

NETFLIX

Disney+

HBO
max

prime video

CANAL+

23.10-29.10.2026

Popularny magazyn telewizyjny

Nr 43
19 października 2026
cena 4,99 zł
w tym 8% VAT

Tele

aż 100 stron

Program 98 stacji TV

WOKÓŁ
EKRAŃU:JULIA ROBERTS
KOŃCZY 59 LAT!

BLISKO LUDZI:

• Jak rozmawiać
z dziećmi w kryzysowych
sytuacjach?MAGDALENA POPLAWSKA
PIOTR ROGUCKIW KINACH
OD 23
PAŹDZIERNIKAJAK ŻYĆ, ŻEBY
NIE ZWARIOWAĆMIAŁ BYĆ ŚWIĘTY SPOKÓJ, JEST
NIEWIERNY MĄŻ, KOMORNIK I DZIECI,
KTÓRE POTRAFIĄ ZAMIENIĆ ZWYKŁE
ŚNIADANIE W NEGOCJACJE POKOJOWE!
ANKA MÓWI: DOŚĆ!

PIŁKA NOŻNA!

FC BARCELONA
- REAL MADRYTLOMBARD.
ŻYCIE POD
ZASTAW

WYWIAD

LECH DYBLIK

REKLAMA

NA ŻYWO Z MALTY

KONKURS
PIOSENKI
EUROWIZJI
JUNIORPREMIERA W NETFLIX
LUPIN 4

NOWA EDYCJA

EKSPERYMENT:
ODSIADKA 2

KUCHNIA CZEKOLADA, MIÓD I ORZECHY - JESIENNE TRIO NA SŁODKO

Numer
w sprzedaży
do 25.10.2026Telekamery
TELE TYGODNIA 2026

WIELKA GALA

Oglądaj na żywo
Poniedziałek, 26 października
godz. 20:00
na telekamery.pl, twojstyl.pl,
rmf.fm oraz na kanale
YouTube RMF FM



TELE TYGODNIA 2026

29. EDYCJA

WIELKA GALA

**Poniedziałek
26 października
godz. 20:00**

**Oglądaj na żywo
w serwisach internetowych
telekamery.pl
twojstyl.pl
rmf.fm
oraz na kanale
YouTube RMF FM**



ORGANIZATOR



SPONSORZY



SPONSOR STATUETEK

APART.pl

PARTNERZY MEDIALNI

TwojSTYL.pl

RMF

Bauer Media Outdoor

PARTNERZY
PLEBISYTU I GALI

BYD

Albatros

COSTWAY

WINGS
of color

lubi hair

N°31
by Robert Sore

PD LIN
Museum
Outdoor
Polish

DZIEWCZYNY

Czterdziestolatki

Jednym z najchętniej komentowanych seriali poprzedniej dekady były „Dziewczyny”. Perypetie nowojorskich dwudziestokilkulatek wzbudzały skrajne emocje – jedni utożsamiali się z bohaterkami, inni uważali ich problemy za przesadzone. Serial doczekał się 6 sezonów... ale na tym nie koniec! Nagrodzona Emmy

produkcja wróci z premierowymi odcinkami, w którym przyjaciółki będą się mierzyć z kryzysem wieku średniego. Udział potwierdziła cała główna obsada: Lena Dunham, Allison Williams, Jemima Kirke, Zosia Mamet i Andrew Rannells. Zdjęcia ruszą w 2027 roku, czyli 10 lat po tym, jak serial zniknął z anteny. JK



HALINA POŚWIATOWSKA

Poezja na ekranie

O tym, że twórczość Haliny Poświatowskiej nadal jest aktualna i potrzebna, nie trzeba nikogo przekonywać. Wystarczy posłuchać interpretacji jej wierszy, choćby w wykonaniu Sanah i Kasi Kowalskiej – nagrany przez nie w zeszłym roku singiel „Kiedy umrę kochanie” skutecznie przypomniał o autorce także



młodszemu pokoleniu. Teraz zaś poetka stanie się bohaterką filmu. Już drugiego, bo w 1985 roku powstał dramat „Tętno”, oparty na jej autobiograficznej książce „Opowieść dla przyjaciela”. Wtedy główną rolę zagrała młodziutka Ewa Jendrzejewska, a kogo zobaczymy na ekranie tym razem? Tego jeszcze nie wiemy. JK

o tym się mówi

Alicja Szemplińska ma 24 lata, a już należy do najbardziej rozpoznawalnych wokalistek.



Jeremi Sikorski łączy karierę wokalisty, kompozytora i autora tekstów.

TELEKAMERY TELE TYGODNIA

Poznamy zwycięzców

Kto zdobędzie najbardziej pożądane statuetki polskiej telewizji? Przekonamy się o tym już 26 października podczas uroczystej gali 29. edycji Telekamer Tele Tygodnia w warszawskim Muzeum POLIN! Laureatów w kategoriach Aktor, Aktorka i Serial wybrali nasi Czytelnicy i Widzowie, a w pozostałych – redakcyjne jury. Galę poprowadzą dziennikarka Joanna Kryńska

i aktor Błażej Stencel, a na scenie wystąpią znakomici wokaliści: Alicja Szemplińska i Jeremi Sikorski. Początek transmisji o godz. 20.00. Zapraszamy na telekamery.pl, twojstyl.pl, rmf.fm oraz kanał YouTube RMF FM. Bądźcie z nami, by wspólnie przeżywać emocje tego wyjątkowego wieczoru! MAM



UNBOXING – WIELKIE OTWARCIE

Coś dla gadżeciarzy

Damian Michałowski znów zaprasza do rywalizacji. W trzeciej edycji do walki stanie 18 drużyn. Ich zadaniem jest odgadnąć, do czego służą zagadkowe gadżety wybrane przez gospodarza show oraz gości specjalnych – twórców internetowych znanych jako Pigout (na zdj. razem z prowadzącym), Way of Blonde oraz O Mat-

ko i Córko. W pierwszym odcinku tłem zmagania trzech zespołów – Wędkarzy, Golfiar i Odlotowców – będzie warszawska Królikarnia. Nazwa posiadłości nawiązuje do istniejącego dawniej w tym miejscu dworskiego zwierzyńca; dziś w XVIII-wiecznym pałacu znajduje się Muzeum Rzeźby im. Xawerego Dunikowskiego. JK



Pierwszy odcinek obejrzymy w TVN już w niedzielę 25 października o godz. 11.30.



„Nasza rewolucja” opowiada o Jacku Kuroniu i jego rodzinie.

„Rozważna i romantyczna” z Daisy Edgar-Jones to nowa adaptacja prozy Jane Austen.

ŚWIĘTO KINA

Premiery w promocji

Już w najbliższy weekend, 24 i 25 października, bilety na seanse w kinach w całej Polsce kupimy za jedyne 15 zł! W ramach Święta Kina w obniżonych cenach obejrzymy najgłośniejsze produkcje ostatnich tygodni, w tym „Lalkę”, „Syrenkę Picassa”, „The Social Reckoning. W sieci konsekwencji”, „Rozważną

i romantyczną” oraz „Jak żyć, żeby nie zwariować” (więcej o tym ostatnim filmie na s. 19). W wybranych kinach przedpremierowo czekają na nas też dramaty biograficzne „Nasza rewolucja” oraz thriller „Witajcie w Hope”. Pełen repertuar i więcej informacji na temat wydarzenia znajdziemy na stronie swietokina.com. JK



SZANSA NA SUKCES. OPOLE 2027

Już nie taki zielony

Tym razem aspirujący wokaliści zmierzają się z repertuarem Andrzeja Dąbrowskiego – a to oznacza, że czeka nas mocno jazzowy odcinek (ND, 25.10, godz. 15.10, TVP 2). Z wykształcenia Dąbrowski jest perkusistą; w tej roli występował z takimi artystami jak Krzysztof Komeda, Michał Urbaniak, Josephine Baker, Jon Hendricks...

Jako piosenkarz (najpierw jazzowy, później też popowy) debiutował w 1965 roku; jemu zawdzięczamy przeboje „Zielono mi”, „Do zakochania jeden krok” czy „Jej portret”. Ale muzyka to nie wszystko: gość odcinka ma też na koncie sukcesy m.in. jako fotografik, dziennikarz i kierowca rajdowy. O czym więc opowie w programie? JK

LOMBARD. ŻYCIE POD ZASTAW

Robot też człowiek!

W komisie Kazimierza (Zbigniew Buczkowski) zjawi się niespodziewany gość, czyli... robot G1, pieszczośliwie nazywany Gienkiem! Pewnego dnia Mocznos (Sylwester Maciejewski) zobaczy humanoida, który w popłochu ucieka przed dwoma nastolatkami. Bez chwili wahania mężczyzna rzuci się robotykowi na pomoc, ukryje go w lombardzie i wezwie policję. Okaze się, że Gienek miał służyć chłopakom do pomocy w wykonywaniu domowych obowiązków, ale nie chciał być ich niewolnikiem... Znajomi

z lombardu od razu pokochają sympatycznego robota! Emisja odcinka: 29.10 o godz. 19.00 w TV Puls! PM



ROADMAP TO HAPPINESS

Szuka szczęścia

Emilia Clarke (zdj.) wybierze się do Portugalii, gdzie ponoć żyją najszczęśliwsze dzieci... Jej podróż obejrzymy w pierwszym odcinku serialu dokumentalnego „Roadmap to Happiness” (pol. „Mapa do szczęścia”), którego twórcy sprawdzają, jak różne kultury traktują temat zadowolenia z życia. Oprócz Emilii na ekranie zobaczymy m.in. Shailene Woodley, Jasona Momoę, Elijah Wooda, Aleca Baldwina i Joshua Brolina. Premierę zaplanowano na 20 marca 2027 roku, czyli w Międzynarodowy Dzień Szczęścia, choć na razie nie wiadomo, gdzie będzie można obejrzeć serial. JK



SZPITAL ŚW. ANNY

Wysyp gwiazd

Twórcy „Szpitala św. Anny” uwielbiają nas zaskakiwać, zapraszając do ról bohaterów poszczególnych odcinków znane gwiazdy. Tym razem w krakowskiej klinice pojawi się dwóch znamienitych aktorów. Najpierw, w odcinku 172. (SR, 28.10, godz. 16.50, TVN) na SOR trafi Przemysław Bluszczyk, a właściwie szef kuchni, Jan Szabo, bo w takiej roli zobaczymy artystę. Miejmy nadzieję, że krakowski lekarzom uda się ustabilizować poziom cukru w jego krwi! A trzy odcinki później (PO, 2.11, godz. 16.50, TVN) do szpitala zawita neurochirurg, Marcin Wilk, którego gra Rafał Królikowski! HM



DAJĘ SŁOWO

Bez tabu

Tym razem Maciej Orłoś zaprosił do swojego programu (ND, 25.10, godz. 17.35, TVP 1) Ewę Kasprzyk. Powspomina z nią jej dzieciństwo spędzone w Stargardzie Szczecińskim, pierwsze miłości, studenckie lata w krakowskiej PWST i pamiętne role w filmach i serialach. Aktorka nie uznaje tematów tabu i nie

wstydzi się czerpać z życia pełnym garściami, więc porozmawiają również o jej pasjach, fascynacjach i przyjaźniach. Gośćmi specjalnymi będą ważni dla niej mężczyźni: Marcin Szczygielski – pisarz i dziennikarz, tancerz Jan Kliment, komandos płk Krzysztof Przepiórka oraz Edward Kalis – pierwsza miłość aktorki. **EGP**



REKLAMA

W sercu ciągle maj



LIDIA STANISŁAWSKA

Anegdoty o artystach

To nasz nadwiślański Fred Astaire. Artysta z niego kompletny – tańczy, pośpiewuje... stepuje! Wieść gminna niesła, że zgłosił swój akces do udziału w „Tańcu z gwiazdami”. To byłaby naprawdę atrakcja, tyle że mu lekarz odradził. Och, ci lekarze! Kilka lat temu był u jednego z nich na wizycie

kontrolnej. „Pali pan?” – spytał medyk. „A skąd!” – odpowiedział artysta znany z tego, że higienicznie się prowadzi. „A pije pan? – Niee! – To może jakieś inne używki? – No co pan, doktorze?! – Bardzo mi przykro, ale żadnej z tych rzeczy już Pan robić nie może!”. Andrzejek, po wielkim sukcesie piosenki „Chłopcy radarowcy”, mógł za to szybciej jeździć autem, bo było mu to darowane! Kiedyś sprowadził BMW w białozielonych barwach niemieckiej policji. Napis „Polizei” nieudolnie zamazał,



ANDRZEJ ROSIEWCZ

co jednak mocy siłnika nie zmniejszyło. Wkurzyło to rodzimych patrol. Musiał się naczarować, nawdzięczyć, a tu nic, nie został rozpoznany! Zaintonował więc: „Tam na polu stoi krowa...” – „Niech się pan nie wysila, resztę znam!” – przerwał mu stróż prawa. No i zlitował się...



KRWAWY REJS

CZWARTKI O 21:00
OD 22 PAŹDZIERNIKA



**LOMBARD. ŻYCIE POD
ZASTAW (OD 2026)**

Jego bohater Zygfryd
niedawno stanął na
ślubnym kobiercu.



LECH DYBLIK

Rycerz zdrowego rozsądku

Choć w młodości miał wielkie aktorskie ambicje, dziś przyznaje, że w pozornie małych rolach odnajduje wiele satysfakcji. Jedną z nich jest Zygfryd w serialu „Lombard. Życie pod zastaw”. Na swoim koncie ma też wyraziste epizody w filmach Wojciecha Smarzowskiego i Lecha Majewskiego. Spełnia się również jako pieśniarz, a ostatnio także jako gawędziarz – dzieląc się w internecie anegdotami z puentą.

➔ **LOMBARD. ŻYCIE POD**

ZASTAW 19 PT 23.10

godz. 19.00 TV PULS

Uchodzi Pan za mistrza drugiego planu, ale kiedy staje Pan przed kamerą, to nawet główni bohaterowie chowają się w cień. Jak Pan to robi?

Przez wiele lat cierpiełem z tego powodu, że jestem wyłącznie mistrzem epizodów i niewielkich ról. Oczywiście jako młody człowiek miałem ogromne aspiracje, później jednak polubiłem te mniejsze role, bo nauczyłem się je grać. Poza tym zauważyłem, że dają mi dużo satysfakcji. Jestem hedonistą, więc ważna jest dla mnie satysfakcja.

Często to drugi plan decyduje o sukcesie filmu lub serialu.

Jest takie powiedzenie, że dwór robi króla, więc coś jest na rzeczy. Przyznam, że nie zazdrozczę kolegom, którzy mają pierwszoplanowe role. Kiedyś zagrałem taką rolę i nawet o tym nie wiedziałem, ponieważ nie czytam scenariuszy w całości, tylko te fragmenty, które dotyczą mojej postaci. Nikt też mnie nie uprzedził, bo wszystkim wydawało się to oczywiste (śmiech).

W jakim to było filmie?

W komedii „Na bank się uda”, w której trzech starszuchów napada na bank.

A jak Pan zareagował na scenariusz odcinka serialu „Lombard. Życie pod zastaw”, w którym Zygfryd, Pana bohater, staje na ślubnym kobiercu?

Mile się zdziwiłem, bo bardzo polubiłem Ninę Turkiewicz-Fatygę, która gra już teraz moją żonę. Kiedyś byłem głównie specjalistą od ludzi bezdomnych

W KILKU SŁOWACH

Ur. się 30 sierpnia 1956 roku w Złocięcu. W 1981 roku ukończył studia na PWST w Krakowie i tego samego roku zadebiutował na deskach warszawskiego Teatru Narodowego. Jest nazywany mistrzem drugiego planu. Ma na koncie setki ról, w tym w filmach („Kroll”, „Ogniem i mieczem”, „Wesele”) oraz w serialach („Boża podszewka”, „Wiedźmin”). Jego pasją jest śpiewanie i gra na gitarze. Od 46 lat jest mężem Marii Hempel (zajmuje się ceramiką artystyczną). Mają trzy córki.

i alkoholików, więc ta nowa twarz bawidamka na emeryturze – w tym serialu, ale i w „Zajeździe. Będzie się działo” czy w „Pierwszej miłości”, gdzie też brałem ślub – bardzo mi pasuje. **Regularnie występuje Pan w filmach Wojciecha Smarzowskiego.**

Na początku Wojtek dał mi niewymagającą wysiłku robotę w spektaklu Teatru TV – „Kuracja”. Przez dwa dni leżałem w łóżku i chrapałem na ujęciach. Potem Wojtek przyznał, że ma wobec mnie pewne plany.

I pojawił się Pan w „Weselu”.

Dał mi 7 sekund. „Dwie wytnę z tyłu, dwie z przodu, zostają Ci trzy i albo coś zagrasz, albo wytnę wszystko” – powiedział mi. Dla mnie takie rzeczy to wyzwanie!

I tak się poznaliśmy. Dużo nas łączy. Mamy podobny sposób widzenia świata, te same rzeczy nas bawią. Mimo że filmy Wojtka czasami są straszne, to jednak jest w nich poczucie humoru i bystrość obserwacji.

A jak było z Lechem Majewskim? Zagrał Pan w jego dwóch filmach.

Lubię się z Lechem. On nie jest gadatliwy. Skupia się na pracy. Na planie „Brigitte Bardot cudowna” Andrzej Grabowski powiedział mi, że po jednej ze scen Majewski, przechodząc koło niego, kiwnął głową i powiedział: „Dobrze”. Trochę pozazdrościłem koledze. Majewski chyba się o tym dowiedział,

bo następnym razem, przechodząc koło mnie, też powiedział: „Dobrze”. Z kolei na planie „Doliny Bogów” spotkałem Johna Malkovicha. Bardzo chciałem z nim porozmawiać. Skończyliśmy zdjęcia o 4 nad ranem. Cała ekipa robiła sobie z nim zdjęcia, prawda mu komplementy, tylko ja stałem z boku, nie chcąc się narzucać. Parę razy zerknął na mnie i gdy wszyscy przestali go napastować, podszedł i z troską zapytał: „Are you ok?” („Wszystko w porządku?”).

Miał Pan okazję współpracować też z innymi hollywoodzкими aktorami.

Na planie „Wojny i pokoju” poznałem Malcolma McDowella. Mieliśmy kilka wspólnych scen. Z dużą przyjemnością słuchałem jego opowieści. Zauważyłem, że tych bardzo znanych ludzi, a pracowałem też z Harveyem Keitelem czy Stellanem Skarsgårdem przy „Malowanym ptaku”, ośmiela i otwiera to, że nie od nich nie chcę. Nie prawię im też komplementów, bo uważam, że one osłabiają człowieka. I sam staram się unikać takich sytuacji. Kiedy młodzi aktorzy prawią mi komplementy, to przerywam im, pukam w plecy i mówię: „Zrobisz karierę”.

Mówi Pan w języku angielskim, rosyjskim i francuskim.



Na koncertach przeplata piosenki opowieściami ze swojego życia.

Po francusku najslabiej, chociaż niedawno spotkałem w hotelu jakiegoś Francuza i okazało się, że w zasadzie to możemy rozmawiać.

Czy zdolność do nauki języków obcych wiąże się ze słuchem muzycznym?

Nie wiem. Na studiach w Szkole Teatralnej z piosenki miałem trzy z dwoma. Mam jednak coś takiego jak słuch językowy. Gdy dostaję tekst do zagrania, dotyczy to głównie seriali, i nie wszystko jest umiejętnie napisane, to nie obrażam się, ale przekładam go po swojemu, żeby dobrze brzmiał, a przy okazji wymyślam czasami coś dowcipnego.

Podczas koncertów wszystko już od Pana zależy.

To jest fajne. Poza tym mam duże poczucie sensu tego, co robię. W trakcie koncertów opowiadam różne historie ze swojego życia, ale nie po to, żeby się chwalić, bo zresztą nie ma czym,

ale żeby uświadomić ludziom, że ich sytuacje są podobne do tych, które ja przeżyłem.

Często wstydzą się i boją mówić o swoich słabościach publicznie i kiedy

widzą człowieka, który o tych rzeczach spokojnie opowiada, odkrywają, że nie jest to żenujące. I że da się o takich trudnych sprawach powiedzieć głośno.

Ostatnio stał się Pan gwiazdą internetu.

Miałem kiedyś dwie czy trzy historie do opowiedzenia, które postanowiłem nagrać i wrzucić do sieci. Internet wymaga skrótowego myślenia, czyli z całej historii muszę wybrać najważniejsze rzeczy, żeby całość trwała do kilkudziesięciu sekund.

„...widzę, że moje życie ma głęboki sens, że mogę przydać się wielu ludziom.”

Spodobało mi się, że muszę tę historię zrehabilitować. Przyznam, że nie bardzo rozumiem rzeczywistość, w której żyję. Zauważyłem

też, że jestem rycerzem zdrowego rozsądku. Staram się więc w tych historyjkach odwoływać do tego, kim jestem, czego zostałem nauczony w dzieciństwie, żeby była jakaś „pieprz**a” ciągłość w tym życiu. Są to często śmieszne rzeczy, ale też trochę na serio. W takiej formie to podają. Ludziom to się podoba. Bardzo lubię czytać komentarze internautów, bo wśród nich jest dużo bystrych osób.

W tym roku skończył Pan 70 lat. Jest Pan szczęśliwym człowiekiem?

Nie inaczej! Wcześniej były różne problemy, ale teraz widzę, że moje życie ma głęboki sens, że mogę przydać się wielu ludziom. Nie muszę o tym zawiadamiać światowych mediów, ale czerpię z tego satysfakcję i poczucie słuszności.

Rozm. MARZENA JURACZKO



NA BANK SIĘ UDA (2019) Jako „Chudy” wraz z kumplami (Marian Dziędziel i Adam Ferency) opracowują plan napadu. PLAYER



DROGÓWKA (2013) Na planie filmu z Wojciechem Smarzowskim. Do tej pory zagrał w sześciu jego produkcjach. NETFLIX

JULIA ROBERTS

Na zawsze Pretty Woman

28 października 59 lat kończy aktorka nazywana ostatnią prawdziwą gwiazdą Hollywood w klasycznym stylu. Zachwyca od chwili, gdy w 1987 roku po raz pierwszy pojawiła się na ekranie. Jej znaki rozpoznawcze to burza włosów i uśmiech, który topi najtwardsze serca. Dziś ma na koncie Oscara, trzy Złote Globy i kilkadziesiąt ze swoich 70 ról, które zapisały się w historii kina. I wciąż olśniewa.



PRETTY WOMAN (1990)

Jako prostytutka Vivian rozkochała w sobie granego przez Richarda Gere'a biznesmena i chyba każdego, kto widział ją w tej roli. Uroczo uwodziła, zaraźliwie się śmiała i zachwycała w każdym stroju, jaki miała na sobie.

➔ **DISNEY+**



OCEAN'S ELEVEN (2001)

Zagrała żonę Danny'ego Oceana (George Clooney) i świetnie bawiła się na planie. Choć już wtedy brała 20 mln za rolę, zgodziła się zagrać za mniej, by film zmieścił się w planowanym budżecie.

➔ **PT 23.10 godz. 22.10 WARNER TV**



ERIN BROCKOVICH (2000)

Tak sugestywnie wcieliła się w tytułową rolę (prawdziwą postać), że dostała Oscara! Doprowadziła do szafu swojego szefa (Albert Finney) i do ujawnienia brudnych (dosłownie, bo zatruwających środowisko) zagrań wielkiego koncernu.

➔ **PO 26.10 godz. 12.50 CINEMAX 2**



JEDZ, MÓDL SIĘ, KOCHAJ (2010)

Po tym filmie stała się idolką wszystkich tych, którzy próbują odnaleźć sens życia. Podobno przez sceny jedzenia w Rzymie przytyła 10 kg, a na zdjęcia na Bali zgodziła się pod warunkiem, że będzie jej towarzyszyć rodzina.

➔ ND 25.10 godz. 10.55 AXN WHITE



RAPORT PELIKANA (1993)

Zagrała studentkę wplątaną w aferę polityczną, której pomaga przystojny reporter Gray Grantham (Denzel Washington). By nie wzbudzać kontrowersji na tle rasowym, na prośbę aktora zrezygnowano z wątku romantycznego między bohaterami.

➔ WT 27.10 godz. 19.10
WARNER TV



GRA DLA DWOJGA (2009)

Bawiła się w kotka i myszkę z Clivem Owenem. Najpierw jako agentka CIA rywalizowała z nim o zdobycie tajnych informacji dotyczących Egiptu, potem wspólnie próbowali oszukać wielką korporację.

➔ PO 26.10 godz. 21.00 SUPER POLSAT



3 SEKUNDY DO PERFEKCYJNEJ FRYZURY

Choć Magic Retouch kojarzy się przede wszystkim z maskowaniem siwego odrostu, dziś coraz częściej wykorzystywany jest jako element stylizacji. Spray pozwala optycznie zagęścić włosy, wypełnić drobne przerzedzenia czy podkreślić linię włosów przy twarzy. Sprawdza się szczególnie tam, gdzie włosy są rzadsze – np. na przedziałku czy przy skroniach, co jest częstym efektem stresu, zmian hormonalnych czy okresu po ciąży.

Coraz częściej po Magic Retouch sięgają także mężczyźni, traktując go jako szybki sposób na dopracowanie fryzury bez wysiłku. Spray pozwala subtelnie wyrównać linię włosów, zamaskować drobne ubytki czy optycznie zagęścić włosy w miejscach, gdzie są rzadsze. Efekt jest natychmiastowy i naturalny – bez zobowiązań, bez trwałej zmiany. To rozwiązanie, które wpisuje się w rosnącą popularność prostych, funkcjonalnych produktów do męskiej pielęgnacji i stylizacji.



Aplikacja zajmuje dosłownie 3 sekundy – wystarczy spryskać suche włosy u nasady, by w kilka sekund uzyskać efekt retuszu. Produkt dostępny jest w 7 kolorach dzięki czemu dopasujesz go do swojego odcienia włosów. Do kupienia w popularnych drogeriach.



REKLAMA

gwiazdy kochają kundelki

FUMA I MIETEK

Maja Ostaszewska adoptowała je ze schronisk, bo w jej rodzinnym domu tak właśnie robiono.

LASER

Ze swoim panem Jędrzejem Tarankiem nie tylko odpoczywa, ale i pracuje.

DZIEŃ KUNDELKA

Mieszanka do kochania

KODI

W filmie „Pies przed sądem” Kosmosa zagrał mieszaniec Kodi, który promował swój film na festiwalu w Cannes.

Mówi się, że kundelki są jak patchworkowe koce – uszyte z różnych kawałków, ale dające najwięcej ciepła. W Polsce mieszka ich ponad 5 mln i doczekały się własnego święta obchodzonego 25 października.

PIES PRZED SĄDEM
WT 27.10 godz. 13.45
ALE KINO+

W 2024 r. francusko-szwajcarska reżyserka i aktorka Laetitia Dosch, poruszona prawdziwą historią, nakręciła komediodramat „Pies przed sądem”. Jego bohaterka zgadza się bronić psa, który ugryzł trzy osoby, co doprowadziło do pierwszego od średniowiecza europejskiego

procesu z udziałem psa. Kosmosa, tytułowego bohatera filmu, zagrał mieszaniec Kodi, który według Dosch „był na planie profesjonalistą, może nawet większym niż reszta aktorów”. Piesek jest mieszanką aż 12 ras, a za swój występ otrzymał nagrodę Palm Dog, przyznaną przez międzynarodowe jury na Festiwalu Filmowym w Cannes za najlepszy występ psa bądź

grupy psów w filmie. Tym samym udowodnił (choć to wcale nie było konieczne, bo sprawa jest jasna), że kundelki w niczym nie ustępują psom rasowym, takim jak filmowa Lassie, bernardyn Beethoven czy nasz rodzimy Szarik.

Kundelki rządzą!

My, Polacy, dobrze o tym wiemy. Z 8,5 mln psów żyjących w naszym kraju

aż 60-70 proc. to kundelki! Mówi się o nich, że to najwspanialsza rasa świata, złożona z miłości, wierności i... odrobiny niespodzianki. A skoro jest ich ponad 5 mln, aż się prosiło, by ustanowić dla nich własne święto. Postanowiono, że będzie nim 25 października. W Dniu Kundelka właściciele organizują przemarsze i wystawy, a schroniska dla zwierząt zachęcają do



HENIO

Po wojennych przejściach używa życia w domu Janusza Chabiora i Agaty Wątróbskiej.

odwiedzin i adopcji (nie tylko kundelków).

Los piesków nie jest też obojętny naszym rodzimym gwiazdom. Adopcję promuje m.in. Marcin Dorociński, właściciel przywiezionych ze schronisk Rózi i Chlebka. – Całą naszą rodziną wykonaliśmy gest przyjaźni wobec tych psów, ponieważ wierzymy, że słabszym trzeba pomagać. Dziś one odwiedzają się taką samą przyjaźnią. Czuję się za nie odpowiedzialny jak za członków rodziny – mówi. Kundelki kocha również Maja Ostaszewska, właścicielka Fumy i Mietka – pokazując na Instagramie Fumę, napisała: „Dla nas jej radość z tego, że po prostu jesteśmy, jej bezwarunkowa miłość jest bezcenna. Ta mała istotka otwiera nam serca.” Kolejnego kundelka w swoim życiu przygarnął Janusz Chabior. Po śmierci ukochanego Batmana adoptował uratowanego z Ukrainy Henia. Piesek ma za sobą wojenną przeszłość, ucierpiał w wyniku działań wojennych – jego tyłne łapy zostały zmiażdżone przez rosyjski czołg. Kundelek podbił także serce ekscen-

trycznego Michała Szpaka – mówi, że jego Hektor jest przedłużeniem jego duszy, jego „dajmonem” i kocha go „miłością nieskończoną”.

Psi influencerzy

Swojego losu na pewno nie mogli sobie wyobrazić nawet w najśmielszych marzeniach Laser, czarny kundelek, którego źli ludzie zostawili w kartonie w lesie. Piesek trafił do schroniska, a stamtąd w ręce Jędrzeja Taranka. Aktor tak pokochał swego nowego przyjaciela, że... zadbał o jego filmową karierę. Laser pojawił się m.in. w „Lombardzie. Życiu pod zastaw” i „To nie koniec świata” czy wreszcie w „Ojcu Mateuszu”. Laser ma nawet własną stronę na Facebooku. Stałymi bywalcami mediów społecznościowych są także m.in. pieski Zosi Zborowskiej-Wrony – Krysia i Kazik, amerykańska gromadka Joanny Krupy, stadko Katarzyny Dowbor czy pupile Aleksandry Popławskiej. Gwiazdy nie tylko się nimi chwalą, traktując ich jak członków rodziny. W końcu już Jan Brzechwa pisał: „Bo na tym pieskiem świećcie to się bardzo liczy, by iść na sześciu łapach i na jednej smyczy”. **EGP**

REKLAMA

SKURCZE MIĘŚNI? DRGANIE POWIEK? ROZDRAŻNIENIE?

Na niedobór magnezu mogą wskazywać różne objawy¹



**ASMAG® B6
FORTE**

Twoje
**ŹRÓDŁO
RÓWNOWAGI**



ASMAG® B6 FORTE

POSTAĆ I SKŁAD Tabletki;

1 tabletkę powlekana zawiera 100 mg jonów magnezu w postaci magnezu cytrynianu (Magnesii citras) i 10 mg pyrydoksyny chlorowodoru (Pyridoxini hydrochloridum). WSKAZANIA DO STOSOWANIA Zalecany jest w leczeniu niedoboru magnezu. PODMIOT ODPOWIEDZIALNY Przedsiębiorstwo Farmaceutyczne Farmapol Sp. z o.o., ul. Święty Wojciech 29, 61-749 Poznań; tel. +48 618526353; e-mail: info@farmapol.pl



Farmapol®

To jest lek. Dla bezpieczeństwa stosuj go zgodnie z ulotką dołączoną do opakowania. Zwróć uwagę na przeciwwskazania. W przypadku wątpliwości skonsultuj się z lekarzem lub farmaceutą.

