaun – film animowany USA/W. Bryt./Francja 2015 **21.50** Gra muzyka **22.50** ♦♦ Nieproszeni goście – horror USA 2009

Zoom TV

8.25 Cesar Millan: psia federacja **9.25** Niezwykli przyjaciele ze świata zwierząt **11.25** Zwierzęta w amoku **13.25** Hity polskiego kabaretu **15.10** I love kabaret Extra **15.50** ♦♦♦ Gang Olse- na – Ostatni skok gangu Olse- na – komedia kryminalna Dania 1974 **17.50** ♦♦♦ Gang Olse- na na torach – komedia kryminalna Dania 1975 **20.00** ♦♦ Randka w ciemno – komedia romantyczna Polska 2009 **22.00** Hity polskiego kabaretu **23.50** Magia nagości

WP

6.55 ♦♦ Święteczna randka – komedia romantyczna USA 2012 **8.50** Luksusowe rezydencje **9.10** Jak zarobić na remoncie **10.10** Pokochaj lub sprzedaj – Vancouver **13.00** Pokochaj lub sprzedaj **16.00** Nowe życie starych domów **18.00** Pokochaj lub sprzedaj – Vancouver **22.00** Mistrzowie kabaretu **23.00** Kabaret na Karnawał **0.00** Mistrzowie kabaretu **1.00** Hot lista OPEN.FM **2.00** 1, 2, 3... Kabaret!

WARTO ZOBACZYĆ

SUPERMASZYNY DOKUMENT 17:20 Fokus TV

Tajemnice wynalazków i najnowszych technologii ukrytych we wnętrzach maszyn. Z pomocą nowatorskich technik animacji komputerowej zajrzymy do środka niezwyklejch pojazdów mechanicznych i dowiemy się, dlaczego właśnie one wiodą prym w swojej dziedzinie. W pierwszym odcinku – ciężarówka, która jest w stanie pociągnąć pociąg towarowy. Jej masywne opony mają wysokość równą wzrostowi dwóch mężczyzn, a jej cena wynosi 5,5 miliona dolarów. W kolejnych (drugi odcinek w niedzielę) poznamy rozwiązania techniczne wykorzystane w pociągach, samochodach wyścigowych czy helikopterach. Każda z tych skomplikowanych maszyn zostanie rozebrana na części składowe, a widzowie prześledzą etapy jej budowy i ewolucji.



GIGANCI HISTORII ROZRYWKA 11:25 TVP Polonia

Teleturmuje, w którym liczy się wiedza historyczna, znajomość realiów epoki, nianusów, ciekawostek, faktów. Każdy odcinek to jeden temat i jeden zwycięzca – ten, który zna odpowiedzi na pytania przygotowane przez ekspertów, dziennikarzy i konkurentów. Dla zawodników to rywalizacja, dla widzów pełna emocji lekcja historii. Tematem odcinka jest Bitwa Warszawska, która powstrzymała inwazję bolszewików na Europę, a Polskę zagwarantowała niedawno odzyskaną Niepodległość.

MISSISSIPI – KRÓLOWA AMERYKAŃSKICH RZEK

DOKUMENT 13:00 Planete+

Najdłuższa rzeka w Ameryce Północnej zaczyna się w wypływie jeziora Itasca w Minnesocie, a kończy w Zatoce Meksykańskiej – to ponad 3 000 km. Potężna Mississippi jest cudem i amerykańską linią życia. Seria przedstawia rzekę jako siłę napędową handlu i pokazuje życie rozwijające się w jej głębinach i wzdłuż jej bujnych, zielonych brzegów. Ale obrazuje też dramat stworzeń w niej żyjących.



KOBRA - MELISSA ROZRYWKA 13:00 TVP Kultura

Sztuka Francisca Durbridge'a w reżyserii Jana Bratkowskiego miała swoją premierę w 1970 roku. W obsadzie m.in.: Krystyna Maciejewska, Ewa Krasnodebska, Zbigniew Zapasiewicz, Edmund Fetting i Andrzej Szczepkowski. W jednym z londyńskich parków znaleziono zwłoki młodej kobiety Melissy Foster. W dniu swojej śmierci kobieta w towarzystwie przyjaciół jechała na przyjęcie. W drodze została się z przyjaciółmi mówiąc, że zostawiła w domu torebkę. Od tej pory nikt już jej nie widział. Fakty ujawnione w trakcie śledztwa dowodzą, że Melissa prowadziła podwójne życie...



SERCA DWA DOKUMENT 14:30 Super Polsat

Opowieść o poszukiwaniu miłości przez osoby z niepełnosprawnościami. „Miłość i seks niepełnosprawnych to temat tabu” – mówi blogerka Kasia, jedna z bohaterów serialu, która sama jest niepełnosprawna. Tymczasem ludzie z zespołem Downa, porażeniem mózgowym czy autyzmem mają taką samą silną potrzebę miłości i bliskości jak osoby pełnosprawne. „Są tacy sami jak my, bo przecież każdy z nas ma jakiś choćby drobny defekt i z czymś mu jest trudniej” – tłumaczy Kasia. – „Mają prawo do niezależnego życia, a miłość i seks jest jego częścią”. W sześciu odcinkowym serialu towarzyszymy dziesięciu osobom w poszukiwaniu szczęścia. Podglądamy ich codzienne radości, rozczarowania i smutki.



22:20 FILM

A jednak miłość!

TVP 1

DVB-T

7.00 Msza święta **8.00** Tydzień **8.30** Zakochaj się w Polsce **9.05** Las bliżej nas **9.30** Okrasa łamie przepisy **10.05** Stulecie Winnych (19) **10.55** Słowo na niedzielę **11.00** Transmisja mszy świętej **11.55** Między ziemią a niebem i Anioł Pański **12.45** Rwanda 2020 **13.10** Dynastia **14.10** Z pamięci **14.25** Weterynarze z sercem

15.00 Koronka do Miłosierdzia Bożego – transmisja **15.20** Przyrodnik na tropie **16.00** (L) Skoki narciarskie – PS: Konkurs indywidualny mężczyzn na skoczni HS 140 w Zakopanem – 1. seria **17.00** Teleexpress **17.10** (L) Skoki narciarskie – PS: Konkurs indywidualny mężczyzn na skoczni HS 140 w Zakopanem – 2. seria **18.30** Jaka to melodia? **19.30** Wiadomości **20.15** Osiecka (9) – serial biograficzny Polska **21.15** Sanatorium miłości – reality show **22.10** „Sanatorium miłości” – kulisy programu **22.20** A jednak miłość! – komedia romantyczna USA 2017 Reż. Brian Herzlinger, wyk. Alix Angelis, Jesse Hutch, Thomas Beaudoin **23.55** Boss – film biograficzny W. Bryt./USA 2016 Reż. Brad Furman, wyk. Bryan Cranston, John Leguizamo, Diane Kruger **2.10** Miejsce zbrodni. Czas odwetu: Czas odwetu – film kryminalny Niemcy 2014



21:55 FILM

Miłość i inne komplikacje

TVP 2

DVB-T

5.25 Barwy szczęścia (2363-2365) **7.00** M jak miłość (1557) – serial obyczajowy **7.55** Pytanie na śniadanie – magazyn **11.20** Zaczni od nowa – magazyn poradnikowy **11.50** Szansa na sukces. Opole 2020 **12.55** Świąteczny koncert życzeń **14.00** Familiada – teleturniej **14.35** Koło fortuny – program rozrywkowy **15.10** Szansa na sukces. Opole 2020 – show **16.10** Na dobre i na złe (794) **17.05** Jutro należy do nas (19) – serial obyczajowy Francja **18.00** Panorama **18.30** Lepsza połowa (18) **19.25** Na sygnale (285) – serial obyczajowy Polska **20.00** Panaceum – thriller USA 2013 (s.3) Reż. Steven Soderbergh, wyk. Jude Law, Rooney Mara, Catherine Zeta-Jones **21.55** Miłość i inne komplikacje – dramat USA 2009 Reż. Don Roos, wyk. Natalie Portman, Scott Cohen, Lisa Kudrow **22.40** Ostatnia rodzina – film biograficzny Polska 2016 Reż. Jan P. Matuszyński, wyk. Andrzej Seweryn, Dawid Ogrodnik, Aleksandra Konieczna **2.00** Podziemny krąg – dramat psychologiczny USA/Niemcy 1999



22:40 FILM

Wydział zabójstw, Hollywood

Polsat

DVB-T

6.00 Nowy dzień z Polsat News **8.00** Świętastyczne koledowanie – film animowany USA 2010 **8.05** Dawno temu w trawie – film anim. USA 1998 **10.15** ♦♦ Karate Kid III – film sensacyjny USA 1989 **12.40** Gdzie jest Nemo – film anim. USA/Australia 2003 **14.50** ♦♦♦♦ Kapitan Ameryka: Zimowy żołnierz – film sf USA 2014 **17.40** Nasz nowy dom – reality show Marek kupił stary, drewniany dom do remontu. Niestety, budynek był w znacznie gorszym stanie, niż mężczyzna przypuszczał. Remont przedłuża się, a do użytku nadaje się tylko jeden pokój. **18.50** Wydarzenia **19.30** Państwo w państwie – program publicystyczny **20.00** Miss Polski 2020 – program rozrywkowy (s.3) **22.40** Wydział zabójstw, Hollywood – komedia sensacyjna USA 2003 Reż. Ron Shelton, wyk. Harrison Ford, Josh Hartnett, Lena Olin **1.00** Pojutrze – film katastroficzny USA 2004 **3.45** Tajemnice losu



23:00 FILM

Chłopcy z ferajny

TVN

DVB-T

5.15 Mango – Telezakupy **7.25** Nowa Maja w ogrodzie **7.55** Akademia ogrodnika **8.00** Dzień Dobry TVN **11.30** Brzydula (63, 64) – serial obyczajowy Polska **12.30** Co za tydzień – magazyn **13.05** Kolekcja smaków – program rozrywkowy **13.40** Wyjątkowe domy – serial dokumentalny **14.15** Patent na dom – magazyn poradnikowy **15.20** Władca Pierścieni: Dwie wieże – film fantasy USA/Nowa Zelandia 2002 Reż. Peter Jackson, wyk. Elijah Wood, Ian McKellen, Liv Tyler **19.00** Fakty **19.40** Raport smogowy **19.45** Uwaga! – magazyn **20.00** Dobre, podaj dalej – magazyn **20.05** Matrix Reaktywacja – film sf USA 2003 Reż. Lilly Wachowski, Lana Wachowski, wyk. Keanu Reeves, Carrie-Anne Moss, Laurence Fishburne **23.00** Chłopcy z ferajny – film sensacyjny USA 1990 Reż. Martin Scorsese, wyk. Robert De Niro, Ray Liotta, Joe Pesci **2.00** MasterChef **4.20** Noc magii



20:05 FILM

47 roninów

TVN 7

DVB-T

6.35 Angry Birds **6.55** Szkoła **7.55** Ukryta prawda **8.55** Ten moment **9.55** Ukryta prawda **13.55** ♦♦♦ Szepty z Firecreek – western USA 1968 **16.05** ♦♦♦ Gremliny II – film sf USA 1990 **18.25** ♦♦ Akademia policyjna III: Ponowne szkolenie – komedia USA/Kanada 1986, reż. Jerry Paris, wyk. Steve Guttenberg **20.05** ♦♦♦ 47 roninów – film sensacyjny USA/W. Bryt./Japonia/Węgry 2013, reż. Carl Rinsch, wyk. Keanu Reeves **22.40** ♦♦♦ Terminator II: dzień sądu – film sf USA/Francja 1991, reż. James Cameron, wyk. Arnold Schwarzenegger

TV 4

DVB-T

7.30 Tuż przed tragedią **8.45** ♦♦♦ Dwaj bracia – film przygodowy Francja/W. Bryt. 2004 **10.55** Galileo **13.00** STOP Drogówka **14.00** Gwiazdy kabaretu **15.00** ♦♦ Mistrz kierownicy ucieka II – komedia sensacyjna USA 1980 **17.05** ♦♦ Śmiertelna zamiana – thriller USA 2019 **19.00** Galileo **20.00** ♦♦ Córka wilka – thriller Kanada 2019 **21.55** ♦♦ Depresja gangstera – komedia kryminalna USA/Australia 1999 **0.05** STOP Drogówka

TV 6

DVB-T

6.00 Top 10 lista przebojów **7.05** Szczęście lata Toma i Jerry'ego **9.00** Ekstremalny ranking zwierząt **11.00** Jaś Fasola (6) **11.40** Scooby-Doo! Frankenstrachy **13.05** ♦♦ Tęczyowy obóz – komedia Czechy/USA 2008 **15.00** Policjanci i policjanci (655-659) **20.00** Galileo **21.00** CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku (52, 53) **23.00** ♦♦♦ 12 rund 3 – film sensacyjny USA 2015 **0.55** Spadkobiercy **1.55** Władczy móch (24)

TVP Polonia

11.10 Wolny ekran **11.25** Ziarno **11.55** Między ziemią a niebem **12.00** Anioł Pański **12.15** Między ziemią a niebem **12.45** Rwanda 2020 **13.00** Transmisja Mszy Świętej **14.15** Chłopi (3) **15.15** Fajna Polska **16.10** Powroty **16.30** Leśniczówka (221, 222) **17.30** Dziennik regionów **17.50** M jak miłość (1548) **18.45** Hity kabaretu **19.40** Baśnie i bajki polskie **19.50** Czytanie przed snaniem, czyli cała Polska czyta dzieciom **20.00** Polonia 24 **20.45** Artysci (1) (s.15) **21.40** ♦♦♦ Jeziorak – dramat kryminalny Polska 2014 **23.20** Studio Kultura – niedziela z... **0.30** M jak miłość (1548) **1.15** Słownik polsko@polski

TV Trwam

DVB-T

9.15 Katecheza ks. bp. Antoniego Długosza **9.30** Msza Święta z kapłan na Jasnej Górze **10.15** Przegląd katolickiego tygodnika „Niedziela” **10.40** Brat naszego Boga **12.00** Anioł Pański z Ojcem Świętym Franciszkiem **12.20** Wiesz – to też Polska **13.30** Papież Polak do rodaków **14.05** Królowa Śnieżka **16.10** Koncert życzeń **17.00** Tam, gdzie Bóg płacze **17.30** Okiem kamery **18.15** Rozmowy niedokończone **19.30** Opowieści biblijne z Nowego Testamentu **20.00** Informacje **20.20** Różaniec **21.00** Apel Jasnogórski **21.45** Śladami apostoła Pawła **22.35** Boże Narodzenie w Indiach **23.00** Jak my to widzimy... **23.30** Tam, gdzie Bóg płacze

TVP Kultura

DVB-T

7.00 Liturgia prawosławna w języku polskim z kapłacy św. Grzegorza Peradze w Warszawie **8.25** Niezapomniany Leonard Bernstein **9.35** Nie-Wielka Orkiestra. TV **11.00** Arsene Lupin (3) **12.05** Trzeci punkt widzenia **12.40** Na kredyty **13.35** ♦♦♦ Hobbitt: Bitwa Pięciu Armii – film N. Zelandia 2014 **16.10** Koncert z okazji 25-lecia Festiwalu w Verbier **17.15** Studio Kultura – niedziela z... (s.13) **18.05** Dzisiaj, jutro, zawsze – Hanka Bielicka (s.13) **19.05** Gwiazdy estrady **20.20** ♦♦♦ Thelma i Louise – dr. USA/W. Bryt./Fr. 1991 **22.10** Trzeci punkt widzenia **22.40** ♦♦♦ Ostatnia fala – thriller Austr. 1977 **0.20** Punkt obserwacyjny

Super Polsat

DVB-T

5.00 Nasz nowy dom **6.00** Wydarzenia **6.40** SuperLudzie Extra **7.00** Psi patrol **10.00** Niania (15, 16) **11.00** Mega-mocny – film animowany USA 2010 **13.05** ♦♦ Na zawsze moja dziewczyna – dramat USA 2018 **15.25** ♦♦ I kto to mówi II – komedia USA 1990 **17.00** ♦♦♦ Nie ma róży bez ognia – komedia Polska 1974 **19.05** Łowcy nagród **20.10** ♦♦♦ Gwiazdne wojny: Część VI – Powrót Jedi – film sf USA 1983/1997 **23.00** ♦♦ Spółka na blondynkę – komedia romantyczna USA 1998 **1.35** ♦♦ Pika 2 – horror USA/Kanada 2005 **3.30** Gliniarze (432) **4.30** Na ratunek 112 (225)

Metro

DVB-T

5.10 Co Ty wiesz o broni? **6.00** WstajeMY! **7.00** Kłopotliwe zwierzątka **8.00** Zawód: Bohater **9.00** Operacja: LOT **10.00** Kot z piekła rodem **11.00** Cztery kąt, cztery łapy **12.00** Łazienkowe metamorfozy **13.00** Odjazdowe minidomy **13.30** Dom otwarty **14.00** Dziewczyn z Hollywood **14.10** ♦♦♦ Appaloosa – western USA 2008 **16.31** Ekstremalny czas wolny **17.30** Szyfry i spiski **18.30** Tajemnice zaginionych dzieł sztuki **19.30** NASA – archiwum tajemnic **20.30** Kto napisze naszą historię (s.15) **22.40** ♦♦♦ Stretch – komedia USA 2014 **0.35** Bates Motel (10) **1.40** Metro **1.45** Dziewczyny z Hollywood

Nowa TV

DVB-T

5.00 Pod lupą **6.00** Interwencja – taka jest Polska **7.35** Disco Landia – nutki do pobudki **8.30** Pszczółka Maja **10.35** Patrol Tatry **11.30** Mały dom, wielkie możliwości **12.25** Dom – weź to sprzedaj **13.05** Ogarnij podwórko **13.25** Łowcy małych domów **13.55** Fabryka jedzenia **15.10** Polacy za granicą **16.10** Nagie miasto **17.10** Rolnicy. Podlasie **18.05** Nowa rewia kabaretowa **20.00** ♦♦ Tyłem do przodu – komedia USA 2013, reż. Chris Nelson **21.50** Historie o duchach **23.35** Nie-samowite zagadki medyczne **0.40** Redakcja: dział śledczy **1.35** Nowa rewia kabaretowa **3.00** TV Okazje

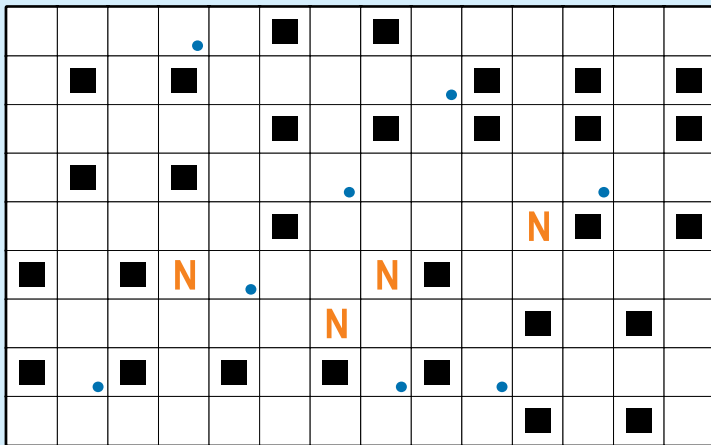
STUDIO KULTURA - NIEDZIELA Z...

Odcinek poświęcony Hance Bielickiej, jednej z naj-bardziej charakterystycznych i barwnych postaci polskiej sceny teatralnej, królowej estrady, mistrzyni monologu. O 18:05 **„Dzisiaj, jutro, zawsze - Hanka Bielicka”** – jubileuszowy koncert prezentujący całokształt artystycznych dokonań artystki. Obok bohaterki wieczoru na scenie Teatru Polskiego wystąpiła plejada gwiazd: Irena Santor, Hanna Banaś, Ewa Śnieżanka, Bohdan Łazuka, Jerzy Połomski, Tomasz Stockinger. O 19:05 **„Gwiazdy estrady”** – program zrealizowany z okazji 50-lecia pracy aktorki. Złożyły się nań wspomnienia, fragmenty filmów, ról teatralnych i programów telewizyjnych. Wraz z kamerą towarzyszymy aktorce w wędrowce po Warszawie, odwiedzając miejsca związane z jej karierą.



ROZRYWKA
TVP KULTURA 17:15

JOLKA



Litery w polach z kropką, czytane rządami, utworzą rozwiązanie.

Ujawniono wszystkie litery „N”.

W kolejności przypadkowej:

- obcy wyraz, zwrot w polskim zdaniu
- z opatem na czele
- nagły strach wielu ludzi
- cesarz rzymski, podpalił Rzym
- zespół Marka Grechuty
- białe wino podane z sokiem i lodem
- ... Placzu w Jerozolimie
- schówek na brzuchu kangurzyca
- daje sygnał do biegu
- narzut w cenie towaru
- biała szata ministranta
- piruet tancerki
- pilot doświadczalny
- fortuna ukryta przez piratów
- kropla krwi do badania
- łowiecka przynęta
- żywe stworzenie
- aparat do sztucznego oddychania
- werwa do pracy
- „muzyczna” płaca od sztuki
- miasto z ławeczką Juliana Tuwima
- kąpielisko w pobliżu Ustki
- pierwiastek o symbolu At
- ogrodzenie z desek
- zawody kolarskie
- pieczeń rzymska jak fiasko

ARTYKUŁ REKLAMOWY

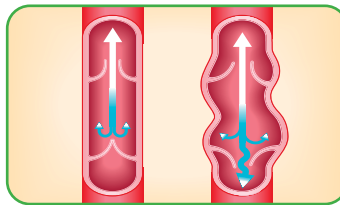
009997519

Zmęczone i ciężkie nogi?

Zmagasz się z problemem ciężkich i zmęczonych nóg? Masz problemy z chodzeniem? Wypróbuj Active Legs™, szwedzki preparat w postaci tabletek, wspomagający prawidłowe funkcjonowanie żył.

PRAWIDŁOWE FUNKCJONOWANIE ŻYŁ

Wiele osób zmaga się z uczuciem zmęczonych i ciężkich nóg. Ta dolegliwość często nasila się wraz z wiekiem, kiedy żyły nie są w stanie prawidłowo odprowadzać krwi z nóg do serca. Skutkiem tego może być poważne ograniczenie swobody ruchów, co ma wpływ na zmniejszenie aktywności i pogorszenie jakości życia.



Z lewej, żyła funkcjonująca prawidłowo. Z prawej, żyła z zaburzonym funkcjonowaniem.

DŁACZEGO ACTIVE LEGS™ JEST TAK SKUTECZNY?

Active Legs™ to produkowany w Szwecji suplement diety zawierający ziołową kombinację wyciągu z kory francuskiej sosny morskiej i liści czerwonej winorośli z dodatkiem witaminy C. Kora chroni ścianki naczyń krwionośnych i wraz z wyciągiem z liści winorośli poprawia przepływ krwi, co zmniejsza uczucie zmęczonych i ciężkich nóg.

DOWÓD BEZPIECZEŃSTWA I SKUTECZNOŚCI

Naukowcy przeprowadzili badania naturalnych substancji roślinnych zawartych w korze sosny, które

potwierdziły ich wspierający wpływ na prawidłowe funkcjonowanie żył i naczyń włosowatych. Wyniki badań opublikowano w wiodących czasopiśmie naukowych.



„Od 17-go roku życia pracowałem jako rzeźnik. Praca w pozycji stojącej doprowadziła mnie do problemów z kolanami i zmusiła do operacji wszczepienia endoprotez. Teraz kiedy odkryłem Active Legs™ czuję się o wiele lepiej i mogę cieszyć się ze spacerów z moją żoną.”

Henning ma 84 lata. Mieszka w Danii. „Miałem zoperowane oba kolana. Czułem się tak, jakby ktoś wbijał w nie nóż. To było straszne. Muszę przyznać, że problemy z nogami odbiły się na jakości mojego życia.”

Wypróbowałem Active Legs

Moja żona przeczytała w jakimś tygodniku o preparacie Active Legs™ i namówiła mnie do jego stosowania. Już po kilku dniach poczułem się dużo lepiej i wróciłem do spacerów z żoną oraz golfa. Polecam Active Legs™ każdemu.

ZAPYTAJ FARMACEUTĘ O ACTIVE LEGS™ SKANDYNAWSKIEJ FIRMY NEW NORDIC

Dostępny w aptekach w opakowaniach zawierających 30 tabletek.

Kod BŁOŻ 3348161 – ułatwi zamówienie produktu w aptece.

Produkt zamówisz również:

www.newnordic.pl, www.aptekagimini.pl, www.doz.pl, www.allecco.pl, www.wapteka.pl, www.apteka-leki.pl, www.swiatleku.pl, oraz wielu innych



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



Ale Kino+

8.35 ♦♦♦♦ Adam – dramat Marko 2019 **10.35** Wojownicza **11.15** Literatura i film **12.15** ♦♦♦♦ Wymiana księżniczek – dramat historyczny W. Bryt./Francja/Belgia 2017 **14.10** ♦♦♦♦ Pożegnanie z nocą – dramat Fr. 2019 **16.05** ♦♦♦♦ Nigdy nie będę twoja – komedia USA 2007 **17.55** ♦♦♦♦ Laika – dr. Francja 2019 **20.10** Prawnik **22.05** ♦♦♦♦ Instykt matki – thriller Francja/Belgia 2018 **23.55** ♦♦♦♦ Książę Jowisza – film sf Węgry/Niemcy 2017

Polsat 2

6.00 Disco gramy! **7.00** Awantura o kasę **8.00** Nasz nowy dom **9.00** Dlaczego ja? **10.00** Trudne sprawy **14.00** Przyjaciółki (176) **15.00** Nasz nowy dom **16.05** Kabaret na żywo. Przystanek Radość **18.00** Joker **19.00** Malanowski i Partnerzy **20.05** Wydarzenia **20.40** Interwencja **21.00** ♦♦ W imię zasad – film sensacyjny USA 2014 **23.10** Bez skrupułów (5) **0.10** Mayday (1) **1.10** Kabaretowa Ekstraklasa

Eurosport 1

6.30 Skoki narciarskie: PS **10.10** (L) Narciarstwo alpejskie: PS **11.15** Narciarstwo alpejskie: PS **12.05** (L) Narciarstwo alpejskie: PS **15.45** Studio Pucharu Świata **16.00** (L) Skoki narciarskie: PS **17.45** Studio Pucharu Świata **18.15** Kombinacja norweska: PS **18.45** Snooker: Masters **19.40** Wiadomości Eurosportu **19.45** (L) Snooker: Masters **23.30** Wiadomości Eurosportu **23.35** Skoki narciarskie: PS

Eleven Sports 1

10.00 Piłka nożna: Real Sociedad – FC Barcelona **12.00** The Best of 2020 **12.25** (L) Piłka nożna: SSC Napoli – ACF Fiorentina **15.00** Studio Bundesligi **15.25** (L) Piłka nożna: Bayern Monachium – SC Freiburg **17.30** Studio Bundesligi **17.55** (L) Piłka nożna: Eintracht Frankfurt – FC Schalke 04 **20.00** Studio Supercupu Hiszpanii **20.55** (L) Piłka nożna: Supercup Hiszpanii – finał **23.15** Eleven Got Live **0.00** Piłka nożna

TVP ABC

13.55 Inazuma Eleven **14.20** Tom i Jerry Show **14.50** Transformery: Cyberverse **15.20** Zaczarowany świat... **15.45** Yakari **15.55** Supersięga **16.25** Stacyjkowo: Dzień Stacyjkowa – film animowany W. Bryt. 2020 **17.00** Daisy i Ollie **17.15** Małe Królowe **17.30** Pszczółka Mała **17.45** Rev and Roll **17.55** Trolle: Impreza trwa **18.25** Przygody Tomka Sawyera **18.50** Billy **19.00** Heidi **19.20** Stacyjkowo: Kolejowe opowieści **19.30** 44 koty

Kino Polska

9.20 Dom (4) **11.15** ♦♦♦♦ Przyjście na dziesięć osób plus trzy – film obyczajowy Polska 1973 **12.30** TV Okazje **12.50** Cztery pancerni i pies (3, 4) – serial wojenny **15.20** ♦♦♦♦ Perła w koronie – dramat Polska 1972 **17.40** ♦♦♦♦ 1920 Bitwa Warszawska – dramat historyczny Polska 2011 **20.00** ♦♦♦♦ Na granicy – thriller Polska 2016 **22.00** Misja Afganistan (3, 4) **0.00** ♦♦♦♦ Wielka wyspa – komedia sensacyjna Polska 1992

TVP Seriele

5.20 Lepsza połowa **6.15** Zmiennicy (8, 9) **8.45** 07 zgłoś się (9) **10.05** Na sygnale (243) **10.35** Ranczo (106) **11.35** Rodzinka.pl (27-29) **13.15** Ojciec Mateusz (71) **14.15** Ranczo (107-109) **17.15** Zmiennicy (10) **18.25** 07 zgłoś się (10) **19.55** Rodzinka.pl (30) **20.35** Ojciec Mateusz (72, 73) **22.25** Ranczo (110, 111) **0.15** Lepsza połowa (19, 20) **1.25** Korona królów (282, 283) **2.30** Głina (23) **3.30** Londryńczycy (12)

Eurosport 2

6.30 Snooker: Masters **8.30** Narciarstwo dowolne: PS **10.00** (L) Saneczkarstwo: PS **11.05** Skoki narciarskie: PS **11.25** (L) Saneczkarstwo: PS **13.10** Snooker: Masters **13.45** (L) Snooker: Masters **17.00** (L) Narciarstwo dowolne: PS **18.20** Biatlon: PS **20.30** Wiadomości Eurosportu **20.35** Łyżwiarstwo szybkie na krótkim torze: ME **22.35** Skoki narciarskie: PS **23.55** Wiadomości Eurosportu **0.00** Narciarstwo alpejskie: PS

Polsat Sport News

9.00 Sport fasz 9.07 Boks z archiwum **10.00** Sport fasz 10.07 Boks z archiwum **11.00** Sport fasz 11.07 ATP World Tour Uncovered **12.15** (L) Łyżwiarstwo szybkie: ME **13.00** (L) Skeleton: Puchar Świata **15.30** (L) Łyżwiarstwo szybkie: ME **18.00** (L) Siatkówka – Liga włoska: Sir Safety Conad Perugia – Allianz Mediolan **20.30** Piłka nożna – Eredivisie: AFC Ajax – Feyenoord **23.00** Piłka nożna – Liga czeska: FC Banik Ostrawa – AC Sparta Praga

Mezzo

11.09 Herbert von Karajan i Wiener Philharmoniker **12.46** Intermezzo **13.00** Brad Mehldau gra The Beatles **14.35** A to Jazz Festival 2019 **16.06** Intermezzo **17.08** Cyganeria Pucciniego w Metropolitan Opera – Francja 2018 **19.10** Daniel Barenboim interpretuje sonaty fortepianowe Beethovena **20.25** Intermezzo **20.30** Herbert Blomstedt dyryguje dziełami Beethovena **21.54** Isabelle Faust, Alexander Melnikov **22.58** Intermezzo

Polsat Film

8.00 Bystry Bill – film animowany Australia/USA 2015 **9.55** Asterix kontra Cezar – film animowany Francja 1985 **11.35** ♦♦♦♦ I kto to mówi? – komedia USA 1989 **13.35** ♦♦♦♦ Tysiąc słów – komedia USA 2009 **15.30** ♦♦♦♦ W ciemność. Star Trek – film sf USA 2013 **18.20** ♦♦♦♦ Spider-Man 2 – film sensacyjny USA 2004 **21.00** ♦♦ Obcy kontra Predator – film akcji USA/W. Bryt./Czechy/Kanada/Niemcy 2004 **23.00** ♦♦♦♦ Wykolejony – thriller USA/W. Bryt. 2005

AXN

6.20 Carter (3) **7.15** Flash (17, 18) **9.05** ♦♦♦♦ Parasol bezpieczeństwa – komedia kryminalna USA 2003 **10.55** ♦♦♦♦ Myśl jak facet II – komedia USA 2014 **13.15** ♦♦♦♦ I kto to mówi? – komedia USA 1989 **15.15** ♦♦♦♦ Zakładnik z Wall Street – thriller USA 2016 **17.15** ♦♦ Trudne słowa – komedia romantyczna USA 2004 **20.00** ♦♦♦♦ Ona – dramat USA 2013 **22.30** ♦♦♦♦ Django – western USA 2012