SCARLETT JOHANSSON

Wreszcie szczęśliwa

Od marzeń, by być jak Judy Garland, przez wielką karierę, po domową sielankę... Losy Scarlett Johansson były zmienne, ale ostatecznie doprowadziły ją do happy endu. Dziś aktorce nie brakuje powodów do świętowania.



SILNA I CZUŁA

– Potrafię być niezależna, ale to nie oznacza, że nie potrzebuję miłości i wsparcia – mówiła przed laty aktorka. Na zdjęciu z mężem, Colinem Jostem.

➤ **NIANIA W NOWYM JORKU**
WT 27.10 godz. 18.15

CANAL+ PREMIUM

Nietypowe nazwisko zawdzięcza przodkom, którzy pochodzili m.in. z Danii, Szwecji, Rosji i Polski. Sama Scarlett Johansson urodziła się już w USA. Konkretnie w Nowym Jorku, na Manhattanie, jako córka architekta i producentki filmowej. Od zawsze pragnęła zostać aktorką.

Wiedziała, czego chce

W dzieciństwie stawiała przed lustrem i ćwiczyła tak długo, aż udało jej się doprowadzić samą siebie do płaczu. W wieku siedmiu lat wpadła w rozpacz, kiedy to jeden z jej braci podpisał kontrakt z agentem... Postanowiła się nie poddawać. Po udziale w kilku reklamach zadebiutowała na off-Broadwayu – w sztuce „Sophistry” miała do wypowiedzenia aż dwie kwestie! Potem przyszły pomniejsze role w filmach, aż wreszcie została doceniona za występ w „Zaklinaczu koni”, w którym zagrała u boku Kristin Scott Thomas i Roberta Redforda. Najwyższy czas – w końcu od dawna walczyła o swoje miejsce w świecie kina i teatru.

W dniu premiery filmu miała już 13 lat.

Jako dojrzała artystka dała się poznać w dramatach „Między słowami” i „Dziewczyna z perłą”. Później występowała m.in. u Woody’ego Allena, w adaptacjach komiksów Marvela, w filmach akcji, science fiction i komediach romantycznych. Grała zagubione dziewczyny, superbohaterki, a nawet oparty na sztucznej inteligencji system komputerowy w filmie „Ona”. Dwa razy była nominowana do Oscara – i to w jednym roku: za role w komediodramatach „Historia małżeńska” (jako aktorka pierwszoplanowa) i „Jojo Rabbit” (rola drugoplanowa). Można więc uznać, że sukces zawodowy osiągnęła, i to dosyć młodo. A co z życiem prywatnym?

Do pięciu razy sztuka

Tu także nie brakowało zwrotów akcji... ani szczęśliwego zakończenia. W październiku aktorka świętuje 6. rocznicę ślubu. Obecnego męża, komika Colina Josta, poznała równo dwie dekady temu na planie programu



CIĄGLE GRA

W horrorze „The Exorcist: Martyrs” zobaczymy ją już w 2027 roku,

satyrycznego „Saturday Night Live” – on należał do stałej ekipy, ona gościnnie występowała w show jako prowadząca. Polubili się, choć wtedy jeszcze nie zaiskrzyło.

Scarlett była wówczas u szczytu sławy i obracała się wśród największych gwiazd. W 2008 roku wyszła za mąż za aktora Ryana Reynoldsa. Związek rozpadł się jednak po kilku latach. – Byłam bardzo młoda i nie do

końca wiedziałam, z czym tak naprawdę wiąże się małżeństwo – przyznawała później. Z drugim mężem, francuskim dziennikarzem Romainem Dauriakiem, życie dzielili między Nowy Jork a Paryż. W 2014 roku doczekali się córki. Jednak i tym razem nie wyszło. To Scarlett złożyła papiery rozwodowe.

W 2017 roku aktorka znów wystąpiła w „Saturday Night Live” – już po raz piąty... i, jak się okazało, najważniejszy. Na zakończenie sezonu odbyła się impreza z udziałem gwiazd programu; całe przyjęcie Johansson spędziła w towarzystwie Josta. Lata mijają, a oni wciąż nie mają siebie dość. Dziś małżonkowie wychowują pięcioletniego syna i po prostu wydają się bardzo szczęśliwi. A i kariera Johansson rozkwita. Niebawem zobaczymy ją

m.in. w nowych filmach ze świata „Egzorcysty”, „Jurassic World” i „Batmana”. JK



PRACUJĄCA DZIEWCZYNA

Jako „Niania w Nowym Jorku” z naukową dociekliwością obserwowała życie pani X (Laura Linney) i jej rodziny.



Słuchaj **RMF**
wyślij pinezkę i odbierz
10 000 zł

Każdego dnia nowa pula nagród do wygrania!
Pobierz aplikację RMF FM lub wejdź na www.rmfm.fm
i graj z nami codziennie po 14:00.

**TU SIĘ
SŁUCHA
RMF FM!**



Pobierz aplikację



Ola Filipek

Olek Sikora



Tomek planuje oświadczyzny...

...Mateusz zaś nawiązuje ciekawą znajomość.

Malicki włamuje się do domu Doroty i Bartka!

M jak miłość

Młody Mostowiak wpada w oko Sarze. Budzyńscy niebawem zostaną rodzicami. Ojczym Franka terroryzuje Lisiecką.

TVP 2, 20.50 PO ODC. 1951

Magda sięga po kolejne testy ciążowe, aż w końcu dzieli się z Budzyńskim radosną wiadomością. Oboje mimo początkowego szoku są gotowi na rewolucję w swoim życiu. W tym samym czasie Hania ma groźny wypadek na basenie: po skoku do wody uderza głową o dno. Ratownika

akurat nie ma na miejscu, więc na pomoc rusza Mikołaj. Gdy dziewczynka trafia do szpitala, Lipiński nie odstępuje Natalii na krok. Ta uznaje go za bohatera. Basia wyznaje Pawłowi, że nie potrafi zrozumieć, jak jej tata mógł porzucić rodzinę. Zapowiada, że nigdy mu tego nie wybaczy. Zaniepokojona Barbara

prosi o radę księdza Grzegorza. Widzi, że nienawidź do Dominika Walata coraz bardziej zatruwa jej wnuka. **60 min**

WT ODC. 1952

Lisieccy dowiadują się, że Malicki został pobity i trafił do szpitala. Następnego dnia ojczym Franka ucieka z placówki, gdzie-

ra się do Siedliska i terroryzuje Dorotę. Domaga się od Lisieckiej przelewu na sto tysięcy złotych, a w zamian obiecuje, że powie jej, kim jest prawdziwa matka Franka. Twierdzi, że była nią szesnastolatka i ta informacja nie znalazła się w dokumentach chłopca. W tym czasie Mateusz pomaga Michałowi i Ewelinie znaleźć dom w Grabinie. Przy okazji poznaje Sarę, spadkobierczynię wiejskiej posiadłości. Oboje wydają się sobą zainteresowani. Chłopak traci jednak dobry humor, gdy dowiaduje się, że Tomek zamierza oświadczyć się Majce. Basia zaś nie przestaje myśleć o Janku. **60 min**

Klan

Miłosz zauważa żonę z innym mężczyzną.

TVP 1, 18.05 PT ODC. 4761

Ula po raz pierwszy zostawia Klarę pod opieką Joasi. Tymczasem Kornel przyjeżdża do dzieci bez zapowiedzi. **35 min**

PO ODC. 4762

Miłosza dręczy to, co zobaczył pod gabinetem żony. Norbert radzi mu zapytać Bożenkę o spotkanie z Tomkiem. Tymon ma wypadek na treningu. **35 min**

WT ODC. 4763

Bożenka ucina rozmowę w sprawie Tomka. Dżesika mówi Dymce, że planują z Czesią otworzyć wypożyczalnię strojów wieczorowych. **35 min**



Tomek odbiera Bożenkę z pracy.

SR ODC. 4764

Dżesika pokazuje Dymce wstępny biznesplan. Mąż chłodno analizuje wyliczenia. Skoczek znajduje sposób, by obejść problemy z sanepidem. **35 min**

CZ ODC. 4765

Monika czeka na przyjazd syna na spotkanie w wydawnictwie. Wkrótce okazuje się, że Kaja zaczęła rodzić. **35 min**

Pierwsza miłość

Ewa próbuje dojść do siebie po pobycie w szpitalu.

Polsat, 18.00 PT ODC. 4271

Emilka czuje się samotna. Szuka ukojenia w kieliszku wina. Marta zakłada zbiórkę w internecie na leczenie Szymona. **50 min**

PO ODC. 4272

Krystian z Karolem zajmuje się Ewą, wdrażając zdrową dietę, plany treningowe i odpoczynek. W zastępstwie matki robi też porządki w Barbarianie. **50 min**

WT ODC. 4273

Karol wzywa pracowników na rozmowę. Brian, Artur, Oskar i Kalina obawiają się zwolnień. Janek próbuje się porozumieć z Tomkiem. **50 min**

SR ODC. 4274

Hubert potajemnie organizuje podróż poślubną. Kacper i Paweł rywalizują o względy Julki. **50 min**

CZ ODC. 4275

Oskar podejmuje pierwsze decyzje jako prezes Weksler Development. **50 min**



Krystian chce odciążyć matkę.



Daria i Marcin opiekują się Oskarem.

Barwy szczęścia

Renata wraca z odwyku. Zastaje w domu rywalkę.

TVP 2, 20.05 PT ODC. 3426

Asia martwi się o przyszłość Emila i jego plany związane z liceum mundurowym. Prowadzi to do kłótni z Danielem. Wiktor hucznie świętuje urodziny. **35 min**

PO ODC. 3427

Po wspólnie spędzonej nocy Grażyna budzi się u boku Tomasza. Kępski zaskakuje ją szczerym wyznaniem – marzy o dziecku. Aro chce walczyć o Luizę. **40 min**

WT ODC. 3428

Oliwka świętuje przyznanie grantu. Nawiązuje obiecującą znajomość z kierownikiem



Oliwka znajduje swój ideał.

projektu, Hugonem. Renata dzięki terapii powoli odzyskuje równowagę. Nadal dręczy ją jednak zazdrość o Darię. **35 min**

SR ODC. 3429

Weronika prowadzi reporterskie śledztwo. Widzi dilerka z lekarką pogotowia. Marcin zostawia Darię z Oskarem. Spokój burzy powrót Renaty z odwyku. **35 min**

CZ ODC. 3430

Kodur z policyjną partnerką odwiedza Oskara w rodzinie zastępczej. Weronika odkrywa, że Błażej i Kornel usunęli z jej tekstu wątek hotelu Stańskiego. **35 min**

Na dobre i na złe

Córeczka lekarki jest w niebezpieczeństwie. Porywaczka zamierza uciec z kraju. Plany komplikuje choroba.

TVP 2, 20.50 SR ODC. 1003

Gloria i Beger nadal ukrywają przed współpracownikami, że znów są razem. Maria wyjeżdża do Krakowa. Tam spotyka dawną znajomą ze szpitala, pielęgniarkę Teresę, która może pomóc jej w walce z Jakubem Dobrym. Podczas kolejnego dyżuru pod opiekę Julki trafia

młody sprinter – nastolatek, który zasłabł na treningu. W trakcie badań jego serce nagle się zatrzymuje. Jednocześnie ciężarnej matce młodego pacjenta odchodzą wody. Gdy doktor Zawada stawia diagnozę, wychodzi na jaw, że pomocy potrzebuje też... ojciec chłopca.

Blanka nie może pogodzić się ze zniknięciem Niny. Jej myśli wciąż są przy córce. W tym czasie Zuza zbiera pieniądze na ucieczkę z kraju i szykuje się do wyjazdu. Mała Nina nagle zaczyna jednak chorować. Porywaczka zabiera dziecko do przychodni. **60 min**



Blanka czeka na wieści o Ninie.

Na Wspólnej

Stefek ucieka ze szkoły. Monika i Włodek starają się podnieść na duchu załamane Bogdana.

TVPN, 20.15 PO ODC. 4300

Greg grozi Weronice. Jagoda odwiedza w szpitalu mamę i wypytuje o jej rzekomy romans. Bogdan znika po powrocie ze Szwajcarii. Włodek i Monika odkrywają, że załamała się po rozstaniu z żoną. Nadużywa alkoholu. Nieznajomy ostrzega Romana przed Dorotą. **35 min**

WT ODC. 4301

Kajtek widzi mężczyznę wdzierającego się do mieszkania pani Janiny. Znajduje ją nieprzytomną na podłodze. Kalski zatrzymuje córkę na ulicy i oznajmia, że wracają do domu. Obok niego siedzi Ewelina. Zięba nie wierzy, że Dorota mogła zabić męża dla majątku. **35 min**

SR ODC. 4302

Roztocka jedzie do Eweliny i błaga ją, by ratowała siebie i córkę. Ich rozmowę przerywa

powrót Grega. Fabian odkrywa w telefonie Judyty termin chemioterapii synka. Powiadamia szefa, że kobieta może nie udźwignąć nowego projektu. Gwiazdor proponuje, że poprowadzi program z Martą. **35 min**

CZ ODC. 4303

Judyta słyszy rozmowę Baliśzewskiego z Martą. Sądzi, że to nowa intryga rywalki. Media rozpisują się o rzekomych kontaktach syna Leśniewskich z pedofilem. Stefek ucieka ze szkoły. Lew traci pokazową operację. Dyrektorka obiecała ją komuś innemu. **35 min**



Syn Marty znika.



Ziębowie zjawiają się w samą porę!

REKLAMA

antena HD

KLUB 17

od poniedziałku do piątku 17:00



ZAKAZANA MIŁOŚĆ

JEDNA MIŁOŚĆ ZŁAMIE WIELE SERC I ZNISZCZY RODZINĘ



Lombard. Życie pod zastaw 19

TV Puls, 19.00 PT-CZ ODC.1049-1053

Gutek prowadzi z żoną agroturystykę w gospodarstwie, które odziedziczył z bratem. Na biznes negatywnie wpływają złośliwe komentarze w sieci. Marek zostaje masażystą erotycznym, by utrzymać rodzinę. Nie mówi prawdy żonie. Jej przyjaciółka zaczyna go szantażować. Remik porwya Alicję. Zięć Stanisława oddaje jego ukochaną klacz w zastaw. Seler naciska Buciora w sprawie werbowania ludzi Barskiego do pracy u konkurencji. Robert zostaje postrzelony przez kłusownika. Moczynos widzi, jak dwóch nastolatków ściga humoidalnego robota G1. Zabiera maszynę do lombardu. **60 min**



Komisarz Alex 26

TVP 1, 20.25 SO ODC. 328

Artur Dębiec i jego ekipa muszą zmierzyć się z kolejną zagadką kryminalną. Rozpoczynają śledztwo dotyczące śmierci 30-letniego Krzysztofa Partyki, który został zastrzelony z łuku. To nietypowe narzędzie zbrodni przyciąga uwagę śledczych. Obiecujące tropy prowadzą do środowiska miłośników gier fabularnych RPG. Polegają one na odgrywaniu fikcyjnych historii, opartych na scenariuszu przygotowanym przez mistrza gry. Grupa, do której należał zamordowany mężczyzna, skrywa wiele tajemnic. Dzięki świetnemu wchłowi Alexa udaje się jednak odnaleźć narzędzie zbrodni i ustalić tożsamość mordercy. **60 min**



Felicita

TVP 1, 20.30 PQ ODC. 20

Piotr stara się porozumieć z Giulią. Zośka i Ewka zgłębiają temat nadużyć finansowych. Oliwka jedzie z przyjaciółmi na działkę. Nie czuje się tam dobrze. Ojciec Davide próbuje wciągnąć go w nielegalne interesy. **WT ODC. 21** Dzięki odnalezionemu pełnomocnictwu Zośka i Ewka zyskują argumenty w walce z Piotrem. Marco angażuje się w sprawę Davide. Stawia Tiziano ultimatum. Enzo zdobywa się na szczerość. Wyjawia Stelli prawdę o sobie. **SR ODC. 22** Podczas spotkania u notariusza na jaw wychodzą informacje, które mogą zagrozić przyszłości Oliwii i jej matki. Między Zośką a Piotrem dochodzi do ostrej konfrontacji. **25 min**



Na sygnale

TVP 2, 21.50 PO ODC. 943, 944

Góra i Górka jadą do ofiary wypadku. Dochodzi między nimi do ostrego konfliktu. Alek podejmuje ważną decyzję w sprawie przyjaźni z Romkiem. Nowy szef jest wyraźnie oczarowany Martyną. **WT ODC. 945** Artur i jego ekipa zajmują się pasjonatami fantasy, którzy doznali serii bolesnych urazów. Zespół doktora Vicka interweniuje u nastolatka z atakiem padaczki oraz podczas szkolnej wycieczki, której uczestnicy zatruli się LSD. **SR ODC. 946** Wiktor prosi Nowego, by zaważył o swoją przyszłość. Piotrek i Alek ratują mężczyznę we wstrząsie anafilaktycznym po użyciu osy. Pies Romka, Arnold, bardzo tęskni za Klisem. **30 min**

Szpital św. Anny



TVN, 16.50 PT-CZ ODC.169-173

Tomek wbrew swojej woli pomaga ojczymowi i rannemu gangsterowi.

Łukasz zostaje oskarżony o próbę gwałtu. Personel zajmuje się szefem kuchni z hipoglikemią. W szpitalu zjawia się agresywny były pacjent Maćka. Atakuje lekarza. **65 min**

Policjantki i Policjanci



TV 4, 19.05 PT-CZ ODC.1475-1479

Szulc i Sołtys wyjaśniają sprawę zniknięcia 200 tys. zł z komisu samochodowego. Białach i Bachleda analizują przebieg fatalnego w skutkach wieczoru kawalerskiego. Ktoś potrąca autem chłopca. Trop wiedzie do posła chronionego immunitetem. **60 min**

Gra z Cieniem 2



TVP 1, 20.25 ND ODC.21

Helena, kierując się instynktem, ratuje życie nieznanemu dziecku, co doprowadza Koska do jej kryjówki. Kobieta i jej syn zostają porwani. Niebawem Porada odkrywa zniknięcie ukochanej. Na jego drodze staje człowiek z tódzkiego półświatka. **60 min**

Sprawiedliwi – Wydział Kryminalny



TV 4, 20.40 PQ-CZ ODC.1072-1075

Bandyta, który napadł na jubilera, chce zyskać status

świadka koronnego. Żona Macieja Gajdy wyznacza nagrodę za wskazanie jego mordercy. Rosa i Mazur badają sprawę zabójstwa wychowawcy z ośrodka dla nieletnich. **60 min**

La Promesa – pałac tajemnic



TVP 2, 15.05 PT-CZ ODC.505-509

Cruz zarzuca mężowi zdradę. Rómulo odwiedza Pię, a ona błaga, by nie donosił markizowi i jego żonie o Janie i Manuelu. Zakochani planują potajemny ślub. Curra dręczy wspomnienia z wojny. **55 min**

Młode gliny



TVN, 15.45 PT-CZ ODC.65-69

Policja tropi seryjnego mordercę działającego w Europie. Szymon spotyka się z gangsterem Bystrym. Wpada w pułapkę. Ratują go Sandra i Olek. Kolejna sprawa dotyczy śmierci Marii, która miała zostać zakonnicą. **65 min**

Uroczysko



TV 4, 20.05 PQ-CZ ODC.293-296

Policja bada sprawę zbrodni w ptaszarni. Z wolier zniknęły też cenne okazy. Komendant zastaje Filipa z nożem nad ciałem zamordowanej kobiety. Ślady wskazują, że była przetrzymywana w piwnicy komisarskiej. **35 min**

Sprawiedliwi. Trójmiasto



TV 4, 21.40 PQ-CZ ODC.189-192

Morze wyrzuca na brzeg ciała europejskich bossów. Śledztwem dowodzi Tomasz Tur. Berg i Pietras podejrzejają go o ochronę bandytów. Wkrótce w zamachu na Barabasz i Siwego ginie ciężarna kobieta. **65 min**

Gliniarze. Śląsk



Polsat, 16.55 PT-CZ ODC.38-42

Marta i Piter badają sprawę pobitej studentki. Gutek

i Kowalski szukają mordercy mężczyzny, który pokłócił się z ekipą remontową. Policja musi też ustalić, kto stoi za śmiercią motocyklisty. **65 min**

Akacja 38



TVP 1, 18.40 PT-CZ ODC.984-988

Casilda nie potrafi oswoić się ze swoim nowym statusem.

Ksiądz Telmo przekazuje testament hrabiego de Valmez redakcji „Postępu”. Publikacja na temat kazirodznych relacji wywołuje burzę. **50 min**

Konflikt



TVP 1, 20.30 PT ODC.5

Annika i Jeffrey próbują uciec z kontrolowanego przez wroga obszaru. Linnea dowiadyuje się, że najeźdźcy dysponują pociskami dalekiego zasięgu. Użycie siły grozi ofiarą wśród ludności cywilnej. **60 min**

Rodzinka.pl



TVP 2, 20.00 SO ODC.320

Klan Boskich nie ma wątpliwości co do dylematu „być czy mieć”. Na co dzień jego członkowie chętnie kierują się potrzebą posiadania. Najważniejsze wciąż pozostaje jednak to, by mieć przy sobie rodzinę. **30 min**



SOR

TVP 2, 22.20 WT ODC. 2 Lekarzy z oddziału ratunkowego czeka kolejny dyżur pełen niełatwych decyzji. Andrzej i jego podwładni robią wszystko, by stanąć na wysokości zadania, zdając sobie sprawę, jak wysoka jest stawka. Do szpitala trafia ciężko ranny motocyklista, a jego życie wisi na włosku. Kaśka, chcąc go ocalić, musi zaufać własnej intuicji. Piotr tymczasem uparcie walczy o to, by postawiona przez niego nieoczywista diagnoza została potraktowana przez kolegów poważnie. Równolegle angażuje się w sprawę chłopca, u którego dostrzega niepokojące sygnały. Sądzi, że mały pacjent może być ofiarą przemocy domowej. **45 min**



Ojciec Mateusz 35

TVP 1, 20.30 CZ ODC. 458 Małgorzata Nowicka dostaje ciekawą szansę – ma okazję wrócić do zawodu, który niegdyś wykonywała. Otrzymuje bowiem ofertę pracy od przedsiębiorcy Krzysztofa Morasia. Jako księgowa miałaby zarządzać finansami jego firmy. Tymczasem jej brat, młody kleryk Stanisław, odwiedza właśnie proboszcza Mateusza. Okazuje się, że przyszły duchowny przeżywa poważne rozterki dotyczące wyboru drogi życiowej. Boryka się z kryzysem wiary i powołania. Wkrótce po tym, jak ksiądz odkrywa, co leży u źródła problemów Stanisława, Małgorzata zostaje znaleziona brutalnie pobita w swoim mieszkaniu. **55 min**



Zdrada

Polsat, 21.40 CZ ODC. 9 Nowe zeznania złożone przez Bartka dają podstawy do sformułowania aktu oskarżenia w sprawie śmierci Ludwika Karolczaka. To dla prokuratora powód do triumfu – Patryk Wysocki napawa się swoim sukcesem, podczas gdy Hubert szuka sposobu na ratowanie syna. Chce, by Eliza przekonała ciotkę Beatę do zmiany stanowiska. Paweł opowiada Julii o tym, jak zaczął pracować u Czarciańskiego. Ukochana prosi go, by odciął się od podejrzanych ludzi. Obawia się, że mąż spełni swoje groźby i odbierze jej syna. Tymczasem w pustostanie, w którym przebywa Marek, pojawia się Joachim. Sprawy wymykają się spod kontroli. **75 min**



OSTATNI

Czas niedokonyany

TVP 1, 22.25 CZ ODC. 8 W opowieści o dramatycznych losach Benedykta przeplatają się wydarzenia współczesne i te sprzed wielu lat. Jako dziecko Holokaustu został naznaczony traumą, która ukształtowała całe jego życie. Współcześnie na sile przybiera konflikt między Adamem a Jackiem Rojkiem, który ma związek ze śmiercią brata Zuzanny. Na światło dzienne wychodzą kolejne rodzinne sekrety i ujawnione zostają dawne dokumenty. Adam staje przed koniecznością podjęcia istotnych decyzji dotyczących relacji biznesowych. Zuzanna natomiast w końcu odnajduje wewnętrzną wolność, uwalniając się od ciężaru przeszłości. **60 min**

REKLAMA

Uważaj na oszustów podszywających się pod PGE!

W ciągu minuty cyberprzestępcy wysyłają kilka tysięcy fałszywych wiadomości – podszywają się pod różne instytucje i próbują wyłudzić dane i pieniądze. Podpowiadamy, jak uchronić się przed phishingiem.

Cyberprzestępcy w wiadomościach SMS lub mail informują o rzekomym braku uregulowania należności, niedopłacie do faktury lub zwrocie nadpłaty. Wiadomości towarzyszy prośba o kliknięcie linku i podanie danych logowania. Klikasz i zostajesz przekierowany na fałszywą witrynę, gdzie przestępcy próbują pozyskać twoje dane do bankowości elektronicznej, takie jak: login, hasło czy dane karty albo na twoim urządzeniu zostaje zainstalowana obca aplikacja ze złośliwym oprogramowaniem wykradającym hasła.

Jak się chronić?

Po pierwsze i najważniejsze nie otwieraj podejrzanych linków

ani nie wpisuj swoich danych na stronach internetowych, do których prowadzą – nawet jeśli wiadomość wygląda oficjalnie. PGE Obrót nigdy nie wysyła w swoich wiadomościach SMS linków przekierowujących do płatności elektronicznej, które wymagają szybkiej reakcji. Link do płatności znajduje się jedynie w wiadomościach mailowych zawierających faktury elektroniczne. Uważaj na wiadomości od nieznanym nadawców i bądź ostrożny, bo nazwa nadawcy może być podobna do nazwy PGE! Jeżeli jesteś klientem PGE Obrót, pamiętaj, że informacje o wystawieniu faktury wysyłane przez spółkę drogą mailową zawsze zawierają numer klienta, numer faktury wraz z terminem płatności i kwotą



do zapłaty. Faktura elektroniczna przesyłana jest zawsze z adresu: efaktura@gkpge.pl. Błędy językowe, ortograficzne czy stylistyczne to też sygnał ostrzegawczy, że autorem wiadomości może być cyberprzestępca. Wiadomości phishingowe zwykle zawierają informacje o konieczności podjęcia natychmiastowego działania i pilnego uregulowania zobowiązania lub potwierdzenia

danych pod groźbą np. odłączenia prądu. Nie śpiesz się, przestępca liczy, że w stresie zadziałasz bez zastanowienia. Czułość i zdrowy rozsądek to najskuteczniejsza ochrona – nie daj się oszukać.



Polska Grupa Energetyczna

Chcesz wiedzieć więcej? Wejdź na stronę
www.gkpge.pl/nie-daj-sie-oszukac
lub zeskanuj kod QR:





PREMIERA 23.10

Lupin 4

➔ SERIAL KRYMINALNY

Powraca Assane Diop (Omar Sy), wychowany na legendarnych powieściach o Arsène Lupinie. W trzecim sezonie Assane ukradł Czarną Perłę, zdobył poparcie francuskiej opinii publicznej, ocalił życie matce, z którą od lat nie utrzymywał kontaktu, a potem dobrowolnie zgłosił się na policję. Teraz okaże się, że jego sprawy rodzinne są bardziej zawiłe, niż przypuszczał, a w dodatku Diop zyska obsesyjnego naśladowcę. Genialny haker, przedstawiający się jako Lupin 2, stanie się jeszcze groźniejszym wrogiem niż Hubert Pellegrini (Hervé Pierre).



CHCESZ
WIEDZIEĆ
WIĘCEJ?
CZYTAJ
NETFILM

NETFLIX



PREMIERA 23.10

Yaga

➔ SERIAL THRILLER / MYSTERY

Tajemnicze zaginięcie Henry'ego Parka (Hudson Williams), spadkobiercy potężnej firmy rybackiej, stawia na nogi pewne nadmorskie miasteczko. Śledztwo obejmuje prywatną detektyw Rapp (Noah Reid), która w trakcie dochodzenia natrafia m.in. na depczącego jej po piętach lokalnego śledczego

Carsona (Clark Backo), charmatyczną wykładowczynię uniwersytecką Katherine (Carrie-Anne Moss) oraz grupę tajemniczych podejrzanych. Im bardziej detektyw Rapp zagłębia się w sprawę, tym mocniej dociera do niej, że zaginięcie Parka powiązane jest nie tylko z pradawnymi wierzeniami, ale również pewną słowiańską legendą.

PREMIERA 24.10

Brothers Under Fire

➔ THRILLER AKCJI

Ślub jednego z żołnierzy jest okazją do krótkiego urlopu od służby dla kapitana Jordana Wrighta (Kiefer Sutherland) i członków jego załogi. Ale pobyt w Meksyku szybko zamienia się w walkę o przetrwanie, gdy na drodze żołnierzy staje bezwzględny kartel narkotykowy.

wy. Ścigani i zmuszeni do działania poza znanym sobie polem walki, członkowie eskadry muszą zaufać sobie bardziej niż kiedykolwiek wcześniej. Kapitan Wright robi wszystko, by poprowadzić swoich ludzi w bezpieczne miejsce, zanim dopadnie ich kartel, ale okazuje się to misją na granicy jego możliwości.



CANAL+

HBO
max

Anka (Magdalena Popławska) dostała od życia niezły wycisk. Ale zamiast się poddać, bierze się z nim za bary!

Dzieci to kłopoty – Gabi (Maja Seklecka) i Iwo (Wiktor Wieczorek) nie są tu wyjątkiem.

kino

PREMIERA: 23 PAŹDZIERNIKA

Jak żyć, żeby nie zwariować

Ta komedia doda nam skrzydeł! Pokazuje, że nawet gdy wszystko sprzysięga się przeciwko nam, można tupnąć nogą i wyjść na swoje. Tak jak Anka. W obsadzie plejada gwiazd, a na ekranie – mnóstwo humoru i wzruszeń.

Każdy z nas zastanawia się czasem, co robić, żeby nie zwariować. Anka (Magdalena Popławska) również. Jeszcze niedawno była pewna, że wszystko w jej życiu jest na swoim miejscu. Ma męża, dzieci, dobrą pracę i mieszkanie w centrum. Tyle że ten całkiem udany świat zaczyna się sypać – i to z hukiem.

Siła złego?

Lista nieszczęść jest doprawdy imponująca. Anka traci pracę, wychodzi na jaw, że mąż Bartek (Piotr Rogucki) ją zdradza, a ich mieszkaniem zaczyna interesować się komornik... Jakby

tęgo było mało, dzieci ani myślą ułatwiać jej przetrwania katastrofy. Córka Gabi (Maja Seklecka) przechodzi na weganizm i z zapałem kwestionuje rodzicielskie racje, zaś syn Iwo (Wiktor Wieczorek) uzależnia zjedzenie śniadania od właściwej liczby płatków w mleku. Do kompletu jest jeszcze mama Teresa (Dorota Kolak) – nadopiekuńcza i zawsze gotowa dorzucić swoje trzy grosze.

Prawda, że można zwariować? Można też uznać, że skoro stare życie legło w gruzach, najwyższy czas zbudować sobie nowe. Bohaterka filmu wybiera

tę drugą opcję. Zamiast w nieskończoność opłakiwać niewiernego męża, próbuje stanąć na nogi i przypomnieć sobie, czego chce od życia – bo przecież rola żony, matki i idealnej pracowniczki to nie wszystko. Tym bardziej że los podsuwa jej szansę na nowe uczucie.

Komedia „Jak żyć, żeby nie zwariować” to idealna propozycja na jesienny wypad do kina. Za kamerą stanęli Tomasz Konecki i jego żona Iwona Ogonowska-Konecka. Biorą pod lupę problemy, które dobrze znamy: zmęczenie codziennością, presję otoczenia

i bolesne niespodzianki, jakie potrafi sprawić życie. Opowiadają o nich ciepło i z humorem, pokazując przy okazji, że warto uwolnić się od cudzych oczekiwań, żyć po swojemu i szukać szczęścia bez obowiązku bycia ideałem.

MACIEJ MISIŃNY

INFO

JAK ŻYĆ, ŻEBY NIE ZWARIOWAĆ, Polska 2026, **Reż.:** Tomasz Konecki, Iwona Ogonowska-Konecka, **Wyst.:** Magdalena Popławska, Piotr Rogucki, Kamil Szeptycki, Dorota Kolak, Krzysztof Stelmazyk, Dystrybutor **MONOLITH FILMS**



Co jej doradzi przystojny prawnik Mikołaj (Kamil Szeptycki)?

W tej rodzinie dużo do powiedzenia ma mama Anki, Teresa (Dorota Kolak).



PRZYRODA I PODRÓŻE

Najważniejsze cieśniny świata to miejsca wyjątkowe zarówno pod względem geograficznym, jak i biologicznym.

Nasz hit

Cieśniny. Między lądem a morzem

SO Planete+, 10.20 Seria dokumentalna zabiera widzów w podróż przez najważniejsze cieśniny świata, ukazując je nie tylko jako strategiczne szlaki żeglugowe, lecz przede wszystkim jako niezwykle ekosystemy.

Francuska produkcja składa się z czterech odcinków poświęconych miejscom, gdzie spotykają się morza, kontynenty i migrujące gatunki zwierząt. Twórcy pokazują, że cieśniny są kluczowymi węzłami światowej bioróżnorodności. To tędy przemierzają się ptaki, wieloryby, żółwie morskie i ławice ryb, a jednocześnie są to obszary szczególnie narażone na skutki intensywnej żeglugi i zmian klimatycznych. Produkcja wyróżnia się spektakularnymi zdjęciami lotniczymi

i podwodnymi oraz pokazuje zależności między geologią, migracjami zwierząt i działalnością człowieka.

Na granicy światów

Każdy odcinek poświęcono innej cieśninie. Gibraltarc, na styku Europy i Afryki, pozostaje ważnym schronieniem dla wielu gatunków mimo ogromnego ruchu statków. To także jeden z najważniejszych korytarzy migracyjnych dla ptaków oraz morskich ssaków. Cieśnina Magellana między

Ameryką Południową a Ziemią Ognistą zachwyca spotkaniem fauny polarnej i tropikalnej. Kanał La Manche, najruchliwsze morskie przejście Europy, ukazuje trudną koegzystencję ludzi i przyrody. Cieśnina Malakka, jeden z najważniejszych szlaków handlowych świata, kryje niezwykle bogaty, choć coraz silniej zagrożony ekosystem. Wśród lasów namorzynowych i przybrzeżnych wód żyją tam liczne gatunki zwierząt zależne od tego unikatowego środowiska.

Wyzwanie: przetrwanie

ND Discovery Channel, 13.00



Otto Karas poznaje tajniki polowania z orłami. W odległych górach Ałtaju on i jego towarzysze poszukują odpowiednich koni, które poradzą sobie podczas trudnej wyprawy.

20 TELETYDZIEŃ

Polska z góry. Naj... w Polsce 3

PO Planete+, 18.40



Kamera drona pokazuje najpiękniejsze miejsca naszego kraju z lotu ptaka. Twórcy programu zaglądają też w mniej znane zakątki, które jednak nie ustępują urodą tym słynniejszym.

Ptaki znad mokradeł

WT TVP 1, 13.05



Twórcy przedstawiają codzienne zachowania trzech gatunków ptaków. Zobaczmy zamieszkującego Amerykę Północną żurawia kanadyjskiego, lasówkę złotawą, a także kaczkę krzyżówkę.

HISTORIA I BIOGRAFIE

Tajemnice wikingów

SO Fokus TV, 21.00



Dan Snow i archeolog Sarah Parcak szukają w Ameryce Północnej śladów skandynawskich wojowników. Zastanawiają się, czy wikingowie dotarli tu 500 lat przed Kolumbem.

Joaquin Phoenix pełen...

ND Ale kino+, 9.00



Portret gwiazdy Hollywood. Pamiętne kreacje w „Spacerze po linie” czy „Jokerze” docenili widzowie i krytycy. Reżyser filmu próbuje odkryć prawdziwą twarz zagadkowego aktora.

Burzliwa historia Tudorów

WT National Geographic, 21.00



W 1588 roku Robert Devereux staje się jednym z faworytów Elżbiety I. Suzannah Lipscomb i Dan Snow analizują m.in. nieudaną kampanię w Irlandii, która osłabiła jego pozycję.

Lucy Worsley i zagadki...

SR BBC Earth, 19.45



Walka o niepodległość kolonii nie toczyła się jedynie w Ameryce. Wielka Brytania doświadczała sabotażu i szpiegostwa. Nieustanny niepokój polityczny odmienił oblicze imperium.

CZŁOWIEK I SPOŁECZEŃSTWO

Klucz do organizmu...

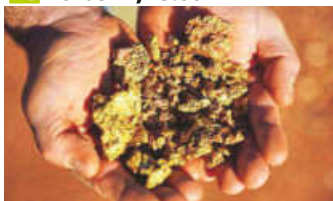
PT **TVP Dokument**, 15.55



Twórcy filmu zabierają widzów w fascynującą podróż po ludzkim ciele. Wyjaśniają m.in., jak powstają zmarszczki, dlaczego mówimy przez sen i skąd się bierze orientacja seksualna.

Poszukiwacze złota...

PO **Fokus TV**, 15.00



Poważny uraz sprawia, że Ethan West musi samodzielnie kierować pracami załogi Poseidon Crew. W tym czasie w głębi buszu Jacqui i Andrew są zmuszeni stawiać czoła drapieżnikom.

Z akt kijowskiej KGB

WT **Planete+**, 22.00



Trzy historie ujawnione dzięki udostępnieniu materiałów z archiwum KGB. Ofiary reżimu – studenci, nauczycielka i Francuzka – po latach mogą zmierzyć się z przeszłością.

Sekrety ludzkich zoo

CZ **Fokus TV**, 23.00



W Europie i Ameryce organizowano wystawy z udziałem ludzi z kolonii, których prezentowano jak eksponaty. Film przywraca pamięć o ich cierpieniu. To opowieść o rasizmie i kolonializmie.

DOM I KUCHNIA

Jamie: dania w 20 minut

PT **CANAL+ KUCHNIA**, 20.20



Jamie Oliver pokazuje, że pyszny obiad da się zrobić w zaledwie 20 minut. Prowadzący proponuje proste przepisy, idealne dla tych, którzy chcą przygotować posiłek bez zbędnego wysiłku.

Gotuj jak Włoch!

SO **Food Network**, 16.50



Gabe Bertaccini organizuje spotkania, podczas których serwuje swoje ulubione włoskie potrawy. Prezentuje tradycyjne dania w nowych aranżacjach, wykorzystując kulinarne triki.

Daleko od miasta 17

SO **CANAL+ DOMO**, 18.30



Agnieszka Pajęczkowska wybiera się m.in. na Kaszuby, by poznać ludzi, którzy opuścili miasto i osiedli blisko natury. Dowiemy się, jak wygląda ich zwykły dzień i czy życie na wsi to sielanka.

Kwiaty na warsztat 2

ND **TVP Kobieta**, 12.30



Mistrzynie florystyki Joanna Lewandowska opowiada o cymbidium, roślinie z rodziny storczykowatych. Omawia zasady pielęgnacji storczyków i przygotowuje dekoracje w filiżankach.

MOTORYZACJA I TECHNIKA

Najniebezpieczniejsze...

SO **National Geographic**, 16.00



Pick-up spada z klifu. Thord i Eirik pechowo zaczynają akcję. Mają trudności z namierzeniem wraku i dostaniem się na miejsce. Raido usuwa rozbity pojazd, który zablokował trasę na południe.

Ikony lotnictwa

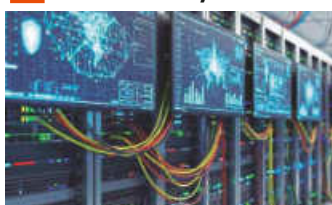
ND **National Geographic**, 12.00



Brytyjski bombowiec strategiczny Avro Vulcan w trakcie zimnej wojny przenosił broń jądrową. W 1982 roku, podczas konfliktu o Falklandy, odbył jeden z najdłuższych kursów w historii.

Cyfrowa bomba zegarowa

WT **TVP Dokument**, 22.25



Internet to skomplikowana fizyczna infrastruktura: centra danych, miliony serwerów, kable poprowadzone po dnach mórz. Twórcy wyjaśniają, jak łatwo może dojść do zakłóceń w jej działaniu.

Jeździć, obserwować

CZ **TVN Turbo**, 17.15



Fachowcy zajmą się bmw serii 5 z podwójnie doładowanym Dieslem. Mała sprężarka nie ma mocy, co może wywołać pożar. Później panowie udadzą się do bmw f10, które uległo awarii.

MOCNE OPOWIEŚCI

Śladami zła

SO **ID**, 22.00



Zespół bada aktywność złośliwego ducha w zamkniętym szpitalu w Teksasie. Próbuje ustalić, jaką naturę ma tajemnicza istota. By ją zwabić, ekipa decyduje się na ryzykowny eksperyment.

Niepojęte: Strefa tajemnic...

ND **WP**, 12.15



Wojskowi piloci niejednokrotnie zaobserwowali niezidentyfikowane obiekty. Eksperci zastanowią się, czy tego typu zjawiska pomogą dowiedzieć się, czy we wszechświecie żyją też inne istoty.

Ostatni lot: Anatomia...

PO **National Geographic**, 21.00



W 1982 r. załoga British Airways 9 musiała zmierzyć się z jedną z najbardziej niezwykłych awarii w historii lotnictwa. Nad Jawą zgąsły wszystkie silniki. Samolot szybował w ciemnościach.

Tajemnica cmentarza...

CZ **HBO**, 21.55



Kulisy zabójstwa Dorothy Lou Thompson, właścicielki cmentarza dla zwierząt. Śledztwo ruszyło z miejsca po zeznaniach mężczyzny, który twierdził, że kontaktuje się z nim... duch zabitej Dorothy.

FAMILIJNY



Księga życia

PT HBO, 10.55

Dwóch magów zakłada się o to, czy ludzie mają czyste serca. Próbie poddani zostają: marzący o byciu muzykiem matador Manolo oraz Joaquin, sportowiec i duma miasta. O poszukiwaniu prawdy o sobie samym.

95 min USA 2014 reż. J.R. Gutiérrez

KOMEDIA



Teściowie 3

PT TVN, 20.00

Tadeusz i Wanda organizują chrzciny wnuka. Podczas hucznej imprezy dawne konflikty i nowe romanse prowadzą do zaskakujących konsekwencji. Z przymrużeniem oka o walce klas.

110 min Pol. 2025 reż. J. Michalczuk, wyk. M. Ostaszewska, I. Kuna, M. Dorociński

KOMEDIA ROMANTYCZNA



Masz wiadomość

PT TVN 7, 20.00

Właścicielka księgarni zwierza się poznanemu w internecie Joemu. Nie wie, że to rywal, przez którego grozi jej bankructwo. Tom Hanks i Meg Ryan spotkali się wcześniej na planie „Bezsenności w Seattle”.

160 min USA 1998 reż. N. Ephron, wyk. M. Ryan, T. Hanks, P. Posey, J. Stapleton

DRAMAT



Zaułek koszmarów

PT Polsat Film, 21.00

Guillermo del Toro przeniósł na ekran znaną powieść Williama Lindsaya Greshama. Jarmarczny kuglarz szkoli się w sztuce manipulacji. Wykorzystuje ją, by zarabiać na naiwności nowojorskich elit.

195 min Kan./Meksyk/USA 2021 reż. G. del Toro, wyk. B. Cooper, C. Blanchett



Ozi: Głos deszczowego lasu

SO PULS 2, 19.00

Pełna humoru i uroku opowieść z ekologicznym przesłaniem. Wychowanka ośrodka dla osieroconych orangutanów szuka rodziców. Pomaga też uratować dzunglę przed bezduszną korporacją.

105 min USA/Francja/Wielka Brytania 2023 reż. T. Harper, dub. W. Gąsiewska, M. Franc



Wszystko o moim starym

SO Polsat 2, 20.20

Sebastian planuje oświadczyć. Jego ojciec, ekscentryczny Salvo, postanawia mu pomóc. Odtwórca głównej roli, stand-uper Sebastian Maniscalco, w monologach opowiadał o trudnej relacji z tatą.

100 min USA 2023 reż. L. Terruso, wyk. R. De Niro, S. Maniscalco, K. Cattrall, L. Bibb



Plan B

SO TVN, 21.30

Samotna Zoe poddaje się sztucznemu zapłodnieniu. Gdy zachodzi w ciążę, poznaje Stana... Opowieść o dylematach singielki i przewrotności losu z latynoską gwiazdą, Jennifer Lopez, w roli głównej.

130 min USA 2010 reż. A. Poul, wyk. J. Lopez, A. O'Loughlin, M. Watkins, E.C. Olsen



Barbie

SO TVN Fabuła, 20.00

Mieszkanica idyllicznego Barbie-landu zauważa niepokojące rysy w swoim świecie. Czeką ją zderzenie z nową rzeczywistością. Miks gatunkowy, w którym nie brakuje wątków skłaniających do refleksji.

145 min Kan./USA/Wlk. Bryt. 2023 reż. G. Gerwig, wyk. M. Robbie, R. Gosling



Rodzina Addamsów 2

ND Super Polsat, 11.20

Morticia i Gomez martwią się, że ich dzieci tak szybko dorastają. Pan domu zabiera rodzinę na wakacje w nawiedzonym kamperze. Autorzy nawiązują do hitów kina grozy, takich jak „Carrie”.

105 min USA/Kanada 2021 reż. G. Tiernan, C. Vernon, L. Brousseau, dub. A. Grochowska



Kłątwa

ND TVN, 21.20

Siostry Monikę i Anastazję prześladowuje pech. Odkrywają, że źródłem wszystkich nieszczęść jest kłątwa rzucona na ich rodzinę. Za kamerą stanął twórca takich przebojów, jak „Testosteron” czy „Ladies”.

140 min Pol. 2023 reż. T. Konecki, wyk. A. Więdołcha, V. Aleksander, D. Stenka



Dlaczego nie!

ND Polsat, 22.30

Małgosia, starając się o pracę, poznaje Janka. Bierze go za ochroniarza. Mężczyzna, prezes firmy reklamowej, nie wyprowadza jej z błędu. Bajkowa opowieść o miłości twórcy „Nigdy w życiu”.

130 min Pol. 2007 reż. R. Zatorski, wyk. A. Cieślak, M. Zakościelny, M. Kożuchowska



Sisu

ND Polsat 2, 20.20

Były żołnierz, obecnie poszukiwacz złota, stawia czoło grupie nazistów. Mimo licznej przewagi wroga nie jest w tym starciu bez szans. Nagroda Saturna dla najlepszego filmu zagranicznego.

105 min Finlandia/Wlk. Bryt./USA 2022 reż. J. Helander, wyk. J. Tommila, A. Hennie

SENSACJA I THRILLER



Kryzys

PT Polsat 2, 22.00

Trzymające w napięciu historie, których tłem jest epidemia uzależnień od opioidów w USA. Profesor Tyrone Brower wypowiada wojnę jednemu z wpływowych koncernów farmaceutycznych.

155 min Kanada/Belgia 2021 reż. N. Jarecki, wyk. G. Oldman, A. Hammer, E. Lilly, G. Kinnear

AKCJA I PRZYGODA



Hancock

PT Super Polsat, 21.00

Upadły superbohater zmienia się w nadużywającego alkoholu dziwaka. Ratuje życie specjalście od kreowania wizerunku. Ocalony pomaga mu odzyskać pozycję. Aktualnie trwają prace nad sequelem filmu.

115 min USA 2008 reż. P. Berg, wyk. W. Smith, Ch. Theron, J. Bateman, J. Head

HORROR I SF



Morbius

PT Polsat, 22.05

Laureat Oscara Jared Leto („Witaj w klubie”) wciela się w biochemika cierpiącego na rzadką chorobę. Szukając skutecznego leku, wszczepia sobie geny nietoperza i zamienia się w bestię żywiącą się krwią.

130 min USA 2022 reż. D. Espinosa, wyk. J. Leto, M. Smith, A. Arjona, J. Harris

KLASYKA



Komando

PT TV Puls, 22.00

Kasowy hit lat 80. z Arnoldem Schwarzeneggerem w roli głównej. Obalony dyktator zleca uprowadzenie córki żołnierza, który odsunął go od władzy. Ojciec robi wszystko, by odzyskać dziecko.

110 min USA 1985 reż. M.L. Lester, wyk. A. Schwarzenegger, R.D. Chong, D. Hedaya



Transporter 3

SO TV Puls, 20.00

Kurier do zadań specjalnych zginię, jeśli córka ukraińskiego urzędnika nie dotrze na czas z Marsylii do Odessy. Filmowy pojedynek Jasona Stathama z Robertem Knepperem („Skazany na śmierć”).

125 min Fr./Wlk. Bryt./USA 2008 reż. O. Megaton, wyk. J. Statham, N. Rudakowa



Samarytanin

SO Polsat Film, 21.00

Sylvester Stallone w roli superbohatera na emeryturze. Nastoletni sąsiad chce skłonić go do podjęcia walki ze złem. Miasteczko, w którym obaj mieszkają, pogrąża się bowiem w chaosie i przemocy.

125 min USA 2022 reż. J. Avery, wyk. S. Stallone, J. „Wanna” Walton, P. Asbek



Transformers: Wiek zagłady

SO TVN 7, 20.00

Czwarty rozdział wojny potężnych maszyn. Cade kupuje ciężarówkę. Nie wie, że to przywódca Autobotów. Mechanik i jego bliscy zostają wciągnięci w walkę ludzi oraz gigantów z kosmosu.

210 min USA/Chiny 2014 reż. M. Bay, wyk. M. Wahlberg, S. Tucci, K. Grammer, N. Peltz



Milczenie owiec

SO TVP 1, 23.00

Nagrodzona pięcioma Oscarami klasyka gatunku. Przebywający w więzieniu demoniczny psychiatra zostaje poproszony o pomoc przez studentkę akademii FBI, która tropi seryjnego mordercę.

125 min USA 1991 reż. J. Demme, wyk. A. Hopkins, J. Foster, S. Glenn, A. Heald



Zbrodnie pamięci

ND TV Puls, 22.10

Drugi film w reżyserskim dorobku aktora Michaela Keatona. U jego boku występuje Joanna Kulig. Płatny zabójca pogrąża się w demencji. Aby odkupić swoje winy, postanawia pomóc synowi.

140 min USA 2023 reż. M. Keaton, wyk. M. Keaton, J. Marsden, A. Pacino, J. Kulig



Aquaman

ND TVN 7, 20.00

Jason Momoa wciela się w potomka władczyń mitycznej Atlantydy. Tylko on może powstrzymać przyrodniego brata przed zniszczeniem świata ludzi. By zapobiec wojnie, musi odnaleźć magiczny trójząb.

185 min USA/Australia 2018 reż. J. Wan, wyk. J. Momoa, A. Heard, W. Dafoe, P. Wilson



Life

ND Super Polsat, 23.10

Astronauci badają próbki z Marsa. Mierzą się z inteligentną i zabójczą formą życia. Nie mogą dopuścić, by dotarła ona na Ziemię. Trzymające w napięciu, pełne spektakularnych efektów specjalnych kino SF.

135 min USA 2017 reż. D. Espinosa, wyk. J. Gyllenhaal, H. Kanada, R. Reynolds



Top Gun

ND FX, 22.15

Ambitny pilot Maverick trafia na szkolenie do elitarniej jednostki. Rywalizuje o tytuł przyznawany najlepszemu absolwentowi. Dzięki roli brawurowego asa przestworzy Tom Cruise stał się gwiazdą.

135 min USA 1986 reż. T. Scott, wyk. T. Cruise, K. McGillis, V. Kilmer, A. Edwards, T. Skeritt

FAMILIJNY

KOMEDIA

KOMEDIA ROMANTYCZNA

DRAMAT



Dziedzic maski

PO Warner TV, 17.45

Tim przynosi do domu znaną na spacerze maskę. Nie wie, że przedmiot jest magiczny i należy do nordyckiego boga. Zwiariowany i przesycany efektami specjalnymi obraz nawiązuje do hitu z Jimem Carreym.

115 min USA/Niem. 2005 reż. L. Guterman, wyk. J. Kennedy, A. Cumming, B. Hoskins



Gra dla dwojga

PO Super Polsat, 21.00

Dwoje szpiegów porzuca służbę. Zatrudniają się w rywalizujących koncernach. Muszą zdobywać informacje o konkurentach. Układają jednak własny plan... Film twórcy głośnego „Michaela Claytona”.

160 min USA/Niemcy 2009 reż. T. Gilroy, wyk. J. Roberts, C. Owen, P. Giamatti, T. Wilkinson



Książę i ja 3: Królewski miesiąc miodowy

PO TVP Kobieta, 22.30

Edward i Paige udają się w podróż poślubną do spokojnej Belavii. Wypoczynek zakłóca przybycie Scotta, byłego chłopaka królowej. Kontynuacja hitu z 2004 roku.

95 min USA 2008 reż. C. Cyran, wyk. K. Heskin, C. Geere, A. Croasdel, J. Firth



Znachor

PO Polsat, 20.35

Trzecia filmowa adaptacja powieści Tadeusza Dołęgi-Mostowicza. Szanowany chirurg Rafał Wilczur doświadcza rodzinnej tragedii. Traci pamięć. Po latach zyskuje sławę jako wiejski uzdrowiciel.

165 min Polska 2023 reż. M. Gazda, wyk. L. Lichota, M. Kowalska, I. Liss, A. Szymańczyk



Kłopsiki i inne zjawiska pogodowe

WT HBO, 16.35

Flint konstruuje urządzenie, które ma rozwiązać problem głodu. Traci kontrolę nad maszyną. Nominowana do Złotego Globu animacja na podstawie książki Judi Barrett.

90 min USA 2009 reż. C. Miller, P. Lord, dub. J. Bończyk, M. Pikuła, P. Bąk, M. Reczek



Plan emerytalny

WT TV Puls, 20.00

Nicolas Cage wciela się w statecznego seniora wypoczywającego na rajskiej wyspie. Nawet jego bliscy nie wiedzą, że jest on emerytowanym zabójcą. Prawda wychodzi na jaw, gdy córka i zięć narażają się gangsterom.

125 min Kanada 2023 reż. T. Brown, wyk. N. Cage, A. Greene, T. Campbell, R. Perlman



Druga połowa

WT TVN Fabuła, 20.00

Lekarka Magda zakochuje się w dziennikarzu sportowym skłóconym z jej ojcem, trenerem kadry Polski. Do tego o względy kobiety zabiega znany piłkarz. Pełna humoru produkcja z efektownym sportowym tłem.

120 min Polska 2021 reż. Ł. Wiśniewski, wyk. M. Zydek, M. Musiał, J. Knap, C. Pazura



Ostatni komers

WT TVP 2, 23.05

Gimnazjaliści szykują się do szkolnego balu. Monika i jej rówieśnicy poznają smak odrzucenia i pierwszych rozczarowań. Adaptacja powieści „Ma być czysto” Anny Cieplak otrzymała dwie nagrody na FPFF w Gdyni.

100 min Pol. 2020 reż. D. Nickel, wyk. M. Matczak, M. Sitnicki, S. Drzymalska



Lassie, wróć!

ŚR TVN Fabuła, 17.55

Poruszająca opowieść o przyjaźni na motywach książki Erica Knighta. 12-letni Flo i jego czworonożna towarzyszką zabaw są nierozłączni. Chłopiec załamuje się, kiedy tata mówi, że muszą oddać zwierzę.

125 min Niem. 2020 reż. H. Olderdissen, wyk. N. Marischka, S. Bezzel, A.M. Mühe, B. Bading



100 dni do matury

ŚR TVN Fabuła, 20.00

Maturzysta Kapsel nie chce rozstawać się z paczką przyjaciół. Włamuje się do systemu ministerstwa edukacji, by zmienić wyniki egzaminów. W filmie występują influencerzy z Ekipy i Genzie, m.in. Bartosz Kubicki.

150 min Polska 2025 reż. M. Piszczan, wyk. B. Laskowski, P. Sieczko, K. Banaś, B. Kubicki



Baby boom, czyli Kogel Mogel 5

ŚR TVP Kobieta, 22.30

Kolejna odsłona kultowej serii o perypetiach Wolańskich i Zawadów. Agnieszka rodzi synka. Niestety, Marcin nie radzi sobie w roli ojca. Przerażony znika bez śladu.

110 min Pol. 2024 reż. A. Wieczur, wyk. M. Zakościelny, K. Skrzynecka, A. Hamkało



Kwiat pustyni

ŚR TVN 7, 21.00

Poruszająca ekranizacja powieści modelki oraz ambasadorki ONZ. Trzynastoletnia Waris Dirie z rodziny somalijskich nomadów ma zostać czwartą żoną starszego mężczyzny. Decyduje się na ucieczkę.

160 min Wlk. Bryt./Niem./Austria 2009 reż. S. Hormann, wyk. L. Kebede, S. Hawkins



Kung Fu Panda 4

CZ HBO, 14.35

Ciąg dalszy przygód dzielnego niedźwiadka. Po ma zostać duchowym przywódcą Doliny Pokoju. Musi znaleźć śmiałka, który zastąpi go w roli Smoczego Wojownika.

95 min Chiny/USA 2024 reż. M. Mitchell, S. Stine, dub. M. Hyncar, J. Peszek



Ocean's 8

CZ TVN 7, 21.00

Złodziejka Debbie, siostra Danny'ego, planuje kradzież naszyjnika o wartości 150 mln dolarów. Kompletuje ekipę. Kobięca odsłona serii komedii, których gwiazdą był George Clooney.

145 min USA 2018 reż. G. Ross, wyk. S. Bullock, C. Blanchett, A. Hathaway, Rihanna



Zabij mnie, kochanie

CZ Polsat Film, 19.00

Natalia i Piotr wygrywają fortunę na loterii. Każde z nich postanawia pozbyć się drugiej połówki i przejąć całą nagrodę. Komedia w reżyserii twórcy „Jak poślubić milionera?”.

120 min Pol. 2023 reż. F. Zylber, wyk. M. Banasiuk, W. Książkiewicz, M. Baka



Gdzie śpiewają raki

CZ Polsat Film, 21.00

Porzuciona przez bliskich Kya dorasta samotnie na bagnach. Spragniona bliskości daje się uwieść Chase'owi. Gdy ten ginie, staje się główną podejrzaną. Adaptacja powieści Delii Owens.

150 min USA 2022 reż. O. Newman, wyk. D. Edgar-Jones, T.J. Smith, H. Dickinson

SENSACJA I THRILLER



Jestem zemstą

PO TV Puls, 20.00

Stanley i jego żona zostają napadnięci. Kobieta umiera na rękach męża. Wdowiec szuka zemsty na zabójcach, wpływowych gangsterach. Bazujący na sprawdzonych schematach film twórcy „Egzekutora” i „Maski”.

110 min USA 2016 reż. C. Russell, wyk. J. Travolta, C. Meloni, A. Schull, S. Trammell

AKCJA I PRZYGODA



Wonder Woman

PO TVN, 22.40

Szkolona na wojowniczkę amazońska księżniczka Diana przybywa z misją do cywilizowanego świata. Ma ocalić ludzkość. Czekają ją wiele wyzwań. Widowiskowa adaptacja losów superbohaterki wydawnictwa DC Comics.

180 min Hongkong/Chiny/USA 2017 reż. P. Jenkins, wyk. G. Gadot, C. Pine, R. Wright

HORROR I SF



Ciche miejsce: Dzień pierwszy

PO TVN Fabuła, 21.55

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

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

KLASYKA



NA FAKTACH

Bunt na „Bounty”

PO TVP Kultura, 20.00

Na okręcie despotycznego kapitana Williama Bligha wybucha bunt. Marynarze wyrzucają dowódcę za burtę i płyną na Tahiti. Siedem nominacji do Oscara, w tym za muzykę dla Bronisława Kapera.

185 min USA 1962 reż. L. Milestone, wyk. M. Brando, T. Howard, R. Harris, H. Griffith



Życzenie śmierci

WT TVP 1, 22.10

Żona i córka doktora Paula zostają napadnięte w domu. Wobec beznadziei policji lekarz postanawia sam wymierzyć sprawiedliwość. Remake słynnej produkcji z 1974 roku z Charlesem Bronsonem.

115 min USA 2018 reż. E. Roth, wyk. B. Willis, V. D'Onofrio, E. Shue, D. Norris



Kraven Łowca

WT Polsat, 23.15

Losy antybohatera z komiksowego uniwersum Marvela. Siergiej Krawinow, syn bezwzględnego gangstera, wykorzystuje nadludzką moc do walki z porywaczem brata. Czekają go starcie z równym sobie przeciwnikiem.

165 min USA/Islandia/Kan. 2024 reż. J. Chandor, wyk. A. Taylor-Johnson, R. Crowe



Inni

WT Ale kino+, 20.10

Gracie mieszkają w starym domu wraz z dwójką dzieci, które mają alergię na światło słoneczne. Sugestywne, wysublimowane i zaskakujące kino grozy. Nominacja do Złotego Globu dla świetnej Nicole Kidman.

130 min USA/Fr./Hiszp. 2001 reż. A. Amenábar, wyk. N. Kidman, F. Flanagan



Nie lubię poniedziałku

WT Kino Polska, 20.00

Satyra na pełną absurdów peerelowską rzeczywistość. Francesco przybywa do Warszawy. Los stawia na drodze Włocha ludzi, dla których początek tygodnia również nie jest szczęśliwy, m.in. Zygmunta.

130 min Pol. 1971 reż. T. Chmielewski, wyk. K. Witkiewicz, J. Turek, B. Bilewski



Mroczny opiekun

SR STOPKLATKA, 20.00

Syn informatorki agenta Interpolu zostaje porwany. Mężczyzna nie cofnie się przed niczym, by odbić zakładnika. Na jego drodze stoją groźni ludzie. Jean-Claude Van Damme w typowej dla siebie roli twardziela.

150 min USA 2024 reż. J.C. Bressack, wyk. E. Min, J. Van Damme, K. Loken, S. Breslin



Władcy ognia

SR PULS 2, 21.00

Świat opanowały siejące spustoszenie smoki. Grupa ocalałych ludzi podejmuje z nimi walkę. Opowieść łącząca średniowieczną legendę z apokaliptyczną wizją przyszłości. Imponujące efekty specjalne i znakomita obsada.