Polsat Sport

10.30 Relacja: Gala Mistrzów Sportu **11.00** Cafe Futbol **12.30** Atleci **13.00** Siatkówka – PlusLiga: PGE Skra Belchatów – Jastrzębski Węgiel **14.45** (L) Siatkówka – PlusLiga: Asseco Resovia Rzeszów – Trefl Gdańsk **17.30** (L) Siatkówka – PlusLiga: GKS Katowice – Verva Warszawa **20.30** Orlen Paliwa **20.30** (L) Siatkówka – Tauron Liga: Cerrad Enea Czarni Radom – MKS Będzin **23.00** Piłka nożna – Puchar Włoch: Juventus FC – Genoa CFC

TVN 24

6.00 Serwis informacyjny, pogoda **10.45** Kawa na ławę **11.00** Łoża prasowa **12.45** Ewa Ewart poleca – dokument w TVN24 **14.00** Serwis informacyjny **16.00** Fakty po południu **18.00** Serwis informacyjny **18.30** Ranking Mazura **19.05** Serwis informacyjny **19.20** Fakty po Faktach **20.00** Kawa na ławę **21.00** Łoża prasowa **22.00** Szkło kontaktowe **23.00** Dzień po dniu **0.00** Fakty po Faktach **0.45** Kawa na ławę **2.00** Mają w ogrodzie

TVP Rozrywka

11.25 Postaw na milion **12.20** Gwiazdociór TVP Rozrywka **12.50** To je Borowicz. Podróż ze smakiem **13.20** Prywatne życie zwierząt **13.55** Przyrodnik na tropie **14.30** Kabaretowe Lato Dwójki **15.25** Bulioner **16.35** Zaczynaj od nowa **17.10** Wielki test. Wybitne Polki **18.40** Szansa na sukces **19.45** Ameryka da się lubić **21.10** Postaw na milion **22.10** Giganci historii **23.15** Dzięki Bogu już weekend **0.20** 43. Krajowy Festiwal Piosenki Polskiej Opole

Stopklatka

10.00 Hudson i Rex (6) **11.00** Przygody Merlina (7-9) **14.15** ♦♦ Zemsta futrzaków – komedia USA/Emiraty Arabskie 2010 **16.00** ♦♦♦♦ Spacer w chmurach – melodramat USA/Meksyk 1995 **18.15** ♦♦♦♦ Poirot – wigilia Wszystkich Świętych – film kryminalny W. Bryt./USA 2010 **20.00** ♦♦♦♦ Pachnidło: Historia mordercy – thriller Niemcy/Francja/Hiszpania/USA 2006 **23.00** ♦♦♦♦ Dziewięć wrota – thriller Francja/Hiszpania 1999

13 Ulica

5.00 Cherif (3) **6.00** Kobra – oddział specjalny (5-9) **10.55** Zaprzysiężeni (5-8) **14.35** Dowody zbrodni (4-8) – serial sensacyjny USA 2005 **19.10** Zabójcze umysły (9, 10) – serial kryminalny USA **21.00** Zniknięcie Phoenix Cordon – serial dokumentalny **22.00** Chicago P.D. (9, 10) – serial kryminalny USA **0.00** CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku (8, 9) **2.00** Kapitan Marleau (3) **3.55** Cherif (4)

TVP Sport

8.45 e-sport: Ekstraklasa Games **9.45** Martin Schmitt – reportaż **10.30** (L) Skoki narciarskie: Puchar Świata **10.50** Skoki narciarskie: Puchar Świata **13.10** (L) Piłka ręczna – PGNiG Superliga Kobiet: Młyny Stożów Koszalin – MKS Zagłębie Lubin **15.05** Studio Pucharu Świata **15.55** (L) Skoki narciarskie: Puchar Świata **18.55** (L) Piłka nożna: Puchar Króla **23.00** Sportowy wieczór **23.45** Skoki narciarskie: PS

Polsat News

9.00 Msza święta ze Świątyni Opatrzności Bożej **10.00** Śniadanie w Polsat News **11.00** Cztery strony prasy **11.55** Angelus **12.30** W rytmie dnia **16.30** Z klimatem i z pasją **17.00** W rytmie dnia **17.20** Sport **17.30** W rytmie dnia **17.50** Pogoda **18.00** Koronawirus – raport dnia **18.50** Wydarzenia **19.15** Więcej „Wydarzeń” **19.30** Państwo w parstwie **21.00** Prezydenci i premierzy **21.50** Wydarzenia **22.30** Dzień na świecie **22.55** Pogoda **23.00** Obraz dnia **23.40** Pogoda

Planete+

8.55 Irlandia z lotu ptaka **9.55** Polska z góry. Zamki, dworki, pałace **10.55** Paryż, rok 1900. Miasto światła **12.00** Wieża Eiffla – historia niezwykłego zakładu **13.00** Dziką dolina **16.00** Dziką Italia **17.00** Oblicza błękitnej planety **18.00** Świat z góry **19.00** Polska z góry **20.00** Śladami wielkich kompozytorów **21.00** Intrygi – superbohater Krem-la **23.00** Jak zgubić bombę atomową? **1.00** René Goscinny – ojciec francuskiej popkultury

Canal+ Premium

9.40 Śnieżka i fantastyczna siódemka – film anim. Korea Poł. 2019 **11.10** ♦♦♦♦ Emma – komediodramat W. Bryt. 2020 **13.10** ♦♦♦♦ Kara za dobry uczynek – thriller Kanada 2020 **14.40** Sekrety rojalów **15.40** ♦♦♦♦ Proxima – dramat Fr. 2019 **17.25** ♦♦♦♦ Kochanie króla – melodramat W. Bryt./USA 2008 **19.20** ♦♦♦♦ Last Christmas – komedia W. Bryt./USA 2019 **21.00** ♦♦♦♦ Głębia strachu – horror USA 2020 **22.35** ♦♦♦♦ John Wick 3 – film sensac. USA 2019

SciFi Universal

5.00 Przygody Merlina (7) **6.00** Star Trek – Enterprise (15-18) **9.50** Gwiezdne wrota (16-20) **14.25** Przygody Merlina (6-10) – serial fantastyczny **19.00** Runaways (2) – serial sf USA **20.00** ♦♦♦♦ Banita – film przygodowy Kanada/Chiny/USA/Francja 2014 **22.00** ♦♦♦♦ Trojańska Odyseja – film fantasy USA 2017 **0.00** ♦♦ Atlantic Rim 2 – film sf USA 2018 **2.00** Star Trek – Enterprise (20) **3.00** Przygody Merlina (8, 9)

Canal+ Sport

10.30 Twardzielki **11.00** O co biega? **11.45** Piłka nożna – Premier League: Leicester City – Southampton FC **14.00** Premier League+ **14.55** (L) Piłka nożna – Premier League: Sheffield United – Tottenham Hotspur **17.00** Bitwa o Anglię **17.25** (L) Piłka nożna – Premier League: Liverpool FC – Manchester United **19.30** Bitwa o Anglię **20.10** (L) Piłka nożna – Premier League: Manchester City – Crystal Palace **22.30** Bundesliga+

TVP Info

11.50 Salon dziennikarski **12.30** Serwis Info **15.00** Debaty Senior **15.29** Serwis Info **16.00** Okno wiary **16.29** Serwis Info **17.00** Teleexpress **17.15** Teleexpress Extra **17.30** Teleexpress na deser **17.45** Serwis Info **18.00** Panorama **18.18** Serwis Info **18.25** Studio Zachód **18.50** Info V4+ **19.05** Głębia ostrości **19.30** Wiadomości **19.58** Gość Wiadomości **20.13** Mingeł 20-ta **21.00** W pełnym świetle **21.30** Serwis Info **21.50** Strefa starcia **23.00** Info wieczór

BBC Earth

9.50 Zabójcza sześćdziesiątka **11.00** Ziemia widziana z kosmosu **12.00** Attenborough i morski smok **13.05** W okowach mrozu **15.00** Dr Sanjay Gupta: w poszukiwaniu dobrego życia **16.00** Zabójcze kataklizmy **17.00** Wielkie koty: nowe fakty **18.00** Mumie: historie rozwinięte **18.55** Sekretne życie szczupłych ludzi **19.30** Medytacja w rytmie ziemi **20.00** Ziemia widziana z kosmosu **21.00** Cuda inżynierii kolejowej **22.00** Wielcy zabójcy z Afryki powracają

HBO

8.55 ♦♦♦♦ Był sobie pies 2 – film przygodowy USA 2019 **10.40** Rodzina Addamsów – film animowany USA/Kanada 2019 **12.10** ♦♦♦♦ Przemysłnik – dramat USA/Kanada 2018 **14.05** ♦♦♦♦ Jack Reacher: Jednym strzałem – film USA 2012 **16.15** ♦♦♦♦ Balon – dramat Niemcy 2018 **18.20** ♦♦♦♦ Ślicznotki – komedia kryminalna USA 2019 **20.10** ♦♦♦♦ Osierocony Brooklyn – dramat kryminalny USA 2019 **22.35** ♦♦♦♦ American Beauty – dramat USA 1999

FOX

5.20 Castle (2-4) **7.55** Chicago Med (14) **8.50** Chicago Fire (8) **9.45** CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku (6-8) **12.30** Mentalista (4, 5) **14.20** Kości (3, 4) **16.10** ♦♦♦♦ Maska – komedia USA 1994 **18.15** ♦♦♦♦ Troja – film przygodowy USA/W. Bryt./Malta 2004 **21.35** ♦♦♦♦ Blade – wieczny łowca – horror USA 1998 **23.55** Syn mamotrawny (19) **0.50** Mentalista (3, 4) **2.30** Zabójcze umysły (5, 6) **4.00** Mentalista (17)

nSport+

12.25 Koszykówka – NBA: San Antonio Spurs – Houston Rockets **14.25** (L) Statscore Futsal Ekstraklasa: AZS UW Wilanów – Clearax Chorzów **16.35** Premierowa jazda **16.55** (L) Piłka nożna – Ligue 1 Uber Eats: Lille OSC – Stade Reims **19.00** Wójcik Racing Team **19.30** Boxing World Weekly **19.55** This is Speedway **20.25** Trzeci wiraz **20.55** (L) Piłka nożna – Ligue 1 Uber Eats: Olympique Lyonnais – FC Metz **23.00** News+

TVP 3

8.00 Całkiem niezła historia **8.30** Agape **9.00** Sekretne życie krów **12.05** Głos regionów **13.00** Piosenka dla Ciebie **14.05** Piosenka u Ciebie **14.30** Rączka gotuje **15.00** Koronka do Miłosierdzia Bożego **15.20** Kościół z bliska **15.50** Antenowe remanenty **16.40** Pogoda **16.45** Dziennik regionów **17.00** Tydzień **20.00** Antenowe remanenty **21.00** Cafe piosenka **21.50** Studio Lotto **22.00** Dziennik regionów

Discovery Channel

6.00 Tajemnice starożytnych mumii **7.00** Najniebezpieczniejszy zawód świata **8.00** Kolonia z Alaski **9.00** Złomowisko PL **11.00** Nic do zgłoszenia **12.00** Kamperem przez świat **13.00** Turkerki **14.00** Gorączka złota **16.00** Złomowisko PL **17.00** Tajemnice wraków Bałtyku **18.00** Nic do zgłoszenia **19.00** Zaginione miejsca **20.00** Gorączka złota **22.00** Kamperem przez świat **23.00** Kwatery Hitlera **0.00** Eurotrucks

TNT

8.23 Strażnik Teksasu **11.08** ♦♦ Akademia policyjna 6: Operacja Chaos – komedia USA 1989 **12.46** ♦♦ Akademia policyjna VII: Misja w Moskwie – komedia USA 1994 **14.20** ♦♦ American Pie – komedia USA 1999 **16.08** ♦♦ Bardzo dżiki Zachód – film sensacyjny USA 1999 **18.11** ♦♦ Recepta na szczęście – komedia USA 2008 **20.00** ♦♦ Quest – film sensacyjny USA/Kanada 1996 **21.55** ♦♦ Epidemia – film sensacyjny USA 1995

ATM Rozrywka

6.00 Disco gramy! **7.00** TV Okazje **7.30** Ewa gotuje **8.30** Zameldowani **9.00** Pierwsza miłość **12.30** Niezwykłe historie **13.00** Sekrety rodziny **15.00** Świat według Kiepskich **17.00** Kierunek Dolny Śląsk **18.00** Kozetka **19.00** Małolaty **20.00** ♦♦ Kosiarz umysłów 2 – film sf USA 1996 **22.00** Świat według Kiepskich – serial komediowy **23.00** ♦♦ Za linia frontu – komedia W. Bryt. 2002 **1.10** Małolaty

CBS Reality

6.00 Na straży wybrzeża **6.30** Strzegąc granic **8.30** Hardkorowy lombard **11.00** Rutynowa kontrola trwałości **13.00** Uchwycone kamerą: o krok od tragedii **15.00** Na straży amerykańskich granic **16.00** Hardkorowy lombard **18.30** Królowie aukcji **20.00** Uchwycone kamerą: o krok od tragedii **21.00** Narodziny mordercy **22.00** DNA polskich zbrodni **23.00** Zawód: Profiler **0.00** Narodziny mordercy

TLC

8.00 Mistrzowie remontu **9.00** Mała piękność **10.00** Wiza na miłość **12.00** Wiza na miłość: na odwrót **13.00** Wiza na miłość: Darcey i Stacey **14.00** Rodzina 10+ **15.00** Historie wielkiej wagi **17.00** Panny młode ponad miarę **18.00** Salon sukien ślubnych: Wielka Brytania **18.30** Salon sukien ślubnych Goka: Wielka Brytania **19.30** Suknie ślubne dla pusztych **20.30** Buddy kontra święta **21.30** Pokonać otyłość **22.30** Dr Pryszczyla

TVN Turbo

12.15 Wojny samochodowe **13.15** Klimek kontra Duda **14.00** Służby ratownicze **14.45** Pomoc drogowa 24h **15.30** Zawodowi handlarze **16.15** Złodzieje **17.15** Największe polskie katastrofy **18.15** Zwykłe rzeczy – niezwykłe wynalazki **18.45** A8 – autostrada na zachód **19.45** Garaż leni **20.15** Raport końcowy **20.30** Automania **21.30** Zakup kontrolowany **22.30** Wyburzacz **23.15** Brudna robota – czysty zysk **0.15** Auta Danny'ego

Kino TV

9.10 ♦♦ Poszukiwacze Bursztynowej Komnaty – film przygodowy Niemcy 2012 **11.25** ♦♦ Geronimo, amerykańska legenda – western USA 1993 **14.00** Bibliotekarze **16.00** ♦♦ Odrobina nieba – komediodramat USA 2011 **18.10** ♦♦ Poznaj moich Spartan – komedia USA 2008 **20.00** ♦♦ Całe szczęście – komedia USA 2006 **22.10** ♦♦ Taśmy Watykanu – horror USA 2015 **0.10** ♦♦ Kobieta w czerni – horror USA/W. Bryt. 2012

TTV

10.05 DeFacto **10.35** Kto to kupi? **11.20** Damy i wieśniaczki. PL **12.25** Ostre cięcie **13.15** Królowe życia **14.40** Gogglebox. Przed telewizorem **15.45** Express **16.05** Gogglebox. Przed telewizorem **17.05** Patent na kasę **17.45** Express **18.03** Raport smogowy **18.05** Królowe życia **19.45** Express **20.01** Sport **20.10** Zamiana żon **21.15** Damy i wieśniaczki. PL **22.20** Orzeł czy reszka **23.20** Królowe życia

National Geographic

8.00 Megalotnisko w Dubaju w pigułce **10.00** Najniebezpieczniejsze drogi Europy **11.00** Fabryki smaku **12.00** Europa z powietrza **13.00** Ekspresowe budowle **14.00** Kosmos **15.00** Człowiek lodu: tajemnicza śmierć **16.00** Porzucone konstrukcje **17.00** Anatomia głupoty **18.00** Wyprawa na dno **19.00** DNA maszyn **20.00** Człowiek lodu: tajemnicza śmierć **21.00** Odbudować Paradise **(s.3)** **23.00** Porzucone konstrukcje

CI Polsat

11.15 Łowca zbrodni **12.15** Zbrodnie, które wstrząsnęły Australią **13.15** Ostatnie godziny przed śmiercią **14.15** 48 godzin **15.10** Mordercze związki **16.05** Opowieść o zbrodni **16.35** Fajbusiewicz: rozmowy o zbrodni **17.05** Więzienie Jej Królewskiej Mości **18.05** Zaginiona w raju **19.05** Telefon od mordercy **20.05** Fajbusiewicz: rozmowy o zbrodni **20.35** Polskie zabójczynie **21.00** Najbardziej szokujące przypadki sądowe **22.00** Zabić jak w filmie

TVN Style

10.00 Jak dobrze wyglądać nago. Powrót po latach **11.00** Dieta czy cud? **11.45** Tu jest pięknie **12.30** Związki z modą **13.30** W czym do słońca? **(s.15)** **14.00** Panny młode ponad miarę **15.00** Ach, ten ślub! **16.00** Jestem z Polski **18.00** Jak żyją miliarderzy? **19.00** I nie opuszczę Cię aż do ślubu **19.45** Mój chłopak jest mamińskim **20.45** Kobieta na krańcu świata **21.55** Pani Gadżet **22.25** Tata w tarapatkach **23.25** Ślub od pierwszego wejrzenia

TVN Fabuła

10.40 ♦♦ Beethoven III – komedia USA 2000 **12.45** ♦♦ Na ratunek wielorybom – melodramat USA/W. Bryt. 2012 **15.00** ♦♦ Maverick – western USA 1994 **17.40** ♦♦ Miss Agent II: uzbrojona i uroczą – komedia kryminalna USA 2005 **20.00** ♦♦ Sherlock Holmes: Gra cieni – film kryminalny W. Bryt./USA 2011 **22.45** ♦♦ Weże w samolocie – thriller USA/Niemcy 2006 **0.55** ♦♦ Piekielna zemsta – film sensacyjny USA 2011

Fokus TV

7.15 Wehikuł czasu **7.20** Pod lupą **7.45** Sąsiedzi **9.20** Pienienna szkoła przetrwania **10.20** Patrol Tatry **11.20** Rolnicy. Podlasie **13.20** Gwiazdy lombardu **14.15** Wojny magazynowe **15.30** Kryptonim szef **16.25** Cuda współczesnej techniki **17.20** Supermaszyny **18.20** Rolnicy. Podlasie **20.00** Kryptonim szef **22.00** Turystyka ekstremalna **23.10** Tomasz Sekielski. Teoria spisków **0.10** (Nie)Ziemskie tajemnice

Nat Geo Wild

8.00 Dzika Północ Europy **9.00** Najgroźniejsi mieszkańcy Afryki **10.00** Atak rekina **11.00** Królestwo drapieżników **12.00** Ekstremalne zwierzęta **13.00** Polowanie na wodne potwory **14.00** Królestwo drapieżników **16.00** Królestwo białego wilka **17.00** Humorzyste zwierzęta **18.00** Weże w mieście **19.00** Dzikie myśliwi **20.00** Cuda Afryki **21.00** Sekrety zoo **22.00** Atak rekina **23.00** Weterynarz z Hawajów

TVP Dokument

11.30 Notacje **11.45** Wokół mórz **12.05** Barbara Włodarczyk zaprasza **12.10** Wygaszanie miasta **13.10** Hanik. Podróż do życia **14.15** Sekretne życie psów **15.20** Faktomania **16.20** Nasze pochodzenie **17.15** Notacje **17.35** Ben i James na pustyni **(s.15)** **18.30** Podróż z historią **19.05** Zakochaj się w Polsce **19.40** Pasjonaci **20.20** Człowiek defin. **21.50** Paryż. Czas dokonania **22.50** Niezwykłe dwudziestolecie. Historia gospodarcza II RP

TVN Historia

10.25 Świętokrzyski Park Narodowy **11.20** Szlak nadziei **12.10** Wszystkie kolory świata **13.15** Planety **14.10** Tajemnice początków Polski **15.05** Biblia (40) **16.05** W kotłach historii **16.30** Giganci historii **17.25** Archiwum zimnej wojny **18.00** Noce i dnie (6) **19.10** In touch **20.25** Stulecie na taśmie filmowej **21.30** ♦♦ Rio Grande – western USA 1950 **23.25** Archiwista (4) **0.10** Marian na wojnie. Animowana historia Mariana Walentynowicza

AMC

9.50 ♦♦ Igraszki losu – komedia romantyczna USA/Kanada 2001 **11.40** ♦♦ Big Sky – thriller USA 2015 **13.30** Najlepsi reżyserzy Hollywood **14.00** ♦♦ Jabberwock – przebudzenie bestii – film fantasy Kanada/USA 2011 **15.45** ♦♦ Atomowy rekin – film akcji USA 2016 **17.30** ♦♦ Ostra broń – film sensacyjny USA 1997 **19.35** ♦♦ Regulamin zabijania – dramat W. Bryt./Niemcy/Kanada/USA 2000 **22.00** ♦♦ Miasto śmierci – film sensacyjny Izrael/USA 1991

TV Puls

8.30 ♦♦ Alicja po drugiej stronie lustra – film fantasy USA/W. Bryt. 2016 **10.45** ♦♦ Obłądny rycerz – film USA 2001 **13.25** ♦♦ Śnieżka i Różyczka – film fantasy Niemcy 2012 **14.40** ♦♦ Stoliczku nakryj się – film fantasy Niemcy 2008 **15.50** ♦♦ Zaczarowana – film familijny USA 2007 **18.00** ♦♦ Sześć dni, siedem nocy – komedia USA 1998 **20.00** ♦♦ Furia – dramat USA/Chiny 2014 **22.25** ♦♦ Operacja Anthropoid – film wojenny Czechy/W. Bryt. 2016 **(s.15)**

Puls 2

10.50 Lucky Luke. Ballada o Daltonach – film animowany Francja/W. Bryt. 1978 **12.25** Mój brat niedźwiedź 2 – film animowany USA 2006 **14.00** Nicky, Ricky, Dicky i Dawn (105, 106) **14.55** Grzmotomocni (105, 106) **15.55** ♦♦ Zandarm z Saint-Tropez – komedia Francja/Włochy 1964 **18.00** Lombard. Życie pod zastaw (283-287) **22.50** Agenci NCIS: Los Angeles **0.40** Lekarze na start (19)

Zoom TV

7.00 Bliżej! Magazyn reportażów **7.30** I love kabaret Extra **7.45** Pan wzywał, Milordzie? (5, 6) **9.55** ♦♦ Gang Olsena IX – komedia Dania 1977 **12.00** ♦♦ Gang Olsena rusza na wojnę – komedia kryminalna Dania 1978 **14.10** Hity polskiego kabaretu **18.00** ♦♦ Komedia małżeńska – Polska 1993 **20.00** Hity polskiego kabaretu **22.00** I love kabaret **23.50** Magia nagości **0.55** Hity polskiego kabaretu

WP

6.00 Światowe kraksy **6.55** Top Gear **8.00** WP Express **8.40** Luksusowe rezydencje **9.05** Pokochaj lub sprzedaj **10.00** Pokochaj lub sprzedaj – Vancouver **13.00** Mam talent Ameryka **14.45** Kabaret na Karnawał **15.45** Mistrzowie kabaretu **18.05** ♦♦ Miłość z gazety – komedia romantyczna Kanada 2014 **20.00** Mam talent Ameryka – program rozrywkowy **21.50** Mistrzowie kabaretu **0.50** 1, 2, 3... Kabaret!

WARTO ZOBACZYĆ

W CZYM DO ŚLUBU? ROZRYWKA 13:30 TVN Style

Izabela Janachowska powraca z szóstym sezonem swojego programu. Kontrowersyjne pomysły, przebojowi bohaterowie i ciekawe osobowości – to wszystko czeka nas w premierowych odcinkach. Izabela Janachowska, będzie miała nie lada wyzwanie, żeby sprostać wymaganiom uczestników i doradzić im w wyborze wymarzonej kreacji, na szczęście jak przygotować paristwa młodych i ich najbliższych na najważniejszy dzień w życiu. W nowym sezonie nie zabraknie również wzruszających momentów, ciepłych słów i wspomnień. Przekonamy się jak ważne jest wsparcie rodziny oraz przyjaciół w przygotowaniach do dnia, który zapamiętamy na całe życie.



BEN I JAMES NA PUSTYNI

DOKUMENT 17:35 TVP Dokument

Poszukiwacz przygód Ben Fogle i brytyjski olimpijczyk James Cracknell wędrują przez jeden z najbardziej nieprzystajnych dla człowieka obszarów świata. Jako pierwsi przedstawiciele Zachodu przemierzają samotnie, bez miejscowych przewodników, pustynię Ar-Rab al-Chali. Obszar ten ma powierzchnię większą niż Francja, Belgia i Holandia razem wzięte. Pełno tu piaszczystych gór, zaś w ciągu dnia temperatura przekracza 40 stopni Celsjusza. Pustkowie to jest niemal niezamieszkałe i słabo znane.



KTO NAPISZE NASZĄ HISTORIĘ

DOKUMENT 20:30 Metro

Wyreżyserowany przez Robertę Grossman fabularzowany film dokumentalny o bezprecedensowym przedsięwzięciu – podziemiem Archiwum Getta Warszawskiego powstałym z inicjatywy Emanuela Ringelbluma w 1940 roku, które zajmowało się dokumentowaniem życia w getcie warszawskim. Tzw. Archiwum Ringelbluma wpisane zostało na listę UNESCO "Pamięć Świata" jako zabytek światowego dziedzictwa. Jest ono unikalnym zbiorem dokumentów stanowiących jedno z najważniejszych świadectw o zagładzie Żydów polskich.



ARTYŚCI SERIAL 20:45 TVP Polonia

Rzecz dzieje się w fikcyjnym Teatrze Popularnym mieszczącym się w Pałacu Kultury i Nauki. Głównym bohaterem jest młody dyrektor artystyczny tegoż teatru (Marcin Czarnik), który tu nastal, gdy jego poprzednik popełnił spektakularne samobójstwo, wieszając się nad sceną w trakcie spektaklu. Nowy dyrektor musi się zmagać z absurdalną biurokracją, oporem ze strony zespołu, brakami finansowymi, kapryśnymi gwiazdami, wrednymi recenzentami oraz układami i układzikiem. Jak przetrwać w takiej dzungli?

OPERACJA ANTHROPOID FILM 22:25 TV Puls ♦♦♦♦

Grudzień 1941 roku. Czechosłowacki rzad emigracyjny w Londynie wydaje rozkaz zabicia oficera SS Reinharda Heydricha, nazywanego katem Pragi. Niebezpieczną tajną misję mają wykonać cichociemni Jan Kubiś (Jamie Dornan) i Józef Gabčík (Cillian Murphy). Żołnierze nie mają jednak wystarczającego wsparcia. W Pradze przychodzi im z pomocą charyzmatyczny szef lokalnego ruchu oporu Ladislav Vaněk.





20:30 SERIAL

Leśniczówka

TVP 1

DVB-T

5.10 Przysięga (332) **6.00** Elif (896) **7.00** Transmisja mszy świętej **7.30** Okiem wiary **8.00** Wiadomości **8.10** Pogoda poranna **8.15** Kwadrans polityczny **8.35** Ranczo (27) **9.35** Komisarz Alex (182) **10.35** Ojciec Mateusz (235) **11.25** Kasta **12.00** Wiadomości **12.10** Agrobiznes **12.35** Agropogoda **12.45** Dynastie **14.00** Elif (897)

15.00 Wiadomości

15.15 Alarm! – magazyn

15.35 Gra słów. Krzyżówka

16.05 Przysięga (333)

Masal dowiedziała się o sprawie rozwodowej Kemala i Narin. Jest zrozpaczona. Şehriye i Hizir postanawiają nie dopuścić do rozwodu i zawożą dziewczynkę do sądu.

17.00 Teleexpress

17.15 Jaka to melodia?

17.55 Klan (3732) (s.18)

18.20 Kasta (64)

18.55 Jeden z dziesięciu

19.30 Wiadomości

20.10 Alarm! – magazyn

20.30 Leśniczówka (321) – serial obyczajowy Polska

21.00 Teatr Telewizji: Iluzje – spektakl Polska 2012

Reż. Agnieszka Glińska, wyk. Dorota Landowska, Krzysztof Stroiński, Dominika Ostalska
Historia dwóch małżeństw, które pod koniec życia odczuwają potrzebę rozmowy o uczuciach.

22.30 Putin: Historia rosyjskiego szpiega: Początki – serial dok. W. Barty. 2020

23.30 Warto rozmawiać



21:50 SERIAL

Królowa piękności

TVP 2

DVB-T

5.55 Doktor Kleist – lekarz rodzinny (104) **6.50** Coś dla Ciebie **7.20** Familiada **7.55** Pytanie na śniadanie **10.40** Panorama **10.50** Pytanie na śniadanie **11.15** Policzmy się dla Polski **11.25** Rodzinka. pl **11.55** Barwy szczęścia (2365) **12.30** Koło fortuny **13.15** Kozacka miłość (30) **14.05** Va banque – teleturniej **14.35** Na sygnale (208)

15.10 Doktor Kleist – lekarz rodzinny (113)

16.00 Koło fortuny

16.35 Familiada – teleturniej

17.00 Policzmy się dla Polski

17.10 Wiźnien miłości (471)

Azize zabiera Alego do pracy i każe mu się ukryć. Asya oczekuje, że Yildiz ją zrozumie. Kylycz odwiedza kobietę, która go wychowała, Zuhre. Oguz dostrzeżga Alego na nagraniu z kamery przemysłowej.

18.00 Panorama

18.20 Va banque – teleturniej

18.45 Kozacka miłość (31)

19.35 Barwy szczęścia (2365, 2366) – serial Polska (s.18)

20.40 Kulisy „M jak miłość”

20.55 M jak miłość (1558)

– serial Polska (s.18)

21.50 Królowa piękności (12)

– serial obyczajowy Rosja

22.45 Lepsza połowa – serial

komediodramat Polska 2020

23.50 Zwariować ze szczęścia

– komediodramat Włochy/

Francja 2016

Reż. Paolo Virzi, wyk. Valeria Bruni Tedeschi, Micaela Ramazzotti, Valentina Carnelutti



20:05 FILM

Pojutrze

Polsat

DVB-T

5.25 Telezakupy TV Okazje **6.00** Nowy dzień z Polsat News **8.40** Malanowski i Partnerzy **9.40** Sekrety rodziny **10.40** Dlaczego ja? **11.40** Gliniarze **12.50** Wydarzenia **13.25** Interwencja – magazyn **13.40** Trudne sprawy (927) – serial fabularno-dokumentalny **14.40** Dlaczego ja? (933) – serial fabularno-dokumentalny Polska

15.50 Wydarzenia

16.10 Pogoda

16.15 Interwencja – magazyn

16.30 Na ratunek 112 (395)

17.00 Gliniarze (446)

18.00 Pierwsza miłość (3153)

– serial Polska (s.18)

18.50 Wydarzenia

19.25 Gość „Wydarzeń”

20.05 Pojutrze – film katastroficzny USA 2004

Reż. Roland Emmerich, wyk. Dennis Quaid, Jake Gyllenhaal, Emmy Rossum
Gwałtowny spadek temperatury ścina północną półkulę i doprowadza do nowej epoki lodowcowej. Klimatolog rusza przez śnieżną pustynię do zamrożonego Nowego Jorku, by ratować syna.

22.50 G.I. Joe: Czas Kobry – film

sensacyjny USA/Czechy

2009

Reż. Stephen Sommers, wyk. Channing Tatum, Sienna Miller, Marlon Wayans

1.30 Jack Reacher: Jednym

strzałem – film sensacyjny

USA 2012

4.20 Kabarety



21:30 FILM

Wygrać ze śmiercią

TVN

DVB-T

5.05 Nowa Maja w ogrodzie **5.35** Akademia ogrodnika **5.45** Mango – Telezakupy **7.00** Kuchenne rewolucje **8.00** Dzień Dobry TVN **11.35** Dobrze, podaj dalej – magazyn Polska **11.45** Ukryta prawda **12.50** Szpital (637) **13.50** Rozwód. Walka o wszystko (16) – serial fabularno-dokumentalny Polska **14.55** Szpital (638)

15.55 Kuchenne rewolucje:

„Indian Ocean”, Poznań

17.00 Rozwód. Walka o wszystko (17) – serial fab.-dok.

18.00 Ukryta prawda (905)

19.00 Fakty

19.25 Uwaga! Koronawirus

19.50 Raport smogowy

19.55 Uwaga! – magazyn

20.10 Doradca smaku

20.15 Na Wspólnej (3158)

– serial Polska (s.18)

20.55 Milionerzy – teleturniej

21.30 Wygrać ze śmiercią – film

sensacyjny USA 1990

Reż. Bruce Malmuth, wyk. Steven Seagal, Kelly Le-Brock, William Sadler

Policjant Mason Storm wpada na trop afery politycznej. W wyniku zamachu jego żona i dziecko giną, a on sam zapada w śpiączkę.