125 min USA/Irl./Wlk. Bryt. 2002 reż. R. Bowman, wyk. M. McConaughey, I. Scorupco



57 sekund

SR TV Puls, 20.00

Franklin zdobywa rewolucyjny gadżet, który pozwala mu cofać się o niespełną minutę w czasie. Chce za jego pomocą pomścić siostrę. W jednej z głównych ról wystąpił Morgan Freeman. Na podstawie opowiadania E.C. Tubba.

125 min USA 2023 reż. R. Cundieff, wyk. J. Hutcherson, M. Freeman, G. Germann



Rocky 2

SR TVP 1, 21.05

Klasyka kina przełomu lat 70. i 80. Po spektakularnej walce z mistrzem świata Rocky Balboa postanawia zrezygnować z kariery na ringu z obawy przed utratą wzroku. Wkrótce jednak przyjmuje kolejne wyzwanie Apollo Creeda.

130 min USA 1979 reż. S. Stallone, wyk. S. Stallone, T. Shire, C. Weathers, B. Meredith



Koszmar na noc

CZ TV Puls, 20.00

San Juan. Jako jedyny świadek zbrodni Madison Taylor staje się celem morderców. Prosi o pomoc por. Wakesa. W jednej z głównych ról gwiazdor kina akcji Bruce Willis.

125 min USA 2019 reż. M. Eskandari, wyk. N. Whelan, B. Willis, T. Ortiz, T. Battle



3:10 do Yumy

CZ STOPKLATKA, 20.00

Zadłużony farmer Dan z grupą śmiatków zgadza się eskortować przez pustkowie gotowego na wszystko przestępcę. Remake westernu Delmera Davesa z 1957 roku.

160 min USA 2007 reż. J. Mangold, wyk. R. Crowe, C. Bale, L. Lerman, D. Roberts



Interstellar

CZ TVN Fabuła, 20.00

Na Ziemi brakuje żywności. Były pilot NASA dołącza do grupy naukowców, których celem jest znalezienie nowego domu dla ludzi poza Układem Słonecznym. Oscar za efekty specjalne.

210 min USA/Wlk. Bryt./Kan. 2014 reż. C. Nolan, wyk. M. McConaughey, A. Hathaway



Lot skazańców

CZ Super Polsat, 21.00

Grupa kryminalistów wszczyna bunt na pokładzie samolotu więziennego. Jeden z nich potajemnie podejmuje współpracę z FBI. Plejada gwiazd i dwie nominacje do Oscara.

140 min USA 1997 reż. S. West, wyk. N. Cage, J. Malkovich, V. Rhames, J. Cusack



Federico Valverde
w tym sezonie
pełni funkcję kapitana
Królewskich.

Jude Bellingham
wystąpił już
w dziesięciu
El Clásico.
Strzelił w nich
cztery gole.

PIŁKA NOŻNA • LIGA HISZPAŃSKA

Show na Camp Nou

➔ FC BARCELONA
– REAL MADRYT ND 25.10
godz. 20.55 CANAL+ SPORT

Blaugrana i Królewscy jak co roku są faworytami wyścigu o mistrzostwo Hiszpanii. Ich starcie na tak wczesnym etapie sezonu co prawda nie zaważy na losach tytułu, ale może dać jednej z drużyn przewagę.

Z wiatrem w żaglach

Blaugrana po ośmiu kolejkach La Ligi miała na koncie komplet punktów.

To najbardziej elektryzująca rywalizacja klubowa w futbolu, która wykracza poza ramy sportu. Pora na El Clásico nr 308.

Drużyna Hansiego Flicka wyrównała w ten sposób wynik ekipy Gerarda Martino z sezonu 2013/2014, która zaliczyła najlepszy start rozgrywek w historii klubu z Katalonii. Od 1968 roku rekord hiszpańskiej ekstraklasy należy do Realu Madryt. Los Blancos wygrali wówczas dziewięć spotkań z rzędu. Jeśli Barca 17 października pokona Betis, a następnie Królew-

skich, przejdzie do historii Primera Division.

Powrót po latach

W boju z odwiecznym rywalem Królewskich po szesnastu latach znów poprowadzi José Mourinho. Portugalczyk liczy na szósty triumf w swoim osiemnastym El Clásico. To duże wyzwanie nie tylko dlatego, że Barca jest na fali. Real bowiem zagra bez Viníciu-

sa Júniora. W meczu z Villarrealem 10 października Brazylijczyk otrzymał czerwoną kartkę za niesportowe zachowanie i został zawieszony na cztery spotkania. W klasyku raczej nie będzie też polskiego akcentu. Robert Lewandowski gra obecnie w Chicago Fire, a szanse na to, że w bramce Dumy Katalonii stanie Wojciech Szczęsny, są niewielkie. **TJ**



Rúben Vinagre'a,
i Joel Pereirę
łączy portugalska
narodowość.

Otto
Hindrich
jest bramkarzem
Legii od stycznia
tego roku.

PIŁKA NOŻNA • PKO BP EKSTRAKLASA

Warszawa czy Poznań?

➔ LEGIA – LECH ND 25.10
godz. 17.25 TVP SPORT

W połowie października w Ekstraklasie była tylko jedna drużyna, która nie doznała porażki w tym sezonie. To Legia. Wojskowi od początku kampanii 2026/27 co prawda nie grają widowiskowo, ale za to są efektywni. Widać tu rękę Marka Papszuna, który poukładał zespół i przywrócił mu miejsce w ligowej czołówce.

Warszawianie rozstrzygnęli już na swoją korzyść jeden ligowy hit w rundzie jesiennej – pokonali Jagiellonię 3:1. Starcie z Kolejorzem ma jednak większy ciężar gatunkowy. To polskie El Clásico, w którym wygrana smakuje szczególnie. Przed nami 149. odsłona szlagieru. Legia celuje w 64. zwycięstwo, Lech – w 47. Bardziej zdeterminowani mogą być piłkarze ze stolicy, żądni rewanżu na Poznaniakach za porażkę 0:4 w kwietniu. **TJ**

REKLAMA
ZAMÓW!
ZA 89 ZŁ

BĄDŹ PRZYGOTOWANY

Tę latarkę warto
zawsze mieć
pod ręką!

ZASIĘG DO
200 m!

MOC
800 lm

NOWA LATARKA PATROLOWA Z TRYBEM SOS

— oświetlisz posesję wokół domu, działkę, kemping, leśną ścieżkę, garaż, piwnicę czy sytuację alarmową na drodze!

POTĘŻNY STRUMIEŃ ŚWIATŁA I ŁADOWARKA DO TELEFONU!

Ta niewielka, lekka latarka ma w sobie **moc solidnego patrolowego sprzętu**, a możesz z łatwością zabrać ją wszędzie! Jest idealna do codziennego użytku w domu, na działce i kempingu, monitorowania posesji po zmroku czy wyprawy do lasu na grzyby. W przypadku nagłej awarii prądu zastąpi świece – wytrzymały akumulator sprawia, że **jest**

zawsze gotowa do użytku, bez obaw o rozładowane baterie.

4 silne diody LED dają potężny strumień światła o mocy **800 lumenów**, dzięki czemu dokładnie oświetla wszystko w zasięgu wzroku – **możesz zobaczyć wyraźnie obiekty oddalone nawet o 200 m!**

- ➔ **4 tryby świecenia:** mocne, średnie, boczne, stroboskopowe
- ➔ **Funkcja powerbanka** do ładowania telefonu
- ➔ **Działa jak przenośna lampka** – możesz zawiesić ją pod sufitem
- ➔ **Wodoodporna** i wytrzymała
- ➔ **Szybkie ładowanie USB**

Oprócz standardowej funkcji świecenia, latarka posiada **stroboskopowy tryb SOS**, który pozwala zaalarmować otoczenie w sytuacjach awaryjnych. Specjalny **boczny panel świetlny** zapewnia dodatkowe **rozproszone światło robocze** – sprawdzi się jako lampka do czytania czy precyzyjne doświetlenie miejsca pracy w garażu lub piwnicy.

Latarka pełni również funkcję **powerbanka USB** – naładujesz nią rozładowany telefon komórkowy.



ŚWIATŁO
GŁÓWNE

ŚWIATŁO
ROZPROSZONE

TRYB
SOS

Wskaźnik
naładowania
akumulatora

4 potężne diody LED
4 tryby świecenia

Boczny
panel
świetlny

Antypo-
ślizgowy
uchwyt

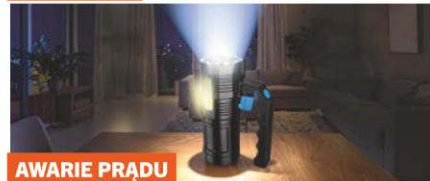
2 kierun-
kowe
USB
(ładowanie
+ funkcja
ładowarki)



DOM



SAMOCHÓD



AWARIA PRĄDU

**NIE DAJ SIĘ
ZASKOCZYĆ
CIEMNOŚCI!**

Zadzwoń i odbierz nową **latarkę patrolową LED za 89 zł!**

Oferta obowiązuje wyłącznie do
wyczerpania zapasów.



81 300 30 06

Pon.-pt. 8:00-20:00,
sob. i niedz. 9:00-20:00;

Standardowy koszt połączenia
telefonicznego dla danego operatora.

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

PIŁKA NOŻNA

PT PKO BP Ekstraklasa CANAL+ Sport 3
17.55 Mecz: Motor Lublin – KGHM Zagłębie Lubin
PT 2. liga niemiecka Eleven Sports 4
18.25 Mecz: SV Darmstadt 98 – FC St. Pauli
PT Liga niemiecka Eleven Sports 3
18.25 Mecz: Bochum – Wolfsburg
PT Liga niemiecka Eleven Sports 2
20.20 Mecz: VfB Stuttgart – Borussia Mönchengladbach
PT PKO BP Ekstraklasa CANAL+ Sport; CANAL+ Sport 3
20.25 Mecz: Widzew – Górnik
PT Liga włoska Eleven Sports 3
20.40 Mecz: Torino – AC Monza
PT Liga angielska CANAL+ Extra 1
20.55 Mecz: Ipswich Town FC – Nottingham Forest FC
SO PKO BP Ekstraklasa CANAL+ Sport 3
12.10 Mecz: Piast – Cracovia
SO Betclit 2. Liga TVP Sport
12.30 Mecz: Lechia Zielona Góra – Górnik Łęczna
SO 2. liga niemiecka Eleven Sports 2
12.55 Mecz: 1. FC Magdeburg – Karlsruher SC
SO Liga angielska CANAL+ Extra 1
13.25 Mecz: Aston Villa FC – Manchester City FC
SO Liga hiszpańska CANAL+ Sport
13.55 Mecz: Rayo – Elche CF
SO PKO BP Ekstraklasa CANAL+ Sport 3
14.40 Mecz: Korona – GKS Katowice
SO Liga włoska Eleven Sports 4
14.55 Mecz: Cagliari – Bologna FC
SO Liga włoska Eleven Sports 1
14.55 Mecz: Como – Sassuolo
SO Liga niemiecka Eleven Sports 2
15.20 Mecz: RB Lipsk – Elversberg
SO Betclit 1. Liga TVP 3
15.25 Mecz: Arka – Termalica
SO Liga angielska CANAL+ Extra 1
15.55 Mecz: Arsenal – Everton FC
SO Liga angielska CANAL+ Extra 2
15.55 Mecz: Coventry – Fulham
SO PKO BP Ekstraklasa CANAL+ Sport 3
17.25 Mecz: Pogoń – Radomiak
SO Betclit 1. Liga TVP Sport
17.40 Mecz: Puszcza – Lechia
SO Liga włoska Eleven Sports 1
17.55 Mecz: Napoli – AS Roma
SO Liga angielska CANAL+ Extra 1
18.25 Mecz: Chelsea – Tottenham

SO PKO BP Ekstraklasa CANAL+ Sport 3
20.10 Mecz: Wisła Kraków – Raków
SO Liga francuska Eleven Sports 4
20.40 Mecz: RC Lens – Paris FC
SO Liga włoska Eleven Sports 3
20.40 Mecz: Lazio – Parma Calcio
SO Liga portugalska Eleven Sports 2
21.25 Mecz: Gil Vicente – FC Porto
ND PKO BP Ekstraklasa CANAL+ 360; CANAL+ Sport 3
12.10 Mecz: Śląsk – Wierzyca
ND Liga włoska Eleven Sports 1
12.25 Mecz: Inter – Fiorentina
ND Betclit 1. Liga TVP Polonia; TVP Sport
14.25 Mecz: Ruch Chorzów – Pogoń Grodzisk Mazowiecki
ND PKO BP Ekstraklasa CANAL+ Sport 3
14.40 Mecz: Jagiellonia Białystok – Wisła Płock
ND Liga francuska Eleven Sports 4
14.55 Mecz: AS Monaco – Lille
ND Liga włoska Eleven Sports 1
14.55 Mecz: Atalanta – Frosinone
ND Liga włoska Eleven Sports 3
14.55 Mecz: Genoa CFC – Venezia
ND Liga angielska CANAL+ Extra 1
14.55 Mecz: Liverpool FC – Brighton & Hove Albion FC
ND Liga angielska CANAL+ Extra 3
14.55 Mecz: Manchester United FC – AFC Bournemouth
ND Liga francuska Eleven Sports 4
17.10 Mecz: Stade Rennais FC – RC Strasbourg
ND Liga niemiecka Eleven Sports 3
17.20 Mecz: Freiburg – Bayern
ND Liga angielska CANAL+ Extra 1
17.20 Mecz: Sunderland – Leeds
ND PKO BP Ekstraklasa CANAL+ PREMIUM; CANAL+ Sport 3; TVP Sport
17.25 Mecz: Legia – Lech Poznań



ND Liga włoska Eleven Sports 2
17.55 Mecz: US Lecce – Juventus
ND Liga holenderska Polsat Sport 2
19.55 Mecz: Alkmaar – FC Twente
ND Liga francuska Eleven Sports 3
20.40 Mecz: PSG – Olympique Lyon
ND Liga włoska Eleven Sports 2
20.40 Mecz: Udinese – AC Milan
ND Liga hiszpańska CANAL+ Sport
20.55 Mecz: FC Barcelona – Real Madryt CF
PO Betclit 1. Liga TVP Sport
17.55 Mecz: Warta Poznań – ŁKS
PO Liga portugalska Eleven Sports 1
19.40 Mecz: CD Santa Clara – SL Benfica
WT STS Puchar Polski TVP Sport
12.25 Mecz 2. rundy: Górnik Łęczna – GKS Katowice
WT STS Puchar Polski TVP Sport
17.25 Mecz: Motor – Raków
WT Liga włoska Eleven Sports 1
18.25 Mecz: Sassuolo – SS Lazio
WT STS Puchar Polski TVP Sport
20.25 Mecz: Piast – Górnik Zabrze
WT Puchar Niemiec Eleven Sports 4
20.40 Mecz 2. rundy: 1. FC Köln – 1. FC Union Berlin
WT Puchar Niemiec Eleven Sports 2
20.40 Mecz 2. rundy: Borussia Dortmund – Werder Breme
WT Liga włoska Eleven Sports 1
20.40 Mecz: AS Roma – Cagliari
WT Liga włoska Eleven Sports 3
20.40 Mecz: Torino – Como 1907
SR STS Puchar Polski TVP Sport
12.25 Mecz: Siarka – Lech Poznań
SR STS Puchar Polski TVP Sport
17.25 Mecz: Puszcza – Wisła Płock
SR Liga włoska Eleven Sports 1
18.25 Mecz: AC Milan – Bologna
SR Liga włoska Eleven Sports 3
18.25 Mecz: Parma – Udinese
SR Liga włoska Eleven Sports 2
18.25 Mecz: Venezia FC – Inter
SR STS Puchar Polski TVP Sport
20.25 Mecz: Lechia – Jagiellonia
SR Puchar Niemiec Eleven Sports 4
20.40 Mecz: Bayer – Nürnberg
SR Puchar Niemiec Eleven Sports 3
20.40 Mecz: Bayern – Magdeburg
SR Liga włoska Eleven Sports 1
20.40 Mecz: AC Monza – Napoli
SR Liga włoska Eleven Sports 2
20.40 Mecz: Genoa CFC – Juventus
CZ STS Puchar Polski TVP Sport
20.25 Mecz: Odra – Śląsk Wrocław
CZ Liga włoska Eleven Sports 1
20.40 Mecz: Fiorentina – Atalanta

BOKS

PT BKFC Fight Night: Clearwater CANAL+ Sport
2.00 R. Reber – J. Street
SO KnockOut Boxing Night 46 w Zakopanem TVP Sport
19.55 F. Czerkaszyn – O. Diaz

FORMUŁA 1

PT GP USA Eleven Sports 1
19.25 1. i 2. sesja treningowa
SO GP USA Eleven Sports 2
19.25 3. sesja treningowa
SO GP USA Eleven Sports 1
22.55 Sesja kwalifikacyjna
ND GP USA Eleven Sports 1
20.55 Wyścig

KOSZYKÓWKA MĘŻCZYN

PT PGE Basket Liga Polsat Sport 2
20.15 Mecz: Euwic GTK Gliwice – Arriva LOTTO Twarde Pierniki Toruń



SO PGE Basket Liga Polsat Sport 3
17.25 Mecz: Zastal Zielona Góra – Anwil Włocławek
ND PGE Basket Liga Polsat Sport 1
12.30 Mecz: AMW Arka Gdynia – Górnik Zamek Książ Wałbrzych
ND PGE Basket Liga Polsat Sport 2
17.25 Mecz: Dzikie Warszawa – Energa Czarni Słupsk
ND NBA TVP Sport
22.00 Mecz: Utah Jazz – Los Angeles Lakers
PO NBA Eurosport 3
3.00 Mecz: Denver Nuggets – Golden State Warriors
WT EuroCup Polsat Sport 2
18.55 Mecz: WKS Śląsk Wrocław – Tofas Bursa
WT NBA Eurosport 3
1.00 Mecz: New York Knicks – Detroit Pistons
WT NBA Eurosport 3
4.00 Mecz: Los Angeles Lakers – Portland Trail Blazers

ŁYŻWIARSTWO FIGUROWE

- PT** GP Francji **Eurosport 2; Eurosport 4; Polsat Sport 3**
- 18.00** Taniec rytmiczny
- PT** Grand Prix Francji **Eurosport 4; Polsat Sport 3**
- 19.50** Program krótki solistek
- SO** Grand Prix Francji **Eurosport 4; Polsat Sport 2**
- 12.30** Program krótki solistów
- SO** Grand Prix Francji **Eurosport 4; Polsat Sport 2**
- 14.20** Taniec dowolny
- SO** Grand Prix Francji **Eurosport 2; Eurosport 4**
- 18.00** Program krótki par sportowych
- SO** GP Francji **Eurosport 4**
- 19.30** Program dowolny solistek
- ND** GP Francji **Eurosport 2; Eurosport 4; Polsat Sport 2**
- 11.30** Program dowolny par sportowych
- ND** Grand Prix Francji **Eurosport 4; Polsat Sport 2**
- 13.10** Program dowolny solistów
- ND** GP Francji **Polsat Sport 3**
- 19.30** Pokazy mistrzów

NARCIARSTWO ALPEJSKIE

- SO** **P** PS w Sölden **Eurosport 1**
- 9.30** Slalom gigant kobiet
- ND** PS w Sölden **Eurosport 1**
- 9.30** Slalom gigant mężczyzn

PIŁKA RĘCZNA KOBIET

- SO**  Mecz towarzyski **Polsat Sport 2**
- 17.50** Polska – Islandia

PIŁKA RĘCZNA MĘŻCZYZN

- SO** LOTTO Superliga **Polsat Sport 2**
- 20.30** Mecz: KGHM Chrobry Głogów – Industria Kielce
- ND** LOTTO Superliga **Polsat Sport 2**
- 15.00** Mecz: Piotrkowianin – Zepter KPR Legionowo
- SR** Liga Mistrzów **Polsat Sport 2**
- 18.35** Mecz: ORLEN Wisła Płock – HBC Nantes
- SR** **P** LM **Polsat Sport 3**
- 20.35** Mecz: PSG HB – Aalborg
- SR** Liga Mistrzów **Polsat Sport 2**
- 20.35** Mecz: Industria Kielce – Kolstad Handball
- CZ** Liga Mistrzów **Polsat Sport 3**
- 18.35** Mecz: GOG Handbold – Sporting CP
- CZ** Liga Mistrzów **Polsat Sport 3**
- 20.35** Mecz: SAH Aarhus – Barca

SIATKÓWKA KOBIET

- SO** Al-KO Superpuchar Polski **Polsat Sport 1**
- 14.45** Mecz: PGE Budowlani Łódź – KS DevelopRes Rzeszów

SO TAURON Liga Kobiet **Polsat Sport 1**

- 20.20** Mecz: Sokół & Hagric Mogilno – Chemik Police
- ND** TAURON Liga Kobiet **Polsat Sport 1**
- 20.20** Mecz: NETLAND MKS Kalisz – #VolleyWrocław
- PO** TAURON Liga Kobiet **Polsat Sport 1**
- 17.20** Mecz: BKS ZGO Bielsko-Biała – ŁKS Commercecon Łódź



WT TAURON Liga Kobiet **Polsat Sport 1**

- 20.20** Mecz: UNI Opole – Metal-kas Pałac Bydgoszcz
- SR** TAURON Liga Kobiet **Polsat Sport 1**
- 17.20** Mecz: PGE Budowlani Łódź – MOYA Radomka Radom

SIATKÓWKA MĘŻCZYZN

- PT**  TAURON Liga **Polsat Sport 1**
- 17.20** Mecz: Ślepsk Małow Suwałki – GKS Katowice
- PT**  TAURON Liga **Polsat Sport 1**
- 20.20** Mecz: Cuprum Stilon Gorzów – Jastrzębie Barkom
- SO**  TAURON Liga **Polsat Sport 1**
- 17.50** Mecz: PGE GieK Skra Bełchatów – PGE Projekt Warszawa
- ND** Al-KO Superpuchar Polski **Polsat Sport 1**
- 14.45** Mecz: Aluron CMC Warta Zawiercie – Bogdanka LUK Lublin
- ND**  TAURON Liga **Polsat Sport 1**
- 17.50** Mecz: Podziemia Kredowe ChKS Chelm – Asseco Resovia Rzeszów
- WT**  TAURON Liga **Polsat Sport 1**
- 17.20** Mecz: PGE GieK Skra Bełchatów – GKS Katowice
- SR**  TAURON Liga **Polsat Sport 1**
- 20.20** Mecz: PGE Projekt Warszawa – Aluron CMC Warta Zawiercie

CZ TAURON Liga **Polsat Sport 1**

- 17.20** Mecz: AZS Olsztyn – ZAKSA Kędzierzyn-Koźle
- CZ**  TAURON Liga **Polsat Sport 1**
- 20.20** Mecz: Asseco Resovia Rzeszów – Energa Trefl Gdańsk

SKOKI NARCIARSKIE

- SO** **P** Letnie Grand Prix w Klingenthal **Eurosport 2**
- 13.30** 1. i 2. seria
- ND** **P** Letnie Grand Prix w Klingenthal **Eurosport 2**
- 13.20** Konkurs mieszany

SNOOKER

- PT** Turniej Northern Ireland Open w Belfaście **Eurosport 1**
- 14.00** Mecz ćwierćfinałowy
- PT** Turniej Northern Ireland Open w Belfaście **Eurosport 1**
- 20.00** Mecz ćwierćfinałowy
- SO** Turniej Northern Ireland Open w Belfaście **Eurosport 1**
- 14.00** Mecz półfinałowy
- SO** Turniej Northern Ireland Open w Belfaście **Eurosport 1**
- 20.00** Mecz półfinałowy
- ND** Turniej Northern Ireland Open w Belfaście **Eurosport 1**
- 14.00** Mecz finałowy
- ND** Turniej Northern Ireland Open w Belfaście **Eurosport 1**
- 20.00** Mecz finałowy

SPORTY WALKI

- SO** Babilon MMA 61 w Radomiu **Super Polsat**
- 20.00** Walka: Krzysztof Włodarczyk – Marcin Sianos
- SO** UFC 333 **Polsat Sport 3**
- 20.00** Walka: Alexander Volkov – Movsar Evloev

TENIS

- PT** Turniej WTA w Ningbo **CANAL+ Sport 2**
- 7.00** Mecz ćwierćfinałowy
- SO** Turniej WTA w Ningbo **CANAL+ Sport 2**
- 9.00** Mecz półfinałowy
- SO** Turniej ATP w Ałmaty **Polsat Sport 3**
- 12.00** Mecz półfinałowy
- SO** Turniej ATP w Brukseli **Polsat Sport 3**
- 16.00** Mecz półfinałowy
- ND** Turniej WTA w Ningbo **CANAL+ Sport 2**
- 10.00** Mecz finałowy
- ND** Turniej ATP w Ałmaty **Polsat Sport 3**
- 12.00** Mecz finałowy
- ND** Turniej ATP w Brukseli **Polsat Sport 3**
- 14.30** Mecz finałowy

PO Turniej ATP w Bazylei **Polsat Sport 1**

- 13.30** Mecz 1. rundy
- PO** Turniej ATP w Wiedniu **Polsat Sport 2**
- 13.30** Mecz 1. rundy
- PO** Turniej ATP w Bazylei **Polsat Sport 1**
- 20.00** Mecz 1. rundy
- WT** **P** Turniej WTA w Tokio **CANAL+ Sport 2**
- 6.00** Mecz 1. rundy
- WT** **P** Turniej WTA w Tokio **CANAL+ Sport 2**
- 9.00** Mecz 1. rundy
- WT** **P** Turniej ATP w Wiedniu **Polsat Sport 2**
- 13.30** Mecz 1. rundy
- WT** Turniej ATP w Bazylei **Polsat Sport 1**
- 14.00** Mecz 1. rundy
- SR** Turniej WTA w Tokio **CANAL+ Sport 2**
- 6.00** Mecz 2. rundy
- SR** Turniej WTA w Tokio **CANAL+ Sport 2**
- 9.00** Mecz 2. rundy
- SR** Turniej ATP w Wiedniu **Polsat Sport 2**
- 13.30** Mecz 2. rundy
- SR** Turniej ATP w Bazylei **Polsat Sport 1**
- 14.00** Mecz 2. rundy
- CZ** Turniej WTA w Tokio **CANAL+ Sport 2**
- 6.00** Mecz 2. rundy
- CZ** Turniej WTA w Tokio **CANAL+ Sport 2**
- 9.00** Mecz 2. rundy



- CZ** Turniej ATP w Wiedniu **Polsat Sport 2**
- 13.30** Mecz 2. rundy
- CZ** Turniej ATP w Bazylei **Polsat Sport 1**
- 14.00** Mecz 2. rundy
- CZ** Turniej WTA w Tokio **CANAL+ Sport 2**
- 2.30** Mecz ćwierćfinałowy

MAGIA NAGOŚCI. POLSKA • JULIA OLEŚ

Bez uprzedzeń

W „Magii nagości” spotykają się ludzie w różnym wieku, o różnych sylwetkach i temperamentach. Julia Oleś uważa, że właśnie ta różnorodność jest największą siłą tego formatu.

➔ MAGIA NAGOŚCI.

POLSKA PT 23.10

godz. 23.00 ZOOM

Czy oglądanie tak różnych ciał może sprawić, że sami poczulimy się lepiej we własnej skórze?

Myszę, że tak. To przede wszystkim randkowe show, przy którym widz ma się dobrze bawić, ale dostrzegam w nim też coś terapeutycznego i misyjnego. W innych produkcjach ludzie szukający miłości w bikini na plaży zazwyczaj mieszczą się w określonym kanonie urody. Mają perfekcyjne sylwetki, są do siebie dość podobni. U nas pojawiają się osoby w różnym wieku, o najróżniejszych typach budowy. Nie znam drugiego tak demokratycznego miejsca w mediach, jeśli chodzi o podejście do ciała. Widzę w tym wielką wartość.

Trzeba odwagi, żeby rozebrać się przed kamerą?

Kiedy zaczynałam pracę w „Magii nagości”, sądziłam, że zgłaszają się tu osoby pogodzone ze swoim ciałem, wyróżniające się niezwykłą pewnością siebie. Tymczasem większość uczestników mówi coś innego: mają kompleksy i chcą je w ten sposób przełamać. Albo są nieśmiali, więc postanowili skoczyć na głęboką wodę, żeby pokonać własne ograniczenia.

Jak dbacie o ich komfort?

Wokół są przecież kamery...

Ograniczamy liczbę osób, które muszą ich oglądać. Uczestnicy pozostają okryci wszędzie tam, gdzie nagość nie jest konieczna. Rozbierają się dopiero w kabinach. Ekipa ze względów technicznych musi



Patrycja z „Magii nagości. Polska” kiedyś była skryta. Dziś przekonuje: – Jestem kobietą, której nie da się zapomnieć.

być niewidoczna, bo kamery pokazują studio ze wszystkich stron. Operatorzy są ukryci w czarnych namiotach, innych członków zespołu też nie widać. To pomaga zmniejszyć skrępowanie. W każdym odcinku dwie osoby kolejno wybierają partnera lub partnerkę. Jedną taką część na ekranie trwa pół godziny, ale nagrywamy ją nawet cztery godziny. Uczestnicy zdają piętnaście razy zapomnieć, że są nady. Po pewnym czasie bardziej zajmuje ich to, że chce im się pić albo bołą ich nogi od stania.

Oglądamy ten program, bo jesteśmy romantykami?

Nagość przyciąga uwagę, ale w gruncie rzeczy chodzi nam o miłość?

Jej poszukiwanie nigdy się nie zestarzeje. Jest częścią naszej natury. Mamy w sobie coś z romantyków, ale też z podglądaczy. I na tym również polega siła programu: zaspokaja ciekawość nawet tych osób, które na co dzień są skryte i niechętnie mówią o swoich pragnieniach.

W programie „Pyszne dania w 10 minut” (Stopklatka) poznajemy Cię od kulinarnej

strony. Czy inspirujesz się w kuchni?

Podróżami! Mam taką irytującą przypadłość, że gdy coś mi zasmakuje, lubię zajrzeć do kuchni i zapytać o przepis. Im bardziej odległy kraj, tym jestem odważniejsza. Później te odkrycia trafiają do programu. Kieruję się prostą zasadą: maksimum efektu przy minimum pracy. Dania mają wyglądać oszałamiająco, ale nie onieśmielać stopniem trudności. Właśnie oddaję do druku książkę z przepisami z trzech sezonów i innymi, zebranymi w ostatnim czasie. Wszystkie potrawy są łatwe do przygotowania i bardzo smaczne.

Prowadzisz dwa programy, działasz w internecie. Potrafisz odłożyć telefon?

Rzadko mam taką możliwość. Praca influencerki oznacza bycie online przez całą dobę. Staram się jednak wyznaczyć sobie w tygodniu jeden dzień wolny od obowiązków. Służy mi też mój tryb życia: przyjeżdżam do pracy do Warszawy, a potem wracam na Śląsk, do mojego azylu, gdzie czytam książki i odpoczywam.

Rozmawiał
MACIEJ MISIORY



W telewizji ZOOM i online na FILMBOX+ Stream oglądamy piąty sezon „Magii nagości. Polska” i drugi z Julią w roli prowadzącej.



Oliwka
wpadnie w oko
biznesmenowi,
Hugonowi
Wojciechowskiemu.

Tomasz i Grażyna
postanowią dać
sobie jeszcze jedną
szansę!

BARWY SZCZĘŚCIA

Na rozstaju

➔ **BARWY SZCZĘŚCIA**
PT 23.10 godz. 20.05 TVP 2

Wiktor (Grzegorz Kestranek) będzie świętował swoje urodziny i zorganizuje z tej okazji szaloną imprezę, na którą przyjdą m.in. Grażyna (Kinga Suchan) z Tomkiem (Jakub Sokołowski). Wspólnie spędzone chwile i wspomnienia sprawią, że dawne uczucia między małżonkami odżyją i para spędzi ze sobą

noc! Tymczasem kilka dni później Oliwka (Wiktoria Gąsiewska) będzie świętować swój zawodowy sukces i otrzymanie grantu. Na imprezie z tej okazji pozna przystojnego szefa projektu, Hugona Wojciechowskiego. Między nimi od razu zaiskrzy! Ale gdy Zbrowska dowie się, że Tomasz wrócił do byłej żony, mimo wszystko poczuje ukłucie zazdrości...

PM

TWOJA TWARZ BRZMI ZNAJOMO

Występ pełen magii

➔ **TWOJA TWARZ BRZMI ZNAJOMO PT 23.10**

godz. 19.55 POLSAT

Każdy kolejny odcinek tej edycji przynosi nowe odkrycia i pozwala poznać zaskakujące talenty uczestników. Ostatnio Ula Milewska, która ma już na koncie jedno zwycięstwo za wcielenie się w Lady Gagę, zachwyciła jurorów jako Kate Bush. Wykonując kultowy przebój brytyjskiej wokalistki

„Wuthering Heights” („Wichrowe wzgórza”), oczarowała wszystkich romantycznym klimatem i sceniczną ekspresją. Małgorzata Walewska nie kryła, jak wielkie wrażenie zrobiła na niej ta interpretacja. – Byłam zachwycona i urzeczona. Chętnie usłyszę to jeszcze raz podczas dzisiejszego wieczoru. I na takim cmentarzu to naprawdę przyjemność spocząć – pochwaliła występ.

MJ



Kate Bush
w wykonaniu Uli
Milewskiej była
zachwycająca!

Premiera



Z rodziną wychodzi
się dobrze tylko
na zdjęciach...

TEŚCIOWIE 3

Nie zaznasz spokoju!

➔ **TEŚCIOWIE 3 PT 23.10**
godz. 20.00 TVN

Tym razem z Wilkami (Maja Ostaszewska, Marcin Dorociński) i Chrapkami (Izabela Kuna, Adam Woronowicz) trafiamy do uroczego, choć mocno przypominającego czasy PRL-u ośrodka wypoczynkowego. To tu Wanda postanowiła zorganizować rodzinny zjazd – a właściwie uroczysty obiad po chrzcie

wspólnego wnuka. O tym, że w planach jest kościelna uroczystość, Małgorzata dowiaduje się dopiero po przyjeździe. I oczywiście wpada w gniew. Podobnie reaguje na widok swojego byłego męża, Andrzeja, który niedawno wrócił z Australii w towarzystwie... nastoletniego syna. Atmosfera gęstnieje, a dawne konflikty między rodzinami odżywiają na nowo...

HM

REKLAMA

Co naprawdę jest dziś w kobiecym interesie?

Poznaj najnowszy raport
Gedeon Richter Polska
„W kobiecym interesie:
4 pokolenia Polek o zdrowiu
kobiet i dbaniu o siebie”
i sprawdź, co Polki mówią
o zdrowiu, swoich potrzebach
i dbaniu o siebie.

Dowiedz się więcej



www.zdrowa-ona.pl



GEDEON RICHTER POLSKA



TVP 1 DV3 T2	TVP 2 DV3 T2	polsat DV3 T2
<p>4.55 Wykrywacz kłamstw – pr. publicyst., Pol. 2025-2026</p> <p>5.10 Pytanie dnia – program publicystyczny, Polska 2026</p> <p>5.35 Reporterzy – magazyn reporterów</p> <p>5.45 Oko na świat – magazyn, Polska 2024-2026</p> <p>6.05 Akacyjowa 38 (967) – telenowela, Hiszpania 2018</p> <p>7.00 Transmisja mszy świętej z Sanktuarium Matki Bożej na Jasnej Górze</p> <p>7.30 Agape blisko Ciebie – mag. religijny, Polska 2023-2025</p> <p>8.00 Serwis Info – program informacyjny, Polska</p> <p>8.10 Pogoda Info</p> <p>8.20 Okrasa łamie przepisy – magazyn kulin., Polska 2026</p> <p>9.00 Ranczo 3 (38) – serial obyczajowy, Polska 2008</p> <p>10.00 Komisarz Alex 3 (35) – serial kryminalny, Polska 2013</p> <p>11.00 Ojciec Mateusz 23 (298) – serial kryminalny, Pol. 2020</p> <p>12.00 Serwis Info – program informacyjny, Polska</p> <p>12.10 Agrobiznes – magazyn rolniczy</p> <p>12.30 Agropogoda</p> <p>12.40 Magazyn rolniczy</p> <p>12.55 Natura w Jedyńce: Maluchy z drugiej strony świata (6-ost.) – serial dokumentalny, Niemcy 2025</p> <p>14.00 Splątane losy (73) – serial obyczajowy, Turcja 2024</p> <p>15.00 Serwis Info – program informacyjny, Polska</p> <p>15.10 Reporterzy – magazyn reporterów</p> <p>15.35 Gra słów. Krzyżówka – teleturniej, Polska 2019-2026</p> <p>16.00 Dziedzictwo (1056) – serial obyczajowy, Turcja 2020</p> <p>17.00 Teleexpress, Pogoda</p> <p>17.25 Jaka to melodia? – teleturniej muzyczny</p> <p>18.05 Klan (4761) – telenowela, Polska 2026</p> <p>18.40 Akacyjowa 38 (984) – telenowela, Hiszpania 2018</p> <p>19.30 Program informacyjny 19.30</p> <p>19.55 Pytanie dnia – program publicystyczny, Polska 2026</p>	<p>4.35 Na dobre i na złe (961): Oko cyklonu – serial obyczajowy, Polska 2025</p> <p>5.30 M jak miłość (1866) – serial obyczajowy, Polska 2025</p> <p>6.20 Anna Dymna – spotkamy się – talk-show</p> <p>6.50 Barwy szczęścia (3425) – serial obyczajowy, Polska 2026</p> <p>7.30 Pytanie na śniadanie – pobudka – magazyn, Polska 2026</p> <p>7.55 Pytanie na śniadanie</p> <p>11.50 Operacja zdrowie (90) – magazyn medyczny, Polska 2026</p> <p>12.30 Koło fortuny – teleturniej, Polska 2026</p> <p>13.15 Panna młoda (230) – serial obyczajowy, Turcja 2024</p> <p>14.05 Va banque – teleturniej, Polska</p> <p>14.35 Na sygnale (942) – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2026</p> <p>Dr Reiter jedzie do ratusza, gdzie zasłabi burmistrz. Lekarza rozpoznaje u niego niedokrwienie mięśnia sercowego. Alek oraz Romek interwenują u starszego mężczyzny z paraliżującym bólem. 30 min</p> <p>15.05 La Promesa – pałac tajemnic (505) – serial obyczajowy, Hiszpania 2024 (patrz obok)</p> <p>16.00 Koło fortuny – teleturniej, Polska 2026</p> <p>16.35 Familiada – teleturniej</p> <p>17.20 Panna młoda (231) – serial obyczajowy, Turcja 2024</p> <p>Podczas przygotowań do ceremonii odnowienia przysięgi małżeńskiej Cihana i Beyzy Mine znajduje nagle naszyjnik panny młodej. Przerazona Gülsüm w panice wyrzuca go do śmieci. 55 min</p> <p>18.15 Va banque – teleturniej, Polska</p> <p>18.50 Jeden z dziesięciu – teleturniej</p> <p>19.25 Barwy szczęścia (3425) – serial obyczajowy, Polska 2026</p> <p>19.55 Domowe patenty 3 (1) – magazyn poradnikowy, Polska 2026</p>	<p>4.40 Disco Gramy – program muzyczny, Polska 2026</p> <p>5.25 Telezakupy TV Okazje</p> <p>6.00 Nowy dzień z Polsat News – program informacyjny</p> <p>8.00 halo tu polsat – magazyn, Polska 2026</p> <p>11.40 Na ratunek 112 (937): W kajdankach – serial paradokumentalny, Polska 2024</p> <p>Piotr nie jest pewny miłości Karoliny, którą wkrótce ma poślubić. Prosi kolegę, by przetestował jej wierność. Dziewczyna policzkuje adoratora. Wkrótce jednak odwieżdża go w domu i wyznaje uczucia. 40 min</p> <p>12.20 Gliniarze. Śląsk (37): Reguły gry – serial kryminalny, Polska 2026</p> <p>13.20 Gliniarze (1018, 1019): Przepraszam; Motyl – serial paradokumentalny, Polska 2024</p> <p>15.30 Wydarzenia 24</p> <p>15.50 Pogoda</p> <p>15.55 Gliniarze (1253): Wszystko dla rodziny – serial paradokumentalny, Polska 2026</p> <p>Adam i Olga prowadzą dochodzenie w sprawie morderstwa gosposi. Pierwszym podejrzanym staje się jej szef, z którym miała romans. Niebawem na jaw wychodzi prawda o szantażu. 60 min</p> <p>16.55 Gliniarze. Śląsk (38): Uwikłana – serial kryminalny, Polska 2026 (patrz obok)</p> <p>18.00 Pierwsza miłość (4271) – serial obyczajowy, Polska 2026</p> <p>Emilka czuje się samotna, co wpływa na jej pracę. Szuka ukojenia w kieliszku wina. Marta martwi się o zdrowie Szymona. Dowiaduje się o kosztownej eksperymentalnej terapii za granicą. Bez wiedzy męża zakłada zbiórce w internecie. 50 min</p> <p>18.50 Wydarzenia</p> <p>19.15 Gość „Wydarzeń” – program publicystyczny</p> <p>19.30 Sport, Pogoda</p>
<p>20.10 Sport, Pogoda</p> <p>20.30 Konflikt (5): Poświęcenie – serial sensacyjny, Finlandia/USA 2024 (patrz obok)</p> <p>21.30 Okruchy losu: Bokser – film obyczajowy, Polska 2011, reż. Tomasz Blachnicki, wyk. Anna Przybylska, Szymon Bobrowski, Krzysztof Kiersznowski (patrz obok)</p> <p>23.15 Jak zostać królem – dramat historyczny, Wielka Brytania/Australia 2010, reż. Tom Hooper, wyk. Colin Firth, Geoffrey Rush, Helena Bonham Carter, Derek Jacobi (patrz obok)</p> <p>1.15 Excentrycy, czyli po słonecznej stronie ulicy – komedia muzyczna, Polska 2015, reż. Janusz Majewski</p> <p>3.10 Drzazgi – komediodramat, Polska 2008, reż. Maciej Pieprzyca ► 5.00</p>	<p>20.05 Barwy szczęścia (3426) – serial obyczajowy, Polska 2026</p> <p>Wiktor hucznie świętuje urodziny. Podczas wieczornego spaceru Grażyny i Tomka po imprezie budzą się dawno uśpiione uczucia. 35 min</p> <p>20.40 Kocham Cię, Polsko! (7) – program rozrywkowy, Polska 2026 (patrz obok)</p> <p>22.15 Gabi Drzewiecka zaprasza 2 (6) – talk-show</p> <p>23.15 To jest grane (109) – program muzyczny, Polska 2026</p> <p>23.50 Porcuzyony (5, 6) – serial kryminalny, Wielka Brytania 2016 (patrz obok)</p> <p>1.50 Ciasteczko dla księcia – komedia romantyczna, USA 2023, reż. Bruno Hernández</p> <p>3.25 Akacyjowa 38 – telenowela, Hiszpania 2015-2021 ► 5.05</p>	<p>19.55 Twoja Twarz Brzmi Znajomo (233) – program rozrywkowy, Polska 2026 (patrz obok)</p> <p>22.05 Morbius – horror, USA 2022, reż. Daniel Espinosa, wyk. Jared Leto, Matt Smith, Adria Arjona, Jared Harris (patrz obok)</p> <p>0.15 Men in Black: International – komedia s.f., Chiny/USA 2019, reż. F. Gary Gray</p> <p>W szeregach organizacji walczącej z kosmitami działa szpieg obcych. Misję zdementowania go otrzymują pełna zapalu niedoświadczona agentka M (Tessa Thompson) oraz skłonny do brawury funkcjonariusz H (Chris Hemsworth). 160 min</p> <p>2.55 Uniwersalny żołnierz: Powrót – film sensacyjny, USA 1999, reż. Mic Rodgers</p>



20.30 SENSACYJNY

Konflikt (5)

Annika i Jeffrey próbują uciec z kontrolowanego przez wroga obszaru, ale zostają schwytani. Premier kwestionuje udział prezydent Saarto (Sara So-ullé, zdj.) w zamachu na jego życie. Ona zaś zostaje poinformowana, że wróg dysponuje pociskami dalekiego zasięgu. **60 min**



21.30 OBYCZAJOWY

Bokser

Odnoszący sukcesy pieściarz Przemek (Szymon Bobrowski, zdj.) zakamuje się po rozwodzie i rzuca w wir życia towarzyskiego. Dzięki spotkanej Kasi (Katarzyna Maciąg) postanawia wrócić na ring. Tymczasem u jego córki pojawiają się symptomy ciężkiej choroby. Sportowiec staje przed poważnymi dylematem. **105 min**



23.15 DRAMAT HIST.

Jak zostać królem

Rok 1925. Książę Yorku Albert (Colin Firth, zdj.) ma problemy z wymową. Jego żona nawiązuje kontakt z Lionelem Logue'em (Geoffrey Rush) – lo-gopedą amatorem stosującym niekonwencjonalne metody pracy. **120 min**



15.05 OBYCZAJOWY

La Promesa – pałac tajemnic (505)

Rómulo dowiaduje się o sekretach od-wieźdźnach księżnej de Carril. Petra zga-dza się, by Teresa zo-stała pokojówką w pałacu i tam wró-ciła. Salvador przy-jmuje posadę u hra-biego de Matesanz. Cruz (Eva Martín, zdj.) zarzeka mężowi (Manuel Regueiro, zdj.) zdradę. **55 min**



20.40 ROZRYWKA

Kocham Cię, Polsko! (7)

W tym odcinku w drużynie Michała Koterskiego zagrają: Paulina Zwierz, Da-riusz Wieteska (obo-je na zdj.) i Monika Mazur. Zespół Łuka-sza Kadziewicza stworzą zaś: Paulina Chruściel, Aleksan-dra Pisula i Hanna Śleszyńska. Gościem muzycznym będzie Piotr Cugowski. Pro-wadzi Marzena Ro-galska (zdj.). **95 min**



23.50 KRYMINALNY

Porcuzyony (5, 6)

Slade wciąż przeby-wa w schronisku. Tam otrzymuje wstrząsającą wiado-mość, która całko-wicie zmienia jego życie. Z kolei Pru (Sarah Solemani, zdj.) zaczyna kwe-stionować to, kim się stała. **120 min**



16.55 KRYMINALNY

Gliniarze. Śląsk (38)

Policjanci wyjaśniają okoliczności pobicia studentki. Marta i Pi-ter (Jakub Wróblew-ski, zdj.) ustalają, że dorabiała ona jako niania u biznesmena i prowadziła po-dwójne życie. Tropi-wiodą do nielegalnej bazy taksówkarzy zamieszkałych w wykorzystywanie kobiet. **65 min**



19.55 ROZRYWKA

Twoja Twarz Brzmi Znajomo (233)

Jurorzy oceniają nowe występy uczestni-ków, którzy mierzą się z repertuarem ikon muzyki. Nie-dawno Marcin Ma-ciejczak wcielił się w Korę, a Ula Milew-ska przypominała „Wuthering Heights” Kate Bush. Nad at-mosferą w studiu czuwają prowadzą-cy Agnieszka Hyży i Maciej Rock (obo-je na zdj.). **130 min**



22.05 HORROR

Morbius

Biochemik Michael (Jared Leto, zdj.) cierpi na rzadką chorobę. Szukając lekarstwa, wszczę-pia sobie geny nie-topiera. Wskutek eksperymentu za-mienia się w bestię żywiącą się ludzką krwią. **130 min**

TVN	TV PULS	TVN 7		
<p>5.40 Uwaga! – magazyn reporterów</p> <p>5.55 Ukryta prawda (1514) – serial paradokumentalny, Polska 2023</p> <p>6.50 Kuchenne rewolucje (12) – program rozrywk., Pol. 2024</p> <p>7.45 Dzień Dobry TVN – magazyn</p> <p>11.25 Kuchenne rewolucje (6, 3) – program rozrywkowy, Pol.</p> <p>13.40 Ukryta prawda (1674, 1675) – serial paradokumentalny, Polska 2025 Agata jest przeciwna związkowi matki z 23-letnim Olikiem. W końcu jednak Teresa zaczyna interesować się starszym Leszkiem, co uspokaja córkę. Podczas ich randki dochodzi do włamania w domu seniora. 125 min</p> <p>15.45 Młode gliny (65) – serial kryminalny, Polska 2026 Na wyspijsku zostaje odnalezienie ciała kobiety o wschodnioazjatyckich rysach twarzy. Policjanci odkrywają, że podobne zbrodnie wydarzyły się we Francji i w Niemczech, co może wskazywać na seryjnego mordercę. 65 min</p> <p>16.50 Szpital św. Anny (169) – serial obyczajowy, Polska 2026 Ratownicy przywożą do szpitala nastolatka, który podpalił się podczas zajęć na basenie. Chłopiec niespodziewanie ucieka. Tymczasem Wroński finalizuje rozwód. Daniel pojawia się pod sądem i chce świętować. 65 min</p> <p>17.55 Detektywi (370) – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2026 Filip prosi śledczych o odnalezienie jego przyjaciółki. Przed jej zniknięciem zebrali dużą kwotę na schronisko dla zwierząt. Zdaniem policji dziewczyna przywłaszczyła sobie pieniądze i uciekała. Pracodawca Anety podejrzewa, że mogła się zakończyć. 65 min</p> <p>19.00 Fakty</p> <p>19.30 Sport, Pogoda</p> <p>19.50 Uwaga! – magazyn reporterów</p> <p>20.00 Teściowie 3 – komedia, Polska 2025, reż. Jakub Michalczyk, wyk. Maja Ostaszewska, Izabela Kuna, Marcin Dorociński, Adam Woronowicz (patrz obok)</p> <p>21.50 Kilerów 2-óch – komedia, Polska 1999, reż. Juliusz Machulski, wyk. Cezary Pazura, Katarzyna Figura, Janusz Rewiński (patrz obok)</p> <p>0.20 Żołnierz przyszłości – film s.f., USA/Wielka Brytania 1998, reż. Paul W.S. Anderson, wyk. Kurt Russell, Jason Scott Lee, Jason Isaacs (patrz obok)</p> <p>2.30 Kuba Wojewódzki (8) – talk-show, Polska 2026</p> <p>3.40 Uwaga! – mag. reporterów</p> <p>3.55 CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 11 (18) – krym.</p> <p>4.55 Nauka jazdy 5 (11) – pr. rozr.</p> <p>5.20 Zamieszkać na plaży 7 (8) – program rozrywk., USA 2020</p>	<p>6.00 Policjanci z Miami (13, 14): Szybki interes; Złoty Trójkąt, część 1 – serial kryminalny, USA 1985</p> <p>8.00 Kobra – oddział specjalny (13, 14): Sprawy rodzinne; Uwaga, dziecko! – serial sensacyjny, Niemcy 2011</p> <p>10.00 Zaklinaczka duchów 3 (58) – serial fantasy, USA 2008</p> <p>11.00 Kotka (58) – telenowela, Meksyk 2014 Domenico przychodzi do Rity. Jest wściekły, że cały czas go oszukiwała, obiecując mu, że Esmeralda zostanie jego żoną. Gisela obiecuje Marianowi, że nie dopuści do ślubu Pabla i Esmeraldy. 60 min</p> <p>12.00 Nie igraj z aniołem (189) – serial obyczajowy, Meksyk 2008 Rafaël odzyskuje wzrok. Amador planuje zemstę na Anie Julii. Kobieta i Vicente planują zniszczenie byłego wspólnika. Tymczasem Cimarro zawiadamia Onelię i Juana Miguela o donosie Any Julii. 60 min</p> <p>13.00 Wspaniałe stulecie (31) – serial kostiumowy, Turcja 2013-2014</p> <p>14.00 Rodzinny interes (24): Nowe życie – serial obyczajowy, Polska 2019</p> <p>15.00 Lombard. Życie pod zastaw 12 (618, 619) – serial obyczajowy, Polska 2023</p> <p>17.00 Rodzinny interes (25): Komu bije dzwon – serial obyczajowy, Polska 2019 W salonie fryzjerskim dwoje klientów – 45-letnią Sylwię i młodego Daniela – łączy płomienne uczucie. Dla jednego z nich znajomość skończy się złamanym sercem. 60 min</p> <p>18.00 Lombard. Życie pod zastaw 19 (1048, 1049) – serial obyczajowy, Polska 2026 21-latką cierpiącą na chorobę Leśniowskiego-Crohna słyszy, że do końca życia będzie żywnia w specjalny sposób. Poпада w depresję. Ojciec chce przywrócić jej radość. Tanek jedzie szukać Oriany. 120 min</p> <p>20.00 W odwecie za śmierć – thriller, USA 2010, reż. Lauro Chartrand, wyk. Steven Seagal, Dan Badarau, Darren Shahlav, D. Neil Mark (patrz obok) Zdjęcia do produkcji kręcono w Bukareszcie. Występujący w głównej roli Steven Seagal jest również autorem scenariusza do filmu. 120 min</p> <p>22.00 Komando – film sensacyjny, USA 1985, reż. Mark L. Lester, wyk. Arnold Schwarzenegger, Rae Dawn Chong, Dan Hedaya, Vernon Wells (patrz obok)</p> <p>23.50 Śmiertelna eskorta – thriller, USA 2024, reż. Dolph Lundgren, wyk. Dolph Lundgren, Christina Villa, Kelsey Grammer, Michael Paré (patrz obok)</p> <p>1.25 Zobaczyć to!</p>	<p>20.00 THRILLER W odwecie za śmierć USA wypowiada wojnę kartelom narkotykowym na całym świecie. Jednostką w Bukareszcie dowodzi Bobby (Steven Seagal, zdj.). Szuka on Costela (Darren Shahlav), który współpracuje z bossem Dimitriem (Dan Badarau). Agenci chcą, by Rosjanin im go wydał. 120 min</p> <p>22.00 SENSACYJNY Komando Córka byłego komandosa Johna Matriksa (Arnold Schwarzenegger, zdj.) zostaje porwana. Okazuje się, że uprowadzenie zlecił obalony dyktator z Ameryki Południowej. By ocalić dziewczynę, Matrix ma mu pomóc odzyskać władzę. Opracowuje własny plan. Pomaga mu stewardesa Cindy (Rae Dawn Chong). 110 min</p> <p>23.50 THRILLER Śmiertelna eskorta Detektyw Johansen (Dolph Lundgren, zdj.) eskortuje z Meksyku do USA dwie kobiety, które naraziły się kartelowi. Wraz z oficerem De La Cruzem (James Pulido) musi odeprzeć atak uzbrojonej grupy. 95 min</p>	<p>5.20 Ten moment (12) – serial paradokumentalny, Polska 2015-2016</p> <p>5.55 Żony Podlasia (4) – serial dokumentalny, Polska 2024</p> <p>6.50 Szkoła (539, 540) – serial paradokumentalny, Polska 2018</p> <p>8.45 Ukryta prawda (1413, 1595, 1596) – serial paradokumentalny, Polska</p> <p>11.50 W-11 – Wydział Śledczy (767-769) – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2011</p> <p>13.55 Detektywi (154): Śpiewak – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2024</p> <p>15.00 Szpital św. Anny (159) – serial obyczajowy, Polska 2026 (patrz obok)</p> <p>16.00 Szpital (903) – serial paradokumentalny, Polska 2019 Pacjent doktor Anny Nowickiej spadł z drabinki na placu zabaw. Dziadek chłopca przed laty okradł własną rodzinę. Teraz udaje skrucę i przekonuje syna, że jest śmiertelnie chory. Planuje wyłudzić od niego pieniądze. 60 min</p> <p>17.00 Sędzia Anna Maria Wesołowska (583) – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2011 Były policjant Lucjan Kramp nigdy wcześniej nie był karany. Zostaje oskarżony o zastrzelenie 7-letniego syna i 5-letniej córki. Grozi mu dożywocie. Mężczyzna nie przyznaje się do winy. Odmawia składania wyjaśnień. 60 min</p> <p>18.00 Rozwód. Walka o wszystko (34): Rozwód z powodu zdrady – serial paradokumentalny, Polska 2020 (patrz obok)</p> <p>19.00 Ukryta prawda (1788) – serial paradokumentalny, Polska 2026 Emilia przychodzi na imprezę integracyjną do pracowni architektury wnętrz, gdzie zatrudniony jest jej narzeczony. Jeden z gości, Damian, z nią flirtuje. Po tym zdarzeniu jej ukochany zaczyna dziwnie się zachowywać. 60 min</p> <p>20.00 Masz wiadomość – komedia romantyczna, USA 1998, reż. Nora Ephron, wyk. Meg Ryan, Tom Hanks, Parker Posey (patrz obok) Na podstawie sztuki „Parfumerie” Mikłósa László. Za swoją rolę Meg Ryan była nominowana do Złotego Globu w 1999 roku. 160 min</p> <p>22.40 Kwiat pustyni – dramat biograficzny, Wielka Brytania/Niemcy/Austria 2009, reż. Sherry Hormann</p> <p>1.10 Oszukać przeznaczenie 3 – horror, USA/Niemcy 2006, reż. James Wong</p> <p>3.00 Hotel Paradise 13 (34) – reality show, Polska 2026</p> <p>3.55 Wrota piekieł (3) – serial dokumentalny, USA 2019</p> <p>4.50 Usterka 13 (10) – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2020</p>	<p>15.00 OBYCZAJOWY Szpital św. Anny (159) Daria (Marta Wierzbicka, zdj.) zajmuje się ciężarzą synową Sabiny. Niebawem na oddziale pojawia się syn koordynatorki SOR-u. Jego żona chciałaby, aby pogodził się z matką. Pomocy lekarzy wymaga jedenastoletka z dusznością i bólem w klatce piersiowej. 60 min</p> <p>18.00 PARADOKUM. Rozwód. Walka o wszystko (34) Przyjaciółka Zuza mówi Paulinie, że zdradza ją mąż Karol – przypadkiem zauważyła go, gdy wychodził z hotelu z kochanką. Mężczyzna przepasza i biega załamana żoną, żeby mu wybaczyła. Ona jednak żąda rozwodu. Karol stara się ratować małżeństwo. Rozpoczyna nawet terapię. 60 min</p> <p>20.00 KOMEDIA Masz wiadomość Kathleen (Meg Ryan, zdj.) i Joe (Tom Hanks, zdj.) nawiązują znajomość przez internet. Nie wiedzą, że w życiu zawodowym są rywalami. Oboje mają problemy. Planują spotkanie, by porozmawiać. 160 min</p>

 TVP 3 	 TVP POLONIA	 TV 4 	 PULS 2 	 TVP ROZRYWKI	 TTV HD 
13.00 Agrobiznes – mag. 13.30 Misja interwencja 14.10 Inwestujemy w Twoje zdrowie – magazyn 14.30 Program informacyjny 14.30 15.00 Koronka do Miłosierdzia Bożego – pr. religijny 15.20 Serwis Info Dzień – inf. 15.30 Program lokalny 19.30 Dlaczego krowa... 19.45 Kryminalna siódemka 20.00 Dziennik regionów 20.13 Gość Regionów – publ. 20.30 Ktokolwiek widział, ktokolwiek wie – publ. 21.00 Program lokalny 22.00 Dziennik regionów 22.20 Pierwsza Druga w Trójce – mag. pikarski	12.10 M jak miłość (1938, 1939) – obycz., Pol. 13.50 Polonia 24 Tygodnik 15.00 Serwis Info – pr. inform. 15.10 Polskie parki narodowe – serial dok. 15.40 Pięknie przypływu NA 2 (11) – magazyn kulin. 16.00 Z Gliwic do Paryża – Wojtek Pszoniak 17.00 Telexpress 17.20 Gra słów. Krzyżówka 17.50 Telexpress Extra – inf. 18.15 Wybieram Polskę (5) 18.45 Panorama 19.20 Niezwykłe miejsca 19.30 Program informacyjny 19.30 19.55 Pytanie dnia – pr. publ. 20.10 Sport, Pogoda	6.00 Strażnik Teksasu (7, 8) – serial sensacyjny, USA 7.55 Bogaty dom – biedny dom (110) – reality show 8.55 Policjantki i Policjanci (699-701) – serial obycz. 11.55 Na ratunek 112 (1032, 1033) – serial paradokumentalny, Polska 12.55 Trudne sprawy (823-825) – paradok., Pol. 15.55 Trudne sprawy II (1391) – serial paradokumentalny 16.55 Łowcy skarbów. Kto da więcej? (553) – reality show, Polska 2025-2026 18.00 Policjantki i Policjanci (1474, 1475) – obycz., Pol. 20.05 A na obiad... (7) – magazyn kulinarny	12.00 Lwia Straż – serial anim. 13.00 Nowe przygody Kubusia Puchatka – serial animowany 13.35 Smerfy – serial anim. 14.00 Baranek Shaun 6 14.35 Marta mówi – anim. 15.00 Miraculous: Biedronka i Czarny Kot 6 – anim. 16.00 Patryk Rozgwieżdżony Show – serial animowany 17.00 SpongeBob Kanciastoporty 9 – serial anim. 18.00 Pingwiny z Madagaskaru 3 – serial anim. 19.00 Kacze opowieści – serial animowany 20.00 Lombard. Życie pod zastaw 19 (1038) – serial obyczajowy, Polska 2026	6.10 Zakochaj się w Polsce (14) – magazyn 6.40 Gra słów. Krzyżówka 7.15 Okrasa łamie przepisy 8.20 Familiada – teleturniej 8.55 Va banque – teleturniej 9.25 Koło fortuny – telet., Pol. 10.05 Makłowicz w podróży 10.45 Postaw na milion 12.35 Familiada – teleturniej 13.15 Czarne chmury (10) – serial przg., Pol. 1973 14.15 Pan Mama (26, 27) – serial kom., Polska 2025 15.30 Do śmiechu! (75, 76) – rozr., Polska 2024-2026 17.25 Va banque – teleturniej 18.00 Koło fortuny – telet., Pol. 18.40 Okrasa łamie przepisy – magazyn kulinarny	7.10 Express – pr. inform. 7.35 DeFacto 13 (6, 7) 8.30 Kartoteka 9 (22, 23) 10.35 Detektywi (143, 365) 12.35 Zakup w ciemno 5 (33) 13.35 Zakup w ciemno 6 14.35 Nic do zgłoszenia 4 (4) 15.35 Złomowisko PL 10 (1) 16.45 Express – pr. inform. 16.58 Pogoda, Sport 17.05 Usterka 14 (40) 17.40 Kochaj albo wróć (7) 18.35 Gogglebox. Przed telewizorem 20 (3) 19.45 Express, Pogoda – inf. 20.05 Życie na kredyt 9 (15, 16) – reality show, Pol. 21.05 Zakup w ciemno extra (1) – reality show, Polska 21.45 Express, Pogoda – inf.