Obudziwszy się po siedmiu latach, chce się zemścić.

23.35 Najpierw strzelaj, potem zwiędzaj – komedia sensacyjna W. Bryt./USA 2008

Reż. Martin McDonagh, wyk. Colin Farrell, Ralph Fiennes, Brendan Gleeson

1.50 Co za tydzień

2.20 Na granicy światów (4)



22:40 FILM

Pitch Black

TVN 7

DVB-T

6.30 Miłość potrzebna od zaraz **7.00** Sędzia Anna Maria Wesołowska **8.00** Ukryta prawda **11.00** Szpital **12.00** Szkoła **13.00** Sąd rodzinny **14.00** Sędzia Anna Maria Wesołowska **15.00** Ukryta prawda **16.00** Zakochani po uszy (271) **16.35** Brzydula (64) **17.10** 19+ **18.15** Idealna niania **18.55** Ten moment **19.30** Zakochani po uszy (272) **20.00** Brzydula (65) – serial obyczajowy Polska **20.30** Chyłka – Zaginięcie (3, 4) – serial Polska **22.40** Pitch Black – film sf USA/Australia 2000, reż. David Twohy, wyk. Vin Diesel **0.55** Niewierni (5)

TV 4

DVB-T

8.00 Nasz nowy dom **9.00** Sędzia Judy **10.25** Nowe sekrety sąsiadów (9, 10) **11.25** Pamiętniki z wakacji **12.25** Święty (45) **12.55** Wzór (95) **13.55** Kobra – oddział specjalny **14.55** STOP Drogówka **15.55** Kobra – oddział specjalny **17.00** Nowe sekrety sąsiadów (10, 11) **18.00** Policjanci i policjanci (688, 689) **20.00** Sprawiedliwi – wydział kryminalny (417) **21.00** Przekleństwo krwi – film USA 2020 **23.10** Ucho Prezesa (8) **23.30** Martwa dziewczyna – horror USA 2008

TV 6

DVB-T

8.00 Buffy: postrach wampirów **9.00** Galileo **10.00** Żona dla milionera **11.00** Zwierzaki śmiech warte **12.00** Miódowe lata (64, 42) **13.40** Bumerang (10) **14.15** Policjanci i policjanci (655) **15.15** Detektywi w akcji (9) **16.15** Septagon (2) **17.15** Hawaje 5-0 **18.15** Miódowe lata (53, 86) **20.00** Galileo **21.00** CSI: Kryminalne zagadki Miami (74, 75) **23.00** Depresja gangstera – komedia kryminalna USA/Australia 1999

TVP Polonia

11.30 Barwy szczęścia (2321) **12.00** Turystyczna jazda **12.15** Co niesie dzień **12.30** Ludzie i bogowie (3) **13.20** Polonia Express **13.40** Kulturalni PL **14.35** Kalendarium 1981 **14.45** Gwiazdobiór TVP **15.15** Okrasa tamie przepisy **15.45** Zakochaj się w Polsce **16.15** Zwierzaki Czytali **16.30** Domisie **17.00** Rodzinka.pl (277) **17.30** Dziennik regionów **17.50** Gra słów. Krzyżówka **18.20** Najpiękniejszy widok z okna **18.50** Barwy szczęścia (2321) **19.20** Nad Niemnem **19.40** Olá Polonia – Polacy w Brazylii i Ameryce Południowej **20.00** Polonia 24 **20.45** Mała Moskwa (3) **21.40** Zaginiona (2) **22.30** Kasta **23.00** Zdolne bestie te Kossaki... **23.55** Focus on Poland

TV Trwam

DVB-T

8.15 Wieś – to też Polska **9.25** Słowo życia **9.30** Opowieści biblijne z Nowego Testamentu **10.15** Rozmowy niedokończone **11.20** 100 cudownych miejsc na świecie **11.30** Przyroda w obiektywie **12.20** Filmowe życiorysy **13.00** Misja Bilaj **13.30** Msza Święta z kaplicy na Jasnej Górze **14.30** Rzeka życia **16.10** Sanktuarium polskie **16.30** Zew natury **16.55** Świadkowie **17.30** Okiem kamery **18.15** Rozmowy niedokończone **19.30** Opowieści Starożytności **20.00** Informacje **20.20** Różaniec **21.00** Apel Jasnołęcki **21.40** Polski punkt widzenia **22.10** Dziesięć przykazań (210) **23.05** Ludwik Maria Grignon de Montfort

TVP Kultura

DVB-T

7.00 Teledyski **8.10** Tego się nie wytnie **9.30** Tego się nie wytnie ekstra **9.55** Reżyserzy **11.00** Rzeka kłamstwa (1) – serial obyczajowy Polska 1987 **12.55** Poszukując Lennona **14.45** Portret Osobisty **15.45** Panna Nikt – dramat Polska 1996 **17.35** Czerdziesiątka (11) **18.30** Informacje kulturalne **18.55** Rok 2020 **19.20** Trzeci punkt widzenia **20.00** Konopielka – komediodramat Polska 1982, reż. Witold Leszczyński, wyk. Krzysztof Majchrzak, Anna Seniuk **21.35** Powidoki: Pani Bovary **21.50** Dzień dobry, Babilonio – dramat Włochy/Francja/USA 1987 **0.00** Scena muzyczna **1.00** Informacje kulturalne

Super Polsat

DVB-T

5.00 Nasz nowy dom **6.00** Wydarzenia **6.40** SuperLudzie Extra **7.00** Psi patrol **8.00** Kung Fu Panda – legenda o niezwykłości **8.30** Potwory kontra obcy **9.30** SpongeBob Kanciastoporty **10.00** SuperLudzie **10.30** Niania (17) **11.00** Nasz nowy dom **12.00** Miasto długów (19) **13.00** Gliniarze (65) **14.00** Chirurdzy (148) **15.00** Top chef **16.30** Hell's Kitchen – piekielna kuchnia **18.00** Nasz nowy dom **19.00** Łowcy nagród **20.05** Sposób na blondynkę – komedia romantyczna USA 1998 **22.40** Erin Brockovich – film biograficzny USA 2000 **1.15** Twoja twarz brzmi znajomo

Metro

DVB-T

7.00 Sąd rodzinny (104) **8.00** Top of the Top Sopot Festival 2018: #IDANCE **8.40** Angry Birds **8.55** Wanda i Zielony Łudek **9.40** Prawo Agaty (7) **10.40** Idealna niania **11.25** Dr House (6) **12.25** Jak to jest złożone? **12.55** Celnicy na straży Europy **13.25** Wojny magazynowe – Teksas **13.55** Co było dalej? **14.25** Prawo Agaty **15.25** Milionerzy **16.00** Dr House (7) **17.00** Łazienkowe metamorfozy **17.30** Walka o remont **18.00** Wojny magazynowe – Teksas **18.30** Metro **18.45** Wojny magazynowe – Teksas **19.10** Gorączka złota **20.10** Zabójcza broń (17) **21.10** Kości (13) **22.10** Nagi instynkt przetrwania: Elita **23.10** Nie do uwierzenia!

Nowa TV

DVB-T

6.00 TV Okazje **6.45** Obraz dnia **7.40** Ewa gotuje **8.15** Pod lupą **8.40** Był sobie kosmos **9.20** Daleko od noszy **10.20** Łowcy cieni. Pod presją (10) **11.15** Stoiki (37) **12.00** Oszukane **13.00** Pielęgniarki **13.55** Szpital dziecięcy **14.55** Daleko od noszy **15.55** Mały dom, wielkie możliwości **16.50** Remont w bostońskim stylu **17.45** Łowcy małych domów **18.05** Fabryka przedmiotów domowych **18.35** Ogarnij podwórko **19.00** Kabaretowa Dynastia **20.00** Prawdziwe oblicze transportu zwierząt **21.05** Zagadki Ziemi **22.00** Historie o duchach **23.45** Mój nawiedzony dom **0.35** Redakcja: dział śledczy

Ale Kino+

10.25 Alain Delon jakiego nie znamy **11.35** Hector Malor – Ostatni dzień roku **12.10** Wolne pokoje **12.45** Blizniak (1, 2) **14.45** Niepospolita **15.15** Potwory to tacy interesujący ludzie **15.45** ♦♦♦ Ucieczka z Rakki – thriller Francja/Turcja 2019 **17.45** Techno **18.25** ♦♦♦ Cena sukcesu – komediodramat Francja 2017 **20.10** ♦♦♦ Męska historia – komediodramat W. Bryt. 2006 **22.15** Nadejście dzień (1, 2) – serial obyczajowy

Polsat 2

8.00 Trudne sprawy **9.05** Drwale i inne opowieści Bieszczadów **10.00** Na ratunek **11.20** Sekrety rodziny **11.30** Dlaczego ja? **12.30** Nasz nowy dom **13.30** Świat według Kiepskich (460-462) **15.00** Trudne sprawy **16.00** Nasz nowy dom **17.00** Sekrety rodziny **18.00** Malanowski i Partnerzy **19.00** Glińskie **20.05** Wydarzenia **20.40** Gość „Wydarzeń” **21.10** Trudne sprawy **22.10** Dlaczego ja? **23.10** Świat według Kiepskich (370, 371) **0.10** Ślad (74)

Eurosport 1

5.00 Narciarstwo alpejskie: PS **8.30** Snooker: Masters **10.30** Skoki narciarskie: PS **16.00** Snooker: Masters **18.00** Wiadomości Eurosportu **18.05** Judo Masters **18.35** Narciarstwo alpejskie: PS **20.35** Wiadomości Eurosportu **20.40** Snooker: Masters **22.10** Wiadomości Eurosportu **22.15** Igrzyska olimpijskie **0.15** Biatlon: PS **1.30** Snooker: Masters **3.00** Kolarstwo: Il Lombardia

Eleven Sports 1

6.00 Piłka nożna: LaLiga Santander **8.00** Piłka nożna: Bundesliga **10.00** Piłka nożna: Serie A TIM **12.00** Piłka nożna: LaLiga Santander **14.00** Piłka nożna: Bundesliga **16.00** Ligue 1 Uber Eats **17.00** Serie A TIM **18.00** Bundesliga **19.00** Dokument **20.00** Piłka nożna: Bundesliga **22.00** Piłka nożna: Serie A TIM **0.00** Piłka nożna: LaLiga Santander **2.00** Piłka nożna: Bundesliga **4.00** Piłka nożna: Serie A TIM

TVP ABC

13.00 Zaczarowany świat... **13.15** Buli **13.25** Skylanders Academy **13.55** Inazuma Eleven **14.20** Tom i Jerry Show **14.50** Transformers: Cyberverse **15.15** Licz na Wiktora **15.25** Figi Migu **15.45** Yakan **16.00** Marta mówi! **16.30** Mała lama **17.00** Daisy i Ollie **17.15** Małe Królowe **17.30** Pszczółka Maja **17.45** Rev and Roll **17.55** Trolle: Impreza trwa **18.25** Przygody Tomka Sawyer **18.50** Billy **19.00** Heidi **19.20** Stacyjkowo

Kino Polska

7.55 ♦♦ Ostatnie dni – film wojenny Polska 1969 **9.40** ♦♦♦ Komediantka – film psychologiczny Polska 1986 **11.55** TV Okazje **12.25** ♦♦♦ Człowiek z marmuru – dramat Polska 1976 **15.40** Cztery pancerni i pies (3, 4) **18.00** Kabaretowy rejs **20.00** ♦♦ Pokot – dramat kryminalny Polska/Niemcy/Czechy/Szwecja/Słowacja/Francja 2017 **22.30** Ballada o Januszu (5, 6) **1.05** ♦♦ Milion dolarów – komediodramat Polska 2011

TVP Seriele

6.25 Na sygnale (242, 243) **7.30** Ojciec Mateusz (145) **8.30** Komisarz Alex (155) **9.25** Złotopolscy (182) **9.55** Klan (96) **10.30** M jak miłość (1472) **11.30** Ranczo (109) **12.25** Rodzinka.pl (99, 100) **13.35** Ojciec Mateusz (74, 75) **15.30** Na dobre i na złe (707) **16.25** Na sygnale (244) **16.55** Ranczo (110, 111) **18.55** Rodzinka.pl (101) **19.35** Ojciec Mateusz (76, 146) **21.30** Ranczo (112, 113) **23.30** Ojciec Mateusz (77) **0.20** Na sygnale (284, 285)

Eurosport 2

7.30 Kolarstwo szosowe: MŚ **9.00** Biatlon: PS **12.00** Snooker: Masters **13.30** Narciarstwo alpejskie: PS **18.30** Wiadomości Eurosportu **18.35** Snooker: Masters **20.35** Biatlon: PS: Zawody w Oberhofie – sprint kobiet na 7,5 km **21.35** Wiadomości Eurosportu **21.40** Biatlon: PS: Zawody w Oberhofie – sztafeta kobiet **22.55** Wiadomości Eurosportu **23.00** Snooker: Masters **1.00** Narciarstwo alpejskie: PS

Polsat Sport News

7.00 Sport fiesz **7.07** Magazyn snowboardowy **8.00** Sport fiesz **8.07** Narciarstwo alpejskie: Magazyn FIS alpejski **9.00** Sport fiesz **9.07** Boks z archiwum **10.00** Sport fiesz **10.07** Boks z archiwum **11.00** Sport fiesz **11.07** Narciarstwo dowolne: Magazyn FIS freestyle **12.00** Sport fiesz **12.07** Piłka nożna z archiwum **14.30** Koszykówka: Energia Basket Liga **16.30** Trans World Sport **17.30** Piłka nożna z archiwum

Mezzo

10.45 Konstelacja – balet Francja 2013 **12.02** Intermezzo **13.00** Między, król Pontu Mozarta w Théâtre des Champs-Élysées – opera Francja 2016 **15.58** Intermezzo **16.48** kaskadowe Tytusa Mozarta w Królewskiej Operze Wallonii – opera Belgia 2019 **19.06** Daniel Barenboim interpretuje sonaty fortepianowe Beethovena **20.25** Intermezzo **20.30** Herbert von Karajan i Wiener Philharmoniker **22.59** Intermezzo **23.30** Malta Jazz Festival 2019

Polsat Film

8.30 Przyjaciółki (154, 155) **10.25** Świat według Kiepskich (203-204, 87, 7) **12.45** Robaczki z Zaginionej Doliny – film animowany Francja/Belgia 2014 **14.35** ♦♦♦ Budząc Neda – komedia W. Bryt./Irlandia/Francja/USA 1998 **16.30** ♦♦♦ Spider-Man 2 – film sensacyjny USA 2004 **19.10** ♦ Krok do sławy 2 – dramat USA 2010 **21.00** ♦♦♦ Wykolejony – thriller USA/W. Bryt. 2005 **23.15** ♦♦♦ Sztanga i cash – komedia sensacyjna USA 2013

AXN

7.20 Ciężar prawdy (1) **8.20** Seal Team (2-5) **12.05** ♦♦ Ucieczka – thriller Kanada 2013 **13.55** ♦♦♦ The Social Network – dramat USA 2010 **16.30** Nocna zmiana (3, 4) **18.15** Rekrut (11, 12) **20.05** Agenci NCIS: Nowy Orlean (18) **21.00** ♦♦♦ Murder, She Baked: A Peach Cobbler Mystery – film kryminalny Kanada/USA 2016 **22.50** ♦♦♦ Django – western USA 2012 **2.25** Alex Rider (5, 6) **4.15** Nocna zmiana

Polsat Sport

6.00 Gala boksu zawodowego **8.30** Siatkówka – PlusLiga: PGE Skra Bełchatów – Jastrzębski Węgiel **11.00** Piłka nożna – Puchar Włoch: Juventus FC – Genoa CFC **13.30** Siatkówka – PlusLiga: Asseco Resovia Rzeszów – Trefl Gdańsk **16.00** Cafe Futbol **17.30** (L) Siatkówka – Tauron Liga: Polskie Przetwory Pałac Bydgoszcz – Energia MKS Kalisz **23.00** Siatkówka – PlusLiga: PGE Skra Bełchatów – Jastrzębski Węgiel **1.00** MMA – KSW

TVN 24

6.00 Serwis informacyjny, pogoda **7.30** Rozmowa Piaseckiego – Polska **7.40** Serwis informacyjny, pogoda **15.00** 15 na żywo **16.00** Fakty po południu **18.00** Tak jest **19.10** Serwis informacyjny **19.25** Fakty po Faktach **20.00** Kropka nad i **20.30** Czarne na białym **21.00** Polska i świat **22.00** Szkło kontaktowe **23.00** Dzień po dniu **23.30** Biłans dnia **0.00** Fakty po Faktach **0.40** Kropka nad i **1.15** Tak jest **2.05** Czarne na białym

TVP Rozrywka

10.05 Przyjaciele na zawsze **11.00** Va banque **11.25** Muzeum polskiej piosenki **11.40** Familiada **12.15** Postaw na milion **13.15** Mariolka prawdę ci powie **15.20** Kabaretowa Noc Listopada 2014 **18.25** Okrasa łamie przepisy **18.55** Makłowicz w podróży **19.30** Gra słów. Krzyżówka **19.55** Va banque **20.35** Postaw na milion **21.35** Latający Klub II, czyli wieczór kabaretowy **22.30** The Voice Senior

Stopklatka

8.10 Plebania (256, 257) **9.05** Klara i wszyscy jasne (1, 2) **11.10** Zagadki kryminalne panny Fisher (8) **12.25** Chicago Fire **13.25** Katastrofy w przestworzach **15.35** ♦♦ Strefa zimna – film sf USA 2017 **17.15** Chicago Fire **18.20** Wojny kontenerowe **20.00** ♦♦♦ Largo Winch 2: Spisek – thriller Francja/Belgia/Niemcy 2011 **22.20** ♦♦♦ Killer-man – film akcji USA 2019 **0.45** ♦♦♦ Wojna o honor – film akcji Egipt 2018

13 Ulica

6.00 Grantchester (1, 2) **7.45** Zaprzysiężeni (9, 10) **9.30** Kobra – oddział specjalny (8, 9) **11.30** Dowody zbrodni (7, 8) **13.20** Cherif (6) **14.25** Zaprzysiężeni (11, 12) **16.15** Kobra – oddział specjalny (10, 11) **18.15** Dowody zbrodni (9, 10) – serial sensacyjny USA **20.05** Chicago P.D. (11) – serial kryminalny USA **21.00** Zabójcze umysły (11, 11) – serial kryminalny USA **23.00** CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku (11) **0.00** Chicago P.D. (11)

TVP Sport

6.10 Piłka nożna – Puchar Króla: 1/16 finału **8.15** Skoki narciarskie: Puchar Świata **12.00** Niezwykłe historie Białe-Czerwonych **12.25** Piłka nożna – Puchar Króla: 1/16 finału **16.30** Superpuchar Włoch **17.05** Piłka nożna: Puchar Króla **19.05** 4-4-2 **20.05** Skoki narciarskie: Puchar Świata **21.40** Sportowy wieczór **22.20** e-sport: Ekstraklasa Games **23.20** Sporty walki: Armia Fight Night **1.00** MMA: ONE Championship

Polsat News

6.00 Nowy dzień **7.45** Graffiti **8.00** Nowy dzień **9.00** W rytmie dnia **15.30** Sport **15.35** Pogoda **15.50** Wydarzenia **16.10** Więcej „Wydarzeń” **16.25** Pogoda **16.30** Godziny szczytu **18.50** Wydarzenia **19.25** Gość „Wydarzeń” **19.50** Debata dnia – dyskusja Polska **20.50** Wydarzenia fiesz **21.00** Raport **21.50** Wydarzenia **22.30** Dzień na świecie **22.55** Pogoda **23.00** Obraz dnia **23.45** Biznesowy obraz dnia

Planete+

7.15 Naturalnie Polska **7.50** Życie na wyspach **8.55** Jak starzeją się zwierzęta **11.55** Dzika Italia **14.00** Oblicza błękitnej planety **16.00** Afryka z lotu ptaka **17.00** 360° – świat bez granic **18.00** Świat z góry **19.00** 360° – świat bez granic **21.00** Śladami wielkich kompozytorów **22.00** Świat w obrazie Vermeera **23.00** Wiktor Hugo – świadek ery rewolucji **0.00** René Goscinny – ojciec francuskiej popkultury

Canal+ Premium

9.05 ♦♦♦ Dzień szakala – film sensacyjny W. Bryt./Francja 1973 **11.25** Król: Prolog **12.00** ♦♦♦ Kiler-ów 2-óch – komedia kryminalna Polska 1999 **13.55** ♦♦♦ Officer i szpieg – thriller Francja/Włochy 2019 **16.05** Cała prawda o testosteronie **17.00** Łapu-Capu **17.05** ♦♦♦ Otcia! – film sf USA 1989 **19.50** ♦♦♦ Seberg – film W. Bryt./USA 2019 **21.30** Polowanie na Hitlera **22.15** ♦♦♦ Jarhead: Prawo powrotu – film sensacyjny USA/Izrael 2019

SciFi Universal

5.00 Przygody Merlina (10, 9-10) **8.00** Herkules (16-19) **11.40** Star Trek – Enterprise (19, 20) **13.30** Gwiezdne wrota (19, 20) **15.20** Przygody Merlina (10, 11) **17.10** Star Trek – Enterprise (21, 22) **19.00** Gwiezdne wrota (21, 22) – serial sf USA/Kanada **21.00** ♦♦ Atlantic Rim 2 – film sf USA 2018 **23.00** Battlestar Galactica – początek (5, 6) – serial sf USA/Kanada **1.00** ♦♦ Trojańska Odyseja – film fantasy USA 2017 **3.00** Przygody Merlina (11)

Canal+ Sport

11.00 Piłka nożna – Premier League: Liverpool FC – Manchester United **13.15** Piłka nożna – Bundesliga: VfL Wolfsburg – RB Lipsk **15.25** Być i trwać. Wyprawa do świata parkour **16.45** Ligue 1 Review **17.45** Basket+ **18.00** Premier League Review **17.30** O co biega? **20.35** Basket+ **20.55** (L) Piłka nożna – Premier League: Arsenal FC – Newcastle United **23.00** Jej Wysokość Premier League **0.20** News+

TVP Info

8.18 Minęła **8.00** Serwis Info **9.11** Minęła **9.10.00** Serwis Info **12.00** INFO Raport **13.29** Serwis Info **15.29** Info dzień **16.45** Koronawirus. Szpital **17.00** Teleexpress **17.15** Teleexpress Extra **17.30** O co chodzi **18.00** Panorama **18.19** Serwis Info **18.37** O tym się mówi! **19.30** Wiadomości **19.58** Gość Wiadomości **20.13** Minęła **20.20** **21.00** Nie da się ukryć **21.25** Serwis Info **21.50** W tyle wizi **22.25** Serwis Info **22.30** W tyle wizi **23.00** Info wieczór

BBC Earth

9.55 W okowach mrozu **10.55** SOS: historie przetrwania **11.50** Wyścig przez świat **12.55** Na tropie zabójczych zwierząt: dookoła świata **13.55** W okowach mrozu **15.55** Zabójcza pogoda **16.55** Wynalazki, które zmieniały świat **17.55** Wyścig przez świat **18.55** Lodowe miasto: życie na krawędzi **19.55** Ściągając wodę potwory **20.55** Życie na pustkowiu **21.55** W okowach mrozu **23.00** Wyścig przez świat **0.05** Zaufaj mi, jestem lekarzem

HBO

8.50 ♦♦♦ Gwiazdka reporterki – komedia USA 2019 **10.20** Paskudy. UgryDolls – film anim. USA 2019 **11.50** ♦♦ Zła mamusia – thriller USA 2019 **13.15** Diego Maradona **15.25** ♦♦♦ Osierocony Brooklyn – dramat USA 2019 **17.45** ♦♦♦ Rajskie wzgórze – film fantasy Hiszpania/USA 2019 **19.20** Trzy dni Kondora (10) **20.10** Stewardesa (6) **21.00** Normalni ludzie (6) **21.40** ♦♦♦ Doktor Sen – horror USA/W. Bryt. 2019 **0.15** ♦♦♦ Resident Evil 2: Apokalipsa – horror W. Bryt. 2004

FOX

7.25 Rezydenci (17) **8.15** CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku (9) **9.10** Kości (11-14) **12.50** Mentalista (19) **13.45** Castle (5, 6) **15.35** Rezydenci (18) **16.30** Chicago Fire (7, 8) **18.20** Chicago Med (19, 20) – serial obyczajowy USA **20.10** Zabójcze umysły (7) – serial kryminalny USA **21.05** Next (9) – serial kryminalny USA **22.00** ♦♦♦ Operacja Argo – thriller USA/W. Bryt. 2012 **0.20** Castle (5, 6) **2.10** Kości (13, 14)

nSport+

8.00 Telesprzedaż **9.35** News+ **10.15** O co biega? **10.50** Witaj w klubie **11.25** Trzeci wierz **12.00** News+ **12.45** Piłka nożna – Ligue 1 Uber Eats: Lille OSC – Stade Reims **15.00** News+ **15.45** Koszykówka – Liga ACB: Herbalife Gran Canaria – Iberostar Tenerife **18.00** Koszykówka – NBA: Dallas Mavericks – Chicago Bulls **20.00** Ligue 1 Review **21.00** Boxing World Weekly **21.30** LaLiga Highlights Show **22.30** Trzeci wierz **23.00** News+ **23.30** Basket+

TVP 3

11.25 Policzmy się dla Polski **11.35** Wiadomości relnicze **12.15** Co niesie dzień **12.30** Agape **13.00** Starszaki **13.35** Agrobiznes **13.55** Agropogoda **15.00** Koronka do Miłosierdzia Bożego **15.20** Miłosne potyczki (48) **16.05** Telekurier **16.30** Kryminalna siódemka **16.45** Dziennik regionów **17.00** Rączka gotuje **20.00** Kasta **20.35** Warto rozmawiać – talk show Polska 2010 **21.20** Polacy show dla Polski **21.50** Studio Lotto **22.00** Dziennik regionów

Discovery Channel

8.00 Fani czterech kółek **9.00** Klan z Alaski **10.00** Ekstremalna Alaska **11.00** Ocalić dom **12.00** Morze złota **13.00** Nagi instynkt przetrwania **14.00** Bimbrownicy **15.00** Złomowisko PL **16.00** Gorączka złota: rzeka skarbów **17.00** Straż graniczna USA **18.00** Mosty na Rio Grande **19.00** Górnicy PL **19.00** Zawodowcy **20.00** Złomowisko PL **21.00** Ciężarówka przez Afrykę **23.00** Warsztat-reaktywacja **0.00** Fani czterech kółek

SERIALE w kolejnych odcinkach

PIERWSZA MIŁOŚĆ SERIAL 18:00 Polsat

Wiktor organizuje damski klub bokserski w Wadlewie. Jak się okazuje, znalezienie zawodniczek wcale nie jest łatwe. Póki co Wiktor może liczyć tylko na Michalinę, która wcale nie chce walczyć, ale ma kłopot z asertywnością. Michał otrzymuje wezwanie do sądu. Ma się stawić na rozprawie o ustalenie opieki nad córką Marysi. Mężczyzna uswiadma sobie, że zaniedbał sprawę adopcji Julki, przez co dziecko może trafić pod opiekę biologicznego dziadka, Edwarda Strzyńskiego. Alejandro pomimo deklaracji zrzeczenia się większości majątku, obsypuje Kalinę drogiymi prezentami. To denerwuje zazdrosnego o dziewczynę Oskara. Sabina zauważywszy, że współpracownik kocha się w Domańskiej, próbuje mu pomóc.

KLAN SERIAL 17:55 TVP1

Wczesnie rano Kasia odwiedza siostrę. Po wyjściu Miłosa do pracy dziewczyna mówi Bożenie, co się wczoraj stało. Lucyna przychodzi do Grażynki i Leopolda. Opowiada, że Ryszard nagle wyjechał do Olszyna, choć zamierzał zostać na weekend. Leopold podejrzewa, że Grażynka może mieć z tym coś wspólnego. Wittek zamierza porozumieć się z cicią w sprawie umowy. Ula jest rozczłona, że Piotrus musiał wrócić do domu dziecka. Kacper przychodzi do Kasi, by ją przeprosić. Witold wraca z Mszczonowa. Ciocha odmówiła podpisania umowy.

BARWY SZCZĘŚCIA SERIAL 20:10 TVP2

Witek wyznaje Markowi, że Michalina poczęstowała go skretem. Złoty, chcąc ochronić syna przed narkotykami, rozważa wyprowadzkę. Iwona ma do partnera pretensje, że nie myśli o niej i Wiolette. Arleta wciąż jest bardzo wymagająca podczas prób chóru. Zdzisio, Róża i Basia są bezradni. Zenek proponuje Stefanowi dołączenie do zespołu. Bożena zarzuca Anecie, że wysłała jej anonimowe SMS-y. Dydka odpiiera zarzuty. Stańska postanawia skorzystać z pomocy znajomego, by odkryć, kto jest nadawcą wiadomości. Jowita namawia Protę na wizytę w escape roomie.

NA WSPÓLNEJ SERIAL 20:15 TVN

Zuza wykupila dla Kamila i Uli wycieczkę do Paryża. Hoffer zgłasza Karinie potrzebę urlopu. Nie wie, że dyrektorka i Adamski zaczynają knuć za jego plecami. Matka i siostra zaginionej żony Henryka wpadają do Weroniki. Kobiety czynią jej wyrzuty, że broni ona kłamcy i mordercy. Wczoraj Roztocka konfrontuje się z chłopakiem Antosi. Kuba na głódzie narkotykowym przystępuje do finału konkursu matematycznego. Paulina odzyskuje przytomność – Brzozowski jest przerażony jej stanem.

M JAK MIŁOŚĆ SERIAL 20:55 TVP2

Pola obchodzi urodziny i Kamil, jak zwykle wspierany przez Anitę, organizuje dla córki wesołą imprezę. Po telefonie od Weroniki – matki dziewczynki – zabawa zostaje jednak przerwana... Magda i Andrzej mają pierwsze problemy z Anią. Budzińska odkrywa, że na imprezie, którą nastolatka zorganizowała w domu, były dopalacze. A kilka godzin później po narkotyk sięga Maciek i nagle zaczyna się źle czuć. Tymczasem Franka – zachęcona przez Basię – zaprasza Pawła na trening na ścianie wspinaczkowej...