OBYCAJOWY	OBYCAJOWY	KOMEDIA SENSACYJNA	KOMEDIA ROMANTYCZNA	TELETURNIJE	DOKUMENT
<p>22.30 Złoty chłopak (267) Podczas wizyty Ferita w domu Esme Sinan zaczyna grozić Seyran. Korhan postanawia przzenieść dziewczynę i jej bliskich do rezydencji swojej rodziny. 60 min</p> <p>23.30 Kryminalna siódemka 23.55 Panorama 0.25 Program informacyjny 0.45 Program informacyjny 19.30 1.15 Dziennik regionów 1.40 Dziedzictwo (921) – serial obycz., Turcja 2020 2.30 Niebezpieczne związki 3.20 Program informacyjny 19.30</p>	<p>20.25 Na dobre i na złe (991) Na SOR trafia walistka, która po wyczerpującym dniu mdleje i rozbija sobie głowę. Iga zmagając się z problemami z mówieniem. Boi się także, że Klemi poniesie srogą karę za przestępstwo, które zaplanował Igor. 55 min</p> <p>21.20 Na sygnale (675, 676) 22.15 Szansa na sukces. Opole 2027 (7) 23.15 Panorama 23.45 Zmienił (8) – kom. 0.45 Rodzinka.pl (298) – kom. 1.10 Szlakiem miejsc niezwykłych: Pomniki historii – cykl reportaży 1.30 Program informacyjny 19.30</p>	<p>20.15 Drużyna A – USA/ FILM Wielka Brytania 2010 Czterech byłych komandosów, m.in. Buzka (Bradley Cooper, zdj.) i Hannibal (Liam Neeson, zdj.), staje przed sądem wojewskowym. Skazani uciekają z więzienia. Teraz muszą odzyskać dobre imię. 155 min</p> <p>22.50 Gwiazdy Kabaretu (189, 188) – rozr., Pol. 2026 0.55 Opowieści o k zbrodni (3-6) – serial dokum., Pol. 2.55 Śmierć na 1000 sposobów (13) – serial dokum., USA 2010 3.25 Lubie disco! (285) – muz. 4.25 Top 10 – lista przebojów – pr. muz. 5.30 Telezakupy TV Okazje</p>	<p>21.00 Jeszcze raz – Pol. 2008, FILM wyk. Anna Antonowicz Rozwiedziona Anna (Danuta Stenka, zdj.) poznaje Michała (Jan Frycz, zdj.). W tym samym czasie o względy jej córki zabiega pewny siebie Paweł. 120 min</p> <p>23.00 Wyciszyć szczerzów FILM – komedia, USA/Kan. 2001 1.15 Osada – thriller, USA FILM 2004, wyk. Bryce Dallas Howard, Joaquin Phoenix 3.25 Lombard. Życie pod zastaw 2 (71) – serial obyczajowy, Polska 2018 4.25 Niesamowite! (11) – serial dokum., Pol. 5.00 Kręcimy z gwiazdami (2) – pr. rozr., Polska 2012</p>	<p>19.45 Jaka to melodia? W grze udział bierze troje zawodników. Ich zadaniem jest rozpoznanie fragmentów utworów i podanie ich tytułów. Za każdą wskazaną piosenkę otrzymują określoną kwotę. 35 min</p> <p>20.20 The Voice Comeback Stage Powered by Orange (18) – widowisko 20.30 Do śmiechu! (78, 30) 22.20 Tygodnik Moralnego Niepokoju – The Best of (8) – pr. rozr., Pol. 2025 22.55 Postaw na milion 0.50 Kolo fortuny – telet., Pol. 0.50 Tygodnik Moralnego Niepokoju – The Best of (7) – pr. rozr., Pol. 2025</p>	<p>22.00 Kochaj albo wróć (8) Losy szczęściu międzykulturowych par. Oboje partnerzy stoją przed trudnym zadaniem budowania wspólnego życia w Polsce. Kameiery towarzyszą im w codzienności pełnej kompromisów. 60 min</p> <p>23.00 Nasi w mundurach 4 (3) – reality show, Pol. 2026 0.00 Gogglebox. Przed telewizorem 20 (1) – pr. rozrywk., Pol. 2024 1.00 Diablenie boskie (13, 14) – reality show, Pol. 1.55 Kiedy ktoś kocha bardziej (15, 16) – obycz. 3.55 Sędzia Anna Maria Wesołowska (544) – serial fabularno-dokum.</p>

TVP 3	TVP 3 PROGRAMY LOKALNE	TVP HD	TVP KULTURA	antena ANTENA HD	TV 6
17.00 Strefa otwarta 17.25 Wojownicy czasu 17.55 Kreatywni po godzinach 18.05 Przystanek Kultura 18.20 Z Koronkiewiczem przez Podlasie 18.30 Obiektów 18.50 Sport, Pogoda 19.00 Bez kantów 21.00 Wykrwacz kłamstw 21.20 Pilna sprawa 21.30 Obiektów BYDGOSZCZ 17.00 Uwierz w sport 17.30 Klub Kultura 18.15 Słowo daje! 18.30 Zbliżenia 19.00 Rozmowa dnia 19.20 Razem dla regionu 21.00 Rozmowa dnia 21.20 Ekspert ZUS odpowiada 21.30 Zbliżenia 21.45 Sport, Pogoda GDANSK 17.30 Do brzegu 17.50 Polacy na morze 18.15 Czyżewskiego 42 18.30 Panorama 19.00 Zawodowcy 21.00 Tedjo 21.15 Czyżewskiego 42 21.30 Panorama KATOWICE 16.47 Dzień z bliska 17.40 Chodźmy do teatru 18.00 Dzień z bliska 18.15 Protokół rozbieżności 18.30 Aktualności 18.55 Pogoda, Sport 19.10 Gramy dla was 21.15 Protokół rozbieżności 21.30 Aktualności KRAKOW 16.46 Bohaterowie małych ojczyzn 17.09 Msza święta dla chorych 18.00 Etno Polak 18.29 Kronika 18.54 Tematy dnia 19.21 Kwartet 21.03 Wykrwacz kłamstw 21.30 Kronika 21.44 Tematy dnia LUBLIN 16.50 Milego popołudnia 17.55 Turystyczna Marka Roztocze 18.10 Sera warte 18.30 Panorama lubelska 19.00 Magazyn sportowy 19.15 Scena jest Twoja 21.02 Zdarzenia 21.15 Gość „Panoramy” 21.30 Panorama lubelska	17.00 Reportaż 17.45 Wykrwacz kłamstw 18.05 Za szybą 18.15 Konkretnie 18.30 Łódzkie wiadomości 18.50 Sport, Pogoda 19.00 Ostatni mistrzowie 21.00 Zapraszamy do nas 21.30 Łódzkie wiadomości dnia POZNAN 17.00 Wspólne popołudnie 17.30 Teleskop 17.44 Wspólne popołudnie 18.10 Teleskop 18.45 TalentAsy Senior 21.02 Wykrwacz kłamstw 21.22 Trener osiedlowy i senioralny AWF 21.30 Teleskop RZESZOW 17.02 Kalendarz filmowy 17.10 Msza święta dla chorych 18.01 Popołudnie z TVP 3 Rzeszów 18.30 Aktualności 19.00 Z życia regionu 19.15 Podkarpacie tablice i inskrypcje 21.00 Wykrwacz kłamstw 21.30 Aktualności SZCZECIN 17.30 Misja Przyroda! 17.45 Gwiazdoszka kuchnia 18.15 Witaj w klubie 18.30 Kronika 18.52 Lena na Bałkanach 19.16 70 lat ZODR w Barzkowicach 21.00 Odnaleźć zaginionie 21.30 Kronika 21.50 Rozmowa dnia WARSZAWA 17.01 Dobrego dnia 17.45 Pora na tenora 18.00 Zawsze na temat 18.30 TKW 18.42 Kurier Mazowiecki 19.04 Reagujemy 21.00 Zawsze na temat 21.30 Kurier Warszawski i Mazowsza WROCLAW 16.44 Interwencja 17.15 Region dialogu 17.31 Energia bez mitów 17.46 Magazyn Dolnośląski 18.00 Przyszłość jest teraz 18.14 Magazyn ku kulturze 18.30 Fakty 18.58 Rozmowa „Faktów” 19.15 W swoim czasie 21.02 Magazyn ku kulturze 21.16 Rozmowa „Faktów” 21.30 Fakty	8.55 Ojciec Mateusz 7 (85, 86) 10.45 Gra słów. Krzyżówka 11.20 Na sygnale (866, 867) 12.25 Ojciec Mateusz 14 (184) 13.20 Komisarz Alex 10 (129) 14.15 Ranczo 7 (87, 88) – obycz. 16.05 Domowe patenty 3 16.10 Daję słowo – Maciej Orioś 2 (46) – talk-show 17.10 Okrasa łamie przepisy 17.45 Makłowicz w podróży 18.20 Ojciec Mateusz 3 (33) 19.20 Ranczo 4 (46) – obycz., Pol. 20.10 Rodzinka.pl (302, 303) 21.25 Ojciec Mateusz 35 (452) 22.20 Anatomia zła FILM – thriller, Polska 2015 0.35 07 zgłoś się (8, 9) – krym. 3.10 Wszyscy ludzie króla FILM – dramat polityczny, USA/Niemcy 2006	13.00 Van Gogh. Prawdziwa historia (1) – film dokum. 14.00 Olga Tokarczuk. Świata jest za dużo – wywiad 14.40 Największe przeboje 15.35 Fil-mik – film obyczajowy, FILM Polska 1981 16.35 Blisko, coraz bliżej (7) – serial obycz., Polska 1982 17.55 Tygodnik kulturalny 18.45 17. Międzynarodowy Konkurs Skrzypcowy im. H. Wieniawskiego 21.45 PiłBull (7) – sens., Pol. 2007 22.50 Czwartkowy klub filmowy – magazyn filmowy 22.55 Stracone złudzenia FILM – dram. obycz., Fr./Bel. 2021 1.30 Zadłużeni – film dok., Pol. 2.05 Bukolika – film dok., Pol. 3.25 Tygodnik kulturalny	12.10 Lombard Chicago: Wszystko pod zastaw (14, 15) – serial dokum., USA 13.05 Kłasy Wypisy Dębów 6 (15) – reality show, USA 14.00 Australijscy poszukiwawcy złota 7 (8, 9) – serial dok., Australia 16.05 Unforgettable: Zapisane w pamięci 2 (13) – krym. 17.00 Zakazana miłość (10) – telen., Turcja 2008-2010 18.00 Polska przysłała – nasze dyplomaty – program publicystyczny 18.55 77 TV 6 (1) – pr. rozr., Polska 20.00 Morderstwa we Francji FILM – Hossegor – film kryminalny, Francja 2017 22.00 Morderstwa we Francji FILM – Luberon – krym., Fr. 2018	6.55 Policjantki i Policjanci (859, 860) – serial obycz. 8.55 Kobry – oddział specjalny (222, 223) 10.55 48h. Zaginieni (173-175) 13.55 Policjantki i Policjanci (1275) – serial obycz., Polska 14.55 Uroczysko (195, 196) 16.00 Kobry – oddział specjalny (224, 225) 18.05 Strażnik Teksasu (9, 10) 20.05 CSI: Kryminalne zagadki Miami (52, 53) – krym., USA 22.00 Kości (201, 202) – krym. 0.00 Slick – horror, USA 2022, FILM reż. John Hyams 1.40 Cobra Kai (30) – przyg. 2.35 Krejzi patrol (51, 52) 3.40 Kochane pieniądze (46, 47) – serial paradokum. 5.45 Telezakupy TV Okazje

STOPKLATKA

- 6.00 Kabaretowe hity** (8) – pr. rozrywk., Pol. 2024
- 6.50 Wojciech Cejrowski – boso przez świat** (118, 128) – mag. kulin.
- 7.55 Robert Makłowicz** (118, 128) – mag. kulin.
- 9.45 Wojny magazynowe: Kanada 2** (13, 14)
- 10.50 Aukcja w ciemno 3** (2, 3) – serial dokum., USA
- 11.45 Kryminalne zagadki Mazur** (8) – krym., Niem.
- 13.40 Hudson i Rex 5** (14) – krym., Kan. 2022-2023
- 14.40 Komisarz Montalbano** (29) – serial krym., Włochy
- 16.50 Górski lekarz** (2) – obycz., Niemcy/Austria
- 18.05 Komisarz Rex – Powrót do Wiednia** (2, 3) – krym.

SENSACYJNY



- 20.00 Strefa zrzutu – USA**
FILM 1994, reż. John Badham
Bracia Pete (Wesley Snipes, zdj.) i Terry eskortują niebezpiecznego więźnia. W wyniku eksplozji samolotu drugi z nich ginie, a przestępca ucieka. Ocalali policjanci twierdzą, że był to zamach. **125 min**
- 22.05 Motylem jestem, czyli romans czterdziestolatka** – komedia obyczajowa, Polska 1976
- 23.55 Ekstradycja 3** (8-10) – serial sensacyjny, Polska
- 3.50 Kochanie, chyba cię zabiłem** – czarna komedia, Polska 2014
- 5.50 Kabaretowe hity** (8) – pr. rozrywk., Pol. 2023

POLSAT 2

- 5.50 Wydarzenia**
- 6.30 Pielegnarki** (15) – serial paradokumentalny, Polska
- 7.30 Na ratunek 112** (1079, 1080) – paradok.
- 8.30 Sekrety rodziny** (215-217) – paradok., Pol.
- 11.30 Trudne sprawy** (946) – serial paradokumentalny
- 12.35 Wieżenie** (34-37) – dok.
- 14.30 Świat według Kiepskich** (495-499) – serial kom., Polska 2016
- 17.00 Komisarz Mama** (15) – serial kryminalny, Polska
- 18.00 Dlaczego ja?** (1502, 1503) – serial paradokumentalny, Polska
- 20.00 Gliniarze** (1072, 1002) – serial paradokum., Pol.

DRAMAT SENSACYJNY



- 22.00 Kryzys** – Kanada/Belgia
FILM 2021, reż. Nicholas Jarecki
W USA trwa epidemia uzależnień od opioidów. Profesor Tyrone Brower (Gary Oldman, zdj.) wypowiada wojnę jednemu z koncernów farmaceutycznych. **155 min**
- 0.35 Wszystko o moim starym** – kom., USA 2023
- 2.30 Wydarzenia**
- 3.10 Ewa gotuje** (461) – mag.
- 3.40 Świat według Kiepskich** (23) – kom.
- 4.00 Strzelnica Nawala** (2)
- 4.55 Interwencja** – mag.
- 5.10 Drwale i inne opowieści Bieszczadów** (104) – serial dokum., Pol.
- 5.30 Telezakupy TV Okazje**

TVP SERIALE

- 5.50 Rodzinka.pl** (179) – kom.
- 6.25 Na sygnale** (561, 562)
- 7.30 Ojciec Mateusz 9** (111)
- 8.25 Komisarz Alex 11** (143)
- 9.20 Rodzinka.pl** (180) – kom.
- 9.50 Klan** (1527) – telen., Pol.
- 10.25 Ranczo 4** (48) – obycz.
- 11.15 Rodzinka.pl** (318, 319)
- 12.20 Felicita** (18, 19) – obycz.
- 13.35 Ojciec Mateusz 2** (16, 17) – krym., Pol. 2009
- 15.30 Komisarz Alex 12** (144) – serial kryminalny, Polska
- 16.20 Na sygnale** (563, 564) – serial fabularno-dokum.
- 17.30 Ranczo 4** (50, 51) – obycz.
- 19.30 Ojciec Mateusz 2** (18) – serial kryminalny, Polska
- 20.30 Ojciec Mateusz 9** (112) – serial kryminalny, Polska

OBYCZAJOWY



- 21.30 Ranczo 4** (52) – Pol. 2009
Lodzia przankuje się o podłym charakterze Czerepacha i opowiada się po stronie Lucy. Cynik i mistrz manipulacji uświadamia sobie, że się zakochał. Amerykanka omysla plan ukarania wojta. **60 min**
- 22.30 Ranczo 5** (53) – serial obyczajowy, Polska 2011
- 23.30 Ojciec Mateusz 2** (19) – serial kryminalny, Polska
- 0.25 Gra z Cieniem** (7) – krym.
- 1.25 Trzeci oficer** (8, 9) – serial sensacyjny, Polska
- 3.05 Wojenne dziewczyny 2** (22, 23) – hist., Pol. 2018
- 4.40 Klan** (1527) – telen., Pol.
- 5.05 Zaraz wracam 3** (161) – serial obycz., Pol. 2026

KINO POLSKA

- 6.55 Przypadki Myszy** (3, 4)
- 7.20 Polska Kronika Filmowa** – serial dokum.
- 7.40 Zwierzęta Wajraka 3** (3, 4) – serial dokum., 2022
- 8.45 Wracając do Marka**
- 9.45 7 szlōp o przemiłaniu**
- 9.55 Dziewczyna i chłopak**
FILM – film przygodowy, 1980
- 11.50 Papierowe małżeństwo** – komedia obyczajowa, Polska/Wielka Brytania 1991
- 13.45 Dzieciół** – komedia, 1970, wyk. Wiesław Gołas
- 15.45 Poszukiwany, poszukiwana**
FILM – komedia, 1972
- 17.45 Cztery pancerni i pies** (1, 2) – serial wojenny

KOMEDIODRAMAT



- 20.00 7 uczu** – 2018, reż. Marek Koterski
Adam Miauczyski (Michał Koterski, zdj.) ma problemy z nazwaniem towarzyszących mu emocji. Wraca myślami do czasów dzieciństwa. Wspomina przyjaciół i dawną miłość. **140 min**
- 22.20 Dług** – dramat sensacyjny, 1999, wyk. Robert Gónera, Jacek Borcuch
- 0.40 Niepokonani** – dramat przygodowy, USA/Polska/ŻEA 2010
- 3.35 Tajemnica Westerplatte** – film wojenny, Polska/Litwa 2013, wyk. Michał Żebrowski

AXN

- 6.00 CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 2** (19, 20) – serial kryminalny, USA/Kanada (3, 4)
- 7.35 Agenci NCIS 11** (20, 21) – serial sensacyjny, USA
- 9.25 Castle 2** (6, 7) – serial krym., USA 2009-2010
- 11.20 Detektyw Monk** (9, 10) – serial kryminalny, USA
- 13.15 Agenci NCIS 11** (22, 23) – serial sensacyjny, USA
- 15.10 FBI: Most Wanted 3** (11, 12) – serial kryminalny
- 17.10 CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 10** (15, 16) – serial kryminalny, USA/Kanada
- 19.10 Castle 2** (8, 9) – serial krym., USA 2009-2010

KOMEDIA



- 21.05 Duże dzieci** – USA 2010,
FILM reż. Dennis Dugan
Lenny (Adam Sandler, zdj.) i jego przyjaciele z dzieciństwa spotykają się po latach na pogrzebie trenera. Meżowie i ojcowie postanawiają raz jeszcze oddać się szalonej zabawie. **125 min**
- 23.10 Parasol bezpieczeństwa** – komedia sensacyjna, USA 2003
- 0.50 Castle 2** (8, 9) – serial krym., USA 2009-2010
- 2.45 CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 10** (15, 16) – krym., USA/Kan.
- 4.40 FBI: Most Wanted 2** (4) – serial kryminalny, USA
- 5.25 Blok promocyjny AXN**

CANAL+ PREMIUM

- 8.40 W kogo ja się wrodzilem?** – film obyczajowy, Polska 2001
- 9.40 Mikołaj i ekipa** – film anim., Hiszp./Kanada 2024
- 11.10 Premierowa jazda**
- 11.25 Pan Tadeusz** – film
- FILM** kostiumowy, Pol./Fr. 1999
- 13.55 Hannah Arendt: Myślenie jest niebezpieczne** – dok.
- 15.20 Miss Potter** – dramat biograficzny, USA/Wielka Brytania 2006
- 16.50 Morderstwo w ambasadzie** – film krym., Wlk. Bryt. 2025
- 18.15 Łapu capu** – pr. rozr., Pol.
- 18.20 Kopnięci w czasie**
FILM – komedia, Fr./Belgia 2025

DRAMAT WOJENNY



- 20.00 Bękarty wojny**
FILM – USA/Niemcy 2009
Rok 1944. Porucznik Raine (Brad Pitt, zdj.) formuje jednostkę do walki z Niemcami złożoną z żydowskich ochotników. Oddział odkrywa się ponurą sławą. **150 min**
- 22.30 Apollo w ogniu: Apollo Has Fallen** (7) – sens.
- 23.15 Strefa zagrożenia**
FILM – thriller, Wlk. Bryt. 2025
- 0.55 Wściekłe psy** – film sensacyjny, USA 1992
- 2.30 Królestwo** – dramat obyczajowy, Polska 2025
- 4.20 Aria di bravura** – dok.

13 ULICA

- 6.00 Zbrodnie idealne** (27, 28)
- 8.05 Agenci NCIS: Los Angeles 14** (3, 4) – sens.
- 10.00 Bez śladu 4** (11, 12) – krym.
- 11.55 Metoda Wagnera** (5)
- 13.55 Zbrodnie idealne** (29, 30)
- 16.20 Agenci NCIS: Los Angeles 14** (5, 6) – sens.
- 18.15 Bez śladu 4** (13, 14) – krym.
- 20.00 Metoda Wagnera** (6) – serial kryminalny, Fr. 2020
- 22.00 Zagadki Hailey Dean: Nawiedzony dom** – film kryminalny, USA 2017
- 23.50 Worricker – Ostateczna rozgrywka** – dramat kryminalny, Wlk. Bryt. 2014
- 1.55 Agenci NCIS: Los Angeles 14** (3, 4) – sens.
- 3.50 Zbrodnie idealne** (27, 28) – serial kryminalny, Fr. 2017

POLSAT FILM

- 6.00 Jedziemy na ryby!** (38)
- 6.55 Na ratunek 112** (876) – serial paradok., Pol. 2024
- 7.25 Doktor Martin 4** (31)
- 8.25 Przyjaciółki** (285, 286)
- 10.20 Świat według Kiepskich** (134, 135, 52, 53, 201, 202)
- 13.45 Spadkobiercy**
FILM – komediomedramat, USA 2011
- 16.05 Ghost Rider** – thriller, **FILM** USA/Australia 2007
- 18.30 Speed 2: Wyścig z czasem** – film sensacyjny, USA 1997
- 21.00 Zaulek koszmarów**
FILM – dramat psychologiczny, Kanada/Meksyk/USA 2021
- 0.15 Transporter 2** – film sensacyjny, USA/Fr. 2005
- 1.55 Ślad** (71-73) – serial krym.
- 4.55 Na ratunek 112** (967, 968)

HBO

- 12.30 Siła naszych marzeń**
FILM – dramat obyczajowy, Francja/Kanada 2022
- 14.20 All American 8** (3, 4) – serial obycz., USA 2026
- 15.40 The Pitt 2** (14) – obycz.
- 16.20 Król rozrywk**
FILM – musical, USA 2017
- 18.05 Saga „Zmierzch”**
FILM – przed światem. Część 1 – film fantasy, USA 2011
- 20.00 Wcielenie** – horror, **FILM** Wielka Brytania 2024
- 21.35 Motocykliści** – dramat obyczajowy, USA 2023
- 23.30 Lodowy złaz: Zemsta**
FILM – thriller, USA/Australia 2025, wyk. Liam Neeson
- 1.20 Podróż z serjantem zabójcą** – thriller, USA/Wielka Brytania 2023

WARNER TV

- 7.50 Prawo Agaty 2** (13)
- 8.50 Prawo Agaty 3** (1, 2)
- 10.50 Bajer z Bel-Air 5** (10, 11)
- 11.50 Cudotwórcy 3** (6, 7)
- 12.40 Teraz albo nigdy!** (4, 3, 4)
- 14.30 Bajer z Bel-Air 5** (10-13)
- 16.30 Cudotwórcy 3** (6-9) – kom.
- 18.15 Głupi i głupszy 2: Kiedy Harry poznal Lloyda** – komedia, USA 2003
- 20.00 Dziewczyna na pożegnanie** – komedia romantyczna, USA 1977
- 22.10 Ocean's Eleven: Rzykowna gra** – kom. sens., USA/Australia 2001
- 0.30 Rzeza tajemnic** – dramat sensacyjny, USA 2003
- 3.15 Batman Forever** – film przyg., USA/Wlk. Bryt. 1995
- 5.35 Tropielec 2** (4) – krym.

ALE KINO+

- 8.25 The Office PL 3** (9, 10)
- 9.35 Bestia 3** (3, 4) – krym., Kan.
- 11.25 Detektyw Foyle 2** (3)
- 13.35 Włamanie na śniadanie**
FILM – komedia krym., USA 2001
- 16.00 Ocalona** – thriller, Wielka Brytania/USA 2015
- 18.05 Detektyw Foyle 2** (4) – serial krym., Wlk. Bryt.
- 20.10 Sicario** – dram. krym., USA/Meksyk/Hongkong 2015
- 22.35 Więcej niż Walkiria**
FILM Upadek Czwartej Rzeszy – dramat historyczny, USA 2016
- 0.40 Żużel** – film obyczajowy, Polska 2020
- 2.50 Sortownia** (4) – psychologiczny
- 3.45 Moje miasto** – film obyczajowy, Polska 2002
- 4.45 Król** (4) – serial sensacyjny

CANAL+ FILM

- 13.55 Kiedy nadchodzi jesień**
FILM – dram. obycz., Francja 2024
- 15.35 Sigourney Weaver. Ikona kina akcji** – film dokum.
- 16.30 Być kochaną** – dramat obyczajowy, Norwegia/Szwecja 2024
- 18.10 Nowa fala** – dramat biograficzny, Fr./USA 2025
- 19.55 Łapu capu** – rozr., Pol. 2026
- 20.00 Niedozła panna młoda**
FILM – komediomedramat, Wielka Brytania/USA 2024
- 21.50 Kopnięci w czasie**
FILM – thriller, USA 2025, wyk. Rose Byrne, Conan O'Brien
- 23.40 Skincare** – czarna komedia, USA/Włochy 2024
- 1.15 Dotyk** – melodramat, **FILM** Islandia/Wlk. Bryt. 2024

SCIFI

- 6.00 Orphan Black: Echa** (2) – serial s.f., Kanada 2023
- 7.00 Odrodzeni** (9, 10) – s.f.
- 9.00 iZombie 2** (4, 5) – serial grozy, USA 2015-2016
- 11.00 Czarodziejki 6** (2-5)
- 15.00 iZombie 2** (6, 7) – serial grozy, USA 2015-2016
- 17.00 Czarodziejki 6** (6-9) – serial fantasy, USA 2003
- 21.00 Nowy początek** – film s.f., **FILM** USA 2016, wyk. Amy Adams
- 23.20 Projekt Monster** – film katastroficzny, USA 2008
- 1.10 Crackodyl** – horror **FILM** s.f., USA 2023
- 3.00 iZombie 2** (4, 5) – serial grozy, USA 2015-2016
- 5.00 Orphan Black: Echa** (2)

PARAMOUNT NETWORK

- 9.25 Policjnia grupa pościgowa 22** (4) – dok.
- 10.30 Pingwiny z Madagaskaru** (25) – serial animowany
- 10.55 Poznaj naszą rodzinę**
FILM – komedia, USA 2010
- 13.00 Czarodziejki 6** (11, 12)
- 14.55 Słappy traf** – thriller, USA **FILM** 2013, wyk. Ben Affleck
- 16.50 Transformers: Ostatni Rycerz** – film s.f., USA/Chiny/Kanada 2017
- 20.00 Non-Stop** – thriller, Wielka Brytania/Francja/USA 2014
- 22.20 Człowiek w ogniu**
FILM – dramat sensacyjny, USA/Wielka Brytania 2004
- 1.05 Jestem Bogiem**
FILM – thriller, USA 2011

FX

- 9.00 FBI 6** (1) – serial kryminalny
- 9.55 Agenci NCIS** (22) – sens.
- 10.55 CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas** (15) – krym.
- 11.50 CSI: Kryminalne zagadki Miami** (24, 25) – krym., USA
- 13.45 Castle** (11) – serial krym.
- 14.45 Lucifer** (8) – serial krym.
- 15.35 CSI: Kryminalne zagadki Miami** (1, 2) – serial krym.
- 17.25 Z archiwum X** (24, 1) – s.f.
- 19.15 FBI 6** (2) – serial kryminalny
- 20.10 CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku** (4) – krym.
- 21.05 Zabójcze umysły** (4)
- 22.00 CIA** (3) – serial sensacyjny
- 22.55 Helikopter w ogniu**
FILM – dram. wojenny, USA 2001
- 1.55 Z archiwum X** (24, 1) – s.f.

FILMBOX+ ONE

- 7.45 Agatha Christie: Kryminalne zagadki** (14)
- 9.50 Vera 12** (4) – serial krym.
- 11.50 Zagadki kryminalne nowej panny Fisher** (7)
- 12.50 Agatha Christie: Kryminalne zagadki** (15)
- 15.00 Strażnik Teksasu** (9, 10)
- 17.05 Vera 12** (5) – serial krym.
- 18.55 Poirot** (10) – serial krym.
- 20.00 Terminator 2: Dzień sądu**
FILM – film s.f., USA/Francja 1991
- 22.55 Bodyguard Zawodowiec**
FILM – komedia sensacyjna, USA/Hongkong/Bulgaria 2017
- 1.40 Poltergeist** – horror, **FILM** USA/Kanada 2015
- 3.40 Rozmowy nocą** – kom. romant., Polska 2008

CANAL+ SERIALE

- 9.50 W rytmie wolności** (7)
- 10.40 Naruto 6** (13-15) – anime
- 12.10 Łapu capu** – rozr., Pol. 2026
- 12.30 Wszystko, czego nie zdążyliśmy powiedzieć** (1-3) – serial komediowy, Fr.
- 14.20 Making of CANAL+**
- 14.35 13 posterunek 2** (10-12)
- 16.20 Samoloty bojowe III Rzeszy** (4) – dok.
- 18.20 The Office PL 2** (1-3)
- 20.00 Czarownice Mayfair 2** (1, 2) – serial fantasy, USA
- 21.45 Wilk 2** (2) – serial obycz.
- 22.00 The Walking Dead: Dead City** (5, 6) – serial grozy
- 23.45 Kiedy ślub?** (5, 6) – kom.
- 1.35 Maly Grand Hotel** (2)
- 2.00 Belfer 3** (7, 8) – krym., Pol.

CANAL+ 360

- 14.00 Zholowani: ciężarówka w opalach** (7, 3) – dok.
- 15.00 Najbardziej ekstremalne miejsca na świecie** (2, 6)
- 16.00 Sung Kang – szybki i dociekliwy** (1) – dok.
- 16.55 Megatransporty: ziemia, woda, powietrze** (9)
- 17.55 Co poszło nie tak** (5, 4)
- 18.55 Zholowani: ciężarówka w opalach** (7, 1) – dok.
- 19.50 Megatransporty: ziemia, woda, powietrze** (10)
- 20.55 Futbolowa gorączka. Bitwa o Premier League** (2) – serial dokum., Wlk. Bryt.
- 21.55 13 posterunek 2** (37, 38)
- 23.05 Porzucone konstrukcje** (3) – dok., Wlk. Bryt. 2021



TLC

9.00 Wiza na miłość: dalsze losy 9 – reality show, USA

11.00 Poligamista szuka żony 6 (4) – serial dokum.

12.00 Podwójne życie żon (6)

13.00 Cztery żony i mąż 13

15.00 Wiza na miłość: znowu do wzięcia 5

16.00 Kilogramy zbędnej skóry 3: Mikki i Denise

17.00 Skórce na ratunek (7) – serial dokum., Wlk. Bryt.

18.00 Wiza na miłość: dalsze losy 9 – reality show, USA

20.00 Kobiety plus size. Mroczne oblicze Pearadise – film dokum.



21.00 Premiera: Wiza na miłość: ostatnia szansa 3 – reality show

22.00 Premiera: Wiza na miłość: ostatnia szansa. Między sporalami 3 – reality show

23.00 Klinika koszarnej stopy: Zdjmijmy skarpetki!

0.00 Dr Pryszczyla 5

POLSAT CAFÉ

6.05 Demakijaż (30, 37, 38)

7.30 Przypięci (72, 73) – serial obycz., Pol. 2015

9.30 Hell's Kitchen – Piekni Kuchnia (163, 64) – reality show, Pol.

12.30 Oszukane (17, 18) – serial paradokumentalny

14.30 Bogaty dom – biedny dom (38, 39)

16.30 Hell's Kitchen – Piekni Kuchnia (55) – reality show, Pol. 2016

18.00 Nasz nowy dom (272, 273) – reality show

20.00 Kolacja w ciemno (87) – pr. rozrywk., Pol. 2025



21.05 Więzienie kobiet (21, 22) – serial dokumentalny, Polska

22.00 Gry małżeńskie (216, 128, 129) – reality show, Polska

1.05 Więzienie kobiet (103-106) – serial dok., Pol.

3.00 Zdrady (54-56) – serial paradokumentalny, Polska

TVN STYLE

5.15 Tu jest pięknie (7) – pr. rozrywk., Pol. 2019

5.45 Kuchenne rewolucje (8) – pr. rozr., Polska 2023

6.45 Kobieta na krańcu świata (7) – serial dok.

7.45 Dzień Dobry TVN – mag.

11.25 Ostre cięcie 13 (4) – pr. rozrywk., Pol. 2026

12.25 Ugotowani (9) – program kulin., rozrywk., Polska

13.25 Kuchenne rewolucje (10, 9) – pr. rozr., Pol. 2023

15.30 MasterChef (6) – pr. rozr.

17.05 Teraz one (4) – rozr., Pol.

17.40 Kuchenne rewolucje (12, 1, 2) – pr. rozr., Polska



20.50 Love the Look (4) – mag.

21.50 Jestem z Polski 18 (4)

22.50 Jestem z Polski (6)

23.50 Kobieta na krańcu świata (7) – serial dok.

0.50 EuroPOLKI studentki (11) – pr. rozr., Pol. 2023

1.50 Kto tu mieszka? (2)

2.35 Wiem, co jem i wiem, co kupuję (8) – mag.

DISCOVERY CHANNEL

10.00 Budowa na koncu świata: Dom na wulkanie

11.00 Klan z Alaski (13)

12.00 Fani czterech kółek 18

13.00 Nagi instykt przetrwania: Elita

15.00 Złomowisko PL 11 (4)

16.00 Gorączka złota 16: Bez wychnienia

17.00 Kroniki policyjne: Szwecja: Helikopter na celowniku

18.00 Przystanek Bieszczady (5)

19.00 Nagi instykt przetrwania

21.00 Złodowcy: drwale (6)



22.00 Najniebezpieczniejszy zawód świata 22

23.00 Artemis II: Powrót na Księżyc

1.00 Premiera: Hotrod wg Kindiga 10

2.00 Eurotruckerzy (5)

3.00 Łowcy staroci (16)

4.00 Zoom na architekturę (10): Kłątwa góry relikwii

TVP HISTORIA

8.45 Flesz historii (784)

9.20 Stawka większa niż życie (14) – wojenny, Pol.

10.30 Flesz historii (784)

11.00 13 lat, 13 minut – dok.

12.00 Kennedy, Sinatra i mafia (1/2) – film dok.

12.55 Alhambra, utracony raj

14.00 Stawka większa niż życie (15) – wojenny, Pol.

15.05 Sensacje XX wieku

17.30 Wojenne dziewczyny 4 (40) – serial hist., Pol. 2021

18.20 Zławiona nadzieja. Węgrzy '56 – reportaż

18.55 Wszystkie kolory świata 4



20.05 Medicus – film przygodowy, Niemcy 2013

22.45 Historia w postaciach zapisana – cykl dok., Fr.

0.35 Sensacje XX wieku

2.25 Encyklopedia II wojny światowej: Obrona Helu, część 5 – serial dokum.

2.50 Wojenne dziewczyny 4 (40) – serial hist., Pol. 2021

FOKUS TV

12.00 Broń w hollywoodzkich filmach (3) – dok.

12.30 Niezwykłe megalokacje ZSRR (5) – serial dokum.

13.00 Poszukiwacze historii (6, 7)

14.00 Okrety wojenne (7)

15.00 Premiera: Poszukiwacze złota w Australii (1)

16.00 Dorwać tuczyzka (3, 4)

18.00 Rolnicy. Podlasie (11, 12) – serial dokum.

20.00 Premiera: Pompeje: Życie w rzymskim mieście (3) – film dokum.

21.00 Sekrety Biblii (6) – dok.



22.00 Premiera: Operacja Overlord – alianci atakują (1, 2) – film dok.

0.00 Współczesne niewolnictwo – dok.

1.00 Porzucone konstrukcje (9) – dok.

2.00 Rolnicy. Podlasie (4-6) – serial dokum., Pol. 2023

5.00 Kolowrotek (1, 2) – mag.

METRO

8.30 Szpital (975, 976) – paradok.

10.25 Sędzia Anna Maria Wesołowska (509, 510)

12.25 Szkoła (662) – paradok., Pol.

13.25 Brzydula (177, 178) – kom.

14.35 Drugie serce (7) – telen.

15.35 Druga szansa (13) – obycz.

16.45 The Floor – teleturniej, Pol.

18.00 Złomowisko PL 6 – dok.

19.00 Kartoteka 9 (8) – fab. dok.

20.00 Gang Story – dramat

FILM kryminalny, Francja/Bel. 2011

22.15 Taskmaster – rozr., Pol. 2026

23.15 Zbrodnie z pierwszych stron gazet – serial dokum.

1.15 Szpital (944) – paradok., Pol.

2.10 Szkoła (669) – paradok., Pol.

3.05 Nowa Maja w ogrodzie 3

4.10 Szpital (943) – paradok., Pol.

ZOOM

8.00 Strażnik Teksasu (11, 12)

10.00 Kobra – oddział specjalny (1, 2) – serial sens., Niemcy

12.05 Bitwa o palety 2

13.15 Wojny magazynowe: Kanada – reality show, Kan.

14.25 Wojciech Ciejrowski – bosy przez świat

16.50 Sensacje XX wieku – hist.

19.00 Kobra – oddział specjalny 24 (8, 9) – sens.

21.00 CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku (16, 17)

23.00 Magia nagości. Polska 5

0.00 Milf manor – mamuski rządzi – reality show, USA

1.15 Magia nagości. Włochy 3

2.00 Kabaretowe przeboje 4

5.15 I love Kabaret EXTRA

FOOD NETWORK

10.55 Magda gotuje internet

11.30 Makłowicz w drodze

12.05 Mania grillowania z Bobbym Flayem 4 – mag.

13.10 Dzieciście mistrzostwa wypieków – telet. kulin.

14.10 Mistrzostwa w halloweenowych wypiekach – reality show

16.15 Kuchenne rewolucje – rozr.

17.20 Słodka obsesja – serial dok.

18.20 Uczta w hotelu grozy

19.50 Pyszne miejscówki – mag.

20.50 24/24 – maraton kulinarny

21.55 Akcja: Restauracja!

22.55 Posiekani – teleturniej kulin.

23.55 Kto pokona Bobby'ego Flaya – reality show

1.25 Turniej mistrzów kuchni

DISCOVERY SCIENCE

8.00 Jak działa wszechświat?

11.00 Gigantyczne konstrukcje według Hammonda – rozr.

12.00 Pomoc drogowa na Alasce – film dokum.

13.00 Kosmiczna mapa skarbów

15.00 Gwiezdne bitwy

18.00 Zwykłe rzeczy – niezwykłe wynalazki 11

18.30 Zwykłe rzeczy – niezwykłe wynalazki

21.00 Tajemnice starożytnych mumii: Polowanie na zabicie Lincolna – serial dokum.

22.00 Podziemne sekrety

23.00 Kosmiczna mapa skarbów – serial dokum.

1.00 Gwiezdne bitwy

NATIONAL GEOGRAPHIC

13.00 Egipt: Miejsce pełne tajemnic

15.00 Katastrofa w przestworzach: Raport specjalny

16.00 Klucze do przepowiedni

16.55 Pompeje: Podróż w czasie z Tomem Hiddlestonem (3)

18.00 Czarnobył: Świadkowie tragedii – serial dok.

19.00 Utracone bomby zimnej wojny (2) – film dokum., Fr.

20.05 Katastrofa w przestworzach: Utrata szczelności

21.00 Wojna na pustyni: Walka z Rzymem: Casablanca

22.00 III Rzecz: Droga do upadku – serial dok.

23.00 Tajemnice wojny: Blitzkrieg

BBC EARTH

12.35 Lodowe miasto: Życie na krawędzi – serial dokum.

13.40 Siedem światów, jedna planeta – serial dokum.

14.40 W okowach mrozu 9 – dok.

15.35 Życie na pustkowi: powroty – serial dokum.

16.35 Ewolucja – serial dokum.

17.40 Siedem światów, jedna planeta – serial dokum.

18.45 Lodowe miasto: Życie na krawędzi – serial dokum.

19.45 Dzikie zakątki Ziemi z Simonem Reeve'em 2 – serial dokumentalny

20.55 W okowach mrozu 11

22.55 Zabójcza pogoda 6 – dok.

0.55 Siedem światów, jedna planeta – serial dokum.

WP

10.00 Strażacy z sąsiedztwa

11.00 Wariaci za kierownicą 7

12.00 Komisarz Cassandre: Zbrodnie w Alpach 7 (4)

14.00 Pokochaj lub sprzedaj Vancouver 3: Belinda & Sam

16.00 Pokochaj lub sprzedaj Quebec – reality show, Kan.

16.55 Pogoda

17.00 Niepojęte: Strefa tajemnic

19.00 Makłowicz w podróży

20.00 Policjanci w akcji (10)

21.00 Policjanci w akcji 2 (8)

21.55 Pogoda

22.00 Mistrzowie Kabaretu 13

23.00 Mistrzowie Kabaretu 10

0.00 Mistrzowie Kabaretu 12

1.00 Mistrzowie Kabaretu 5

NOWA TV

8.30 Więzienie – serial dokum.

9.55 Wypasiona kuchnia – rozr.

10.00 Ojciec Brown 2 (14, 15)

12.00 Śmierć pod palmami 2 (7, 8) – krym., Wlk. Bryt./Fr.

14.00 Świat według Kiepskich (461, 462) – serial kom., Polska

15.00 Świat według Bunchy 9 (202-207) – serial komediowy

18.00 Ciekawie nowe lata miodowe (6) – serial kom.

18.30 Miodowe lata (50-53)

21.00 Zdrady (85) – paradok., Pol.

22.00 Ślad (35, 36, 106) – krym., Pol.

1.00 Lokow podołowi – dok.

3.00 TV okazje

3.50 Wehikuł czasu

4.00 Daleko od noszy (120, 121)

HGTV HOME & GARDEN

11.55 Nowe życie w starym domu: Wyjątkowy pensjonat – pr. rozrywk.

13.55 Odlotowy ogród – mag.

14.55 Mieszkanie na miarę

16.25 Polowanie na ogród 7

18.15 Poukładani 2 – pr. rozrywk.

19.15 Weekendowa metamorfoza 6 – pr. rozr.

21.05 Złoty remont 11 – pr. rozr.

22.00 House Hunters – Poszukiwacze domów 5 – program rozrywkowy

0.15 House Hunters – Poszukiwacze domów 6 – program rozrywkowy

0.45 Poszukiwacze domów: Australia – serial dokum.

TRAVEL CHANNEL

6.00 Nowe życie na Bahamach

8.05 Walka o bagaż – serial dok.

10.10 Nieoczywiste miejsca

11.45 Kulinarne podróże z Guyem Fierim – mag.

12.15 Megaladunki – serial dok.

14.20 Człowiek kontra jedzenie

14.55 Niezwykłe Stany Prokopa

17.00 Śladami Wielkiej Stopy – serial dokumentalny

19.00 Niezwykłe Stany Prokopa

21.05 Nagi instykt przetrwania – serial dokumentalny

23.10 Kobieta na krańcu świata – serial dokumentalny

0.55 Megaladunki – serial dok.

2.55 Śladami Wielkiej Stopy

4.55 Dziwne potrawy – dok.

NATIONAL GEOGRAPHIC WILD

9.00 Niezwykły dr Pol

12.00 Śmierć przychodzi po zmroku: Noc upiórów – dok.

13.00 Olsniwająca Ameryka: Południowy Zachód

14.00 Dzikie maluchy z amerykańskich parków narodowych – film dokum.

15.00 Jak przeżyć na Alasce

16.00 Afrykańska rzeka widmo

17.00 Wyzwania natury

18.00 Amazonia (2) – film dokum.

19.00 Śmierć przychodzi po zmroku: Zapada mrok – dok.

20.00 Niszczycielskie żywioły 2

21.00 Niezwykły dr Pol

2.00 Olsniwająca Ameryka: Południowy Zachód

POLSAT WIASAT HISTORY

11.50 Nازیści, U-booty i bitwa o Atlantyk (1, 2) – film dok.

14.20 II wojna światowa – wielkie bitwy w Europie

16.35 Wojna światowa: 1914-1945 – serial dok.

17.40 Geografia wojny: II wojna światowa

18.45 Najważniejsze wydarzenia II wojny światowej w kolorze

19.50 Przekłete skarby – dok.

21.00 Tajne bazy nazistów 4

22.00 Cesarstwo Rzymskie: mity i fakty

23.05 Nازیści: korzenie zła

0.10 Nازیści, U-booty i bitwa o Atlantyk (1, 2) – film dok.

CANAL+ KUCHNIA

13.45 Sachie w Nowej Zelandii 2

14.40 ABC gotowania – kuchnia francuska – mag.

15.45 Kucharskiego pomysłu na kuchnię – mag.

16.45 Jamie Oliver: 5 składników – mag. kulin.

18.40 Kuchenny recykling – mag.

19.50 Jakubiak rozgryza Tajlandię i Kambodżę: Wypiski z życia – serial dok.

20.20 Jamie: dania w 20 minut

21.20 Anthony Bourdain – miejsca nieznane 11

23.00 Kolacja z Gavinem Rossdale'em

CANAL+ DOMO

12.10 Wielkie projekty: Swecja 5 – serial dokum.

13.05 Najbrzydszy dom na naszej ulicy – serial dok.

14.05 Po pierwsze: lokalizacja!

15.55 Daleko od miasta 16 – dok.

16.50 Monty Don – brytyjskie ogrody – serial dokum.

18.00 Ucieczka na wieś 23 – dok.

19.00 Wielkie projekty 21 – dok.

20.00 Daleko od miasta 14 – dok.

21.00 Po pierwsze: lokalizacja!

21.55 Wielkie projekty: Australia 12 – serial dokum.

23.05 Pomocy! Kupiliśmy wioskę – serial dokum.

SUPER POLSAT

13.25 Farma – reality show, Polska

14.25 Hell's Kitchen – Piekni Kuchnia 4 – reality show, Pol.

15.55 Ninja Warrior Polska – reality show, Polska 2021

17.55 Świat według Kiepskich (501) – serial komediowy, Pol.

18.25 SuperMarket Chef: Sałatki – reality show, Polska 2026

18.55 Rolniczek – serial dokum.

21.00 Hancock – film

FILM sensacyjny, USA 2008

2.55 Gra dla dwójki – kom.

FILM szpiegowska, USA/Niem. 2009

1.30 Backdoor. Wyjście awaryjne (7) – serial kom.

TVP KOBIECI

14.00 Lece za miłością – magazyn

14.30 Blisko – rozmowy z Aleksandrą Piotrowską – magazyn

15.00 Rodzinka.pl (319) – kom.

16.30 Ojciec Mateusz 17 (221, 222) – serial kryminalny

17.25 Krowiaty, które zmieniły świat: Eleonora Akwitańska

18.30 Tak to leciało! – telet. muz.

19.30 Panna młoda (26) – obycz.

20.30 Złoty chłopak (253) – obycz.

21.30 La Promesa – pałac tajemnic (346) – serial obycz.

22.30 Wielkie wesele – komedia romantyczna, USA 2013

PLANETE+

12.30 Niezwykłe podróże

13.45 5 – serial dokum.

13.40 Sekrety budowniczych piramid 2 – serial dokum.

14.45 Krowiaty świata – dok.

15.50 360° Świat bez granic 11

16.55 Świat z góry

18.00 Dokąd dzisiaj? 4 – dok.

18.40 Ocen tego sprzedawcy. Terror pięciu gwiazdek

19.45 Jak budowano Watykan. Sekrety świętego miasta

20.50 Traktaty rzymskie. Jak rozdziela się Unia – film dok.

22.00 Ścisk. Jak zabija panika

23.00 Śmierć na Cyprze – dok.

TVP DOKUMENT

12.45 Koloseum – klejnot Cesarstwa Rzymskiego

13.50 Dzikie Szkoła (3) – film dok.

14.50 Cuda wysokich gór

15.55 Klucze do organizmu – zagadki naszego ciała

17.00 Podróż z Agatą Christie i sir Davidem Suchetem

17.55 Sanatorium miłości 7

18.55 Grzesiuk, chłopak z ferajny – film dokum., Pol.

20.05 Ballooning: The Sky is the Limit – film dok., Niem. 2026

21.10 Zagadka Hewellusa – dok.

22.15 Blum – nasz los w naszych rękach – film dokumentalny

TVP SPORT	EUROSPORT 1	POLSAT SPORT 1	TVP ABC	MINIMINI+	TVN 24
5.40 Sportowy wieczór 6.10 100 lat na dworze królów – film dokum. 7.20 Boks: MB Boxing Night 29: Next Step – podsumowanie 9.45 Futsal: Eliminacje mistrzostw świata: Polska – Bośnia i Hercegowina 11.45 Koszykówka mężczyzn: NBA: 76ers – Cleveland Cavaliers 13.50 Lekkie gadki – mag. 14.50 Lekkoatletyka: Mistrzostwa Europy – Birmingham 2026 – podsumowanie	10.30 Kolarstwo: Giro di Lombardia 12.00 Snooker: Turniej Northern Ireland Open w Belfascie – 5. dzień 14.00 Snooker: Turniej Northern Ireland Open w Belfascie – mecz ćwierćfinałowy (live) 17.30 Kolarstwo górskie: Mistrzostwa świata – Val di Sole 2026 18.00 Kolarstwo: Giro di Lombardia 19.00 Snooker: Turniej Northern Ireland Open w Belfascie – ćwierćfinał	6.00 Piłka nożna: Liga Europy UEFA: Lech – Sunderland 8.30 Siatkówka mężczyzn: TAURON Liga: Aluron CMC Warta Zawiercie – ZAKSA Kędzierzyn-Koźle 11.00 Piłka nożna: Liga Europy UEFA – mecz: Jagiellonia – RSC Anderlecht 13.30 Piłka nożna: Liga Europy UEFA – mecz: Lech Poznań – Sunderland AFC 16.00 7. strefa – mag. 17.20 Siatkówka mężczyzn: TAURON Liga – mecz: Slepski Malow Suwałki – GKS Katowice (live)	8.10 Sir Mysz 8.20 Tytłaki 8.30 Lupin wśród bajek 9.00 Stacyjkowo 9.30 Domisie 10.00 Ugoty nam bajkę 10.20 Przygody Bolka i Lolka 10.45 Reksio 11.05 Pająk Lucas 2 11.35 Pszczółka Maja 12.00 Strażak Sam 10 12.25 Domisie 13.00 Zaczarowany świat... 13.20 Otkonauki 13.50 Odo 14.05 Nawet nie wiesz, jak bardzo Cię Kocham	5.05 Bardzo male stworzonka 6.10 Dora i przyjaciele 7.33 Kicia Kocia 8.30 Cloudy & Stormy 9.05 Bing 10.00 Pszczółka Maja 2 11.25 Baczne oczka 11.55 Marta mówi 12.50 Moje urodziny 12.59 Marta mówi 14.00 Basia 2 15.10 Kicia Kocia 15.55 44 Koty 17.20 Staś i fajna Babcia 17.50 Moje urodziny 17.57 Staś i fajna Babcia	7.30 Jeden na jeden – poranny wywiad TVN 24 8.00 Serwis informacyjny, Prognoza pogody 10.00 Serwis informacyjny, Prognoza pogody 11.00 Serwis informacyjny, Prognoza pogody 12.00 Serwis informacyjny, Prognoza pogody 14.00 Serwis informacyjny, Prognoza pogody 15.00 15 na żywo – mag. inf. 16.00 Fakty po południu 18.00 Tak jest – pr. publicyst. 19.15 Serwis informacyjny 19.25 Fakty po Faktach
17.15 Gala Złote Kolce 2026 20.05 Boks: Ostrzeszów Boxing Night (live) 23.15 Sportowy wieczór 23.40 Sporty walki: Oktagon 95 w Karłowich Warach 1.55 Boks: Gala w Leeds – podsumowanie 3.50 Boks: Gala w Tokoname – podsumowanie	20.00 Snooker: Turniej Northern Ireland Open w Belfascie – mecz ćwierćfinałowy (live) 23.30 Snooker: Turniej Northern Ireland Open w Belfascie – mecz ćwierćfinałowy 1.30 Kolarstwo: Gran Piemonte	20.20 Siatkówka mężczyzn: TAURON Liga: Stilon Gorzów – Jastrzębie (live) 23.00 Siatkówka mężczyzn: TAURON Liga – mecz: Bogdanka LUK Lublin – Energa Trefl Gdańsk 1.00 Boks: Rocky Boxing Night w Koszalinie: K. Meyna – A. Kownacki 02.03.2024	14.35 Bazgrolinka 14.45 Oli i Luna 15.15 Al-Chemik 15.35 Laski i przyjaciele 16.05 Ricky Zoom 16.35 44 Koty 2 17.05 Dino Rango 17.30 Super Wings 18.00 Underdog 18.25 The Garfield Show	18.15 Leśna rodzina: Piwonie 18.40 Dora poznaje świat 7 19.35 Kicia Kocia 20.25 Mały Charlie 21.36 Zouk 22.04 Trojaczki 22.45 Polly Pocket 6 23.24 Przyjaciel pies 0.17 Szmątkowe Królestwo 0.43 Dziewy Lew Eryk 4	20.00 Bez kitu – pr. publicyst. 21.00 Polska i świat 22.00 Szkoła kontaktowe 23.00 Dzień po dniu 23.40 Biznes – pr. publicyst. 0.00 Fakty po Faktach 0.50 Bez kitu – pr. publicyst. 1.50 Tak jest – pr. publicyst. 2.45 Nowa Maja w ogrodzie 3.15 Szkoła kontaktowe
CANAL+ SPORT	EUROSPORT 2	POLSAT SPORT 2	NICKELODEON	TELETOON+	TVP info_ TVP INFO
11.20 Piłka nożna: PKO BP Ekstraklasa – mecz: GKS Katowice – Pogon Szczecin 13.45 LaLiga Show 14.30 Turbokozak (4) 15.40 Piłka nożna: Liga hiszpańska – mecz: Real Betis Balompie – FC Barcelona 18.00 Champions Pack 19.15 LaLiga Show 20.00 Super Piątek 20.25 Piłka nożna: PKO BP Ekstraklasa – mecz: Widzew Łódź – Gornik Zabrze (live) 22.30 Super Piątek 23.15 Piłka nożna: Liga hiszpańska – mecz: CD Alaves – Malaga CF 1.30 Turbokozak	12.00 Kolarstwo: Giro di Lombardia 14.00 Lekkoatletyka: Maraton w Amsterdamie 15.30 Kolarstwo: Giro di Lombardia 17.30 FIA TCR World Tour: Wyścig w Inje – podsumowanie 18.00 Lyżwiarstwo figurowe: Grand Prix Francji – taniec rytmiczny (live) 19.20 Golf: Butterfield Bermuda Championship – 2. runda (live) 22.00 Lyżwiarstwo figurowe: GP Francji – taniec rytmiczny 23.00 Kolarstwo górskie: Mistrzostwa świata – Val di Sole 2026 – podsumowanie	11.00 Piłka nożna: Copa Libertadores – półfinał: CR Flamengo – Estudiantes De La Plata 13.00 Piłka ręczna mężczyzn: LM – mecz: HC Riens-Luzern – Industria Kielce 15.25 Piłka nożna: Liga saudyjska – mecz: Al-Faisaly KSA – Al-Nassr FC (live) 18.00 Piłka ręczna mężczyzn: Liga Mistrzów: MT Melsungen – ORLEN Wisła Plock 20.15 Koszykówka mężczyzn: PGE Basket Liga – mecz: Euvic GTK Gliwice – Arriva LOTTO Twardie Pierniki Toruń (live) 23.00 Piłka nożna: Liga Europy UEFA – mecz: Jagiellonia Białystok – RSC Anderlecht	8.10 SpongeBob Kanciastoporty 9 8.40 Harmidom 8 10.05 SpongeBob Kanciastoporty 12 10.35 SpongeBob Kanciastoporty 13 11.30 SpongeBob Kanciastoporty 15 11.50 Grzmotomocni: Tajniacy 12.20 Niebezpieczny Oddział 2 12.50 Niebezpieczny Henryk 5 13.20 SpongeBob Kanciastoporty 11 14.20 Harmidom 6 15.20 Harmidom 15.35 Wielkomocny 4 16.00 SpongeBob Kanciastoporty 11	8.19 Kumple z dżungli – na ratunek! 8.45 Gadający Tom i przyjaciele 3 9.22 Było sobie życie 9.51 Ki i Hi w Królestwie Pandy 10.21 Angelo rzadzi 10.51 Siostry 2 11.25 Polly Pocket 6 12.18 Charlotte i trzy muszkieterki 12.47 Kumple z dżungli na ratunek! 3 13.14 Kumple z dżungli – na ratunek! 1 13.40 Polly Pocket 6 14.23 Dinuś i Lusja 14.50 Siostry 3 15.20 Polly Pocket 6	16.00 Dzień w godzinę 16.45 Troche kulisy 17.00 Teleexpress 17.15 Teleexpress Extra 17.35 Panorama 17.42 Wykrywacz kłamstw 18.00 Panorama 18.30 Forum 19.15 Troche kultury 19.30 Program informacyjny 19.30 20.18 Kłamstwo nie przejdzie 21.00 Kwiatki polskie 21.45 Panorama 22.10 Oko na świat 22.30 Program informacyjny 19.30 22.45 112. Magazyn kryminalny 23.00 Wydarzy się jutro
CANAL+ SPORT 2	EUROSPORT 2	POLSAT SPORT 3	NICK JR.	DISNEY JUNIOR	POLSAT NEWS
9.00 Tenis: Turniej WTA w Ningbo – mecz ćwierćfinałowy gry pojedynczej (live) 11.00 Tenis: Turniej WTA w Ningbo – ćwierćfinał (live) 13.00 Tenis: Turniej WTA w Ningbo – ćwierćfinał (live) 15.15 Tenis: Turniej WTA w Ningbo – ćwierćfinał gry pojedynczej 17.30 Tenis: Turniej WTA w Ningbo – ćwierćfinał gry pojedynczej 19.50 8 wspaniałych (1) 20.55 Piłka nożna: Liga hiszpańska – mecz: CD Alaves – Malaga CF (live) 23.15 8 wspaniałych (2) 0.15 Tenis: Turniej WTA w Ningbo – ćwierćfinał gry pojedynczej	11.40 Bundesliga Clubs 12.00 Piłka nożna: Liga portugalska: Maritimo – Porto 14.00 Formula 1: GP Singapur 16.00 Piłka nożna: Liga włoska – mecz: Juventus – SS Lazio 18.00 Bundesliga Clubs 18.25 GP Confidential 19.10 Formula 1: Grand Prix USA – 1. sesja treningowa (live) 21.05 Formula 1: Grand Prix USA – 1. sesja treningowa 22.40 Formula 1: Grand Prix USA – studio (live) 22.55 Formula 1: Grand Prix USA – 2. sesja treningowa (live) 0.15 Formula 1: Grand Prix USA – studio (live)	11.00 Koszykówka mężczyzn: EuroCup: NINERS Chennit – WKS Śląsk Wrocław 13.00 Piłka nożna: Liga holenderska 15.30 Piłka ręczna mężczyzn: LM: Melsungen – Wisła Plock 18.00 Lyżwiarstwo figurowe: Grand Prix Francji – taniec rytmiczny (live) 19.50 Lyżwiarstwo figurowe: Grand Prix Francji – program krótki solistek (live) 21.30 Piłka ręczna mężczyzn: LM – mecz: HC Riens-Luzern – Industria Kielce 23.30 Piłka nożna: Liga saudyjska: Al-Faisaly KSA – Al-Nassr FC	8.20 Wszyscy razem, śladem Blue! 8.50 Barbapapa i jego rodzinka 2 9.40 Pan Krokodyl 10.35 Świnka Peppa 8 10.50 Santiago z móż 11.15 Dora 3 11.45 Zwierzęce zagadki 12.20 Rubble i jego ekipa 2 12.50 Psi Patrol 3 13.50 Świnka Peppa 7 13.55 Barbapapa i jego rodzinka 2 14.25 Barbapapa – szczęśliwa rodzinka 14.45 Barbapapa i jego rodzinka 2	8.00 Spidey i superkumple 4 8.30 Jej Wysokość Zosia: Królewska Szkoła Magii 2 9.00 Klub Myszk Miki Plus 10.00 Blue 2 11.00 Jej Wysokość Zosia: Królewska Szkoła Magii 2 11.30 Psia Brygada 2 12.00 Spidey i superkumple 4 12.30 Blue 13.30 Klub Myszk Miki Plus 14.00 Superkoty 14.30 Jej Wysokość Zosia: Królewska Szkoła Magii 15.00 Iron Man i super ekipa 15.30 Spidey i superkumple 2 16.00 Blue 17.00 Klub Myszk Miki Plus	8.00 Nowy dzień 10.00 W rytmie dnia 12.50 Wydarzenia 12.50 13.30 W rytmie dnia 15.30 Sport 15.50 Wydarzenia 15.50 16.30 Punkt widzenia Jankowskiego 18.00 Najważniejsze pytania 19.15 Gość „Wydarzeń” 19.50 Debaty Gozdry 21.50 Wydarzenia wieczorne 22.30 Dzień na świecie 23.30 Obraz dnia 0.00 Najważniejsze pytania 1.25 Punkt widzenia Jankowskiego 2.40 Wydarzenia wieczorne
CANAL+ SPORT 5	EUROSPORT 2	POLSAT PLAY	TVN TURBO	TVS	TV TRWAM
11.50 LaLiga Highlights 12.30 Ekstraklasa 13.40 LaLiga Show 14.30 Żużel: PGE Ekstraliga – mecz: KRONO-PLAST Włocławek – Czestochowa – ORLEN OIL Motor Lublin 17.10 Premier League: The Big Interview (10) 17.50 Byłem królem 19.00 Dart: Machinesseeker European Championship (live) 0.00 Piłka nożna: PKO BP Ekstraklasa – mecz: Widzew Łódź – Gornik Zabrze 2.30 Ligmistrzowe historie	12.00 Piłka nożna: Liga niemiecka – mecz: Bayer – SC Freiburg 14.00 Piłka nożna: Liga włoska – mecz: AC Milan – Atalanta 16.00 Piłka nożna: Liga niemiecka: FC Bayern Monachium – Lipsk 18.00 Formula 1: GP Singapur 19.50 Bundesliga Weekly (9) 20.20 Piłka nożna: Liga niemiecka – mecz: Stuttgart – Borussia Mönchengladbach (live) 22.40 Ligue 1 Preview (8) 23.20 Bundesliga Clubs 23.40 Bundesliga Clubs 0.00 Piłka nożna: Liga francuska: Stade Brestois 29 – OGC Nice	6.00 Budowlany 6.30 Kolowrotek 7.00 Dorwać tuńczyka 9.05 Wojny magazynowe 10.05 Gwiazdy lombardu 11.00 Hardkorowy lombard 14.00 Polacy za granicą 16.00 Złomiarze 18.05 Poszukiwacze historii 20.05 Chłapki do wzięcia 22.00 Zawód gina 23.05 Łowca pedofilów 1.10 Wzięcie 2.05 Złomiarze 3.05 Starożytni kosmici 5.05 Starożytni kosmici 14	11.15 Wojny samochodowe 12.15 Naprawy nie do naprawy 13.00 Zawodowi handlarze 14.30 Wojny samochodowe 16.30 Jeździć, obserwować 18.00 Raport Turbo 18.15 Mobilni mechanicy 19.45 Naprawy nie do naprawy 20.30 2 drugiej ręki 22.00 Raport Turbo 22.15 Zawodowi handlarze 23.00 Polski supersamochód 23.45 Czterokołowca Przejdź pół świata 0.45 Naprawy nie do naprawy 1.30 Zawodowi handlarze	6.00 Telesprzedaż 10.15 Dzisiaj w regionie 10.20 Przy muzyce po Śląsku 10.50 Wochenblatt TV 11.10 Dzisiaj w regionie 11.25 Muzyczne dzień dobry 12.50 Klasy i Lachy 14.30 Hansi Hinterseer zaprasza 16.55 Muzyczne podróże Karoliny Treil 18.00 Koncert żywcem 19.05 Koncert w TVS 21.05 Koncert w TVS 22.55 Szlagierowa lista 0.55 Program muzyczny 5.00 Telesprzedaż	18.05 Informacje dnia 18.15 Westerplatte młodych 19.00 Warto zauważyć... – w mijającym tygodniu 19.30 Historie Starego Testamentu 19.45 Modlitwa z telefonicznym udziałem dzieci 20.00 Informacje dnia 20.20 Różaniec 20.50 Myśląc Ojczyzna 21.00 Apeli Jasnogórski 21.20 Informacje dnia 21.40 Polski punkt widzenia 22.00 Moja sytuacja jest szczególnie trudna – dok.