TNT

6.18 MacGyver **8.10** Doktor Quinn **9.06** Domek na preri (174-177) – serial przygodowy **12.59** Doktor Quinn **14.57** Strażnik Teksasu **17.40** ♦♦♦ Pierwsza liga – nowy sezon – komedia USA 1994 **19.45** ♦♦♦ Trudne słowa – komedia romantyczna USA 2004 **22.21** ♦♦♦ Trójka – film przygodowy USA/W. Bryt./Malta 2004 **1.31** ♦♦♦ Walkiria – dramat wojenny USA/Niemcy/Włochy/Hiszpania/Francja/Japonia/W. Bryt. 2008

ATM Rozrywka

8.15 Pierwsza miłość **9.00** Doktor Martin **11.00** Na ratunek **11.12** Ewa gotuje **12.30** Piękno **13.00** Kierunek Dolny Śląsk **13.30** Zameldowani **14.00** Sekrety rodziny **16.00** Świat według Kiepskich **17.00** Na ratunek **11.12** **18.00** Doktor Martin **20.00** Sekrety rodziny **22.00** Świat według Kiepskich **23.00** ♦♦♦ Z daleka – melodramat Wenezuela/Meksyk 2015 **1.00** TV Okazje **1.35** ♦♦♦ Berlin Calling – film muzyczny Niemcy 2008

CBS Reality

8.00 Hardkorowy lombard **12.00** Łowcy staroci **13.00** Gliniarze na motocyklach **14.00** Na straży australijskich granic **15.00** Paranormalne akta **16.00** Hardkorowy lombard **19.00** Na straży australijskich granic **20.00** Gliniarze na motocyklach **21.00** Elita wydziału zabójstw (9) **22.00** Pogrzebani za domem **23.00** Tablica zbrodni **0.00** Na miejscu zbrodni **1.00** Tropami zbrodni **2.00** Zdrady **3.30** Historie z celi śmierci **4.20** Celebryci w opresji

TLC

8.00 Kolorowy design **8.30** Salon sukien ślubnych: Wielka Brytania **9.00** Wiza na miłość: dalsze losy **11.00** Dr Pryszytyla **12.00** Suknie ślubne dla puszystych **13.00** Jak matka z córką **14.00** Wiza na miłość **16.00** Historie wielkiej wagi **18.00** Mistrzowie remontu **19.00** Salon sukien ślubnych: Wielka Brytania **19.30** Rodzina 10+ **20.30** Wiza na miłość: Darcey i Stacey **21.30** Wiza na miłość: dalsze losy **23.30** Wiza na miłość: na odwrót

TVN Turbo

12.30 Megatransporty **13.15** Zakup kontrolowany **14.15** Wyburzacz **15.00** Pomoc drogowa 24h **15.45** Samochód marzeń – kup i zrób **16.30** Uwaga! Pirat **17.15** Wojny samochodowe **18.00** Raport Turbo **18.15** Wyburzacz **19.00** Automaniak **20.00** Złodzieje **21.00** Wojny samochodowe **22.00** Raport Turbo **22.15** Największe polskie katastrofy **23.15** Klimke kontra Duda **0.00** Militaria na warsztat

Kino TV

8.00 ♦♦♦ Klara i tajemnica niedźwiedzi – film familijny Szwajcaria 2013 **10.00** Komisarz Rex **11.00** Poirot **13.05** ♦♦♦ Najlepszy przyjaciel kobiety – film obyczajowy Kanada/USA 2008 **15.05** ♦♦♦ Ława przysięgłych – thriller USA 2003 **17.50** ♦♦♦ Wykretasy – komedia romantyczna Rosja 2011 **19.55** Poirot **21.00** ♦♦♦ Ocaleni – thriller USA/Kanada 2008 **23.00** ♦ Dzień, w którym Ziemia zamarała – film katastroficzny USA 2008

TTV

10.50 SOS. Ekipy w akcji **11.50** Kartoteka **12.50** Idealna niania **13.35** Damy i wieśniaczki. Ukraina **14.40** Królowe życia **15.45** Express **16.05** Tygodnik **17.05** Gogolebox. Przed telewizorem **17.45** Express **18.03** Raport smogowy **18.05** Usterka **18.35** Złomowisko PL **19.45** Express **20.05** Królowe życia **20.55** Usterka **21.45** Express **22.00** Gogolebox. Przed telewizorem **0.00** Niszczycielskie żywioły

National Geographic

10.00 Katastrofa w przestworzach **12.00** Wyprawa na dno **13.00** Niszczycielskie żywioły **14.00** Anatomia głupoty według Richarda Hammonda **15.00** Fabryki smaku **16.00** Striptiz maszyn **17.00** Wielkie konstrukcje III Rzeczy **18.00** Prosto z fabryki **19.00** Sekrety ludzkiego mózgu **20.00** Katastrofa w przestworzach **21.00** Katastrofa w przestworzach – raport specjalny **22.00** Alarm na lotnisku **23.00** Złapać przemytnika

CI Polsat

11.20 Zbrodnie, które wstrząsnęły Anglią **12.15** Zabił mnie mąż **13.15** Najbardziej szokujące przypadki sądowe **14.15** Morderce związki **15.10** Opowieści o zbrodni **15.40** Fajbusiewicz: rozmowy o zbrodni **16.05** Łowca zbrodni **17.05** Morderce związki **18.05** Toksyczne związki **20.05** Opowieści o zbrodni **20.35** Fajbusiewicz: rozmowy o zbrodni **21.00** ♦♦ Zabawa w zabójcę – thriller Kanada 2013 **22.55** Zbrodnie namiętności

TVN Style

11.40 Kuchenne rewolucje **12.40** Związki z modą **13.40** Tata w tarapatkach **14.40** Kto tu mieszka? **15.25** Tu jest pięknie **16.55** Ugotowani **17.55** Kuchenne rewolucje **18.55** I nie opuszczę Cię aż do ślubu **19.40** W czym do ślubu? **20.10** Dieta czy cud? **20.55** Jak żyją miliarderzy? **21.55** Gwiazdy prywatnie **22.25** Kobieta na krańcu świata **23.00** **10.10** **23.30** Pięć umysłu **0.30** Bogini długich włosów

TVN Fabula

7.00 Detektywi (768, 769) **8.05** Kryminalni (6, 7) **10.15** Układ warszawski (12) **11.15** Na Wspólnej (2476, 2477) **12.20** Zakochani po uszy (15-18) **14.30** Kryminalni (8, 9) **16.30** Seriale **17.40** ♦♦ Miss Agent II: uzbrojona i uroczą – komedia kryminalna USA 2005 **20.00** ♦♦♦ Skazani na Shawshank – dramat psychologiczny USA 1994 **23.00** ♦♦♦ Rzeki tajemnic – dramat kryminalny USA/Australia 2003

Fokus TV

8.15 Rolnicy. Podlasie **9.15** Dzwonek oblicza wojny **10.00** Poszukiwacz złota w Australii **10.55** Drwa **11.55** Starożytni kosmici **12.45** Ekstremalna kolej Gór Skalistych **13.45** Wojny magazynowe **15.15** Kryptonim szef **16.55** Drwa **17.50** Starożytni kosmici **19.45** Gwiazdy lombardu **21.50** Rolnicy. Podlasie **22.50** Dzwonek oblicza wojny **23.50** Tabu **0.50** Fabryka broni **1.25** Misja „Skarb”

Nat Geo Wild

10.00 Królestwo drapieżników **11.00** Chiny: ukryte królestwa **12.00** Dzikie miejsca Europy **13.00** Parki narodowe USA **14.00** Polowanie na myśliwego **15.00** Weterynarz z Hawajów **16.00** Niezwykły dr Pol **18.00** Sekrety zoo **19.00** Cesar Millan: psia federacja **20.00** Niezwykły przyjaciele ze świata zwierząt **21.00** Najgroźniejsze zwierzęta Australii **22.00** Niezwykły dr Pol **23.00** Atak rekin **0.00** Kierunek Wild: Dziką Floryda

TVP Dokument

11.30 Notacje **11.40** Wokół mórz **12.00** Kochana córeczka **13.05** Moje 600 gramów szczęścia **13.55** Brazylia. Historia naturalna **15.00** Na podobieństwo Jacka **16.10** Nasze pochodzenie **17.05** Notacje **17.25** Magiczna Islandia **18.30** Amerykanin w PRL-u **19.30** Moje 600 gramów szczęścia **21.10** Wenezuela w cieniu Chaveza **22.10** Szerokie tory **22.40** Ostatni na Białobłotach – garmcarz **23.10** Dakarskie zapasy **0.10** Wokół mórz **0.25** Notacje

TVP Historia

9.55 Sensacje XX wieku **10.50** Jak powstawały kontynenty **11.50** W kotłach historii **12.30** Czas honoru (11) **13.30** ♦♦♦ Rio Grande – western USA 1950 **15.20** Planety **16.10** W pół do Trzeciej RP **16.45** Było, nie minęło **17.15** Flesz historii **17.40** W cieniu prezydenta **18.45** Bodo (6) **19.45** Wojna w eterze **19.55** Historia w postaciach zapisana **22.00** Spór o historię **22.40** W świecie rytuałów **23.45** Sady, przesady

AMC

9.35 ♦ Atomowy rekin – film akcji USA 2016 **11.20** ♦♦ Kasa alko życie – komedia USA/Kanada 2002 **12.50** ♦♦♦ Regularnie zabijania – dramat W. Bryt./Niemcy/Kanada/USA 2000 **15.15** ♦♦ Anneliese: The Exorcist Tapes – horror USA 2011 **17.05** ♦♦♦ Dziewczyna – dramat W. Bryt. 2012 **18.55** ♦♦♦ Czarna tęcza – thriller W. Bryt. 1989 **21.00** Creepshow (3-6) **23.00** Zoom In **23.10** ♦♦♦ Dom na końcu ulicy – thriller USA/Kanada 2012

TV Puls

6.00 Nash Bridges (64, 65) **8.00** Lombard. Życie pod zastaw (290, 71) **10.00** Kobra – oddział specjalny **12.00** Zaklinaczka duchów (60, 61) **14.00** Lombard. Życie pod zastaw (72, 73) **16.00** Rodzinny interes (100, 101) **18.00** Lombard. Życie pod zastaw (290, 291) **20.00** ♦♦ Vice: Korporacja zbrodni – film sensacyjny USA 2015 **22.00** ♦♦♦ Rid-dick – film sf USA/Kanada 2013 **0.15** ♦♦♦ Operacja Anthropoid – film wojenny Czechy 2016

Puls 2

11.45 Timon i Pumba **12.45** Blaze i megamaszyny **13.15** Denver – ostatni dinozaur **13.35** Alvin!!! I wiewiórki **14.10** Mustang – Duch wolności **15.00** Miraculous: Biedronka i Czarny Kot **15.55** Jeźdźcy smoków **16.20** Dzieciak rządzi: znowu w grze **16.50** Pingwiny z Madagaskaru **17.45** Alvin!!! I wiewiórki **18.15** Top Wing. Ptasia Akademia **19.00** Psi patrol **20.00** Lombard. Życie pod zastaw (68, 69) **22.00** Zabójcze umysły (141, 142) **23.50** Rinkę za kratami

Zoom TV

9.35 Karpackie podróże małe i duże **9.50** Jak skrócić się świat **10.45** Narzeczona ze Stambułu **11.45** Małe morderstwa (95) **12.50** Mój wymarzony dom **14.40** Mój wymarzony dom: kupno, sprzedaż **15.45** Kalejdoskop **16.05** Bliziej! Magazyn reporterów **16.30** Co ludzie powiedzą? **18.00** ♦♦♦ Gang Olsena nigdy się nie poddaje – komedia kryminalna Dania 1979 **20.00** Narzeczona ze Stambułu **21.00** Hity polskiego kabaretu **23.00** Chicago P.D.

WP

8.35 Pies: na tropie **10.45** Spektakularne metamorfozy **11.50** WP News **11.55** Pokochaj lub sprzedaj: Australia **12.55** Pokochaj lub sprzedaj – Vancouver **15.50** Pokochaj lub sprzedaj: Australia **16.50** WP News **17.00** Spektakularne metamorfozy **17.55** Jest sposób na wszystko **19.00** Top Gear **20.00** Światowe kraksy **22.00** Mistrzowie kabaretu **0.55** Kabaret na żądanie **1.50** Pies: na tropie



18:55 TELETURNIEJ

Jeden z dziesięciu

TVP 1

7.00 Transmisja mszy świętej
7.30 Kościół z bliska **8.00** Wiadomości **8.15** Kwadrans polityczny **8.35** Ranczo (28) **9.35** Komisarz Alex (183) **10.35** Ojciec Mateusz (236) **11.25** Kasta **12.10** Wiadomości **12.10** Agrobiznes **12.30** Agropogoda **12.35** Magazyn rolniczy **12.55** Pustulka – niewidzialny sąsiad **14.00** Elif (898)

15.00 Wiadomości
15.15 Alarm! – magazyn
15.35 Gra słów. Krzyżówka
16.05 Przysięga (334)
Narin i Kemal spotykają się w sądzie na rozprawie rozwodowej. Nagle pojawia się Masal. Dziewczynka błąga Narin, żeby jej nie zostawiała. Emir i Reyhan podczas badania słyszą bicie serca dziecka.
17.00 Telexpress
17.15 Jaka to melodia?
17.55 Klan (3733) (s.21)
18.20 Kasta (10)
18.55 Jeden z dziesięciu
19.30 Wiadomości
20.10 Alarm! – magazyn
20.30 Leśniczówka (322) – serial obyczajowy Polska
21.00 Magazyn kryminalny 997
21.40 Magazyn Ekspresu Reporterów
22.45 Ocaleni – talk show
23.50 Podróż do Indii – dramat
♦♦♦ W. Bryt./USA 1984
Reż. David Lean, wyk. Judy Davis, Victor Banerjee, Peggy Ashcroft
2.40 Rodzice kłamią lepiej
♦♦♦ – komedia Niemcy 2017
Reż. Maria von Heland



18:45 SERIAL

Kozacka miłość

TVP 2

7.20 Familiada **7.55** Pytanie na śniadanie **10.40** Panorama **10.50** Pytanie na śniadanie **11.25** Rodzinka.pl **11.55** Barwy szczęścia (2366) **12.30** Kolo fortuny – program rozrywkowy **13.15** Kozacka miłość (31) – serial obyczajowy Rosja/Ukraina **14.05** Va banque – teleturniej **14.35** Na sygnale (209) – serial obyczajowy Polska
15.10 Doktor Kleist – lekarz rodzinny (114)
16.00 Kolo fortuny
16.35 Familiada – teleturniej
17.10 Wieżień miłości (472)
Koray odchodzi z przedsiębiorstwa. Behdżet żąda od Jülide okupu za Emira. Jülide nie może skontaktować się z Oguzem. Zuhre i Kylycz próbują porwać Alego.
18.00 Panorama
18.20 Va banque – teleturniej
18.45 Kozacka miłość (32)
19.35 Barwy szczęścia (2366, 2367) – serial Polska (s.21)
20.45 Kulisy „M jak miłość”
20.55 M jak miłość (1559) – serial Polska (s.21)
21.50 Hotel Vidago Palace (1) – serial obyczajowy Hiszpania/Portugalia 2017 (s.3)
Reż. Henrique Oliveira, Jorge Coira, wyk. Mikaela Lupu, David Seijo, Pedro Barroso
22.45 Lepsza połowa – serial komediowy Polska 2020
23.20 W starej koszuli, z odważą w sercu – film dokumentalny Polska 2020
0.25 Miejsce zbrodni: Witamy w Hamburgu – thriller Niemcy 2013



20:05 FILM

Jack Reacher: Jednym strzałem

Polsat

5.25 Telezakupy TV Okazje **6.00** Nowy dzień z Polsat News **8.40** Malanowski i Partnerzy **9.40** Sekrety rodziny **10.40** Dlaczego ja? **11.40** Gliniarze **12.50** Wydarzenia **13.25** Interwencja – magazyn **13.40** Trudne sprawy (928) – serial fabularno-dokumentalny **14.40** Dlaczego ja? (934) – serial fabularno-dokumentalny Polska
15.50 Wydarzenia
16.10 Pogoda
16.15 Interwencja – magazyn
16.30 Na ratunek 112 (396)
17.00 Gliniarze (447)
18.00 Pierwsza miłość (3154) – serial Polska (s.21)
18.50 Wydarzenia
19.25 Gość „Wydarzeń”
20.05 Jack Reacher: Jednym strzałem – film sensacyjny USA 2012
Reż. Christopher McQuarrie, wyk. Tom Cruise, Rosamund Pike, Richard Jenkins
Były żołnierz, Jack Reacher, przyjeżdża do małego miasteczka, by wyjaśnić sprawę wyszkolonego wojskowego snajpera, który zastrzelił pięć przypadkowych ofiar.
22.55 Po prostu walcz! – film sensacyjny USA 2008
Reż. Jeff Wadlow, wyk. Sean Faris, Amber Heard, Cam Gigandet
1.25 Człowiek widmo II – film sf USA 2006
Reż. Claudio Fäh
3.25 Tajemnice losu
4.40 Disco gramy!



21:30 FILM

Hellboy II: Złota armia

TVN

5.45 Mango – Telezakupy **7.00** Kuchenne rewolucje **8.00** Dzień Dobry TVN **11.35** Doradca smaku: Burger rybny z sosem z kaparów – magazyn kulinarny Polska **11.45** Ukryta prawda **12.50** Szpital (638) **13.50** Rozwód. Walka o wszystko (17) – serial fabularno-dokumentalny Polska **14.55** Szpital (639) – serial fabularno-dokumentalny
15.55 Kuchenne rewolucje: „Maxim”, Wieliczka
17.00 Rozwód. Walka o wszystko (18) – serial fab.dok.
18.00 Ukryta prawda (906)
19.00 Fakty
19.25 Uwaga! Koronawirus
19.50 Raport smogowy
19.55 Uwaga! – magazyn
20.10 Doradca smaku: Grzyby po azjatycku z sezamem
20.15 Na Wspólnej (3159) – serial Polska (s.21)
20.55 Milionerzy – teleturniej
21.30 Hellboy II: Złota armia
♦♦♦ – film fantasy USA/Niemcy/Węgry 2008
Reż. Guillermo del Toro, wyk. Ron Perlman, Selma Blair, Doug Jones
Hellboy, przywołany przez nazistów syn piekiel, dziś walczy ze złymi mocami. Jego przeciwnikiem jest syn króla elfów, który chce obudzić legendarną złotą armię
0.00 Kuba Wojewódzki
1.00 Niewierni (1) – serial obyczajowy USA 2014
2.20 MasterChef
3.30 Uwaga!
3.45 Noc magii



20:30 FILM

Wzgórze złamanych serc

TVN 7

6.30 Miłość potrzebna od zaraz **7.00** Sędzia Anna Maria Wesołowska **8.00** Ukryta prawda **11.00** Szpital **12.00** Szkoła **13.00** Sąd rodzinny **14.00** Sędzia Anna Maria Wesołowska **15.00** Ukryta prawda **16.00** Zakochani po uszy (272) **16.35** Brzydula (65) **17.10** 19+ **18.15** Idealna niania **18.55** Ten moment **19.30** Zakochani po uszy (273) **20.00** Brzydula (66) **20.30** ♦♦♦ Wzgórze złamanych serc – film sensacyjny USA 1986, reż. Clint Eastwood, wyk. Clint Eastwood **23.10** ♦♦♦ Złoto pustyni – dramat wojenny USA/Australia 1999, reż. David O. Russell, wyk. George Clooney
TV 4
9.00 Sędzia Judy **10.25** Nowe sekrety sąsiadów (10, 11) **11.25** Pamiętniki z wakacji **12.25** Święty (46) **12.55** Wzór (96) **13.55** Kobra – oddział specjalny **14.55** STOP Drogówka **15.55** Kobra – oddział specjalny **17.00** Nowe sekrety sąsiadów (11, 12) **18.00** Policjantki i policjanci (689, 690) **20.00** Sprawiedliwi – wydział kryminalny (418) **21.05** ♦♦ Czerwony skorpion – film akcji RPA/USA/Namibia 1988 **23.25** Ucho Prezesa (9) **23.45** ♦♦♦ 1944 – dramat Estonia/Finlandia 2015
TV 6
8.00 Buffy: postrach wampirów **9.00** Galileo **10.00** Żona dla milionera **11.00** Pęknieś ze śmiechu **12.00** Miłodowe lata (86, 53) **13.40** Bumerang (11) **14.15** Policjantki i policjanci (656) **15.15** Detektywi w akcji (10) **16.15** Septagon (3) **17.15** Hawaje 5-0 **18.15** Miłodowe lata (81, 65) **20.00** Galileo **21.00** CSI: Kryminalne zagadki Miami (76, 77) **22.55** ♦♦ Czas zemsty – film sensacyjny USA/Aruba 2003 **0.50** Śmierć na 1000 sposobów

TVP Polonia

10.50 Pytanie na śniadanie
11.20 Przepis dnia **11.30** Barwy szczęścia (2322) **12.00** Pod Tatrami **12.15** Co niesie dzień **12.30** Mała Moskwa (3) **13.20** Nad Niernem **13.45** Złotne bestie te Kossaki... **14.45** Kasta **15.15** Smaki świata po polsku **15.45** Prywatne życie zwierząt **16.15** Przyjaciele Misia i Margolci **16.40** Margolcia i Miś zapraszają dziś **17.00** Rodzinka.pl (278) **17.30** Dziennik regionów **17.50** Gra słów. Krzyżówka **18.20** Przyślanek Zaolzie **18.35** Godki fest uciészne **18.50** Barwy szczęścia (2322) **19.20** Magazyn z Wysp **19.40** Alert Covid **20.00** Polonia **24** **20.45** Ojciec Mateusz (245) **21.40** Zaginiona (3) **22.30** Kasta

TV Trwam

9.45 Spacer po misji w Gahunga
9.55 Kolory świętości **10.15** Jak my to widzimy... **10.45** Zew natury **11.05** Mocni w wierze **12.20** Sanktuarium polskie **12.40** Lodowa podróż **13.30** Msza Święta z kaplicy na Jasnej Górze **14.30** W poszukiwaniu dowodów – spór wokół Mojżesza **15.30** Mahajanga **16.10** Jestem mamą **16.30** Kalejdoskop młodych **17.10** Prosto o gospodarce **17.30** Okiem kamery **18.15** Rozmowy niedokorowane **19.30** Każdy maluch to potrafi **19.45** Modlitwa z udziałem dzieci **20.00** Informacja **20.20** Różaniec **21.00** Apel Jasnogórski **21.40** Polski punkt widzenia **22.00** ♦♦ Święta Barbara – dramat Wł. 2011

TVP Kultura

7.00 Co się dzieje **7.25** Teledyski **8.00** Informacje kulturalne **8.25** Białoruski klimat **9.05** ♦♦ Panna Nikt – dramat Polska 1996 **11.00** Rzeka kłamstwa (2) **13.00** Za młodzi na śmierć **14.05** Scena muzyczna **15.05** Gdyby ryby miały głos **15.45** ♦♦ Piękności nocy – komedia Francja/Włochy 1952 **17.20** Czerdziestolatek (12) **18.30** Informacje kulturalne **18.50** Co dalej? **19.10** Powidoki **19.25** Wydarzenie aktualne **20.00** Makbet – opera Niemcy 2018, wyk. Anna Netrebko, Placido Domingo **22.45** ♦♦♦ Kiedy Harry poznał Sally – komedia romantyczna USA 1989, reż. Rob Reiner **0.25** Co dalej? **0.45** Informacje kulturalne

Super Polsat

5.00 Nasz nowy dom **6.00** Wydarzenia **6.40** SuperLudzie Extra **7.00** Psi patrol **8.00** Kung Fu Panda – legenda o niezwykłości **8.30** Potwory kontra obcy **9.30** SpongeBob Kanciastoporty **10.00** SuperLudzie **10.30** Niania (18) **11.00** Nasz nowy dom **12.00** Miasto długów (20) **13.00** Gliniarze (66) **14.00** Chirurgi (149) **15.00** Top chef **16.30** Hell's Kitchen – piekielna kuchnia **18.00** Nasz nowy dom **19.00** Łowcy nagród **20.05** ♦♦♦ Erin Brockovich – film biograficzny USA 2000 **22.55** ♦♦ Nowożeńcy – komedia romantyczna USA/Niemcy 2003 **1.00** Twoja twarz brzmi znajomo

Metro

8.00 Top of the Top Sopot Festival 2018: Top of the Top **8.40** Angry Birds **8.55** Wanda i Zielony Ludek **9.40** Prawo Agaty **10.40** Idealna niania **11.25** Dr House (7) **12.25** Pokolenie start-upu **12.55** Celnicy na straży Europy **13.25** Wojny magazynowe – Tekas **13.55** Co było dalej? **14.25** Prawo Agaty **15.25** Milionerzy **16.00** Dr House (8) **17.00** Łazienkowe metamorfozy **17.30** Walka o remont **18.00** Wojny magazynowe – Tekas **18.30** Metro **18.45** Wojny magazynowe – Tekas **19.10** Gorączka złota **20.10** Zabójcza broń (18) **21.10** Kości (14) **22.10** Odwrócenie. Ojcowie i córki (3) **23.10** Ed Stafford poza cywilizacją **0.10** Ekstremalny czas wolny

Nowa TV

6.45 Obraz dnia **7.40** Ewa gotuje **8.15** Pod lupą **8.40** Był sobie kosmos **9.20** Daleko od noszy **10.20** Łowcy cieni. Pod presją (11) **11.15** Stoiki (38) **12.00** Oszukane **13.00** Pielęgniarki **13.55** Szpital dziecięcy (1) **14.55** Daleko od noszy **15.55** Mały dom, wielkie możliwości **16.50** Remont w bostońskim stylu **17.45** Łowcy małych domów **18.05** Fabryka przedmiotów domowych **18.35** Ogarnij podwórko **19.05** Kabaretowa Dynastia **20.00** ♦♦♦ Gosford Park – komedia kryminalna USA/W. Bryt./Włochy **20.01** **22.50** ♦♦ AWOL-72 – thriller USA 2015 **0.40** Mój nawiedzony dom

Ale Kino+

10.25 ♦♦ Trochę w ciąży – komedia Polska 2010 **11.55** ♦♦♦ Najlepsza gra pod słońcem **12.25** Tacones **12.45** Bliźniak (3, 4) **14.45** Córka **15.25** ♦♦ Przyjaciółki **15.40** ♦♦♦ Krewetki w ciekiniach – komedia Francja 2019 **17.45** Odprawa **18.20** ♦♦ Tajemnica Henriego Picka – komedia Fr. 2019 **20.10** ♦♦♦ Straszne dni – thriller Izrael 2019 **22.30** ♦♦♦ Za wcześnie – dramat miłosny USA 2019 **0.15** ♦♦♦ Piękna i bestie – dramat Tunezja/Francja/Szwecja 2017

Polsat 2

8.00 Trudne sprawy **9.05** Drwa i inne opowieści Bieszczadów **10.00** Na ratunek **11.20** **10.30** Sekrety rodziny **11.30** Dlaczego ja? **12.30** Nasz nowy dom **13.30** Świat według Kiepskich (463-465) **15.00** Trudne sprawy **16.00** Nasz nowy dom **17.00** Sekrety rodziny **18.00** Malanowski i Partnerzy **19.00** Gliniarze **20.05** Wydarzenia **20.40** Gość „Wydarzeń” **21.10** Trudne sprawy **22.10** Dlaczego ja? **23.10** Świat według Kiepskich (372, 373)

Eurosport 1

6.00 Rajd terenowy: Rajd Dakar **7.30** Kombinacja norweska: PS **8.30** Snooker: Masters **10.30** Cycling Show **11.00** Narciarstwo alpejskie: PS **17.30** Wiadomości Eurosportu **17.35** Biatlon: PS **21.05** Wiadomości Eurosportu **21.10** Rajd terenowy: Rajd Dakar **22.10** Judo Masters **22.40** Wiadomości Eurosportu **22.45** Snooker: Masters **0.45** Narciarstwo alpejskie: PS **1.30** Rajd terenowy: Rajd Dakar **3.00** Kolarstwo szosowe: MS

Eleven Sports 1

6.00 Piłka nożna: LaLiga Santander **8.00** Piłka nożna: Bundesliga **10.00** Piłka nożna: Serie A TIM **12.00** Piłka nożna: LaLiga Santander **14.00** Piłka nożna: Bundesliga **16.00** Piłka nożna: Serie A TIM **18.00** Piłka nożna: LaLiga Santander **20.00** Piłka nożna: Bundesliga **22.00** Piłka nożna: Serie A TIM **0.00** Piłka nożna: LaLiga Santander **2.00** Piłka nożna: Bundesliga **4.00** Piłka nożna: Serie A TIM

TVP ABC

13.00 Teleranek **13.15** Buli **13.25** Skylanders Academy **13.55** Inazuma Eleven **14.20** Tom i Jerry Show **14.50** Transformers: Cyberverse **15.15** Licz na Wiktora **15.25** Zagadki zwierozgromadki **15.45** Yakari **16.00** Marta mówi! **16.30** Mała lama **17.00** Daisy i Ollie **17.15** Male Królowie **17.30** Bella i Sebastian **17.45** Rev and Roll **17.55** Trolle: Impreza trwa **18.25** Przygody Tomka Sawyer **18.50** Billy **19.00** Heidi **19.20** Stacyjkowo

Kino Polska

8.00 ♦♦♦ Trzeba zabić tę miłość – dramat miłosny Polska 1972 **10.00** ♦♦ Zegnaj, Ameryko! – komediodramat Niemcy/Polska 1994 **11.50** TV Okazje **12.20** ♦♦♦ Polowanie na muchy – film Polska 1969 **14.35** ♦♦♦ Personel – dramat Polska 1975 **15.55** Dom (5) **18.00** Kabaretowy rejs **20.00** ♦♦ Karuzela – dramat Polska 2014 **21.45** ♦♦♦ Dziewięć wrota – thriller Fr. 1999 **0.35** ♦♦♦ Mowa ptaków – dramat Polska 2019

TVP Seriele

7.30 Ojciec Mateusz (146) **8.30** Komisarz Alex (156) **9.25** Złotopolski (183) **9.55** Klan (97) **10.35** M jak miłość (1473) **11.30** Ranczo (110) **12.25** Rodzinka.pl (100, 101) **13.35** Ojciec Mateusz (75, 76) **15.30** Na dobre i na złe (708) **16.25** Na sygnale (245) **16.55** Ranczo (111, 112) **18.55** Rodzinka.pl (102) **19.35** Ojciec Mateusz (77, 147) **21.30** Ranczo (113, 114) **23.30** Ojciec Mateusz (78) **0.20** Na dobre i na złe (794) **1.25** Stulecie Winnych

Eurosport 2

7.30 Kolarstwo szosowe: MS **9.00** Saneczkarstwo: PS **12.00** Snooker: Masters **13.30** Judo Masters **14.00** Kombinacja norweska: PS **17.00** Snooker: Masters **20.00** Wiadomości Eurosportu **20.05** Skoki narciarskie: PS: Konkurs indywidualny mężczyzn na skoczni HS 140 w Zakopanem **21.30** Wiadomości Eurosportu **21.35** Narciarstwo dowolne: PS **23.25** Wiadomości Eurosportu **23.30** Biatlon: PS

Polsat Sport News

7.07 Narciarstwo dowolne: Magazyn FIS freestyle **8.00** Sport fleg **8.07** Magazyn snowboardowy **9.00** Sport fleg **9.07** Boks z archiwum **10.00** Sport fleg **10.07** Boks z archiwum **11.00** Sport fleg **11.07** Narciarstwo alpejskie: Magazyn FIS alpejski **12.00** Sport fleg **12.07** Piłka nożna z archiwum **14.30** Koszykówka: Energia Basket Liga **16.30** Trans World Sport **17.30** Piłka nożna z archiwum **23.00** Magazyn koszykarski

Mezzo

10.53 Salome Straussa w Dutch National Opera & Ballet – Holandia 2017 **12.46** Intermezzo **13.00** Kwartety smyczkowe Beethovena w wykonaniu Belcea Quartet **15.54** Intermezzo **16.30** Poskromienie złości – balet Monaco 2020 **18.06** O miłości **19.04** Daniel Barenboim interpretuje sonaty fortepianowe Beethovena **20.25** Intermezzo **20.30** Tatjana Johna Neumeiera – balet Niemcy 2015 **22.45** Intermezzo **23.30** Festiwal Bielska Zadymka Jazzowa

Polsat Film

8.30 Przyjaciółki (156, 157) **10.30** Świat według Kiepskich (205-206, 88, 8) **12.40** Asterix kontra Cezar – film animowany Francja 1985 **14.15** ♦♦ Maska Zorro – film przygodowy USA/Niemcy/Meksyk 1998 **17.05** ♦ Krok do sławy 2 – dramat USA 2010 **18.55** ♦♦ Mały – komedia USA/Kanada 2006 **21.00** ♦♦ Sztanga i cash – komedia sensacyjna USA 2013 **23.45** ♦♦ Komando – film sensacyjny USA 1985 **1.40** Gliniarze

AXN

5.05 Rekrut (13) **6.00** Ciężar prawdy (1, 2) **7.55** Seal Team (3-7) **12.25** ♦♦♦ Murder, She Baked: A Peach Cobbler Mystery – film kryminalny Kanada/USA 2016 **14.20** ♦♦ Mysł jak facet II – komedia USA 2014 **16.30** Nocna zmiana (4, 5) **18.15** Rekrut (12, 13) **20.05** Agenci NCIS: Nowy Orlean (19) **21.00** Agenci NCIS (11) **22.00** ♦♦♦ Ona – dramat USA 2013 **0.40** Alex Rider (5, 6) **2.25** Agenci NCIS: Nowy Orlean (18, 19)

Polsat Sport

11.00 Piłka nożna z archiwum **13.30** Siatkówka – PlusLiga: PGE Skra Belchatów – Jastrzębski Węgiel **16.00** Trans World Sport **17.30** (L) Koszykówka – Energia Basket Liga: Śląsk Wrocław – Anwil Włocławek **20.30** (L) Siatkówka – Tauron Liga: Aluron CMC Warta Zawiercie – Grupa Azoty ZAKSA Kędzierzyn-Koźle **23.30** Siatkówka – PlusLiga: GKS Katowice – Verva Warszawa Orlen Paliwa **1.00** Gala boksu zawodowego: 21.11.2020: Paweł Augustynik – Dariusz Sęk

TVN 24

6.00 Serwis informacyjny, pogoda **7.30** Rozmowa Piaseckiego – Polska **7.40** Serwis informacyjny, pogoda **15.00** 15 na żywo **16.00** Fakty po południu **18.00** Tak jest **19.10** Serwis informacyjny **19.25** Fakty po Faktach **20.00** Kropka nad i **20.30** Czarno na białym **21.00** Polska i świat **22.00** Szkoła kontaktowa **23.00** Dzień po dniu **23.40** Bilans dnia **0.00** Fakty po Faktach **0.40** Kropka nad i **1.15** Tak jest

TVP Rozrywka

11.25 Muzeum polskiej piosenki **11.40** Familia **12.15** Postaw na milion **13.15** Kabaret Moralnego Niepokoju przedstawia **15.25** Koncert Gwiazd Festiwalu Piosenki Kabaretowej O.B.O.R.A. **16.25** 43. Krajowy Festiwal Piosenki Polskiej Opole 2006 **18.25** Okrasa tamie przepisy **18.55** Makłowicz w podróży **19.30** Gra słów. Krzyżówka **19.55** Va banque **20.35** Postaw na milion **21.35** Latający Klub II, czyli wieczór kabaretowy **22.30** Sanatorium miłości

Stopklatka

8.05 Plebania (258, 259) **9.05** Klara i wszystko jasne (3, 4) **11.10** Zagadki kryminalne panny Fisher (9) **12.25** Chicago Fire **13.25** Katastrofy w przestworzach **15.35** ♦♦ Burzowy armagedon – film sf USA 2015 **17.15** Chicago Fire **18.20** Wojny kontenerowe **20.00** ♦♦ Formula – film sensacyjny W. Bryt./Kanada 2001 **21.55** ♦♦♦ Rybka zwana Wandą – komedia USA/W. Bryt. 1988 **0.05** ♦♦♦ Magik z Nowego Jorku – komedia USA 2014

13 Ulica

9.30 Kobra – oddział specjalny (10, 11) **11.30** Dowody zbrodni (9, 10) **13.20** Cherif (7) **14.25** Zaprzysiężeni (13, 14) **16.15** Kobra – oddział specjalny (12, 13) **18.15** Dowody zbrodni (11, 12) – serial sensacyjny USA **20.05** Chicago P.D. (12) – serial kryminalny USA **21.00** Zabójcze umysły (12, 12) – serial kryminalny USA **23.00** CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku (12) **0.00** Chicago P.D. (12) **1.00** Zabójcze umysły

TVP Sport

10.05 Gala boksu zawodowego: Walka: Deontay Wilder – Tyson Fury **11.10** Snooker – Champion of Champions: Finał: Neil Robertson – Mark Allen **15.35** Skoki narciarskie: Puchar Świata **17.15** 4-4-2 **18.15** Puchar Włoch **20.15** Superpuchar Włoch **21.10** (L) Piłka nożna – Puchar Włoch: AS Roma – Spezia **23.30** Sportowy wieczór **0.05** Boks – World Boxing Super Series: Walka Mairis Briedis – Yuniel Dorticos

Polsat News

8.00 Nowy dzień **9.00** W rytmie dnia **12.50** Wydarzenia **13.30** W rytmie dnia **15.30** Sport **15.35** Pogoda **15.50** Wydarzenia **16.10** Więcej „Wydarzeń” **16.25** Pogoda **16.30** Godziny szczytu **18.50** Wydarzenia **19.25** Gość „Wydarzeń” **19.50** Debaty dnia – dyskusja Polska **20.50** Wydarzenia fleg **21.00** Raport **21.50** Wydarzenia **22.30** Dzień na świecie **22.55** Pogoda **23.00** Obraz dnia **23.45** Biznesowy obraz dnia **23.55** Pogoda

Planete+

8.55 Jak starzej się zwierzęta **10.55** Tsunami na Jeziorze Genewskim **12.00** René Goscinny – ojciec francuskiej popkultury **13.00** Wiktor Hugo – świadek ery rewolucji **14.00** Śladami wielkich kompozytorów **15.00** Świat w obrazie Vermeera **16.00** Cuda Azji **17.00** 360° – świat bez granic **18.00** Świat z góry **19.00** 360° – świat bez granic **21.00** Człowiek 2.0 – czy zostaniemy cyborgami? **23.00** Szkoła jutra

Canal+ Premium

9.30 ♦♦♦ Zbrodnia w raju – komediodramat Francja 2001 **11.05** Łąpu-Capu Extra **11.35** ♦♦♦ Ikar: Legenda Mietka Kosza – film biograficzny Polska 2019 **13.35** Wierzymy w dinozaury **15.00** ♦♦♦ Park Jurajski – film USA 1993 **17.10** Polska z góry **17.35** ♦♦♦ Exodus: Bogowie i królowie – film USA 2014 **20.00** Pokonani (3) **21.00** ♦♦♦ Jak posłubić milionera? – komedia Polska 2019 **22.40** ♦♦♦ Trzy billboardy za Ebbing, Missouri – dr. USA/W. Bryt. 2017

SciFi Universal

5.00 Herkules (19) **6.00** Przygody Merlina (10, 11) **8.00** Herkules (18-21) **11.40** Star Trek – Enterprise (21, 22) **13.30** Gwiezdne wrota (21, 22) **15.20** Przygody Merlina (11, 12) **17.10** Star Trek – Enterprise (23, 24) **19.00** Gwiezdne wrota (1, 2) – serial sf USA/Kanada 1998 **21.00** Grimm (4-6) – serial fantastyczny USA **0.00** ♦♦ Pod powierzchnią – horror USA 2013 **2.30** Grimm (4) **3.00** Przygody Merlina (12)

Canal+ Sport

9.00 Koszykówka – NBA: MLK Day: Los Angeles Lakers – Golden State Warriors **15.00** Wójkik Racing Team **15.40** Bundesliga Highlights Show **16.45** LaLiga Show **17.15** Basket+ **17.30** Jej Wysokość Premier League **18.55** (L) Piłka nożna – Premier League: West Ham United – West Bromwich Albion **21.10** (L) Piłka nożna – Premier League: Leicester City – Chelsea FC **23.15** Basket+ **23.30** News+ **0.00** Piłka nożna – LaLiga Santander: Deportivo Alaves – Sevilla FC

TVP Info

8.00 Jedziemy dalej **8.15** Serwis Info **8.18** Minęła **8.30** Serwis Info **9.11** Minęła **9.00** Serwis Info **12.00** INFO Raport **13.29** Serwis Info **15.29** Info dzień **17.00** Teleexpress **17.15** Teleexpress Extra **17.30** O co chodzi **18.00** Panorama **18.19** Serwis Info **18.37** O tym się mówi! **19.30** Wiadomości **19.58** Gość Wiadomości **20.13** Minęła 20-ta **21.00** Nie da się ukryć **21.25** Serwis Info **21.50** W tyle wizji **22.25** Serwis Info **22.30** W tyle wizji **23.00** Info wieczór

BBC Earth

10.55 Dr Sanjay Gupta: w poszukiwaniu dobrego życia **11.50** Zaufaj mi, jestem lekarzem **12.55** Wyprawa do wnętrza wulkanu **13.55** W okowach mrozu **15.50** Zabójcza pogoda **16.55** Sekrety supermarketów **17.55** Zaufaj mi, jestem lekarzem **18.55** Lodowe miasto: życie na krawędzi **19.55** Medytacja w rytmie ziemi **20.25** Sekretne życie szczupłych ludzi **20.55** Życie na pustkowiu **21.55** W okowach mrozu **23.00** Zaufaj mi, jestem lekarzem

HBO

8.55 Paziomek – film animowany USA/Kanada 2019 **10.30** ♦♦♦ Muppety – komedia USA 2011 **12.15** ♦♦ Jestem William – komedia Dania 2017 **13.40** ♦♦♦ Jedyny i niepowtarzalny Ivan – film przygodowy USA 2020 **15.15** ♦♦♦ Giganci ze stali – film sf USA/Indie 2011 **17.25** Coco – film animowany USA 2017 **19.10** Hiszpańska księżniczka **20.10** Od nowa (5, 6) **22.20** ♦♦♦ Tomb Raider – film przygodowy W. Bryt./USA 2018

FOX

7.20 Rezydenci (18) **8.15** CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku (10) **9.10** Kości (13-16) **12.50** Mentalista (20) **13.45** Castle (7, 8) **15.35** Rezydenci (19) **16.30** Chicago Fire (9, 10) **18.20** Chicago Med (1, 2) – serial obyczajowy USA **20.10** Zabójcze umysły (8) – serial kryminalny USA **21.05** Syn marnotrawny (19, 20) – serial kryminalny USA **22.55** Mentalista (1, 2) **0.45** Zabójcze umysły (6, 7) **2.30** Kości (15, 16)

nSport+

11.20 Kajetan Kajetanowicz – noga na gaz **12.00** News+ **12.45** Piłka nożna – Ligue 1 Uber Eats: Olympique Lyonnais – FC Metz **15.00** News+ **15.40** Piłka nożna – Ligue 1 Uber Eats: Angers SCO – Paris Saint-Germain **17.55** (L) Koszykówka – Liga Mistrzów FIBA: BK Niżny Nowogród – Falco Szombathely **20.25** (L) Koszykówka – Liga Mistrzów FIBA: Casademont Zaragoza – Psczczółka Start Lublin **22.30** This is Speedway **23.00** News+

TVP 3

11.25 Policzmy się dla Polski **11.35** Wiadomości rolnicze **12.15** Co niesie dzień **12.30** Kościół z bliska **13.00** Operacja Zdrowie! **13.35** Agrobiznes **13.55** Agropogoda **15.00** Koronka do Miłosierdzia Bożego **15.20** Miłosne potyczki (49) **16.05** Telekurier **16.30** Kryminalna siódemka **16.45** Dziennik regionów **17.00** Tygodnik polityczny **20.00** Kasta **20.35** Sprawa dla reportera **21.20** Policzmy się dla Polski **21.50** Studio Lotto **22.00** Dziennik regionów

Discovery Channel

8.00 Fani czterech kółek **9.00** Klan z Alaski **10.00** Ekstremalna Alaska **11.00** Ocalić dom **12.00** Morze złota **13.00** Nagi instynkt przetrwania **14.00** Bimbrownicy **15.00** Złomowisko PL **16.00** Gorączka złota: rzeka skarbów **17.00** Straż graniczna USA. Mosty na Rio Grande **18.00** Górniczy PL **19.00** Zawodowcy **20.00** Złomowisko PL **21.00** Nic do zgłoszenia **22.00** Truckerki **23.00** Najniebezpieczniejszy zawód świata **0.00** Fani czterech kółek

TNT

6.00 Cudotwórcy **6.19** MacGyver **8.10** Doktor Quinn **9.06** Domek na prerii **12.59** Doktor Quinn **14.54** Strażnik Teksasu **17.40** **◆◆◆** Bogowie muszą być szaleni – komedia Botswana/RPA/USA 1980 **19.52** **◆◆◆** Bogowie muszą być szaleni II – komedia RPA/Botswana/USA 1989 **21.54** **◆◆◆** Zabójcza broń II – komedia USA 1989 **0.08** **◆◆◆** Zabójcza broń III – komedia sensacyjna USA 1992 **2.24** **◆◆** Oddział Delta II – film USA 1990

ATM Rozrywka

8.15 Pierwsza miłość **9.00** Doktor Martin (1) **11.00** Na ratunek 112 **12.00** Ewa gotuje **12.30** Polskie dziury **13.00** Widziane z Polski **13.30** Zameldowani **14.00** Sekrety rodziny **16.00** Świat według Kiepskich **17.00** Na ratunek 112 **18.00** Doktor Martin **20.00** Sekrety rodziny **22.00** Świat według Kiepskich **23.00** **◆◆◆** Budząc Neda – komedia W. Bryt./Irlandia/Francja/USA 1998 **1.00** TV Okazje

CBS Reality

6.30 Patrol na plaży Bondi **7.00** Szeryf Steven Seagal **8.00** Hardkorowy lombard **12.00** Łowcy starości **13.00** Gliniarze na motocyklach **14.00** Na straży australijskich granic **15.00** Paranormalne akta **16.00** Hardkorowy lombard **19.00** Na straży australijskich granic **20.00** Gliniarze na motocyklach **21.00** Eliota wydziału zabójstw (10) **22.00** Pogrzebani za domem **23.00** Tablica zbrodni **0.00** Na miejscu zbrodni **1.00** Tropami zbrodni

TLC

9.00 Wiza na miłość: dalsze losy **11.00** Wiza na miłość: na odwrót **12.00** Wiza na miłość: Darcey i Stacey **13.00** Jak matka z córką **14.00** Wiza na miłość: dalsze losy **16.00** Historie wielkiej wagi **18.00** Mistrzowie remontu **19.00** Salon sukni ślubnych: Benelux **19.30** Budę kontra święta **20.30** Suknie ślubne dla puszyszty **21.30** Salon sukien ślubnych Goka: Wielka Brytania **22.30** Wiza na miłość: dalsze losy

TVN Turbo

12.00 Technologiczny koniec świata **12.30** Megatransporty **13.15** Zakup kontrolowany **14.15** Wyburzacze **15.00** Pomoc drogowa 24h **15.45** Samochód marzeń – kup i zrób **16.30** Uwaga! Pirat **17.15** Wojny samochodowe **18.00** Raport Turbo **18.15** Brudna robota – czysty zysk **19.15** Klimek kontra Duda **20.00** Samochód marzeń – kup i zrób **21.00** Łowcy klasyków **22.00** Raport Turbo **22.15** Zawodowi handlarze **23.00** Wyburzacze

Kino TV

8.20 Komisarz Rex **9.35** **◆◆** Ukryta kamera – film sensacyjny Hiszpania 2007 **11.30** Poirot **13.20** **◆◆◆** Zanim powiesz „Tak!” – film obyczajowy USA 2009 **15.30** **◆◆◆** Odrobina nieba – komediodramat USA 2011 **17.40** **◆◆** Agent XXL: Rodzinny interes – komedia sensacyjna USA 2011 **19.55** Poirot **21.00** **◆◆◆** Doradztwo personalne – thriller Dania 2009 **23.15** **◆◆◆** Lustro – horror USA/Rumunia/Niemcy 2008

TTV

10.50 SOS. Ekipy w akcji **11.50** Kartoteka **12.50** Idealna niania **13.35** Damy i wieśniaczki. Ukraina **14.40** Królowe życia **15.45** Express **16.05** Królowe życia **16.55** Gogglebox. Przed telewizorem **17.45** Express **18.03** Raport smogowy **18.05** Usterka **18.35** Złomowisko PL **19.45** Express **20.05** Królowe życia **20.55** Usterka **21.45** Express **22.00** Ostre cięcie **23.25** Vlogbox. W necie

National Geographic

10.00 Katastrofa w przestworzach **12.00** Wyprawa na dno **13.00** Niszczycielskie żywioły **14.00** Anatomia głupoty według Richarda Hammonda **15.00** Fabryki smaku **16.00** Striptiz maszyn **17.00** Wielkie konstrukcje III Rzeszy **18.00** Prosto z fabryki **19.00** Sekrety ludzkiego mózgu **20.00** Katastrofa w przestworzach **21.00** Sekrety ludzkiego mózgu **22.00** Historia zapisana w szczątkach **23.00** Przedziwna planeta Ziemia **0.00** Katastrofa w przestworzach

CI Polsat

10.20 Polskie zabójczynie **10.50** Fajbusiewicz: rozmowy o zbrodni **11.20** Zbrodnie, które wstrząsnęły Anglią **12.15** Niebezpieczne randki online **13.15** Zabić z zimną krwią **14.15** Mordercze związki **15.10** Cała prawda o zbrodni **15.40** Kobiety kryminału **16.05** Łowca zbrodni **17.05** Mordercze związki **18.05** Dowody zbrodni **20.05** Kobiety, które zabijają **21.00** Najbardziej szokujące przypadki sądowe **22.00** Dzieci, które zabijają

TVN Style

11.55 Kuchenne rewolucje **12.55** Pani Gadżet **13.25** Tu jest pięknie **14.10** Ach, ten ślub! **15.10** Ślub od pierwszego wejrzenia **16.10** Kosmetyczne rewolucje **16.55** Ugotowani **17.55** Kuchenne rewolucje **18.55** I nie opuszczę Cię aż do ślubu **19.40** Co nas truje **20.25** Panny młode ponad miarę **21.15** Jestem z Polski **22.25** Remonty gwiazd Hollywood **23.25** Pani Gadżet **23.55** Jak dobrze wyglądać nago. Powrót po latach

TVN Fabuła

7.00 Detektywi (770, 771) **8.05** Kryminalni (8, 9) **10.15** Układ warszawski (13) **11.15** Na Wspólnej (2478, 2479) **12.20** Zakochani po uszy (19-22) **14.30** Kryminalni (10, 11) **16.40** Seriale **17.45** Dziewczyny z Hollywood **18.00** **◆◆◆** Spotkajmy się we śnie – film USA 2015 **20.00** **◆◆◆** Bodyguard – film sensacyjny USA 1992 **22.45** **◆◆◆** Kiedy gasną światła – horror USA 2016 **0.25** **◆◆◆** Sherlock Holmes – film USA 2009

Fokus TV

8.15 Rolnicy. Podlasie **9.15** Dziwne oblicza wojny **10.00** Poszukiwacze złota w Australii **10.55** Drwale **11.55** Starożytni kosmici **12.45** Ekstremalna kolej Gór Skalistych **13.45** Wojny magazynowe **15.15** Kryptonim szef **16.55** Drwale **17.50** Starożytni kosmici **19.45** Gwiazdy lombardu **21.50** Rolnicy. Podlasie **22.50** Dziwne oblicza wojny **23.50** Tabu **0.50** Fabryka broni **1.25** Misja „Skarb”

Nat Geo Wild

8.00 Atak rekina **9.00** Dziką przyrodą strefy równikowej **10.00** Królestwo drapieżników **11.00** Wrogi świat **12.00** Dzikie miejsca Europy **13.00** Parki narodowe USA **14.00** Polowanie na myśliwego **15.00** Weterynarz z Hawajów **16.00** Niezwykły dr Pol **18.00** Człowiek kontra zwierzę **19.00** Cesar Millan: psia federacja **20.00** Ratownicy z indyjskiej dżungli **21.00** Dziką Alaską **22.00** Niezwykły dr Pol **23.00** Atak rekina **0.00** Rajskie wyspy

TVP Dokument

11.15 Notacje **11.30** Wokół mórz **11.55** Wenezuela w cieniu Chavez **13.05** Mój 600 gramów szczęścia **13.50** Brazylia. Historia naturalna **14.55** Jeszcze za mną ząpskniesz – Zbigniew Cybulski **16.00** Nasze pochodzenie **17.00** Notacje **17.20** Wszystkie kolory świata **18.25** Ostatni dzień Abrahama Lincolna **19.25** Mój 600 gramów szczęścia **21.10** Barbara Włodarczyk zaprasza **21.15** Brazylia. Ewangelicka rewolucja **22.20** Dziwny jest ten świat

TVP Historia

10.35 Pewnego razu na Zachodzie **10.50** Tajemnice Państwa Podziemnego **11.15** Rok 1920. Kalendarium **11.30** Wojownicy czasu **12.10** Czas honoru (12) **13.05** Akcja „Pensjonat” **14.05** Kissinger **15.55** Ekspertyza **16.30** Było, nie minęło – kronika zwiadowców historii **17.10** Chelmska 21 **18.05** Dziedzictwo **18.40** Bodo (7) **19.50** Wojna generałów **20.55** Wyjści spód prawa **22.00** Po PRL-u **22.35** **◆◆◆** Gwiazdy – film biograficzny Polska 2017 **0.25** PKF

AMC

9.50 **◆◆◆** Dziewczyna Hitchcocka – dr W. Bryt. 2012 **11.40** **◆◆◆** Czarna tęcza – thriller W. Bryt. 1989 **13.40** Najlepsi reżyserzy Hollywood **14.10** **◆◆◆** The Matthew Shepard Story – dr. Kanada 2002 **16.00** **◆◆** Tornado – kom. USA 1989 **17.50** Zoom In **18.00** **◆◆◆** Impostor: Test na człowieczeństwo – film sf USA 2001 **19.50** **◆◆◆** Air America – film USA 1990 **22.00** **◆◆** Sabotaż – film Kanada 1996 **0.00** **◆◆◆** Do rwać Cartera – thriller USA 2000

TV Puls

8.00 Lombard. Życie pod zastaw (291, 72) **10.00** Kobra – oddział specjalny **12.00** Zaklinaczka duchów (61, 62) **14.00** Lombard. Życie pod zastaw (73, 74) **16.00** Rodzinny interes (101, 102) **18.00** Lombard. Życie pod zastaw (291, 292) **20.00** **◆◆** Wykonać wyrok – film sensacyjny USA/Kanada 1990 **21.50** **◆◆** Replikant – film sensacyjny USA 2001 **23.50** **◆◆◆** Maksimum ryzyka – film akcji USA 1996

Puls 2

11.45 Timon i Pumba **12.45** Blaze i megamaszyny **13.15** Denver – ostatni dinozaur **13.35** Alvin!!! I wiewiórki **14.10** Mustang – Duch wolności **15.00** Miraculous: Biedronka i Czarny Kot **15.55** Jeźdźcy smoków **16.20** Dzieciak rządzi: znowu w grze **16.50** Pingwiny z Madagaskaru **17.45** Alvin!!! I wiewiórki **18.15** Top Wing. Ptasia Akademia **19.00** Psi patrol **20.00** Lombard. Życie pod zastaw (70, 71) **22.00** Zabójcze umysły (143, 144) **23.50** Wstydliwe choroby

Zoom TV

9.35 Karpackie podróże małe i duże **9.50** Jak skończy się świat **10.45** Narzeczona ze Stambułu **11.45** Małe morderstwa (96) **12.50** Mój wymarzony dom: kupno, sprzedaż **16.35** Co ludzie powiedzą? **17.55** **◆◆◆** Gang Olsena daje dyla – komedia kryminalna Dania 1981 **19.45** I love kabaret Extra **20.00** Narzeczona ze Stambułu **21.00** Hity polskiego kabaretu **23.00** Chicago P.D.

WP

8.35 Pies: na tropie **10.45** Spektakularne metamorfozy **11.50** WP News **11.55** Pokochaj lub sprzedaj: Australia **12.55** Pokochaj lub sprzedaj – Vancouver **15.50** Pokochaj lub sprzedaj: Australia **16.50** WP News **17.00** Spektakularne metamorfozy **18.00** Zwycięstwa i porażki **19.00** Mega samoloty **20.00** Odkryć tajemnicę **21.00** Auschwitz: Podróż do piekła **22.00** Mistrzowie kabaretu **0.55** Kabaret na żądanie

SERIALE w kolejnych odcinkach

BARWY SZCZĘŚCIA SERIAL 20:10 TVP 2

Pyrkowie meldują się w hotelu Starich. Recepcjonistka zabiera Marysię na zajęcia dla dzieci. Klara i Hubert mają nadzieję, że wreszcie będą sami. Dominika cały czas uważa, że Renata spotyka się z Damianem. Przyjaciółka nie wyprowadza jej z błędu. Kolejny etap remontu kamienicy Jezierskich zostaje zakończony. Stefan przychodzi do Sadowskiego, by zabrać Halszkę, Olę i Łucję na próbę chóru. Początkowo kobiety myślą, że w domu pojawił się złodziej i próbują go „unieszkodliwić”. Wkrótce poznają Arletę, Basię i Zenka.



KLANSERIAL 17:55 TVP 1

Witold deklaruje, że skoro ciocia mu nie ufa, nie będzie więcej jej usługiwać. Anna uważa, że należy wyjaśnić sporne kwestie zawarte w umowie i zasugerować kobiecie, że sąsiad może mieć nieuczciwe zamiary. Witold i Anna jadą do El-Medu na uroczyste otwarcie oddziału położniczego imienia Józefa Kozłowskiego. Klaudia narzeka, że Andrzej spędził weekend poza domem. Górzyński stara się wytłumaczyć, że ma własne życie. Grażyna mówi Lucynie, że rozmawiała z Ryszardem i być może z tego powodu mężczyzna wyjechał. Lucyna jest zrozpaczona.

PIERWSZA MIŁOŚĆ SERIAL 18:00 Polsat

Michał denerwuje się przed rozprawą w sądzie. Boi się, że Julka trafi do Edwarda. Nie ma odwagi powiedzieć Marysi, co się dzieje w domu. Wiktorii udaje się skompletować drużynę bokserską. Dziewczyny jednak nie mają pojęcia o bokswaniu. Olek pomaga im znaleźć trenera. Przyjaźń między Dorotą a Danielem rozkwita. Policjant pomaga barmance w doborze stroju na wieczór latynoski. Okazuje się, że jest bardzo dobrym tancerzem.



NA WSPÓŁNE SERIAL 20:15 TVN

Podejrzewającą Pawła o zdradę Beata zaczyna go śledzić. Trafia do wynajmowanego przez niego mieszkania. Odkrywa tam plan filmu pornograficznego. Danka zastaje przed szkołą ojca Magdy, gdy ten szarpie się z mężczyzną, który podwiózł jego córkę. Toczewska wyraźnie śmieje się z ojca. Po południu Boski mówi Magdzie, że zerwał z Kalinowską. Ula nalega, by Kamil pojechał z nią do Paryża. Hoffer zdecydowanie oznajmia Karinie, że ta musi wyjechać. Dyrektorka ma plan zemsty na nim.



M JAK MIŁOŚĆ SERIAL 20:55 TVP 2

Jacek jeszcze raz postanowi spotkać się z Liłką. Odwiedzi ją w bistro „Za rogiem”, a tam znowu będzie miał okazję jej pomóc, gdy jeden z klientów będzie chciał uciec bez płacenia. Po wszystkim ponownie Mateusza, że wraca do Kanady, ale wręczy jej swoją wizytówkę i zapewni ją, że może na niego liczyć w każdej sytuacji. Kamilek w podobny sposób jak Mateusz pozna tajemnicę Krystyny i Jacka. Potem zdradzi ją Liłkę! Wkrótce Jacek zjawi się w domu Banachów i przeprowadzi poważną rozmowę z córką...




15:35 TELETURNIEJ
Gra słów. Krzyżówka

TVP 1 **7.00** Transmisja mszy świętej **7.30** Rodzinny ekspres **8.00** Wiadomości **8.15** Kwadrans polityczny **8.35** Ranczo (29) **9.40** Komisarz Alex (184) **10.35** Ojciec Mateusz (237) **11.25** Kasta (232) **12.30** Wiadomości **12.10** Agrobiznes **12.30** Agropogoda **12.35** Rok w ogrodzie extra **12.50** Peru – kraina skrajności – serial dok. **14.00** Elif (899)

15.00 Wiadomości **15.15** Alarm! – magazyn **15.35** Gra słów. Krzyżówka **16.05** Przysięga (335) Emir mówi Reyhan, że marzy o córce. Şehriye zauważa, że Kemal cierpi po rozwodzie z Narin. Cavidan przypadkowo dowiaduje się, co się stało z wisiorkiem Gulsum. **17.00** Teleexpress **17.15** Jaka to melodia? **17.55** Klan (3734) (s.24) **18.20** Kasta (63) **18.55** Jeden z dziesięciu **19.30** Wiadomości **20.10** Alarm! – magazyn **20.30** Leśniczówka (323) **21.00** Stan zagrożenia – film dokumentalny Polska 2020 **22.10** Amerykańskie tournée – film dok. Polska 2020 W 1961 roku Orkiestra Filharmonii Narodowej z Reżyną Smendziąnką i Wandą Wiłkomirską na zaproszenie Sola Huroka wyjechała do Kanady i USA. Tournée to zostało sfilmowane przez Stanisława Wiślickiego. **23.15** McMafia (3) – serial kryminalny W. Bryt./USA


23:20 FILM
Zostaniemy przyjaciółmi

TVP 2 **7.20** Familiada **7.55** Pytanie na śniadanie **10.40** Panorama **10.50** Pytanie na śniadanie **11.15** Policmy się dla Polski **11.25** Rodzinka.pl **11.55** Barwy szczęścia (2367) **12.30** Kolo fortuny **13.15** Kozacka miłość (32) – serial obyczajowy Rosja/Ukraina **14.05** Va banque – teleturniej **14.35** Na sygnale (210) – serial obyczajowy Polska

15.10 Doktor Kleist – lekarz rodzinny (115) **16.00** Kolo fortuny **16.35** Familiada – teleturniej **17.10** Wziewień miłości (473) Azize przynosi okup. Policja i Oguz uważają, że brała udział w oszustwie. Zostaje aresztowana. Zuhre i Kilycz porywają Alego. Asya decyduje się na szczere wyznania w obecności pograżonej w śpiączce Jülide. **18.00** Panorama **18.20** Va banque – teleturniej **18.45** Kozacka miłość (33) **19.35** Barwy szczęścia (2367, 2368) – serial Polska (s.24) **20.40** Kulisy seriali „Na dobre i na złe” i „Na sygnale” **20.55** Na dobre i na złe (795) – serial Polska (s.24) **21.50** Hotel Vidago Palace (2) – serial obyczajowy Hiszpania/Portugalia (s.3) **22.45** Na sygnale (286) – serial obyczajowy Polska **23.20** Zostaniemy przyjaciółmi – komedia romantyczna USA/Niemcy/Kanada 2005 Reż. Roger Kumble, wyk. Ryan Reynolds, Amy Smart, Anna Faris


21:45 FILM
Supertata

Polsat **5.25** Telezakupy TV Okazje **6.00** Nowy dzień z Polsat News **8.40** Malanowski i Partnerzy **9.40** Sekrety rodziny **10.40** Dlaczego ja? **11.40** Gliniarze **12.50** Wydarzenia **13.25** Interwencja – magazyn reporterów **13.40** Trudne sprawy (929) – serial fabularno-dokumentalny **14.40** Dlaczego ja? (935) – serial fabularno-dokumentalny

15.50 Wydarzenia **16.10** Pogoda **16.15** Interwencja – magazyn **16.30** Na ratunek 112 (397) **17.00** Gliniarze (448) **18.00** Pierwsza miłość (3155) – serial Polska (s.24) **18.50** Wydarzenia **19.25** Gość „Wydarzeń” **20.05** Jak rozpętałem II wojnę światową (3): Wśród swoich – komedia Polska 1970 Reż. Tadeusz Chmielewski, wyk. Marian Kociniak, Wiergiliusz Gryń, Joanna Jedryka **21.45** Supertata – komedia USA 1999 Reż. Dennis Dugan, wyk. Adam Sandler, Joey Lauren Adams, Jon Stewart Lekko duszny Sonny musi się zapieknąć pięcioletnim synem współlokatora. Chcąc udowodnić swojej dziewczynie, że potrafi być odpowiedzialny, udaje ojca chłopca. **23.45** Bracia Solomon – komedia USA 2007 Reż. Bob Odenkirk, wyk. Will Arnett, Will Forte, Chi McBride **1.45** Tajemnice losu


22:30 FILM
Intruz

TVN **5.45** Mango – Telezakupy **7.00** Kuchenne rewolucje **8.00** Dzień Dobry TVN **11.35** Doradca smaku: Grzyby po azjatycku z sezamem – magazyn kulinarny Polska **11.45** Ukryta prawda **12.50** Szpital (639) **13.50** Rozwód. Walka o wszystko (18) – serial fabularno-dokumentalny Polska **14.55** Szpital (640) – serial fabularno-dokumentalny

15.55 Kuchenne rewolucje: Restauracja „Valencia”, Warszawa – reality show **17.00** Rozwód. Walka o wszystko (19) – serial fab.dok. **18.00** Ukryta prawda (907) **19.00** Fakty **19.25** Uwaga! Koronawirus **19.50** Raport smagowy **19.55** Uwaga! – magazyn **20.10** Doradca smaku **20.15** Na Wspólnej (3160) – serial Polska (s.24) **20.55** Milionerzy – teleturniej **21.30** Nieobecni (1) – serial kryminalny Polska 2020 (s.24) Reż. Bartosz Konopka, wyk. Justyna Wasilewska, Piotr Glowacki, Danuta Stenka **22.30** Intruz – film sf USA/Szwajcaria/W. Bryt. 2013 Reż. Andrew Niccol, wyk. Saoirse Ronan, Max Irons, Rachel Roberts Przyszłość. Ludzkie ciała i umysły opanowują Dusze, które choć dobre, nie potrafią czuć. Melanie udaje się nauczyć tego swoją Wagabundę. **1.00** Cztery gwiazdki – komedia USA/Niemcy 2008 **2.40** MasterChef


20:30 FILM
Dług

TVN 7 **7.00** Sędzia Anna Maria Wesołowska **8.00** Ukryta prawda **11.00** Szpital **12.00** Szkoła **13.00** Sąd rodzinny **14.00** Sędzia Anna Maria Wesołowska **15.00** Ukryta prawda **16.00** Zakochani po uszy (273) **16.35** Brzydula (66) **17.10** 19+ **18.15** Idealna niania **18.55** Ten moment **19.30** Zakochani po uszy (274) **20.00** Brzydula (67) – serial obyczajowy Polska **20.30** ♦♦♦ Dług – film sensacyjny USA/W. Bryt./Węgry/Izrael 2010, reż. John Madden, wyk. Helen Mirren **23.00** ♦♦♦ Egzekutor – film sensacyjny USA 1976, reż. James Fargo, wyk. Clint Eastwood

TV 4 **9.00** Sędzia Judy **10.25** Nowe sekrety sąsiadów (11, 12) **11.25** Pamiętniki z wakacji **12.25** Święty (47) **12.55** Wzór (97) **13.55** Kobra – oddział specjalny **14.55** STOP Drogówka **15.55** Kobra – oddział specjalny **17.00** Nowe sekrety sąsiadów (12, 13) **18.00** Policjantki i policjanci (690, 691) **20.00** Sprawiedliwi – wydział kryminalny (419) **21.05** ♦♦♦ Underworld – thriller USA/W. Bryt./Niemcy 2003 **23.25** Ucho Prezesa (10) **23.55** ♦♦♦ www.strach – horror W. Bryt. 2002

TV 6 **8.00** Buffy: postrach wampirów **9.00** Galileo **10.00** Żona dla milionera **11.00** Czysta chata **12.00** Miodowe lata (65, 81) **13.40** Bumerang (12) **14.15** Policjantki i policjanci (657) **15.15** Detektywi w akcji (11) **16.15** Septagon (4) **17.15** Hawaje 5-0 **18.15** Miodowe lata (56, 66) **20.00** Galileo **21.00** CSI: Kryminalne zagadki Miami (78, 79) **23.00** ♦♦♦♦ Blow – film sensacyjny USA/Meksyk 2001 **1.40** Śmierć na 1000 sposobów

TVP Polonia

12.15 Co niesie dzień **12.30** Ranczo (14) **13.25** Przystanek Zaolzie **13.45** Przystanek Historia **14.00** Giganci historii **14.45** Kasta **15.15** To je Borowicz. Podróże ze smakiem **15.45** Wójciech Czerwowski – bosko przez świat **16.15** Zaczarowany świat... **16.30** Nela... **16.50** Na koniec smaku i jeszcze dalej **17.00** Rodzinka.pl (279) **17.30** Dziennik **17.50** Gra słów. Krzyżówka **18.20** Studio Lwów **18.40** Ci cholerni Polacy. Lotnictwo polskie 1939-1945 **18.50** Barwy szczęścia (2323) **19.20** Kierunek Zachód **19.40** Alarm! **20.00** Polonia 24 **20.45** Ranczo (14) **21.45** Zaginiona (4) **22.35** Kasta **23.05** Gospodarz. Włodzimierz Tetmajer znany i niezany

TV Trwam

11.25 Myśląc Ojczyzna **11.40** Prosto o gospodarce **12.20** ♦♦♦ Mój syn, mój zbawiciel – film USA 2015 **13.15** Jerash – starożytne miasto Jordanii **13.30** Msza Święta z kaplicy Cudownego Obrazu Matki Bożej Częstochowskiej na Jasnej Górze **14.25** ♦♦ Idealna fala – film obyczajowy RPA/Nowa Zelandia/Indonezja 2014 **16.10** Na zdrowie **16.30** Galilejczyk – prezentuje Keith Garner **17.00** Po stronie prawdy **17.30** Okiem kamery **18.15** Rozmowy niedokończone **19.30** Brat Franciszek **20.00** Informacje **20.20** Różaniec **21.00** Apel Jasnogórski **21.40** Polski punkt widzenia **22.00** ♦♦♦ Jego śladami – film USA 2013 **23.40** Iwato

TVP Kultura

8.20 Rok 2020 **8.45** ♦♦ Kilka fotografii – komedia Polska 2006 **9.25** ♦♦♦ Piękności nocy – komedia Francja/Włochy 1952 **11.00** ♦♦♦ Rzeki kłamstwa (3) – film obyczajowy Polska 1988 **12.35** Casting **13.05** Fabryka hitów **15.05** Kizi Mizi – film anim. **15.35** ♦♦♦ Nazarin – dramat Meksyk/Argentyna 1959 **17.20** Czwierdziestolatek (13) **18.30** Informacje kulturalne **18.50** Co dalej? **19.10** Studio Kultura – niedziela z... **20.00** ♦♦♦ Z podniesionym czołem – dramat Francja 2015 **22.10** Hal Ashby, wolny duch amerykańskiego kina **23.50** Berlin Live – Eric Burdon & The Animals

Super Polsat

6.00 Wydarzenia **6.40** SuperLudzie Extra **7.00** Psi patrol **8.00** Kung Fu Panda – legenda o niezwykłości **8.30** Rycerka Nella **9.30** SpongeBob Kanciastoporty **10.00** SuperLudzie **10.30** Niania (19) **11.00** Nasz nowy dom **12.00** Miaoś długów (21) **13.00** Niania (67) **14.00** Chirurgi (150) **15.00** Top chef **16.30** Hell's Kitchen – piekielna kuchnia **18.00** Nasz nowy dom **19.00** Łowcy nagród **20.00** ♦♦♦ Nożownicy – komedia romantyczna USA/Niemcy 2003 **22.00** Świat według Kiepskich (12, 1) **23.00** ♦♦♦♦ Ojciec chrzestny (1) – film sensacyjny USA 1972 **2.35** Gliniarze (438) **3.45** SuperLudzie Extra **4.00** Na ratunek 112

Metro

8.00 Top of the Top Sopot Festival 2018: #DANCE **8.40** Angry Birds **8.55** Wanda i Zielony Ludek **9.40** Prawo Agaty **10.40** Idealna niania **11.25** Dr House (8) **12.25** Jak to jest zrobione – samochody marzeń **12.55** Celnicy na straży Europy **13.25** Wojny magazynowe – Teksas **13.55** Co było dalej? **14.25** Prawo Agaty **15.25** Milionerzy **16.00** Dr House (9) **17.00** Łazienkowe metamorfozy **17.30** Walka o remont **18.00** Wojny magazynowe – Teksas **18.30** Metro **18.45** Wojny magazynowe – Teksas **19.10** Gorączka złota **20.10** Zabójcza broń (19) **21.10** Kości (15) **22.10** Bates Motel (1) **23.05** Syzyfy i spiski

Nowa TV

6.15 TV Okazje **6.45** Obraz dnia **7.40** Ewa gotuje **8.15** Pod lupą **8.35** Był sobie kosmos **9.15** Daleko od naszy **10.15** Łowcy cieni. Pod presją (12) **11.15** Stoiki (39) **12.00** Oszukane **12.55** Pielęgniarki **13.55** Szpital dziesięciu (2) **14.55** Daleko od naszy **15.55** Mały dom, wielkie możliwości **16.50** Remont w bostońskim stylu **17.45** Łowcy małych domów **18.05** Fabryka przedmiotów domowych **18.35** Ogarnij podwódkę **19.00** Kabaretowa Dynastia **20.00** ♦♦♦ Eliksir miłości – komedia romantyczna USA 1992 **22.00** ♦♦♦ Gosford Park – komedia kryminalna USA/W. Bryt./Włochy 2001

Ale Kino+

8.00 Tacones **8.30** Kobiety za kamerą **9.45** Techno **10.25** ♦♦ W pulapce myśliwego – thriller W. Bryt./Norwegia 2019 **12.10** Wolne pokoje **12.45** Blizniak (5, 6) **14.45** ♦♦ Trzyt – dramat Niemcy/Francja 2018 **16.35** Filmy i gwiazdy **17.40** Niepospolita **18.15** ♦♦ Babcia w zamrażarce – komedia Włochy 2018 **20.10** Nadejście dzień (3, 4) – serial obyczajowy Hiszpania 2018 **22.25** Prawnik **0.10** Wojownicza – film krótkometr.

Polsat 2

8.00 Trudne sprawy **9.05** Drwa i inne opowieści Bieszczad **10.00** Na ratunek **11.10** **10.30** Sekrety rodziny **13.30** Dlaczego ja? **12.30** Nasz nowy dom **13.30** Świat według Kiepskich (466-468) **15.00** Trudne sprawy **16.00** Nasz nowy dom **17.00** Sekrety rodziny **18.00** Malanowski i Partnerzy **19.00** Gliniarze **20.05** Wydarzenia **20.40** Gość „Wydarzeń” **21.10** Trudne sprawy **22.10** Dlaczego ja? **23.10** Świat według Kiepskich (374, 375)

Eurosport 1

5.00 Tenis: US Open w Nowym Jorku **6.00** Rajd terenowy: Rajd Dakar **7.30** Skoki narciarskie: PS **8.30** Snooker: Masters **10.30** Kombinacja norweska: PS **17.30** Wiadomości Eurosportu **17.35** Skoki narciarskie: PS **21.10** Wiadomości Eurosportu **21.15** Narciarstwo alpejskie: PS **22.40** Wiadomości Eurosportu **22.45** Snooker: Masters **0.45** Narciarstwo alpejskie: PS **1.30** Rajd terenowy: Rajd Dakar **3.00** Kolarstwo szosowe: MS

Eleven Sports 1

6.00 Piłka nożna: LaLiga Santander **8.00** Piłka nożna: Bundesliga **10.00** Piłka nożna: Serie A TIM **12.00** Piłka nożna: LaLiga Santander **14.00** Piłka nożna: Bundesliga **16.00** Piłka nożna – Serie A TIM: Mecz Serie A **18.00** Piłka nożna: LaLiga Santander **20.00** Piłka nożna: Bundesliga **22.00** Piłka nożna: Serie A TIM **0.00** Piłka nożna: LaLiga Santander **2.00** Piłka nożna: Bundesliga **4.00** Piłka nożna: Serie A TIM

TVP ABC

13.00 Studio ABC **13.15** Buli **13.25** Skylanders Academy **13.55** Inazuma Eleven **14.20** Tom i Jerry Show **14.50** Transformers: Cyberverse **15.15** Licz na Wiktora **15.25** Zwierczaki Czytali **15.45** Yakari **16.00** Marta mówi! **16.30** Mała lama **17.00** Daisy i Ollie **17.15** Mała Królowa **17.30** Bella i Sebastian **17.45** Rev and Roll **17.55** Trolle: Impreza trwa **18.25** Przygody Tomka Sawyer **18.50** Billy **19.00** Heidi **19.20** Stacyjkowo

Kino Polska

7.50 ♦♦♦♦ Człowiek z marmuru – dramat Polska 1976 **11.15** Powrót lasu **11.45** TV Okazje **12.15** ♦♦ Soból i panna – melodramat Polska 1984 **14.00** ♦♦ Ostatni świadek – film sensacyjny Polska 1969 **15.55** Dom (6) **18.00** Kabaretowy rejs – program rozrywkowy **20.00** ♦♦ Pogoda na jutro – komediodramat Polska 2003 **22.00** ♦♦ Kłątwa Doliny Weży – film przygodowy Polska/ZSRR 1988 **0.05** ♦♦♦♦ Rewers – komedia Polska 2009

TVP Seriele

8.30 Komisarz Alex (157) **9.25** Złotopolski (184) **9.55** Klan (98) **10.30** M jak miłość (1474) **11.30** Ranczo (111) **12.20** Rodzinka.pl (101, 102) **13.35** Ojciec Mateusz (76, 77) **15.30** Na dobre i na złe (709) **16.25** Na sygnale (246) **16.55** Ranczo (112, 113) **18.55** Rodzinka.pl (103) **19.35** Ojciec Mateusz (78, 148) **21.25** Ranczo (114, 115) **23.25** Ojciec Mateusz (79) **0.20** Blondynka (101) **1.20** Komisja morderstw (7, 8)

Eurosport 2

7.30 Kolarstwo: Liège-Bastogne-Liège – wyścig mężczyzn **9.00** Rajd terenowy: Rajd Dakar **10.00** Narciarstwo alpejskie: PS **12.50** (L) Narciarstwo dowolne: PS **14.30** Biatlon: PS **16.45** Snooker: Masters **19.45** Wiadomości Eurosportu **19.50** Narciarstwo dowolne: PS **22.05** Wiadomości Eurosportu **22.10** Skoki narciarskie: PS **23.55** Wiadomości Eurosportu **0.00** Skoki narciarskie: PS

Polsat Sport News

7.07 Magazyn snowboardowy **8.00** Sport fleg **8.07** Narciarstwo dowolne: Magazyn FIS freestyle **9.00** Sport fleg **9.07** Boks z archiwum **10.00** Sport fleg **10.07** Boks z archiwum **11.00** Sport fleg **11.07** Narciarstwo alpejskie: Magazyn FIS alpejski **12.00** Sport fleg **12.07** Piłka nożna z archiwum **14.30** Koszykówka: Energia Basket Liga **16.30** Trans World Sport **17.30** MMA: KSW **20.00** Piłka nożna z archiwum

Mezzo

13.00 Herbert von Karajan i Wiener Philharmoniker **14.22** Herbert von Karajan i Berliner Philharmoniker **15.53** Festival d'Ambronay **16.54** Intermezzo **17.14** Berlin'sy Filharmonicy, Herbert von Karajan i Anne-Sophie Mutter **18.04** Festival Bielska ZJ **18.47** Festiwal Sons of Hiver **19.37** Międzynarodowy Festiwal Jazzowy w Montrealu **20.25** Intermezzo **20.30** Carlo il Calvo Porpori na Festiwalu Bayreuth Baroque – opera Niemcy 2020 **23.30** Jun Miyake : The Here and After

Polsat Film

8.30 Przyjaciółki (158, 159) **10.30** Świat według Kiepskich (207-208, 9) **12.35** Kosmiczna jazda. Hau! Hau! Mamy problem – film animowany Rosja 2014 **14.10** ♦♦ Rodzina Addamsów – czarna komedia USA 1991 **16.20** ♦♦ Mały – komedia USA/Kanada 2006 **18.25** ♦♦ Niewidzialny – film sensacyjny USA 2005 **21.00** ♦♦ Komando – film sensacyjny USA 1985 **23.00** ♦♦ Sekstasma – komedia USA 2014 **1.00** Gliniarze

AXN

6.00 Ciężar prawdy (2, 3) **7.55** Seal Team (6-9) **11.40** ♦♦ Trudne słowa – komedia romantyczna USA 2004 **14.20** ♦♦♦♦ Defendor – komediodramat Kanada/USA/W. Bryt. 2009 **16.25** Nocna zmiana (5, 6) **18.10** Rekrut (13, 14) **20.05** Agenci NCIS: Nowy Orlean (20) **21.00** ♦♦ Legenda Zorro – film przygodowy USA/Meksyk 2005 **23.50** ♦♦ Pan „Wypadek” – film sensacyjny W. Bryt. 2018 **2.00** Seal Team (7)

Polsat Sport

6.00 Piłka nożna z archiwum **8.30** Siatkówka – Tauron Liga: Aluron CMC Warta Zawiercie – Grupa Azoty ZAKSA Kędzierzyn-Koźle **11.00** Piłka nożna z archiwum **13.30** Siatkówka – PlusLiga: Stal Nysa – Cuprum Lubin **16.00** KOTV Classics **17.30** (L) Siatkówka – PlusLiga: Indykpol AZS Olsztyn – Jastrzębski Węgiel **20.30** (L) Siatkówka – PlusLiga: GKS Katowice – Trefl Gdańsk **23.00** Piłka nożna – Puchar Włoch: Juventus FC – Genoa CFC

TVN 24

6.00 Serwis informacyjny, pogoda **7.30** Rozmowa Piaseckiego **7.40** Serwis informacyjny, pogoda **15.00** 15 na żywo **16.00** Fakty po południu **18.00** Tak jest **19.10** Serwis informacyjny **19.25** Fakty po Faktach **20.00** Kropka nad i **20.30** Czarne na białym **21.00** Polska i świat **22.00** Szkoła kontaktowa **23.00** Dzień po dniu **23.40** Bilans dnia **0.00** Fakty po Faktach **0.40** Kropka nad i **1.15** Tak jest

TVP Rozrywka

9.25 Wojciech Cejrowski – boso przez świat **9.55** Sanatorium miłości **10.55** Va banque **11.25** Muzeum polskiej piosenki **11.40** Familiada **12.20** Postaw na milion **13.20** Czas na hity Malickiego i Kmitły **15.25** XVI Mazurska Noc Kabaretowa – Miragowo 2014 **18.25** Okrasa... **18.55** Makłowicz w podróży **19.30** Gra słów. Krzyżówka **19.55** Va banque **20.35** Postaw na milion **21.35** Latający Klub II, czyli wieczór kabaretowy **22.30** Rolnik szuka żony

Stopklatka

8.10 Plebania (260, 261) **9.05** Klara i wszystko jasne (5, 6) **11.10** Zagadki kryminalne panny Fisher (10) **12.25** Chicago Fire **13.25** Katastrofy w przestworzach **15.35** ♦♦ Wulkan: Los Angeles – film katastroficzny USA 2018 **17.15** Chicago Fire **18.20** Wojny kontenerowe **20.00** ♦♦♦♦ Piłkarski poker – film sportowy Polska 1988 **22.10** ♦♦♦ Szyfry wojny – dramat wojenny USA 2002 **1.00** ♦♦♦♦ Futro – komedia Polska/Niemcy 2007

13 Ulica

6.00 Grantchester (3, 4) **7.45** Zaprzysiężeni (13, 14) **9.30** Kobra – oddział specjalny (12, 13) **11.30** Dowody zbrodni (11, 12) **13.20** Cherif (8) **14.25** Zaprzysiężeni (15, 16) **16.15** Kobra – oddział specjalny (14, 15) **18.15** Dowody zbrodni (13, 14) – serial sensacyjny USA **20.05** Chicago P.D. (13) – serial kryminalny USA **21.00** Zabójcze umysły (13, 13) – serial kryminalny USA **23.00** CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku (13) **0.00** Chicago P.D. (13)

TVP Sport

10.10 Gala boksu zawodowego: Walka w wadze lekkośredniej o tytuł supermistrza świata WBA: Floyd Mayweather jr – Miguel Cotto **13.15** Skoki narciarskie: Puchar Świata **15.00** Pełnosprawni **15.30** Piłka nożna: Puchar Króla **17.35** Piłka nożna – Puchar Włoch: AS Roma – Spezia Calcio **20.15** Studio Superpucharu Włoch **20.55** (L) Piłka nożna – Superpuchar Włoch: Juventus FC – SSC Napoli **23.20** Sportowy wieczór **23.55** Gala boksu zawodowego

Polsat News

6.00 Nowy dzień **7.45** Graffiti **8.00** Nowy dzień **9.00** W rytmie dnia **12.50** Wydarzenia **13.30** W rytmie dnia **15.50** Wydarzenia **16.10** Więcej „Wydarzeń” **16.25** Pogoda **16.30** Godziny szczytu **18.50** Wydarzenia **19.25** Gość „Wydarzeń” **19.50** Debaty dnia – dyskusja Polska **20.50** Wydarzenia fleg **21.00** Raport **21.50** Wydarzenia **22.30** Dzień na świecie **22.55** Pogoda **23.00** Obraz dnia **23.45** Biznesowy obraz dnia **23.55** Pogoda

Planete+

7.50 Życie na wyścigach **8.55** Krótki przewodnik po przyszłości **11.50** Szkoła jutra **14.00** Człowiek 2.0 – czy zostaniemy cyborgami? **16.00** Cuda Azji **17.00** Mississippi – królowa amerykańskich rzek **18.00** Świat z góry **19.00** 360° – świat bez granic **21.00** Jonestown. Terror w gujańskiej dżungli **23.00** Magia burleski **0.10** Seks i miłość 3.0 **1.15** Wieża Eiffa – historia niezwykłego zakładu

Canal+ Premium

9.15 ♦♦ Exodus: Bogowie i królowie – film USA 2014 **11.40** Entuzjastki **11.50** Metallica: S&M2 **13.25** Łąpu-Capu Extra **13.50** Kim jest Melania Trump? **14.50** Entuzjastki **15.00** ♦♦ Zaginiony świat: Park Jurajski – film USA 1997 **17.05** ♦♦ O tej samej porze, w następne święta – romans USA 2019 **18.30** Miasta rytm **19.20** ♦♦ Ognisty podmuch 2 – film USA 2019 **21.00** ♦♦ Fotografia – romans USA 2020 **22.45** ♦♦ Strażnicza – dramat USA 2018

SciFi Universal

5.00 Herkules (21) **6.00** Przygody Merlina (11, 12) **8.00** Herkules (20-22, 1) **11.40** Star Trek – Enterprise (23, 24) **13.30** Gwiezdne wrota (1, 2) **15.20** Przygody Merlina (12, 13) **17.10** Star Trek – Enterprise (25, 26) **19.00** Gwiezdne wrota (3, 4) – serial sf USA/Kanada **21.00** Runaways (3) – serial sf USA **22.00** ♦♦ Alien Predator – film sf USA 2018 **0.00** ♦♦ Cockney kontra zombi – czarna komedia W. Bryt. 2012

Canal+ Sport

11.15 Piłka nożna – Bundesliga: Bayer 04 Leverkusen – Borussia Dortmund **13.30** Dokumentacja sportowa: Rosyjska piątka **15.30** Piłka nożna – Premier League: West Ham United – West Bromwich Albion **17.40** Basket+ **17.55** LaLiga World **18.25** Premier League Netbusters **18.55** (L) Piłka nożna – Premier League: Leeds United – Southampton FC **21.10** (L) Piłka nożna – Premier League: Fulham FC – Manchester United **23.15** Basket+

TVP Info

8.00 Jedziemy dalej **8.15** Serwis Info **8.18** Minęła 8 **9.00** Serwis Info **9.11** Minęła 9 **10.00** Serwis Info **12.00** INFO Raport **13.29** Serwis Info **15.29** Info dzień **17.00** Teleexpress **17.15** Teleexpress Extra **17.30** O co chodzi **18.00** Panorama **18.19** Serwis Info **18.37** O tym się mówi! **19.30** Wiadomości **19.58** Gość Wiadomości **20.13** Minęła 20-ta **21.00** Nie da się ukryć **21.25** Serwis Info **21.50** W tyle wizji **22.25** Serwis Info **22.30** W tyle wizji

BBC Earth

10.05 W okowach mrozu **10.55** Hiperrewolucja: powstanie robotów **11.55** Cuda inżynierii kolejowej **12.55** Dzikie metropolie **14.00** W okowach mrozu **15.55** Zabójcza pogoda **16.55** Sekrety supermarketów **17.55** Cuda inżynierii kolejowej **18.55** Lodowe miasto: życie na krawędzi **19.55** Mumie: historie rozwinięte **20.55** Życie na pustkowiu **21.55** W okowach mrozu **23.00** Malownicze trasy kolejowe (s.3) **0.00** Cała prawda o fast foodach

HBO

9.15 ♦♦♦ Nie ma nas w domu – dramat W. Bryt./Francja/Belgia 2019 **10.55** Na planie **11.25** Zwierzogród – film animowany USA 2016 **13.15** ♦♦ G.I. Joe: Czas Kobra – film USA/Czechy 2009 **15.15** ♦♦ 100 rzeczy – komedia Niemcy 2018 **17.05** ♦♦ Perfekcjonistka – thriller USA 2019 **19.00** 30 srebrników (8) **20.10** ♦♦♦ Osierocony Brooklyn – dramat kryminalny USA 2019 **22.35** ♦♦♦ Nie ma nas w domu – dramat W. Bryt./Francja 2019

FOX

7.20 Rezydenci (19) **8.15** CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku (11) **9.10** Kości (15-18) **12.50** Mentalista (21) **13.45** Castle (9, 10) **15.35** Rezydenci (20) **16.30** Chicago Fire (11, 12) **18.20** Chicago Med (3, 4) – serial obyczajowy USA **20.10** Zabójcze umysły (9) – serial kryminalny USA **21.05** Obłudna gra (8) – serial obyczajowy USA **22.00** Grey's Anatomy: Chirurgi (3) – serial obyczajowy USA **22.45** Mentalista (3, 4) **0.45** Zabójcze umysły

nSport+

10.10 Trzeci wiraż **10.40** Premierowa jazda **11.00** Ligue 1 Review **12.00** News+ **12.45** Koszykówka – NBA: MLK Day: Brooklyn Nets – Milwaukee Bucks **15.00** News+ **15.45** Koszykówka – NBA: MLK Day: Los Angeles Lakers – Golden State Warriors **17.55** (L) Koszykówka – Liga Mistrzów FIBA: Galatasaray – Dinamo Sassari **20.00** Koszykówka – Liga Mistrzów FIBA: Cholet Basket – Hapoel Unet Holon **22.00** Trzeci wiraż **22.30** LaLiga World **23.00** News+

TVP 3

10.00 Wymarzona miłość (49) **10.55** Świat za rogiem **11.25** Policjny ślad po Polsce **11.35** Wiadomości rolnicze **12.15** Co niesie dzień **12.30** Okiem wiary **13.00** Spotkania w świecie ciszy **13.35** Agrobiznes **13.55** Agropogoda **15.00** Koronka do Miłosierdzia Bożego **15.20** Miłosne potyczki (50) **16.05** Telekurier **16.30** Kryminalna siódemka **16.45** Dziennik regionów **17.00** Twój wybór **20.00** Kasta **20.35** Ocaleni – talk show **21.50** Studio Lotto **22.00** Dziennik

Discovery Channel

8.00 Fani czterech kółek **9.00** Klan z Alaski **10.00** Ekstremalna Alaska **11.00** Ocalić dom **12.00** Morze złota **13.00** Nagi instynkt przetrwania **14.00** Bimbrownicy **15.00** Złomowisko PL **16.00** Gorączka złota: rzeka skarbów **17.00** Straż graniczna USA. Mosty na Rio Grande **18.00** Niezwykłe transporty (1) **19.00** Zawodowcy **20.00** Złomowisko PL **22.00** Ciężarówka przez Afrykę **23.00** Pojedynki Eda Stafford **0.00** Fani czterech kółek

SERIALE w kolejnych odcinkach

NIEOBECNI SERIAL 21:30 TVN

Mila Gajda (Justyna Wasilewska) przyjeżdża po długiej nieobecności do rodzinnego Kasprowa na święta Bożego Narodzenia. W domu zastaje okruszki na talerzach, zimną herbatę w kubkach, karpia pływającego w wannie i rozpoczęte przygotowania do świąt. Brakuje jednak najważniejszego – rodziców i brata. Mila rozpoczyna dramatyczne poszukiwania. W tym trudnym momencie pozna

Filipa Zacharę (Piotr Glowacki), ekscentrycznego podkomisarza z Centrum Osób Zaginionych. Wspólnie szukając wskazówek dotyczących zniknięcia, zaczynają odkrywać tajemnice rodziny. TVN pokazuje tylko pierwszy odcinek serialu, reszta na razie w playerze.pl.

KLAN SERIAL 17:55 TVP1

Witold postanawia jechać do ciotki. Uważa, że trzeba strzec jej i majątku przed oszustem. Michał opowiada Elżbiecie o bogatym partnerze Kingi. Mariusz zastanawia się, dlaczego żona od niego odeszła. Michał podaje mu adres kochanka Kingi, by przekonać go, że kobiecie chodzi o pieniądze. Ryszard przyjeżdża z Olsztyna i prosi Leopolda o radę. Nie wie, jak powiedzieć Lucynie, że musi opiekować się młodszym bratem. Witold wraca do domu. Sąsiad ciotki zaproponował jej małżeństwo.

PIERWSZA MIŁOŚĆ SERIAL 18:00 Polsat

Sąd przyznaje Edwardowi pełną opiekę nad Julką. Michał jest zdruzgotany. Edward domaga się od niego dobrowolnego przekazania dziecka. Marlenka kończy trzy lata. Kalina i Ewa przygotowują dla niej zabawę z udziałem dzieci ze żłobka. Obie liczą na to, że na imprezie pojawi się ojciec solenizantki, Krystian. Wanda poznaje uroki życia na wsi. Dzieci coraz bardziej się do niej przywiązują. Kulas martwi się, co będzie, gdy kobieta odzyska pamięć.

BARWY SZCZĘŚCIA SERIAL 20:10 TVP2

Damian, Mirek i Luiza czekają na Patryka, który poszedł zakręcić zawór w piwnicy. Nagle rozlega się huk. Wojcik spieszy na ratunek i odnajduje nieprzytomnego Patryka. Wieść o zawałeniu się kamienicy dociera do Agaty, Dominiki i Renaty. Klara i Hubert, coraz bardziej zaniepokojeni płaczem dziecka w pokoju obok, zgłaszają sprawę recepcjonistce. Wkrótce zjawiają się rodzice niemowlaka. Tłumaczą, że byli na spacerze. Pirykowie chcą spędzić w hotelu jeszcze jedną noc. Mają nadzieję, że tym razem nic nie popsuje im planów.

NA WSPÓLNEJ SERIAL 20:15 TVN

Kuba odwiedza Paulinę w szpitalu. Dziewczyna jest w kiepskim stanie psychicznym. Brzozowski wygania jej ojcu, że to wszystko przez niego. Wieczorem Kuba sięga po narkotyki. Danka rozmawia z Toczewskim, który chce zabrać córkę ze szkoły. Magda wpada w szal i grozi ojcu, że ujawni jego problemy. Po lekcjach dziewczyna spotyka się z Boskim. Beata zaciąga Pawła do jego mieszkania, gdzie kręcą się filmy porno. Zmusza Krystynę do wyjawienia prawdy.

NA DOBRE I NA ZŁE SERIAL 20:55 TVP2

W szpitalu zjawia się Inga – pielęgniarka, która kiedyś pracowała z Maksym, a on zmuszał ją do seksu. Do Leśnej Góry trafili jej chory na serce syn. Inga postanawia zaszantażować Begera, by pomógł jej synowi – jeśli nie, to wyjawia Agacie prawdę.



TNT

6.00 Cudotwórcy **6.19** Mac-Gyver **8.13** Doktor Quinn **9.06** Domek na prerii – serial przygodowy **13.23** Doktor Quinn **15.12** Strażnik Teksasu – serial sensacyjny USA 1996 **17.43** Quest – film sensacyjny USA/Kanada 1996 **19.39** Krótkie śpiecie II – komedia USA 1988 **21.49** Hamburg Hill – film wojenny USA 1987 **0.00** Halloween – horror USA 1978 **1.44** Christine – horror USA 1983

ATM Rozrywka

6.00 Disco gramy! **7.00** TV Okazje **7.30** Pierwsza miłość **9.00** Doktor Martin (1) **11.00** Na ratunek 112 **12.00** Ewa gotuje **12.30** Zawodowiec amator **13.00** Widziane z Polski **13.30** Zameldowani **14.00** Sekrety rodziny **16.00** Świat według Kiepskich **17.00** Na ratunek 112 **18.00** Doktor Martin **20.00** Sekrety rodziny **22.00** Świat według Kiepskich **23.00** Czarodziejska Góra **0.55** TV Okazje

CBS Reality

6.00 Patrol na plaży Bondi **7.00** Szyfry Steven Seagal **8.00** Hardkorowy lombard **12.00** Łowcy starości **13.00** Gliniarze na motocyklach **14.00** Na straży australijskich granic **15.00** Paranormalne akta **16.00** Hardkorowy lombard **19.00** Na straży australijskich granic **20.00** Uwięzieni w domu **21.00** Elita wydziału zabójstw (11) **22.00** Pogrzebani za domem **23.00** Tablica zbrodni **0.00** Na miejscu zbrodni **1.00** Tropami zbrodni **2.00** Zdrady

TLC

8.00 Kolorowy design **8.30** Salon sukien ślubnych: Wielka Brytania **9.00** Wiza na miłość: dalsze losy **11.00** Rodzina 10+ **12.00** Sześć razy córka **14.00** Wiza na miłość: dalsze losy **16.00** Historie wielkiej wagi **18.00** Mistrzowie remontu **19.00** Wiza na miłość: na odwrót **20.00** Operacje plastyczne do poprawki **21.00** Dr Pryszczyla **23.00** Moje koszmarnie stopy **0.00** Pasjonaci czy wariaci?

TVN Turbo

12.30 Megatransporty **13.15** Zakup kontrolowany **14.15** Wyburzacz **15.00** Pomoc drogowa 24h **15.45** Samochód marzeń – kup i zrób **16.30** Uwaga! Pirat **17.15** Wojny samochodowe **18.00** Raport Turbo **18.15** Największe polskie katastrofy **19.15** Służby ratownicze **20.00** Brudna robota – czysty zysk **21.00** Zakup kontrolowany **22.00** Raport Turbo **22.15** Wyburzacz **23.00** Pomoc drogowa 24h

Kino TV

8.00 Komisarz Rex **9.05** Koncert – komediodramat Francja/Włochy/Rumunia/Belgia 2009 **11.50** Poirot **13.55** W rodzinie – komedia kryminalna Francja 2008 **15.40** Już za tobą tęsknię – komediodramat W. Bryt. 2015 **18.00** Totalny kataklizm – komedia USA 2008 **19.55** Poirot **21.00** Twarda sztuka – komedia USA 2007 **23.20** W sieci – film sensacyjny USA 1994

TTV

10.50 SOS. Ekipy w akcji **11.50** Kartoteka **12.50** Idealna niania **13.35** Damy i wieśniaczki. Ukraina **14.40** Królowe życia **15.45** Express **16.05** Królowe życia **16.55** Gogglebox. Przed telewizorem **17.45** Express **18.03** Raport smogowy **18.05** Usterka **18.35** Złomowisko PL **19.45** Express **20.05** Damy i wieśniaczki. PL **21.05** Patent na kasę **21.45** Express **22.00** Zamiana znan **23.00** Gogglebox. Przed telewizorem

National Geographic

10.00 Katastrofa w przestworzach **12.00** Wyprawa na dno **13.00** Niszczycielskie żywioły **14.00** Anatomia głupoty według Richarda Hammonda **15.00** Fabryki smaku **16.00** Maszyny wagi ciężkiej **17.00** Wielkie konstrukcje III Rzeszy **18.00** Prosto z fabryki **19.00** Sekrety ludzkiego mózgu **20.00** Katastrofa w przestworzach **21.00** Prace wysokiego ryzyka **22.00** Prosto z fabryki **23.00** Stawka warta tuńczyka

CI Polsat

10.20 Polskie zabójczynie **10.50** Cała prawda o zbrodni **11.20** Zbrodnie, które wstrząsnęły Anglią **12.15** Mordercze związki **13.15** Zabić z zimną krwią **14.15** Kobiety, które zabijają **15.10** Cała prawda o zbrodni **15.40** Kobiety kryminalu **16.05** Łowca zbrodni **17.05** Opoiem ci o zbrodni **17.35** Fajbusiewicz: rozmowy o zbrodni **18.05** Podmiejski koszar **20.05** Kobiety, które zabijają **21.00** Mistrzowie zbrodni? **22.00** Nawiedzone szpitale **23.00** Opoiem ci o zbrodni

TVN Style

12.55 W czym do ślubu? **13.25** Panny młode ponad miarę **14.25** Jak dobrze wyglądać nago. Powrót po latach **15.25** Gwiazdy prywatnie **15.55** Jestem z Polski **16.55** Ugotowani **17.55** Kuchenne rewolucje **18.55** I nie opuszczę Cię aż do ślubu **19.40** Gwiazdy prywatnie **20.10** Kobieta na krancu świata **20.40** Ach, ten ślub! **21.40** Dieta czy cud? **22.25** Tu jest pięknie **23.10** Gwiazdy prywatnie **23.55** Mój chłopak jest maminsynkiem

TVN Fabula

7.00 Detektywi (772, 773) **8.05** Kryminalni (10, 11) **10.15** Druga szansa (1, 2) **12.20** Zakochani po uszy (23-26) **14.30** Kryminalni (12, 26) **16.40** Serialale **17.15** Po pierwsze kino **17.25** Kosmiczni kowboje – film sf USA 2000 **20.00** Battleship: Bitwa o Ziemię – film przygodowy USA 2012 **22.45** Chłopcy z ferajny – film sensacyjny USA 1990 **1.35** Sherlock Holmes: Gra cieni – film kryminalny W. Bryt./USA 2011

Fokus TV

7.15 Wehikuł czasu **7.20** Pod lupą **7.45** Fabryka jedzenia **8.15** Rolnicy. Podlasie **9.15** Dzwonne oblicza wojny **10.00** Poszukiwacze złota w Australii **10.55** Drwale **11.55** Starożytni kosmici **12.45** Ekstremalna kolej Gór Skalistych **13.45** Wojny magazynowe **15.15** Kryptonim szef **16.55** Drwale **17.50** Starożytni kosmici **19.45** Gwiazdy lombardu **21.50** Rolnicy. Podlasie **22.50** Dzwonne oblicza wojny **23.50** Tabu – serial dok.

Nat Geo Wild

10.00 Królestwo drapieżników **11.00** Wrogi świat **12.00** Dzikie miejsca Europy **13.00** Parki narodowe USA **14.00** Posłowanie na myśliwego **15.00** Górskie pogotowie dla zwierząt **16.00** Niezwykły dr Pol **18.00** Dr T – weterynarz z Teksasu **19.00** Cesar Millan: psia federacja **20.00** Ratownicy z indyjskiej dżungli **21.00** Sekretne życie żarłaczów **22.00** Niezwykły dr Pol **23.00** Atak rekina **0.00** Rajskie wyspy

TVP Dokument

11.25 Notacje **11.45** Dakarskie zapasy **12.45** Dziennik z niebieskiej szkoły **13.45** Brazylia. Historia naturalna **14.50** Harmonia chaosu – Nigel Kennedy **15.55** Sekrety najwyższych wieżowców na świecie. Ponad chmurami **16.50** Notacje **17.10** Wszystkie kolory świata **18.10** Kobiety Johna Kennedy'ego **19.15** Cyrk ze złamanym sercem **20.20** Szperando – Romeo i Julia z dzielnicy **20.50** Zapomniana pani **21.20** W starej koszuli, z odwagą w sercu **22.30** Złote Łany

TVP Historia

11.20 Ex libris **11.45** Czas honoru (13) **12.40** Kuchnia Jagiellonów **13.15** Być kobietą w Himalajach **14.05** Spór o historię **14.35** Wojna generałów **15.35** Tajemnice III Rzeszy **16.40** Było, nie minęło **17.10** Przeczaj mi tę historię **17.20** Uciekinier **18.25** PKF **18.40** Bodo (8) **19.40** Wojna w eterze **19.55** Donald Trump: anatomia sukcesu **21.00** W świecie rytuałów **22.30** Z widokiem na Wawel **22.55** Listy z Iwo Jimy – dramat USA/Japonia 2006

AMC

8.00 Crazy Six – film akcji Słowacja/USA 1998 **9.55** Impostor – film sf USA 2011 **11.45** Air America – film sensacyjny USA 1990 **13.55** Różne oblicza Alberta Walkera – thriller W. Bryt./Kanada 2002 **15.40** Tratwa – film wojenny USA 2014 **17.35** Pacific Heights – thriller USA 1990 **19.30** Plan doskonały – thriller USA 2006 **22.00** Donnie Brasco – film sensacyjny USA 1997 **0.30** Subkatororka II – thriller USA 2005

TV Puls

8.00 Lombard. Życie pod zastaw (292, 73) **10.00** Kobra – oddział specjalny **12.00** Zaklinaczka duchów (62, 63) **14.00** Lombard. Życie pod zastaw (74, 75) **16.00** Rodzinny interes (102, 103) **18.00** Lombard. Życie pod zastaw (292, 293) **20.00** Władcy ognia – film sensacyjny USA/W. Bryt./Irlandia 2002 **22.00** Centurion – film sensacyjny W. Bryt./Francja/USA 2010 **23.55** Żelazny rycerz – film przygodowy W. Bryt. 2011

Puls 2

11.45 Timon i Pumba **12.45** Blaze i megamaszyny **13.15** Denver – ostatni dinozaur **13.35** Alvin!!! I wiewiórki **14.10** Mustang – Duch wolności **15.00** Miraculous: Biedronka i Czarny Kot **15.55** Jeźdźcy smoków **16.20** Dzieciak rządzi: znowu w grze **16.50** Pingwin z Madagaskaru **17.45** Alvin!!! I wiewiórki **18.15** Top Wing. Płasia Akiomedia **19.00** Psi patrol **20.00** Lombard. Życie pod zastaw (283, 284) **22.00** FBI (21, 22) **23.50** Wstydlive choroby: prosto z kliniki

Zoom TV

9.25 Sprytny sposób na... **9.30** Karpakcie podróże małe i duże **9.45** Jak skończy się świat **10.45** Narzeczona ze Stambułu **11.45** Małe morderstwa (97) **12.50** Mój wymarzony dom **14.40** Mój wymarzony dom: kupno, sprzedaż **16.35** Co ludzie powiedzą? (6, 7) **18.00** Gang Olsena – paryski plan – komedia kryminalna Dania 1981 **20.00** Zapomniana ze Stambułu **21.00** I love kabaret **23.00** Zabójcze umysły (2, 3)

WP

8.35 Pies: na tropie **10.45** Spektakularne metamorfozy **11.50** WP News **11.55** Pokochaj lub sprzedaj: Australia **12.55** Pokochaj lub sprzedaj – Vancouver **15.50** Pokochaj lub sprzedaj: Australia **16.50** WP News **16.55** Królowie kiczu **17.55** Niezwykłe porządki **18.55** Pogromcy oszustów **20.00** Operacje plastyczne do poprawki **21.00** Wymarzone suknie ślubne **22.00** Kabaret na Karnawale **23.00** Mistrzowie kabaretu – program rozrywkowy



20:55 SERIAL
Ojciec Mateusz



22:55 FILM
Diamenty są wieczne



20:00 FILM
Nie kłam, kochanie



22:35 FILM
Pitch Perfect 3



20:40 FILM
Druhny

TVP 1

DVB

7.00 Transmisja mszy świętej
7.30 Coś dla Ciebie **8.00** Wiadomości **8.10** Pogoda **8.15** Kwa-
drans polityczny **8.35** Ranczo (30)
9.40 Komisarz Alex (66) **10.35**
Ojciec Mateusz (238) **11.25** Kasta
12.00 Wiadomości **12.10** Agro-
biznes **12.30** Agropogoda **12.35**
Magazyn rolniczy **12.55** Epifania-
Święto Jordanu **14.00** Elif (900)

15.00 Wiadomości

15.15 Alarm! – magazyn

15.35 Gra słów. Krzyżówka

16.05 Przysięga (336)

Talaz przyjmuje zlecenie od Cavidan. Narin rozmawia z Masal, ale dziewczynka nadal nie potrafi pogodzić się z nową sytuacją.

17.00 Teleexpress

17.15 Jaka to melodia?

17.55 Klan (3735) (**s.27**)

18.20 Kasta (65)

18.55 Jeden z dziesięciu

19.30 Wiadomości

20.10 Alarm! – magazyn

20.30 Leśniczówka (324) – se-
rial obyczajowy Polska

20.55 Ojciec Mateusz (281)

Pluskwa planuje zostać taksówkarzem. Zdaje egzamin i podejmuje pracę. Wkrótce wdaje się w konflikt z dwoma kierowcami, którzy nie tolerują konkurencji.

21.40 Sprawa dla reportera

22.30 Magazyn śledczy Anity Gargas

23.05 Motel Polska – reality show

23.35 Magazyn kryminalny 997

0.20 Tanie dranie – Moroz i Kłopotowski komentują świat

TVP 2

DVB

6.45 Zaczni od nowa **7.20** Fami-
liada **7.55** Pytanie na śniadanie
10.40 Panorama **10.50** Pytanie na
śniadanie **11.15** Policzmy się dla
Polski **11.25** Rodzinka.pl **11.55**
Barwy szczęścia (2368) **12.30** Ko-
ło fortuny **13.15** Kozacka miłość
(33) – serial Rosja/Ukraina **14.05**
Va banque – teleturniej **14.35** Na
sygnale (211) – serial Polska

15.10 Doktor Kleist – lekarz
rodzinny (116)

16.00 Koło fortuny

16.35 Familiada – teleturniej

17.10 Wjście miłości (474)

Jülide nadal jest pograżona w śpiączce. Azize bezskutecznie usiłuje wy-
dostać się z aresztu. Oguz
pozostaje nieczuły na jej
argumenty.

18.00 Panorama

18.20 Va banque – teleturniej

18.45 Kozacka miłość (34)

19.35 Barwy szczęścia (2368,
2369) – serial Polska (**s.27**)

20.50 Anything goes. Ale jazda!

– program rozrywkowy

21.50 Hotel Vidago Pałace (3)

– serial Hiszp./Port. (**s.3**)

22.55 Diamenty są wieczne

– film sensac. W. Bryt. 1971
Reż. Guy Hamilton, wyk.
Sean Connery, Jill St. John,
Charles Gray
Uwagę brytyjskiego wywiadu
zwraca wzrost przemytu
diamentów. Śledztwo 007
wiedzie do Blofelda i lasero-
wego generatora, który został
umieszczony na orbicie.

1.00 Mów mi Vincent – kome-
dia USA 2014

Polsat

DVB

5.25 Telezakupy TV Okazje **6.00**
Nowy dzień z Polsat News **8.40**
Malanowski i Partnerzy **9.40** Se-
kretu rodziny **10.40** Dlaczego ja?
11.40 Gliniarze **12.50** Wydarze-
nia **13.25** Interwencja – magazyn
13.40 Trudne sprawy (930) – se-
rial fabularno-dokumentalny **14.40**
Dlaczego ja? (936) – serial fabular-
no-dokumentalny Polska

15.50 Wydarzenia

16.10 Pogoda

16.15 Interwencja – magazyn

16.30 Na ratunek 112 (398)

17.00 Gliniarze (449)

18.00 Pierwsza miłość (3156)
– serial Polska (**s.27**)

18.50 Wydarzenia

19.25 Gość „Wydarzeń”

20.00 Nie kłam, kochanie

– komedia romantyczna
Polska 2008
Reż. Piotr Wereśniak, wyk.
Piotr Adamczyk, Marta
Żmuda-Trzebiatowska,
Grażyna Szapolowska
Marcin, playboy i notorycz-
ny kłamca wpada w kłopoty
finansowe. Pomóc mogą
pieniądze od ciotki, ale ta
żąda, by się ustatkował.
Wkrótce Marcin prosi, by Ania
udawała jego żonę...

22.15 Czarownica – komedia
romantyczna USA 2005
Reż. Nora Ephron, wyk.
Nicole Kidman, Will Ferrell,
Shirley MacLaine
Opowieść o współczesnej
czarownicy, która pragnie
wyrzucić się magii i żyć jak
każda kobieta.

0.30 Kabaretowa Ekstraklasa

TVN

DVB

5.45 Mango – Telezakupy **7.00**
Kuchenne rewolucje **8.00** Dzień
Dobry TVN **11.35** Doradca smaku:
Grasica cieleca z karmelizowanymi
morelami – magazyn kulinarny Pol-
ska **11.45** Ukryta prawda **12.50**
Szpital (640) **13.50** Rozwód. Walka
o wszystko (19) – serial fabu-
larno-dokumentalny Polska **14.55**
Szpital (641)

15.55 Kuchenne rewolucje:

„U Jędy”, Kraków

17.00 Rozwód. Walka o wszyst-

ko (20) – serial fab.-dok.

Agnieszka i Robert finali-
zują rozwód. Każde z nich
jest już w nowym związku.
Po rozprawie byli małżon-
kowie idą razem na wino
i lądują w łóżku. Wkrótce
wychodzi na jaw, że
Agnieszka jest w ciąży.

18.00 Ukryta prawda (908)

19.00 Fakty

19.25 Uwaga! Koronawirus

19.55 Uwaga! – magazyn

20.10 Doradca smaku

20.15 Na Wspólnej (3161)

– serial Polska (**s.27**)

20.55 Milionerzy – teleturniej

21.30 Kuchenne rewolucje:

Restauracja „Kuchnia

z piwnicą”, Człuchów

22.35 Pitch Perfect 3 – komedia

muzyczna USA 2017

Reż. Trish Sie, wyk. Anna

Kendrick, Rebel Wilson,

Brittany Snow

Dorośle dziewczyny z The

Barden Bellas łączą swoje

siły podczas międzynaro-
dowego tournée.

0.25 Klinika bez tajemnic

TVN 7

DVB

8.00 Ukryta prawda **11.00** Szpital
12.00 Szkoła **13.00** Sąd rodzinny
14.00 Sędzia Anna Maria Wesołow-
ska **15.00** Ukryta prawda **16.00**
Zakochani po uszy (274) – serial oby-
czajowy Polska **16.35** Brzydula (67) –
serial obyczajowy Polska **17.10** 19+
18.15 Idealna niania **18.55** Ten mo-
ment **19.30** Zakochani po uszy (275)
– serial obyczajowy Polska **20.00**
Brzydula (68) – serial obyczajowy
Polska **20.40** ♦♦♦ Druhny – komedia
romantyczna USA 2011, reż. Paul Feig,
wyk. Kristen Wiig **23.15** ♦♦♦ Kasamo-
wa – komedia sensacyjna USA 1997

TV 4

DVB

8.00 Nasz nowy dom **9.00** Sędzia Judy
10.25 Nowe sekrety sąsiadów (12, 13)
11.25 Pamiętniki z wakacji **12.25** Świę-
ty (48) **12.55** Wzór (98) **13.55** Kobra –
oddział specjalny **14.55** STOP Drogówka
15.55 Kobra – oddział specjalny **17.00**
Nowe sekrety sąsiadów (13, 14) **18.00**
Policjanci i policjanci (691, 692) **20.00**
Sprawiedliwi – wydział kryminalny (420)
21.05 ♦♦♦ Underworld: Evolucja – hor-
ror USA/Kanada 2006 **23.20** Ucho Pre-
zesa (11, 12) **0.00** STOP Drogówka

TV 6

DVB

6.00 Top 10 lista przebojów **9.00** Ga-
lileo **10.00** Żona dla milionera **11.00**
Czysta chata **12.00** Miodowe lata (66,
56) **13.40** Bumerang **14.15** Policjant-
ki i policjanci (658) **15.15** Detektywi w
akcji (12) **16.15** Septagon (5) **17.15**
Hawaje 5-0 **18.15** Miodowe lata (37,
52) **20.00** Galileo – program popular-
nonaukowy **21.00** CSI: Kryminalne
zagadki Miami (80, 81) – serial kry-
minalny **23.00** ♦♦♦ 12 rund 3 – film
sensacyjny USA 2015

TVP Polonia

11.20 Przepis dnia **11.30** Barwy
szczęścia (2324) **12.00** Dzień
arcydzieła **12.15** Co niesie dzień
12.30 Jak miłość (1547) **13.20**
Kierunek Zachód **13.40** Gospo-
darz. Włodzimierz Tetmajer znany
i nieznany **14.45** Kasta **15.15**
Rączka gotuje **15.45** Mówimy
po polsku **15.55** Studio Łwów
16.15 Al-chemik **16.30** Baw
się słowami **16.50** Nauka literek
z Żużu **17.00** Rodzinka.pl (280)
17.30 Dziennik regionów **17.50**
Gra słów. Krzyżówka **18.20**
Wschód **18.50** Barwy szczęścia
(2324) **19.20** Wilnoteka **19.40**
Alert Covid **20.00** Polonia **24**
20.05 Paradoxs (3) **21.40** Za-
giniona (5) **22.30** Kasta **23.00**
Najpiękniejszy widok z okna

TV Trwam

DVB

11.35 Przyroda i ludzie **12.20**
Po stronie prawdy **12.50** Wy-
szyński – historia **13.30** Msza
Święta z kaplicy na Jasnej
Górze **14.30** ♦♦♦ Łaski peł-
na – film obyczajowy USA 2015
16.10 Z wędką nad wodę w
Polskę i świat **16.35** Porady
medyczne bonifratrów **17.05**
Ostatni rzeźbiarz w szkole **17.30**
Okiem kamery **18.15** Rozmo-
wy niedokończone **19.30** Przy-
jaciele i bohaterowie **20.00**
Informacje **20.20** Różaniec
21.00 Apel Jasnógórski **21.40**
Polski punkt widzenia **22.00**
Mała Nellie od Świętego Boga
22.30 Z wędką nad wodę w
Polskę i świat **23.00** Przedsta-
wienie musi trwać

TVP Kultura

DVB

9.15 ♦♦♦ Nazarin – dramat
Meksyk 1959 **11.00** ♦♦♦ Rze-
ka kłamstwa (4) – film Polska 1987
12.35 Elizabeth – dr. Polska 2018
13.15 Śladami wielkich kompo-
zytorów **14.15** Urodzeni artyści
14.40 Fotel – film anim. **14.45**
Maszyna – film anim. **14.55** Litera
– film anim. **15.00** Wykres – film
anim. **15.05** Arena – film anim.
15.10 Schody – film anim. **15.25**
♦♦♦ Opowieść zimowa – film Fr.
1992 **17.30** Czwadziestolatek (14)
18.30 Informacje kulturalne **18.55**
Co dalej? **19.15** Rzeźba w poszu-
kiwaniu miejsca **19.45** Którędy po
szukę **20.00** Tego się nie wybrnie
21.25 ♦♦♦ Zagubiona autostrada
– thriller Francja/USA 1997 **23.50**
Tego się nie wytnie ekstra

Super Polsat

DVB

5.00 Nasz nowy dom **6.00**
Wydarzenia **6.40** SuperLudzie
Extra **7.00** Psi patrol **8.00**
Kung Fu Panda – legenda o
niezwykłości **8.30** Rycerka
Nella – serial animowany **9.30**
SpongeBob Kanciastoporty
10.00 SuperLudzie **10.30**
Niania (20) **11.00** Nasz nowy
dom **12.00** Miasto długów (22)
13.00 Gliniarze (68) – serial fa-
bularno-dokumentalny **14.00**
Chirurgdy (151) **15.00** Top chef
16.30 Hell's Kitchen – piekiel-
na kuchnia **18.00** Nasz nowy
dom **19.00** Łowcy nagród – te-
leturniej **20.00** ♦♦♦ Ojciec
chrzestny (1) – film sensacyjny
USA 1972 **23.35** Świat według
Kiepskich (226, 227)

Metro

DVB

8.00 Top of the Top Sopot Festi-
val 2018: The Best of Sopot **8.40**
Angry Birds **8.55** Wanda i Zielony
Ludek **9.40** Prawo Agaty (10)
10.40 Idealna niania **11.25** Dr
House (9) **12.25** Zdecyduj i przeżyj
12.55 Celnicy na straży Europy
13.25 Wojny magazynowe – Tek-
sas **13.55** Co było dalej? **14.25**
Prawo Agaty (11) **15.25** Milione-
rzy **16.00** Dr House (10) **17.00**
Łazienkowe metamorfozy **17.30**
Walka o remont **18.00** Wojny ma-
gazynowe – Teksas **18.30** Metro
18.45 Wojny magazynowe **19.10**
Gorączka złota **20.10** Zabójcza
broń (20) **21.10** Kości (16) **22.10**
♦♦♦ Zolnierz przyszłości – film sf
USA/W. Bryt. 1998 **0.15** Odwróce-
ni. Ojcowie i córki (3)

Nowa TV

DVB

7.40 Ewa gotuje **8.15** Pod
lupą **8.40** Był sobie kosmos
9.20 Daleko od noszy **10.15**
łowcy cieni. Pod presją (13)
11.15 Stoiki (40) **12.00** Oszu-
skane **13.00** Pielęgniarki **13.55**
Szpital dziecięcy (3) **14.55** Da-
leko od noszy **15.55** Mały dom,
wielkie możliwości **16.50** Re-
mont w bostońskim stylu **17.45**
Łowcy małych domów **18.05**
Fabryka przedmiotów domo-
wych **18.35** Ogarnij podwórko
19.00 Nowa rewia kabaretowa
20.00 ♦♦ I uderzył grom – film
sensacyjny Czechy/W. Bryt./
Niemcy/USA 2005 **22.00** ♦♦♦
Elkisir miłości – komedia ro-
mantyczna USA 1992 **0.00** Mój
nawiedzony dom

Ale Kino+

8.30 Kobiety za kamerą **9.45** Aria **10.10** ♦♦♦ Menashe – dramat USA 2017 **11.45** Spowiedź emigranta **12.45** Blizniak (7, 8) **14.45** Czy ktoś wie, że wygrał **15.25** John Wayne – więcej niż młot **16.35** Historia Addalego – film animowany Niemcy 2018 **17.35** Córka **18.20** ♦♦♦ Kobieta pracująca – dramat Izrael 2018 **20.10** ♦♦♦ Szklany zamek – film biograficzny USA 2017 **22.40** ♦♦♦ Thelma – thriller Norwegia/Francja/Dania 2017

Polsat 2

8.00 Trudne sprawy **9.05** Drwa i inne opowieści Bieszczad **10.00** Na ratunek **11.20** **10.30** Sekrety rodziny **11.30** Dlaczego ja? **12.30** Nasz nowy dom **13.30** Świat według Kiepskich (469-471) **15.00** Trudne sprawy **16.00** Nasz nowy dom **17.00** Sekrety rodziny **18.00** Malanowski i Partnerzy **19.00** Gliniarze **20.05** Wydarzenia **20.40** Gość „Wydarzeń” **21.10** Trudne sprawy **22.10** Dlaczego ja? **23.10** Świat według Kiepskich (376, 377)

Eurosport 1

6.00 Raid terenowy: Raid Dakar **7.30** Narciarstwo alpejskie: PS **8.30** Snooker: Masters **10.30** Kombinacja norweska: PS **14.05** (L) Biatlon: PS **15.55** Narciarstwo alpejskie: PS **17.30** Wiadomości Eurosportu **17.35** Kombinacja norweska: PS **20.05** Wiadomości Eurosportu **20.10** Kombinacja norweska: PS **22.40** Wiadomości Eurosportu **22.45** Snooker: Masters **0.45** Narciarstwo alpejskie: PS **1.30** Raid Dakar

Eleven Sports 1

6.00 Piłka nożna: LaLiga Santander **8.00** Piłka nożna: Bundesliga **10.00** Piłka nożna: Serie A TIM **12.00** Piłka nożna: LaLiga Santander **14.00** Piłka nożna: Bundesliga **16.00** Piłka nożna: Serie A TIM **18.00** Piłka nożna: LaLiga Santander **20.00** Piłka nożna: Bundesliga **22.00** Piłka nożna: Serie A TIM **0.00** Piłka nożna: LaLiga Santander **2.00** Piłka nożna: Bundesliga **4.00** Piłka nożna: Serie A TIM

TVP ABC

13.05 Figi Migu **13.25** Skylanders Academy **13.55** Inazuma Eleven **14.20** Tom i Jerry Show **14.50** Transformers: Cyberverse **15.15** Licz na Wiktora **15.25** Al-chemik **15.45** Yakari **16.00** Marta mówi! **16.30** Mała lama **17.00** Daisy i Ollie **17.15** Małe Królowny **17.30** Bella i Sebastian **17.45** Rev and Roll **17.55** Trolle: Impreza trwa **18.25** Przygody Tomka Sawyer **18.50** Billy **19.00** Heidi **19.20** Stacyjkowo

Kino Polska

7.55 ♦♦♦ Polowanie na muchy – film Polska 1969 **10.05** ♦♦♦ Zbrodniarz i panna – film kryminalny Polska 1963 **11.50** TV Okazje **12.20** ♦♦♦ Dwa żebra Adama – komedia Polska 1964 **13.55** ♦♦♦ Sublokator – komedia Polska 1966 **15.55** Dom (7) **18.00** Kabaretowy rejs **20.00** ♦♦ Weekend – komedia sensacyjna Polska 2010 **22.20** ♦♦ To ja, złodziej – film sensacyjny RPA/Polska 2000 **0.25** ♦♦ Na granicy – thriller Polska 2016

TVP Seriele

8.30 Komisarz Alex (158) **9.20** Złotopolski (185) **9.50** Klan (99) **10.30** M jak miłość (1475) **11.30** Ranczo (112) **12.20** Ranczo.pl (102, 103) **13.40** Ojciec Mateusz (77, 78) **15.30** Na dobre i na złe (710) **16.25** Na sygnale (247) **16.55** Ranczo (113, 114) **18.55** Ranczo.pl (104) **19.35** Ojciec Mateusz (79, 149) **21.30** Ranczo (115, 116) **23.30** Ojciec Mateusz (80) **0.25** Komisarz Alex (146) **1.25** Ekstradycja (5, 6) **3.40** Ta jedyna (126, 127)

Eurosport 2

5.15 Narciarstwo alpejskie: PS **7.30** Kolarstwo: Gandawa-Wevelgem **9.00** Biatlon: PS **12.00** Snooker: Masters **13.30** Saneczkarstwo: PS **17.05** Snooker: Masters **19.20** Wiadomości Eurosportu **19.25** Biatlon: PS: Zawody w Antholz-Anterselvie – bieg indywidualny kobiet na 15 km **20.55** Wiadomości Eurosportu **21.00** Narciarstwo alpejskie: PS **1.00** Wiadomości Eurosportu **1.05** Biatlon: PS

Polsat Sport News

7.00 Sport flesz **7.07** Narciarstwo alpejskie: Magazyn FIS alpejski **8.00** Sport flesz **8.07** Magazyn snowboardowy **9.00** Sport flesz **9.07** Boks z archiwum **10.00** Sport flesz **10.07** Boks z archiwum **11.00** Sport flesz **11.07** Narciarstwo dowolne: Magazyn FIS freestyle **12.00** Sport flesz **12.07** Piłka nożna z archiwum **14.30** Koszykówka: Energia Basket Liga **16.30** Trans World Sport **17.30** MMA: KSW **20.00** Piłka nożna z archiwum

Mezzo

10.22 State Academic Symphony Orchestra „Evgeny Svetlanov” i Fuad Ilmagimov **12.08** Intermezzo **13.00** Kwartety smyczkowe Beethovena w wykonaniu Belcea Quartet **15.52** Intermezzo **16.12** Festival d'Ambronay **17.13** Kwartety smyczkowe Beethovena w wykonaniu Belcea Quartet **18.58** Daniel Barenboim interpretuje sonaty fortepianowe Beethovena **20.25** Intermezzo **20.30** Jazz Legends **21.14** Festival Sons d'Hiver 2016 **22.04** Malta Jazz Festival 2019

Polsat Film

8.30 Przyjaciółki (160, 161) **10.30** Świat według Kiepskich (209-210, 10) **12.15** Wallace i Gromit: Kłątwa królika – film animowany W. Bryt./USA 2005 **14.15** ♦♦ Jak długo jeszcze? – komedia USA/Kanada 2007 **16.15** ♦♦ Niewidzialny – film sensacyjny USA 2005 **18.50** ♦♦ Słyszeliście o Morganach? – komedia romantyczna USA 2009 **21.00** ♦♦ Sekstasmo – komedia USA 2014 **23.00** ♦♦ Niepostrzeżenie – film USA 2010

AXN

6.10 Ciężar prawdy (3, 4) **8.05** Seal Team (8-11) **11.50** ♦♦ Świat w płomieniach – film sensacyjny USA 2013 **14.40** ♦♦ I kto to mówi? – komedia USA 1989 **16.30** Nocna zmiana (6, 7) **18.20** Rekrut (14, 15) **20.05** Agenci NCIS: Los Angeles (1) **21.00** Agenci NCIS (12) **22.00** ♦♦ Wywiad ze Słońcem Narodu – komedia USA 2014 **0.20** Agenci NCIS (12) **1.10** Seal Team (8, 9) **3.00** Agenci NCIS: Los Angeles (1)

Polsat Sport

6.00 MMA: KSW **8.30** Siatkówka – PlusLiga: Stal Nysa – Cuprum Lubin **11.00** Piłka nożna – Puchar Włoch: Juventus FC – Genoa CFC **13.30** KOTV Weekly **14.15** (L) Biatlon: PS **16.00** Siatkówka – PlusLiga: Indykpol AZS Olsztyn – Jastrzębski Węgiel **20.30** (L) Siatkówka – Tauron 1. Liga: ASZ AGH Kraków – Mickiewicz Kłuczbork **23.00** MMA: UFC **0.00** Piłka nożna – Liga włoska: Inter Mediolan – Juventus FC

TVN 24

6.00 Serwis informacyjny, pogoda **7.30** Rozmowa Piaseckiego – Polska **7.40** Serwis informacyjny, pogoda **15.00** 15 na żywo **16.00** Fakty po południu **18.00** Tak jest **19.10** Serwis informacyjny **19.25** Fakty po Faktach **20.00** Kropka nad i **20.30** Czarno na białym **21.00** Polska i świat **22.00** Szkoła kontaktowa **23.00** Dzień po dniu **23.40** Bilans dnia **0.00** Fakty po Faktach **0.40** Kropka nad i **1.15** Tak jest

TVP Rozrywka

9.50 Kabaret za kulisami **10.50** Va banque **11.25** Muzeum polskiej piosenki **11.35** Familia **12.15** Postaw na milion **13.15** Pojutrze – Kabaret Hrab **15.20** XIV Mazurska Noc Kabaretowa – Mrągowo 2012 **18.25** Okrasa łanie przepisy **18.55** Makłowicz w podróży **19.30** Gra słów. Krzyżówka **19.55** Va banque **20.35** Postaw na milion **21.35** Latający Klub II, czyli wieczór kabaretowy **22.30** Kabaret za kulisami **23.30** Dzięki Bogu już weekend

Stopklatka

8.05 Plebania (262, 263) **9.05** Klara i wszystko jasne (7, 8) **11.10** Zagadki kryminalne panny Fisher (11) – serial kryminalny **12.25** Chicago Fire **13.25** Katastrofy w przestworzach **15.35** ♦♦ Wybuch – film sf USA 2011 **17.15** Chicago Fire **18.20** Wojny kontenerowe **20.00** ♦♦ W sieci – film sensacyjny USA 1994 **22.45** ♦♦ Largo Winch 2: Spisek – thriller Francja/Belgia/Niemcy 2011 **1.05** ♦♦ Karuzela – dramat Polska 2014

13 Ulica

6.00 Grantchester (4, 5) **7.45** Zaprzysiężeni (15, 16) **9.30** Kobra – oddział specjalny (14, 15) **11.30** Dowody zbrodni (13, 14) **13.20** Cherif (9) **14.25** Zaprzysiężeni (17, 18) **16.15** Kobra – oddział specjalny (16, 1) **18.15** Dowody zbrodni (15, 16) – serial sensacyjny USA **20.05** Chicago P.D. (14) – serial kryminalny USA **21.00** Zabójcze umysły (14, 14) – serial kryminalny USA **23.00** CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku (14) **0.00** Chicago P.D. (14)

TVP Sport

10.10 Gala boksu zawodowego: Walka w wadze półśredniej: Floyd Mayweather jr – Shane Mosley **14.40** Loty narciarskie: MS **16.30** Piłka nożna – Eliminacje Mistrzostw Świata: Polska – Anglia **18.40** Piłka nożna – Superpuchar Włoch: Juventus FC – SSC Napoli **20.45** Studio Pucharu Włoch **21.10** (L) Piłka nożna – Puchar Włoch: SS Lazio – Parma Calcio **23.30** Sportowy wieczór **0.05** Gala boksu zawodowego

Polsat News

8.00 Nowy dzień **9.00** W rytmie dnia **12.50** Wydarzenia **13.30** W rytmie dnia **13.55** Pogoda **14.00** W rytmie dnia **14.55** Pogoda **15.00** W rytmie dnia **15.30** Sport **15.35** Pogoda **15.50** Wydarzenia **16.10** Więcej „Wydarzeń” **16.30** Godziny szczytu **18.50** Wydarzenia **19.25** Gość „Wydarzeń” **19.50** Debaty dnia **20.50** Wydarzenia flesz **21.00** Raport **21.50** Wydarzenia **22.30** Dzień na świecie **23.00** Obraz dnia **23.45** Biznesowy obraz dnia

Planete+

8.55 Wszechświat tętniący życiem **11.00** Afryka. Sceny z życia drapieżników **13.00** Irlandia z lotu ptaka **14.00** Bernauer Strasse – ulica, która dzieli świat **15.00** Solidarność – pierwszy przełom **16.00** Cuda Azji **17.00** Mississippi – królowa amerykańskich rzek **18.00** Świat z góry **19.00** 360° – świat bez granic **21.00** Życie w wojennych Niemczech **23.00** SS – barbarzyńska utopia **0.00** Młot na czarownicę. Mechanizm zbiorowej hysterii

Canal+ Premium

9.55 ♦♦♦ Wilcze echa – thriller Francja 2019 **11.45** Na strąk! **12.10** ♦♦♦ Kiler – komedia Polska 1997 **13.55** Hollywood Buzz **14.20** Entuzjastki **14.30** ♦♦♦ Duch Bożego Narodzenia – kom. USA 2019 **15.55** ♦♦♦ Park Jurajski III – film USA 2001 **17.30** Polska z góry... **18.25** ♦♦♦ Koty – musical USA 2019 **20.15** Cobra (3) **21.00** Nauczycielka (5, 6) **21.50** ♦♦♦ Gozdina prawdy – thriller W. Bryt. 2020 **23.45** ♦♦♦ Psy 3: W imię zasad – film sensac. Polska 2020

SciFi Universal

5.00 Herkules (1) **6.00** Przygody Merlina (12, 13) **8.00** Herkules (22, 1-3) **11.40** Star Trek – Enterprise (25, 26) **13.30** Gwiezdne wrota (3, 4) **15.20** Przygody Merlina (13, 14) **17.10** Star Trek – Enterprise (1, 2) **19.00** Gwiezdne wrota (5, 6) – serial sf USA/Kanada **21.00** The Outpost (7-9) – serial fantastyczny USA **0.00** ♦♦ Pod powierzchnią – horror USA 2013 **2.00** Grimm (6) **3.00** Przygody Merlina (1)

Canal+ Sport

11.15 Piłka: LaLiga Santander **13.30** LaLiga World **14.00** Premier League Netbusters **14.30** Ligue 1 Review **15.30** Piłka: Premier League: Fulham FC – Manchester United **17.45** Basket+ **18.00** Premier League World **18.30** Gala boksu zawodowego: walka: Erickson Lubin – Terrell Gausha **19.30** LaLiga World **20.00** NBA Action **20.30** Premierowa jazda **20.55** (L) Piłka nożna – Premier League: Liverpool FC – Burnley FC **23.00** Jej Wysokość Premier League

TVP Info

8.18 Minęła 8 **9.00** Serwis Info **9.11** Minęła 9 **10.00** Serwis Info **12.00** INFO Raport **13.29** Serwis Info **15.29** Info dzień **16.45** Koronawirus. Szpital **17.00** Teleexpress **17.15** Teleexpress Extra **17.30** O co chodzi **18.00** Panorama **18.19** Serwis Info **18.37** O tym się mówi! **19.30** Wiadomości **19.58** Gość Wiadomości **20.13** Minęła 20-ta **21.20** Nie da się ukryć **21.25** Serwis Info **21.50** W tyle wizji **22.25** Serwis Info **22.30** W tyle wizji

BBC Earth

10.00 W okowach mrozu **10.55** Dziewięć najważniejszych miesięcy **11.55** Cała prawda o fast foodach **13.00** Pociągami dookoła świata **13.55** W okowach mrozu **15.55** Zabójcza pogoda **16.55** Sekrety supermarketów **17.55** Cała prawda o fast foodach **18.55** Lodowe miasto: życie na krawędzi **19.55** Ekstremalne wyprawy **20.55** Życie na pustkowiu **21.55** W okowach mrozu **23.00** Cała prawda o fitnessie **0.00** Zabójcze kataklizmy

HBO

9.45 Stalowy gigant – film animowany USA 1999 **11.10** ♦♦ Opowieści na dobranoc – komedia USA 2008 **12.50** Gdzie jest Nemo – film animowany USA 2003 **14.30** U2: Experience – koncert w Berlinie **15.45** ♦♦♦ Mroczne wody – dramat USA 2019 **17.50** ♦♦♦ Midway – dramat USA 2019 **20.10** ♦♦♦ Niezwykłe lato z Tess – film familijny Holandia/Niemcy 2019 **21.35** Pod drzewem grejfrutowym: „CC” Sabatnia **22.45** ♦♦♦ Anna – film Francja/USA/Kanada/Rosja 2019

FOX

8.15 CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku (12) **9.10** Kości (17-20) **12.50** Mentalista (22) **13.45** Castle (11, 12) **15.35** CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku (1) **16.30** Chicago Fire (13, 14) **18.20** Chicago Med (5, 6) – serial obyczajowy USA **20.10** Zabójcze umysły (10) – serial kryminalny USA **21.05** Syn matronawny (20) – serial kryminalny USA **22.10** ♦♦♦ Szyby i wściekły – Tokio Drift – film sensacyjny USA/Niemcy/Japonia 2006

nSport+

8.00 Telesprzedaz **9.35** News+ **10.10** LaLiga World **10.45** Witaj w klubie **12.00** News+ **12.45** Piłka nożna – Ligue 1 Uber Eats: Olympique Marsylia – RC Lens **15.00** News+ **15.30** LaLiga World **16.00** Piłka nożna: LaLiga Santander **18.10** Ligue 1 Review **19.10** (L) Piłka nożna: LaLiga Santander **21.30** Boxing World Weekly **22.00** Gala boksu zawodowego: walka wieczoru: Chris Colbert – Jaime Arboleda **23.00** News+ **23.30** Basket+

TVP 3

10.55 Było, nie minęło **11.25** Policzmy się dla Polski **11.35** Wiadomości rolnicze **12.15** Co niesie dzień **12.30** Coś dla Ciebie **13.00** Pozyteczni.pl **13.35** Agrobiznes **13.55** Agropogoda **15.00** Koronka do Miłosierdzia Bożego **15.20** Miłosne potyczki (51) **16.05** Telekurier **16.30** Kryminalna siódemka **16.45** Dziennik **17.00** Reportaż **20.00** Kasta **20.35** Antenowe remanenty **21.20** Policzmy się dla Polski **21.50** Studio Lotto **22.00** Dziennik regionów

Discovery Channel

8.00 Fani czterech kółek **9.00** Klan z Alaski (1) **10.00** Ekstremalna Alaska **11.00** Ocalić dom **12.00** Morze złota **13.00** Nagi instynkt przetrwania **14.00** Bimbrownicy **15.00** Złomowisko PL **16.00** Gorączka złota **18.00** Nietypowe transporty **19.00** Zawodowcy **20.00** Złomowisko PL **21.00** Gorączka złota **22.00** Łowcy opali (1) **23.00** Pogromca legend i tajemnic **0.00** Fani czterech kółek

TNT

5.12 Wrogie niebo **6.08** MacGyver **8.06** Doktor Quinn **9.02** Domek na prelii (4 Odcinki) – serial przygodowy USA 1978 **13.22** Doktor Quinn – serial obyczajowy USA 1995 **15.13** Strażnik Teksasu **17.55** ♦♦♦ Ona to on – komedia USA/Kanada 2006 **20.00** ♦♦♦ xXx – film sensacyjny USA 2002 **22.21** ♦♦♦ Oszukać przeznaczenie III – horror USA/Niemcy 2006 **0.13** ♦♦♦ Od zmiernu do świtu – horror USA/Meksyk 1996

ATM Rozrywka

6.00 Disco gramy! **7.00** TV Okazje **7.30** Pierwsza miłość **9.00** Doktor Martin **11.00** Na ratunek **12.12** Ewa gotuje **12.30** Zooon – praktykanci! **13.00** Kozetka **13.30** Zameldowani **14.00** Sekrety rodziny **16.00** Świat według Kiepskich **17.00** Na ratunek **11.12** **18.00** Doktor Martin – serial obyczajowy **20.00** Sekrety rodziny **22.00** Świat według Kiepskich **23.00** ♦♦ Malpecki – dramat psychologiczny Szwecja 2011

CBS Reality

7.00 Szeryf Steven Seagal **8.00** Hardkorowy lombard **12.00** łowcy staroci **13.00** Uwięzieni w domu **14.00** Na straży australijskich granic **15.00** Paranormalne akta **16.00** Hardkorowy lombard **19.00** Na straży australijskich granic **20.00** Miłość dziecka jest mądrzejsza ode mnie **21.00** Elita wydziału zabójstw (12) **22.00** Pogrzebani za domem **23.00** Tablica zbrodni **0.00** Na miejscu zbrodni **1.00** Tropami zbrodni **2.00** Zdrady

TLC

8.00 Kolorowy design **8.30** Salon sukien ślubnych: Wielka Brytania **9.00** Wiza na miłość: dalsze losy **11.00** Wiza na miłość **13.00** Sześć razy córka **14.00** Wiza na miłość: dalsze losy **16.00** Historie wielkiej wagi **18.00** Mistrzowie remontu **19.00** Suknie ślubne dla puszystych **20.00** Rodzina 10+ **21.00** Derrico: rodzinka razy cztery **22.00** Operacje plastyczne do poprawki **23.00** Moje ciało mnie przeraża

TVN Turbo

12.00 Najlepsze samochody lat 80. **12.30** Megatransporty **13.15** Zakup kontrolowany **14.15** Wyburzacz **15.00** Pomoc drogowa 24h **15.45** Samochód marzeń – kup i zrób **16.30** Uwaga! Pirat **17.15** Wojny samochodowe **18.00** Raport Turbo **18.15** Złodzieje **19.15** Mechanicy **20.00** Zawodowi handlarze **20.45** Hiszpańska drogówka **21.15** Klimek kontra Duda **22.00** Raport Turbo **22.15** Brudna robota – czysty zysk

Kino TV

9.50 ♦♦♦ Długie podanie – komediodramat USA 2008 **11.50** ♦♦♦ Poirot – film kryminalny W. Bryt. 2009 **13.55** ♦♦♦ Johnny English – komedia sensacyjna W. Bryt./Francia/USA 2003 **15.50** ♦♦♦ Miłość w Laponii – komedia romantyczna Francja 2017 **17.50** ♦♦♦ Rodzina do wynajęcia – komedia romantyczna Belgia/Francia 2015 **19.55** Poirot **21.00** ♦♦♦ Omen – horror USA/NW. Bryt. 1976 **23.15** ♦♦♦ Motywy zbrodni – thriller USA 1991

TTV

10.50 SOS. Ekipy w akcji **11.50** Kartoteka **12.50** Sprzątaczkę **13.35** Damsy i wieśniaczki. Ukraina **14.40** Królów życia **15.45** Express **16.05** Królowe życia **16.55** Gogglebox. Przed telewizorem **17.45** Express **18.05** Usterka **18.35** Złomowisko PL **19.45** Express **20.05** Damsy i wieśniaczki. PL **21.05** Patent na kasę **21.45** Express **22.00** Królowe życia **22.45** Królowe życia. Extra (1) **23.30** Zamiana żon

National Geographic

9.00 DNA maszyn **10.00** Katastrofa w przestworzach **12.00** Wyprawa na dno **13.00** Niszczycielskie żywioły **14.00** Anatomia głupoty według Richarda Hammonda **15.00** Fabryki smaku **16.00** Maszyny wagi ciężkiej **17.00** Wielkie konstrukcje III Rzeszy **18.00** Wyścigi złomów **19.00** Sekrety ludzkiego mózgu **20.00** Katastrofa w przestworzach **21.00** DNA maszyn **22.00** Ostatni statek niewolników **23.00** Megatransportowce

CI Polsat

10.50 Cała prawda o zbrodni **11.20** Zbrodnie, które wstrząsnęły Anglią **12.15** Mordercze związki **13.15** Zabić z zimną krwią **14.15** Kobiety, które zabijają **15.10** Fajbusiewicz: rozmowy o zbrodni **15.40** Kobiety kryminalu **16.05** Łowca zbrodni **17.05** Mordercze związki **18.05** Tajemnica malomiaszczkowskiej zbrodni **20.05** Kobiety, które zabijają **21.00** 48 godzin **22.00** Najbardziej szokujące przypadki sądowe **23.00** ♦♦ Zabawa w zabójcę – thriller Kanada 2013

TVN Style

11.55 Kuchenne rewolucje **12.55** Polska na patelni **13.25** Jestem z Polski **14.25** Mój chłopak jest mamiński **15.25** Związki z modą **16.25** W czym do służyć? **16.55** Ugotowani **17.55** Kuchenne rewolucje **18.55** I nie opuszczę Cię aż do ślubu **19.40** Cała prawda **20.25** Remonty gwiazd Hollywood **21.25** Panny młode ponad miarę **22.25** Pani Gadździ **22.55** Remont po eks **23.25** Egzotyczne wakacje na każdą kieszeń

TVN Fabuła

7.00 Detektywi (774, 775) **8.05** Kryminalni (12, 26) **10.15** Druga szansa (3, 4) **12.20** Zakochani po uszy (27-30) **14.30** Kryminalni (1, 2) **16.40** Serieale **17.40** Najpiękniejsza muzyka filmowa **17.55** ♦♦ Beethoven III – komedia USA 2000 **20.00** ♦♦♦ Epidemia – film sensacyjny USA 1995 **22.45** ♦♦♦ Constantine – horror USA/Niemcy 2005 **1.15** ♦♦♦ Skazani na Shawshank – dramat psychologiczny USA 1994 **3.40** Andrzej Sołtyś

Fokus TV

7.15 Wehikuł czasu **7.20** Pod lupą **7.45** Fabryka jedzenia **8.15** Rolnicy. Podlasie **9.15** Dżwone oblicza wojny **10.00** Poszukiwacze złota w Australii **10.55** Drwale **11.55** Starożytni kosmici **12.45** Ekstremalna kolej Gór Skalistych **13.45** Wojny magazynowe **15.15** Kryptonim szef **16.55** Drwale **17.50** Starożytni kosmici **19.45** Gwiazdy lombardu **21.50** Rolnicy. Podlasie **22.50** Dżwone oblicza wojny **23.50** Tabu – serial dok.

Nat Geo Wild

10.00 Królestwo drapieżników **11.00** Wrogi świat **12.00** Dzikie miejsca Europy **13.00** Parki narodowe USA **14.00** Polowanie na myśliwego **15.00** Górskie pogotowie dla zwierząt **16.00** Niezwykły dr Pol **18.00** Najgroźniejsze zwierzęta Afryki **19.00** Cesar Millan: psia federacja **20.00** Ratownicy z indyjskiej dżungli **21.00** Powodzie w delcie Okavango **22.00** Niezwykły dr Pol **23.00** Atak rekina **0.00** Rajskie wyspy

TVP Dokument

10.25 Wszystkie kolory świata **11.25** Notacje **11.40** Wokół mórz **12.00** W starej koszuli, z odwagą w sercu **13.10** Młodzi lekarze **14.05** Brazylia. Historia naturalna **15.10** Amerykanin w PRL-u **16.05** Sekrety najwyższych wieżowców na świecie. Ponad chmurami **16.55** Notacje **17.15** Wiosenne kolory świata **18.20** Biały Dom od kuchni **19.20** Młodzi lekarze **21.15** Pałac **22.20** Misja Afryka **22.50** Dobrze jest jak nie pada deszcz **23.20** Złoty pociąg **0.15** Wokół mórz

TVP Historia

10.45 Biblia (41) **11.40** Z widokiem na Wawel **12.15** Czas honoru (14) **13.15** We władaniu monsunów **14.20** Krajobrazy **15.15** Polacy zmieniający świat **15.35** Donald Trump: anatomia sukcesu **16.40** Było, nie minęło **17.10** Taśmy bezpieki **17.40** Powiedź mi dlaczego? **18.45** Bodo (9) **19.45** Wojna w eterze **19.55** Historia broni **21.00** Tajemnice III Rzeszy **22.00** Miasto gniewu **22.35** Sądy, przesyady

AMC

8.05 ♦♦♦ Tratwa – film wojenny USA 2014 **10.00** ♦♦♦ Pacific Heights – thriller USA 1990 **11.55** ♦♦♦ Plan doskonały – thriller USA 2006 **14.25** ♦♦♦ Potężny i szlachetny – komediodramat USA 1998 **16.20** ♦♦ Twarde ładowanie – thriller USA/Kanada 2005 **18.05** ♦♦ Lodowe tornado – film sf Kanada/USA 2009 **19.50** ♦♦♦ Tunel – film katastroficzny USA 1996 **22.00** Kraina bezprawia (5, 6) **23.55** ♦♦ Krwawa walka – film akcji Hongkong 1972

TV Puls

6.00 Nash Bridges (67, 68) **8.00** Lombard. Życie pod zastaw (293, 74) **10.00** Kobra – oddział specjalny **12.00** Zaklinaczka duchów (63, 64) **14.00** Lombard. Życie pod zastaw (75, 76) **16.00** Rodzinny interes (103, 104) **18.00** Lombard. Życie pod zastaw (293, 294) **20.00** ♦♦♦ Last Vegas – komedia USA 2013 **22.05** ♦♦♦ Jutro będzie futro – komedia USA 2010 **0.05** ♦♦♦ Ten niezręczny moment – komedia romantyczna USA 2014

Puls 2

12.45 Blaze i megamaszyny **13.15** Denver – ostatni dinozaur **13.35** Alvin!!! I wiewiórki **14.10** Mustang – Duch wolności **15.00** Miraculous: Biedronka i Czarny Kot **15.55** Jeźdźcy smoków **16.20** Dzieciak rządzi: znowu w grze **16.50** Pingwiny z Madagaskaru **17.45** Alvin!!! I wiewiórki **18.15** Top Wing. Ptasia Akademia **19.00** Psi patrol **20.00** Lombard. Życie pod zastaw (285, 286) **22.00** Zabójcze umysły: poza granicami (1, 2) (s.27)

Zoom TV

9.25 Sprytny sposób na... **9.35** Karpackie podróże male i duże **9.45** Badacze tajemnic **10.45** Narzeczona ze Stambułu **11.50** Maledon morderstwa (98) **12.50** Mój wymarzony dom **14.40** Mój wymarzony dom: kupno, sprzedaż **16.35** Co ludzie powiedzą? (7, 8) **18.00** ♦♦ Ostatnia misja gangu Olsena – komedia kryminalna Dania 1998 **20.00** Narzeczona ze Stambułu **21.00** Hity polskiego kabaretu **23.00** Zabójcze umysły

WP

8.35 Pies: na tropie **10.45** Spektakularne metamorfozy **11.50** WP News **11.55** Pokochaj lub sprzedaj: Australia **12.55** Pokochaj lub sprzedaj – Vancouver **15.50** Pokochaj lub sprzedaj: Australia **16.50** WP News **17.00** Spektakularne metamorfozy **18.00** Światowe kraksy **19.00** Katastrofy na morzu **20.00** Porzucone budowle **22.00** Mistrzowie kabaretu **1.00** Kabaret na żądanie **2.00** Pies: na tropie

WARTO ZOBACZYĆ

NA WSPÓLNEJ SERIAL 20:15 TVN

Franek w końcu odnajduje Agę i robi jej wyrzuty, że po ich ostatnim namiętnym spotkaniu zniknęła. Rex200 – uwodząc Berga – mówi, że nie ma dla niego czasu, bo przygotowuje akcję kradzieży danych z „bezdusznego” banku. Basia i Krzysztof znajdują dla Kuby miejsce w zamkniętym ośrodku leczenia uzależnień. Syn nie chce o tym słyszeć, twierdzi, że musi być przy Paulinie. Przemek tłumaczy Kubię, że dziewczyna w takim stanie potrzebuje go sprawnego i wolnego od narkotyków. Ale kiedy Paulina słyszy, że Kuba idzie do ośrodka, czuje się zdradzona. Chłopak jest pod ścianą – co zrobi? Kasia jest bardzo zdenerwowana – dzisiaj ma prezentację swojego projektu. Eliza robi co może, żeby dodać jej siły. Prezentacja przed szefem fundacji przebiega dobrze do momentu, w którym do akcji wkracza jego bezkompromisowa zastępczyni – Sylwia.



KLAN SERIAL 17:55 TVP 1

Witek jedzie do Mszczonowa, żeby zabrać drukarkę i wystawić rachunek za wykonaną pracę. Po rozmowie z Kingą Mariusz ma nadzieję na uratowanie małżeństwa. Michał studi jego entuzjazm. Przed domem Oli zjawia się pan Miecio z dostawą produktów z gospodarstwa ekologicznego. Chwali się, że latem bierze ślub. Na spotkaniu w Akademii Niemowlaka Michał informuje, że chce sprzedać firmę. Roma nie ukrywa zadowolenia, a liza – wściekłości.

PIERWSZA MIŁOŚĆ SERIAL 18:00 Polsat

Michał nie może się pogodzić z utratą Julki. Swoją frustrację odciąża u Janie. Melka radzi mu, żeby jak najszybciej porozmawiał z Marysią. Tomek rozpoczyna naukę w szkole średniej. Artur odkrywa, że tą szkołą wcale nie jest liceum, a szkoła gastronomiczna. Chłopak w sekrecie przed rodzicami złożył dokumenty do zawodówki. Bartek przyjmuje nową pacjentkę, która pojawia się w Wadlewie przejazdem. Kobieta boi się, że ma raka skóry. Bartek rozwiewa jej obawy, jednak pacjentka po wyjściu z gabinetu miedje.

BARWY SZCZĘŚCIA SERIAL 20:10 TVP 2

Patryk dziękuje Damianowi za uratowanie życia. Kornel obwinia syna o katastrofę. Agata wyprasza przyszłego teścia z sali. Renata wyznaje Dominice, że ona i Damian udawali parę, aby wzbudzić w niej zazdrość. Dominika rezygnuje z odpowiedzi w szpitalu. Proti i Jowita rozwijają zagadki, by znaleźć klucz do wyjścia z escape roomu. Chłopak ma atak paniki. Po opuszczeniu aresztu Rafał odwiedza Karolinę. Wreżając bukiet kwiatów i zaległe alimenty. Przy okazji wypytuje o Stańskich.



ZABÓJCZE UMYSŁY: POZA GRANICAMI

SERIAL 22:00 Puls 2

Serial przedstawia pracę elitarniej grupy FBI, dowodzonej przez Jacka Garretta. Agenci zajmują się rozwiązywaniem spraw kryminalnych dotyczących obywateli amerykańskich, przebywających poza granicami USA. W zespole znajdują się zarówno doświadczeni funkcjonariusze, jak i młodzi naukowcy, lekarzy medycyny, a nawet antropolog. W każdym odcinku nowe śledztwa i zagadki kryminalne.



TELE Redaguje: Sylwia Majcher, Udziały: Tyszczyńska-Swidrak. Programy: Andrzej Bulej, Jacek, artystyczny: Tomasz Bochenek. Grafiki i fotoreportaż: Jacek, Mieszko Polak. Sylwia Dąbrowska. Wydawca: Polska Press Sp. z o.o. Redakcja: ul. Domanińska 45, 02-672 Warszawa, tel. 22 201 43 29, telemagazyn@polskapress.pl. Reklama: Małgorzata Tarwacka, tel. 22 201 41 49, kom. 697 770 419 malgorzata.tarwacka@polskapress.pl

Dyr. wydawniczy: Izabela Marciniak, tel. 22 201 41 21, izabela.marciniak@polskapress.pl. Druk: Eurodruk. Rozwini. Serwis: tv i foto: media-press.tv Reklama i Promocje: strony 2, 5 i 28. Zgłoszenia na okładce: buzzruss123RF. Telefony dla widzów: TVP 22 547 44 50. Polsat 22 514 52 50; TVN 22 856 61 61.



PRZEŁOMOWE ODKRYCIE UCZONYCH Z KALIFORNII WSPOMAGA WALKĘ Z POWIĘKSZONĄ PROSTATĄ

Ile razy wstawiałeś ostatniej nocy do toalety? Dwa? Trzy? Czy więcej...?

Pamiętasz palący ból, gdy stałeś jak pomnik i próbowałeś wydusić z siebie chociaż kilka kropel? A co z plamami na bieliźnie i spodniach? Nie mówiąc już o nieprzyjemnym zapachu i problemach w sypialni...

To nie przeziębienie pęcherza – samo nie minie. To nie starość – nie jesteś na to skazany. Zdrowa prostata ma wielkość orzecha włoskiego, przez który przechodzi cewka moczowa o średnicy słomki. Twoja prostata prawdopodobnie rozrosła się już do rozmiarów śliwki lub mandarynki. **Ścisła ona cewkę moczową tak, jak w palcach ścisła się słomkę...** i to jest przyczyna Twoich cierpień i bólu.

O CZYM NIE MÓWIA CI SPECJALIŚCI

„Mimo że naturalne metody zmniejszania prostaty mogą być skuteczne i nie powodować skutków ubocznych, takich jak problemy z potencją, nie są tak zyskowne” – zdradza anonimowo przedstawiciel wiodącego koncernu.

„Większość specjalistów nie ma pojęcia o najnowszych osiągnięciach w walce z tym problemem. Przykładem tego jest amerykański preparat, dzięki któremu sam zmniejszyłem problemy z prostatą”. Zespół spec. Johna Reclmana z uniwersytetu kalifornijskiego opracował preparat, który szybko stał się w Ameryce bronią numer 1 w walce z przerostową prostatą. Bije on rekordy popularności: sprzedano już ponad 3 000 000 opakowań!

„Piekący ból, budzenie się w nocy, ciągłe spacery do toalety i rozczoarowanie w sypialni... Masz szansę o tym zapomnieć” – mówi spec. Redman.

„Kiedy próbowaliśmy zmniejszyć prostatę, szybko okazało się, że działanie pojedynczego składnika nie wystarczy. Dwa lata zajęło nam opracowanie silnej i bezpiecznej 11-składnikowej formuły bazującej wyłącznie na składnikach używanych w medycynie naturalnej.

Ile z tych 12 sygnałów alarmujących o problemie z prostatą dotyczy Ciebie (Twojego męża)?

- ☐ Częste wizyty w toalecie
- ☐ Nietrzymanie moczu
- ☐ Plamy na bieliźnie i spodniach
- ☐ Przykry zapach
- ☐ Ciągłe zmęczenie
- ☐ Spadek energii
- ☐ Niechęć do współżycia
- ☐ Bezsensowność lub drażliwość
- ☐ Dłuższe wizyty w toalecie
- ☐ Słaby strumień
- ☐ Pieczenie cewki moczowej
- ☐ Ciągły nacisk na pęcherz



Jeżeli przekroczyłeś 45. rok życia i zaznaczyłeś więcej niż 3 pola, oznacza to, że Twoja prostata to bomba z opóźnionym zapłonem, która w każdej chwili może całkowicie zablokować możliwość oddawania moczu.

Ta unikalna kombinacja wspomaga poprawę równowagi hormonalnej, której zaburzenie jest główną przyczyną przerostowej prostaty. Preparat może dawać szansę na podniesienie spadającego z wiekiem testosteronu, równocześnie mogąc obniżać DHT – hormon działający na prostatę jak benzyna na ogień, odpowiedzialny za stany zapalne i jej rozrost.

Moja formuła już w krótkim czasie może zwiększać przepływ moczu, łagodzić ból i pieczenie. W kolejnych dniach możesz bezboleśnie opróżnić pęcherz i rzadziej odwiedzać toaletę. W niedługim czasie może nastąpić zmniejszenie prostaty – bez dodatkowych środków i metod.

Zażywanie 3 tabletek dziennie wystarczy, aby ten „pogromca” prostaty:
✓ mógł zmniejszyć jej rozmiar;
✓ pomógł obniżyć częstotliwość oddawania moczu;

Oni się nie zastanawiali...

„Uratowała mnie żona...”



„Nie chciałem przyznać się, że mam problem. Przez nocne wstawanie cały dzień chodziłem nieprzytomny. Unikałem też żony, było mi wstyd. W końcu żona nie wytrzymała: masz problem z prostatą! Nie dawała mi spokoju, aż w końcu sama kupiła mi ten preparat. Po niedługim czasie mi się poprawiło, problem się zmniejszył”.

Marek W. (I. 53), listonosz, Bydgoszcz

„Nie muszę już wstawać 6 razy w nocy...”



„Myślałem, że mam przeziębiony pęcherz, ale to nie miało... Ciągłe nerwowo sprawdzałem, czy mam suche spodnie. Pojawili się problemy z erekcją. Wstawanie w nocy mnie wykańczało, a za kółkiem trzeba mieć refleks. Ten preparat postawił mnie na nogi. Mogłem zapomnieć o przeciekach i bólu”.

Mariusz K. (I. 57), kierowca, Tychy

„Nie dajcie się nabrać na podrobki...”



„Dowiedziałem się, że prostata będzie nadal rosła, że to, co przeszedłem, pomoże tylko na parę lat! Długo szukałem naturalnego środka, który da mi szansę uniknięcia powtórki. Odkąd biorę ten preparat profilaktycznie, moja prostata nie powiększa się”.

Henryk P. (I. 69), stolarz, Sokółka

ZMNIJSZ PROSTATĘ

Naturalny preparat pomagający zmniejszyć prostatę wprowadzono do Polski w początkiem tego roku. Jest dostępny tylko w sprzedaży telefonicznej. Chociaż technologia jego produkcji nie jest tania, dzięki specjalnejniżce pierwsze 150 osób może skorzystać z niego aż o 73% taniej. **Ilość sztuk jest ograniczona – decyduje kolejność zgłoszeń.**

- ✓ poprawił drożność cewki moczowej;
- ✓ poprawił sprawność seksualną;
- ✓ zmniejszył ból i pieczenie.

MASZ DO WYBORU:

A. Męczyć się, zwlekać i czekać, aż prostata całkowicie zablokuje możliwość oddawania moczu i wykończy Cię psychicznie.

B. Móc zmniejszyć ten palący problem.



SPECJALNA ZNIŻKA DLA PIERWSZYCH 150 OSÓB!

Pierwszym 150 osobom, które zadzwonią do 22 stycznia 2021 r., przysługuje specjalna **zniżka -73%!**

Otrzymasz wówczas preparat na prostatę **w wyjątkowo atrakcyjnej cenie** (przesyłka GRATIS!)

Zadzwoń: 71 300 30 71

Od poniedziałku do niedzieli: 8:00 - 20:00
(Zwykłe połączenie lokalne bez dodatkowych opłat)

TYLKO do 22 stycznia 73% taniej!