24. KONKURS PIOSENKI EUROWIZJI DLA DZIECI 2026

Młodzi przy głosie

Już w najbliższą sobotę młodzi artyści z 16 krajów spotkają się w Centrum Targów i Kongresów w Ta' Oali na Malcie, żeby wyłonić najlepszego piosenkarza lub piosenkarkę.

Wiktor dobrze się bawi na scenie, ale robi też wszystko, żeby nie zawieść rodaków.

Dzięki Roxie konkurs nagle stał się jednym z najchętniej dyskutowanych wydarzeń w Polsce.

Viki Gabor z „Superhero” zapewniła nam drugie z rzędu zwycięstwo.

Na żywo

Choć poprzedni konkurs wygrała Francja, tegoroczny finał odbędzie się na Malcie.

➔ 24. KONKURS PIOSENKI EUROWIZJI DLA DZIECI 2026 SO 24.10 godz. 21.00 TVP 2

Polskę reprezentuje Wiktor Sas, zwycięzca 9. edycji „The Voice Kids”. Jego konkursowy utwór „Gravity” przypomina, by brać odpowiedzialność za własny los i nigdy się nie poddawać. Oprócz samego wykonawcy w powstanie piosenki zaangażowanych było kilkanaście osób, w tym Tribbs, Koder, Lanberry (autorka tekstów do zwycięskich „Anyone I Want to Be” i „Superhero”) oraz

Wojciech Kostrzewa (współodpowiedzialny za sukces Nemo podczas dorosłej Eurowizji półtora roku temu)...

Zaczęło się w Koninie (między innymi)

Podobnie jak „Gravity” również sama Eurowizja dla Dzieci miała więcej niż jednego twórcę. Jej początki sięgają 2000 roku, kiedy duńska stacja DR zorganizowała krajowy konkurs piosenki dla dzieci. Później dołączyli do niego reprezentanci innych państw nordyckich. Z kolei w Polsce, w Koninie, w latach 2001 i 2002 w ramach Międzynarodowego Dziecięcego Festiwalu Piosenki i Tańca odbyły się (współorganizowane przez TVP) konkursy wokalne z udziałem młodych artystów z wielu krajów.

Oba wydarzenia zainspirowały Europejską Unię

Nadawców, która w 2003 roku postanowiła przeprowadzić ogólnoeuropejski plebiscyt dla młodych piosenkarzy. I tak, 47 lat po pierwszej dorosłej Eurowizji, narodziła się jej młodsza siostra – Eurowizja dla Dzieci.

Roxie, Viki i pandemia

Polski wkład w historię konkursu nie kończy się na Koninie i roku 2002! Nasi reprezentanci biorą w nim udział nieprzerwanie od samego początku, choć na sukcesy musieliśmy poczekać 15 lat. Wszyscy dobrze pamiętamy rok 2018 i zwycięstwo wówczas 12-letniej Roxie Węgiel, dzięki któremu po raz pierwszy mieliśmy okazję sprawdzić się jako gospodarze Eurowizji. Koncert 24 listopada 2019 roku na Arenie Gliwice okazał się drugim co do oglądalności w historii konkursu! A my znów wygraliśmy – tym razem za sprawą Viki Gabor.

Później przyszedł rok 2020 i pandemia. Eurowizję dla dorosłych odwołano, nikt nie miał pewności, czy tak samo nie stanie się z wersją dziecięcą. Polska jako organizator stanęła jednak na wysokości zadania – występy uczestników nagrano z wyprzedzeniem (upewniając się przy tym, że tak jak podczas koncertu na żywo mają oni tylko jedną szansę na wykonanie swojej piosenki), prowadzący łączyli się z reprezentacjami ze studia na Woronicza (tego samego, gdzie na co dzień powstaje „Jaka to melodia?”). Okazało się, że konkurs da się przeprowadzić nawet w tych niecodziennych warunkach, a zachowanie zasad ostrożności wcale nie wyklucza dobrej zabawy z udziałem całego kontynentu!

Jak głosować?

Reguły Eurowizji dla Dzieci nieco różnią się od tych dla dorosłych. Nie ma półfinałów i – co chyba najważniejsze – można oddać głos na reprezentanta własnego kraju. Głosowanie rusza o północy z piątku 23.10 na sobotę 24.10, na stronie jesc.tv; znajdziemy też na niej nagrania wszystkich konkursowych piosenek – w tym Wiktora!

JK

DOBRE STRONY

Na granicy łoż

➔ DOBRE STRONY SO 24.10
godz. 12.15 TVP 1

W tym odcinku o lekturach, które zrobiły na nich największe wrażenie rozmawiają aktorka Grażyna Szapołowska i piosenkarz Maciej Maleńczuk. Dla Grażyny Szapołowskiej czytanie to od zawsze ucieczka – najpierw z dzieciństwa w baśnie, dziś w poezję, do której potrafi wracać dziesiątki razy. Maciej Maleńczuk czyta inaczej – szuka w książkach siebie: w „Królu Maciusiu Pierwszym”, swojej pierwszej lekturze, rozpoznał się od razu, a dziś ciągną go historie mroczne, w których znajduje odwagę, by spojrzeć w oczy temu, czego się boi. Oboje przyznają, że czytanie poezji ich często wzrusza – ją wiersze Wisławy Szymborskiej, jego zachwyca Włodzimierz Wysocki i Emily Dickinson.

EGP

Grażyna Szapołowska też jest pisarką – wydała trzy książki.

Maleńczuk podkreśla, że czyta dla przyjemności, a nie – by pozować na intelektualistę.



Dawniej kielbasa była symbolem dostatku.

OKRASA ŁAMIE PRZEPISY

Z Mezopotamii na nasz talerz

➔ OKRASA ŁAMIE PRZEPISY SO 24.10 godz. 14.25 TVP 1

Karol Okrasa zabiera widzów w kulinarną podróż po historii kielbasy. Pierwsze wzmianki o niej pojawiły się już ok. 3000 lat p.n.e. w starożytnej Mezopotamii. Wspominał o niej Homer w „Odysei”, cenili ją sobie rzymscy żołnierze, a w średniowiecznej Polsce była już dobrze znanym składnikiem

najróżniejszych potraw. Prowadzący opowiada o tradycjach wędliniarskich oraz o roli tego wyrobu jako symbolu dostatku i stałego elementu wielkanocnego stołu. Kucharz pokazuje, jak przygotować z niego trzy dania: drobiowe kotlety z suchą krakowską, szalwią i kurkami, lecz z białą kielbasą oraz tartę z kurkami, porem i kielbasą jałowcową.

EGP

NAPAD

Jak pies z kotem

➔ NAPAD SO 24.10
godz. 22.00 POLSAT

W Polsce epoki transformacji nie brakowało ludzi, którzy chcieli szybko się dorobić. Niektórzy byli gotowi posunąć się do zbrodni. Gdy dochodzi do krwawego napadu na bank, śledztwem zajmuje się Tadeusz Gadacz (Olaf Lubaszenko) – były major MO, który ma sporo na sumieniu, ale też znakomity policyjny

nos. Pomaga mu młoda aspirant Aleksandra Janicka (Wiktoria Gorodecka). Czy ten niedobry duet dopadnie sprawców? Warto się przekonać! Co ciekawe, scenariusz zainspirował prawdziwy napad na warszawski bank w 2001 roku, podczas którego sprawcy zamordowali cztery osoby. Film wyreżyserował Michał Gazda, twórca głośnego „Znachora” (2023).

MAM



Czy Aleksandra i Tadeusz znajdą wspólny język?

TVP 1

- 5.15 Wykrywacz kłamstw** – program publicystyczny, Polska 2025-2026
- 5.30 Pytanie dnia** – program publicystyczny, Polska 2026
- 5.55 Oko na świat** – magazyn, Polska 2024-2026
- 6.20 Balans bieli** – program religijny, Polska 2025
- 7.00 Transmisja mszy świętej z Sanktuarium Matki Bożej na Jasnej Górze**
- 7.40 Rok w ogrodzie** (1188)
- 8.00 Rok w ogrodzie extra** (461)
- 8.20 Pełnosprawni** (675) – magazyn dla niepełnosprawnych
- 8.50 Ranczo 3** (39): Szczęśliwe rozwiązanie – serial obyczajowy, Polska 2008
- 9.50 Felicita** (17-19) – serial obyczajowy, Polska/Wł. 2026
- 11.20 Ojciec Mateusz 23** (299): Oko za oko – serial kryminalny, Polska 2020
- 12.05 Dogmowy patenty 3** (1) – magazyn poradnikowy, Polska 2026
- 12.15 Dobre strony:** Grażyna Szapolowska i Maciej Maleńczuk – cykl felietonów, Polska 2026
- 12.40 Gwiazdy w południe:**
- FILM Gwiazda szeryfa** – western, USA 1957, reż. Anthony Mann. Łowca nagród Morg (Henry Fonda) przybywa do miasteczka na Dzikim Zachodzie. Choć miejscowi odnoszą się do niego z niechęcią, pomaga szeryfowi. **105 min**
- 14.25 Okrasa lamie przepisy:** Kielbasa na nowo – magazyn kulinarny, Polska 2026
- 15.00 Rolnik szuka żony 13** (7) – telenowela dokumentalna, Polska 2026
- 16.00 Zaraz wracam 3** (162, 163) – obycz., Polska 2026
- 17.00 Teleexpress, Pogoda**
- 17.35 Ojciec Mateusz 35** (457): Falszywa nuta – serial kryminalny, Polska 2026
- 18.25 Przed ekranem** – magazyn
- 18.40 Jaka to melodia?** – teleturniej muzyczny
- 19.30 Program informacyjny 19.30**
- 20.05 Sport, Pogoda**
- 20.25 Komisarz Alex 26** (328) – krym., Pol. 2026 (patrz obok)
- 21.25 Hit na sobotę: Tylko strzelaj** – film sensacyjny, USA 2007, reż. Michael Davis, wyk. Clive Owen, Paul Giamatti, Stephen McHattie, Monica Bellucci (patrz obok)
- 23.00 Kłasyka kina: Milczenie owiec** – thriller, USA 1991, reż. Jonathan Demme, wyk. Anthony Hopkins, Jodie Foster, Scott Glenn, Anthony Heald (patrz obok)
- 1.05 Bokser** – film obyczajowy, Polska 2011, reż. Tomasz Blachnicki
- 2.45 Jak zostać królem** – dramat historyczny, Wielka Brytania/Australia 2010, reż. Tom Hooper
- 3.50 Jaka to melodia?** – teleturniej muz. **► 4.30**



20.25 KRYMINALNY

Komisarz Alex 26 (328) Mężczyzna zostaje zastrzelony z łuku. To niezwykle narzędzie zbrodni zwiastuje nietypową sprawę. Dębiec (Karol Dziuba, zdj.) z zespołem rozpoczynają śledztwo w środowisku miłośników gier fabularnych RPG. Grupa skrywa wiele tajemnic. **60 min**



21.25 SENSACYJNY

Tylko strzelaj Smith (Clive Owen, zdj.) pomaga ścigać przez gangsterów ciężarnej kobiecie. Uciekinierka zaczyna rodzić. Kobieta ginie, a Smith musi zająć się noworodkiem, który jest celem przestępców. Mężczyzna prosi o pomoc prostytutkę Donnę Quintano (Monica Bellucci, zdj.), która straciła własne dziecko. **95 min**



23.00 THRILLER

Milczenie owiec Studentka akademii FBI Clarice Starling (Jodie Foster, zdj.) chce ująć seryjnego zabójcę. Prosi o pomoc przebywającego w więzieniu demonicznego mordercę, psychiatrę Lectera (Anthony Hopkins). **125 min**

TVP 2

- 5.10 Barwy szczęścia** (3422, 3423) – serial obyczajowy, Polska 2026
- 6.25 M jak miłość** (1949) – serial obyczajowy, Polska 2026
- 7.30 Pytanie na śniadanie – pobudka** – magazyn, Polska 2026
- 7.55 Pytanie na śniadanie**
- 11.25 Super Gary. Gotuj z Bosacką 2** (3) – magazyn kulinarny, Polska 2026
- 12.05 W poszukiwaniu dobrego filmu** – magazyn filmowy, Polska 2024-2026
- 12.40 Informacje kulturalne**
- 13.05 Panna młoda** (231) – serial obyczajowy, Turcja 2024
- 14.00 Familiada** – teleturniej
- 14.35 Koło fortuny** – teleturniej, Polska 2026
- 15.15 Szansa na sukces. Opole 2027** (7): Roxi – widowisko, Polska 2026
- Na kanapie jurorskiej zasiadzie Roksanę Węgiel, która zyskała popularność dzięki wygranej w 1. edycji programu „The Voice Kids” oraz zwycięstwu w 16. Konkursie Piosenek Eurowizji Junior. **65 min**
- 16.20 Na dobre i na złe** (1002): O mały włos – serial obyczajowy, Polska 2026
- Zuza ukrywa się z Niną i traktuje uprowadzoną dziewczynkę jak córkę. Włki ponownie staje przy stole operacyjnym. Mania odwiedza z Agatą Lucą, lecz brat w ogóle nie reaguje na jej widok. **55 min**
- 17.15 Panna młoda** (232) – serial obyczajowy, Turcja 2024 (patrz obok)
- 18.15 Omnibus – szybcy i mądzy** – teleturniej, Polska 2026
- 19.10 Słowo na niedzielę**
- 19.25 Rodzinka.pl** (319): Nowa naręczona – serial komediowy, Polska 2026
- Przy Pokrętniej robi się głośno i zabawnie. Boscy wdają się w męskie rozmowy, zaś toczona dyskusja prowadzi do zaskakujących wniosków. Starcie z teściową okazuje się dopiero początkiem. **35 min**
- 20.00 Rodzinka.pl** (320): Pchli targ – serial komediowy, Polska 2026 (patrz obok)
- 20.30 W drodze na wielką scenę. Eurowizja Junior od kulis** – reportaż, Polska 2026
- 21.00 24. Konkurs Piosenek Eurowizji dla Dzieci 2026** – koncert, Malta 2026 (patrz obok)
- 23.30 Postaw na milion** – teleturniej, Polska
- 0.30 Dusigrosz** – komedia, Francja 2016, reż. Fred Cavayé, wyk. Dany Boon, Laurence Arné, Noémie Schmidt
- 2.00 Złoto dezerterów** – komedia wojenna, Polska 1998, reż. Janusz Majewski, wyk. Marek Kondrat
- 4.05 Rodzinka.pl** – serial kom., Polska 2026 **► 4.35**



17.15 OBYCZAJOWY

Panna młoda (232) Hancer (Talya Çelebi, zdj.) podsłuchuje rozmowę Meliha z Sinem i dowiaduje się, że nie zamierza ją zostawić jej samej. Cihan (Cenay Türksever, zdj.), zamiast myśleć o odnowieniu przysięgi małżeńskiej, wygarnia Beyzie, że usunęła pierwszą ciążę, odbierając im szansę na córkę. **60 min**



20.00 KOMEDIOWY

Rodzinka.pl (320) Klan Boskich nie ma wątpliwości co do dylematu „być czy mieć” – zawsze wybiera „mieć”. Na co dzień jego członkowie kierują się przede wszystkim potrzebą posiadania, a sposób realizacji celu bywa różny. Niezależnie od okoliczności najważniejsze pozostaje dla rodziny jednak to, by mieć przy sobie bliskich. **30 min**



21.00 KONCERT

24. Konkurs Piosenek Eurowizji dla Dzieci 2026 Kolejna edycja rywalizacji odbędzie się na Malcie. Polskę reprezentuje 13-letni Wiktor Sas (zdj.) z utworem „Gravity”, który wystąpi z numerem siódmym. **150 min**

POLSAT

- 4.40 Disco Gramy** – program muzyczny, Polska 2026
- 5.40 Telezakupy TV Okazje**
- 6.00 Nowy dzień z Polsat News** – pr. inform.
- 8.00 halo tu polsat** – magazyn, Polska 2026
- 11.55 SuperMarket Chef** (4): Słodka przyjemność/desery – reality show, Polska 2026
- Jurek Sobieniak i Mateusz Guncel rzucają śmiałkom cukiernicze wyzwanie. Aleksandra szykuje autorską interpretację włoskiego tiramisu. Marietta stawia na francuskie ciasteczka. Krzysztof porwala się na fondant. **35 min**
- 12.30 Nasz nowy dom** (379, 338) – reality show, Polska
- Ekipa Elżbiety Romanowskiej przybywa do wsi nieopodal Siedlec, gdzie mieszkają państwo Wioletta i Łukasz z trójką dzieci. Ich stary drewniany dom wymaga remontu. Problem stanowią m.in. zapadnięte podłogi, wilgoć oraz ogrzewanie. **145 min**
- 14.55 Jak rozpętałem II wojnę światową** (2/3) – komedia, Polska 1969, reż. Tadeusz Chmielewski
- Franek Dolas (Marian Kociński) zostaje przymusowo wcielony do Legii Cudzoziemskiej. Po apelu generała de Gaulle’a legionisi przechodzą na stronę aliantów. Dolas trafia do angielskiego obozu. Wkrótce pozycje Brytyjczyków atakują Włosi. **95 min**
- 16.30 Awantura o kasę** – teleturniej, Polska 2026
- Drużyny stają do rywalizacji, w której liczą się wiedza oraz strategia. Krzysztof Ibis losuje kategorię pytania, a uczestnicy licytują prawo do odpowiedzi. **70 min**
- 17.40 Hitster. Muzyczna gra przebojów** (7) – program rozrywkowy, Polska 2026 (patrz obok)
- 18.50 Wydarzenia**
- 19.15 Prezydenci i premierzy** – pr. publ., Polska
- 19.30 Sport, Pogoda**
- 19.55 Kabaret na żywo. Młodzi i Moralni** (180) – program rozrywkowy, Polska 2026 (patrz obok)
- 22.00 Napiad** – dramat kryminalny, Polska 2024, reż. Michał Gazda, wyk. Olaf Lubaszenko, Jędrzej Hycnar, Magdalena Boczkarska, Wiktor Gorodeckaja (patrz obok)
- 0.35 Szybcy i wściekli: Hobbs i Shaw** – film sensacyjny, USA/Japonia 2019, reż. David Leitch
- Agent Hobbs (Dwayne Johnson) i były wojskowy Shaw (Jason Statham) mierzą się z zaawansowanym technologicznie cyborgiem. **160 min**
- 2.15 Kabaretowa Ekstraklasa** (39) – pr. rozr., Polska 2017
- 3.15 Świat według Kiepskich** (421, 422) – serial komediowy, Polska 2013



17.40 ROZRYWKI

Hitster. Muzyczna gra przebojów (7) Ida Nowakowska i Piotr Kędzierski (oboje na zdj.) zapraszają na kolejną sentymentalną podróż przez dekady hitów. Dwa duety znanych osób będą odgadywać, z którego roku pochodzą wskazane utwory. Wygraną przekąską na wybrany cel charytatywny. **70 min**



19.55 ROZRYWKI

Kabaret na żywo. Młodzi i Moralni Robert Górski (zdj.), Robert Korolczyk oraz ich znakomici goście zapraszają na nowe odsłony „Fachowców” i „Mafii”. Przyjrzą się również scenom z codziennego życia przeciętnej polskiej rodziny i przybliżą kulisy wielkiej polityki. Nie zabraknie nawiązań do aktualnych wydarzeń oraz muzyki. **125 min**



22.00 DRAM. KRYM.

Napiad Lata 90. Były milicjant (Olaf Lubaszenko, zdj.) zyskuje szansę na odzyskanie pozycji, jeśli rozwiąże zagadkę napadu na bank. Tropy prowadzą go do młodego ochroniarza (Jędrzej Hycnar, zdj.). **155 min**

TVN	TV PULS	TVN 7	
<p>5.45 Uwaga! – magazyn reporterów</p> <p>6.00 Ukryta prawda (1515) – serial paradokumentalny, Polska 2023</p> <p>6.55 Kobieta na krańcu świata (8) – serial dokumentalny, Polska 2026</p> <p>7.45 Dzień Dobry TVN – magazyn</p> <p>11.25 Bez kompleksów 2 (4) – program rozrywk., Pol. 2026 Paulina ma 38 lat i jako animatorka pracuje z dziećmi w Pieniężnie. Choć na co dzień jest otwarta, ukrywa kompleksy. Ma tylko sześć własnych zębów i nosi górny oraz dolną protezę, przez co boi się szerokiego uśmiechu. 65 min</p> <p>12.30 Na Wspólnej (4296-4299) – serial obyczajowy, Polska 2026 Julka zatrzymuje się z kolegą w mieszkaniu po jego babci. Pod wpływem narkotyków próbuje skoczyć z balkonu. Agnieszka oraz Ola wspierają Jacka. Może on stracić kontakt z siostrą, która trafiła do adopcji. 90 min</p> <p>14.00 MasterChef (7) – program rozrywkowy, Polska 2026 Odcinek zaczyna się od nagrody, o której marzy każdy kucharz. Zwycięzcy poprzedniej konkurencji z Przemysławem Klimą lecą do Londynu. Czekają tam na nich kolacja w dwugwiazdkowej restauracji Rafaela Cagaliego. 100 min</p> <p>15.40 Piotruś Pan i Alicja w Krainie Czarów – film fantasy, Wielka Brytania 2020, reż. Brenda Chapman Alicja (Keira Chansa) jedzie do Londynu, by spieniężyć pamiątkę. Chce w ten sposób pomóc zadłużonym rodzicom, Rose (Angelina Jolie) i Jackowi (David Oyelowo). To początek przygody. Ona wpada w króliczą norę, a jej brat staje się przywódcą bandy. 125 min</p> <p>17.45 Taskmaster (8) – program rozrywkowy, Polska 2026</p> <p>19.00 Fakty</p> <p>19.30 Sport, Pogoda</p> <p>19.45 Azja Express (8) – reality show, Pol. 2026 (patrz obok)</p> <p>21.30 Plan B – komedia romantyczna, USA 2010, reż. Alan Poul, wyk. Jennifer Lopez, Alex O'Loughlin, Michaela Watkins, Eric Christian Olsen (patrz obok)</p> <p>23.40 Oszukać przeznaczenie 4 – horror, USA 2009, reż. David R. Ellis, wyk. Bobby Campo, Shantel VanSanten, Nick Zano, Haley Webb (patrz obok)</p> <p>1.25 Uwaga! – mag. reporterów</p> <p>1.45 CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 11 (19) – serial kryminalny, USA/Kanada 2011</p> <p>2.45 Młode giny (41, 42) – serial kryminalny, Polska 2026</p> <p>3.45 Down the road 4 (1) – serial dokumentalny, Polska</p> <p>4.35 Nauka jazdy 5 (12) – pr. rozr.</p> <p>5.00 Zamieszkać na plaży 7 (10) – program rozrywk., USA 2020</p>	<p>6.00 Kobra – oddział specjalny (10-12) – serial sensacyjny, Niemcy 2011 Zostaje zamordowany inżynier, który prowadził prace nad wysoko rozwiniętą technologią zbrojeniową. Ben przesłuchuje w tej sprawie asystentkę Laurę Marschall. Okazuje się, że jest tajną policjantką. Jej zadaniem jest śledzenie nielegalnych transakcji pracodawcy zabitego. 180 min</p> <p>9.00 Tak! jest świat 11 – program informacyjny, Polska 2026 Bohaterem odcinka jest Andrzej Borych, który udowadnia, że oprawki mogą być czymś więcej niż dodatkiem do szkieł i stać się znakiem rozpoznawczym. Łączy rodzinne tradycje metaloplastyki z odwagą w sięganiu po wyraziste formy. Okulary jego projektu nosi m.in. Bryan Adams. 25 min</p> <p>9.25 Boso przez świat: Mały Indianin – cykl reportaży, Polska 2009 (patrz obok)</p> <p>10.00 Lombard. Życie pod zastaw 12 (611, 613, 615, 617, 619) – serial obyczajowy, Polska 2023 Księgowni Albert od niedawna jest w związku z wdową Magdą. Miał on dawniej problemy z uzależnieniem od hazardu. Syn kobiety nie akceptuje go, dlatego matka postanawia kupić w lombardzie grę, która zintegruje męską część jej rodziny. Podczas gry w piłkarzyki nastolatek proponuje rozgrywkę na pieniądze. 300 min</p> <p>15.00 Lombard. Życie pod zastaw 19 (1045-1049) – serial obyczajowy, Polska 2026 Eleonora, śpiewaczka operowa i kuzynka Barskiej, zatrzymuje się u rodziny przed koncertem. Jej próby głosu do późnej nocy zaskakują Kazimierza i szybko uruchamiają serię domowych perypetii. Antek, były pieściarz, po ustawionej kontuzji i zrywem upadku dostaje szansę na powrót, gdy spotyka dawnego trenera. 300 min</p> <p>20.00 Mocne sobotnie kino: Transporter 3 – film sensacyjny, Francja/Wielka Brytania/USA 2008, reż. Olivier Megaton, wyk. Jason Statham, Natalia Rudakowa, François Berléand, Robert Knepper (patrz obok) Debiut Natalii Rudakowej, która wcześniej nie miała żadnego doświadczenia w branży. Przygodkiem została zauważona przez Luca Bessona. 125 min</p> <p>22.05 Mechanik: Konfrontacja – film sensacyjny, Francja/USA/Bulgaria 2016, reż. Dennis Gansel, wyk. Jason Statham, Jessica Alba, Tommy Lee Jones, Michelle Yeoh (patrz obok)</p> <p>0.05 Mob Land – film sensacyjny, Kanada/USA 2023, reż. Nicholas Maggio</p> <p>2.20 Zobaczyć to!</p>	<p>5.35 Wiza na miłość: pierwsze spotkanie 4 (4) – program rozrywkowy, USA 2020</p> <p>6.40 Królik Bugs: Nowe konstrukcje (7) – serial animowany, USA 2022</p> <p>6.55 Ochroniarz amator – komedia, USA 2008, reż. Steven Brill</p> <p>9.00 The Floor – teleturniej, Polska 2026</p> <p>10.20 Ukryta prawda (1587) – serial paradokumentalny, Polska 2024</p> <p>11.25 Mówię Wam 5 (10) – program kulturalny, Polska 2026 (patrz obok)</p> <p>12.45 Ukryta prawda (1675, 1588) – serial paradokumentalny, Polska Przyjaciółki Marta, Paulina i Ola znajdują nieprzypadkową Kamile, co prowadzi do serii niepokojących wydarzeń. Po dwóch dniach Paulina ma wypadek, z kolei Kamila była szantażowana. 95 min</p> <p>14.20 Szpital św. Anny (82, 83) – serial obyczajowy, Polska 2026 Zosia zajmuje się 28-latkami poszkodowanymi w wypadku. Zyta próbuje dociec przyczyn nagłego zwolnienia dyrektora. Jego miejsce zajmuje Jacek Strecker. 120 min</p> <p>16.20 Detektywi (150): Amir – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2024 Pewne małżeństwo wynajmuje śledczych, aby odnaleźć zaginioną przed trzema laty córkę. Dziewczyna zniknęła podczas wakacji nad morzem. Trop prowadzi do klubu nocnego Amir. 60 min</p> <p>17.20 Szazam! Gniew bogów – komedia przygodowa, USA 2022, reż. David F. Sandberg, wyk. Zachary Levi, Grace Caroline Currey, Rachel Zegler, Lucy Liu (patrz obok) Sequel przebojowej produkcji z 2019 roku, będącej adaptacją komiksu z uniwersum DC. Został ogłoszony zaledwie tydzień po tym, jak część pierwsza trafiła do kin. 160 min</p> <p>20.00 Transformers: Wiek zagłady – film s.f., USA/Chiny 2014, reż. Michael Bay, wyk. Mark Wahlberg, Stanley Tucci, Kelsey Grammer, Nicola Peltz (patrz obok) Kontynuacja widowiskowej serii, w reżyserii twórcy „Bad Boys”. To czwarty rozdział tej historii. Członkowie ekipy przynajmniej, że odtwórca głównej roli samodzielnie wykonał 90 proc. swoich scen kaskaderskich. 210 min</p> <p>23.30 Godzina zemsty – film sensacyjny, USA 1999, reż. Brian Helgeland</p> <p>1.45 Zbliżenie. Mówię Wam podcast (5) – program rozrywkowy, Polska 2026</p> <p>2.35 Refugium – horror, Bułgaria/USA 2023, reż. Renny Harlin</p> <p>4.20 Dorota was urządzi! (8) – program rozrywk., Pol. 2017</p>	<p>11.25 KULTURALNY Mówię Wam 5 (10) Przegląd wydarzeń ze świata show-biznesu. W każdym wydaniu nie zabraknie wywiadów i komentarzy na temat dyskutowanych społecznie zjawisk. Publiczność aktywnie uczestniczy w rozmowach oraz buduje wyjątkową atmosferę. Show prowadzi Mateusz Hładki (zdj.). 80 min</p> <p>17.20 KOM. PRZYG. Szazam! Gniew bogów Billy Batson, który po wypowiedzeniu magicznego słowa zmienia się w superbohatera (Zachary Levi, zdj.), przewodzi drużynie złożonej z przybranego rodzeństwa. Grupa bohaterów podejmuje walkę z trzema boginiami. Muszą je powstrzymać, zanim użyją one artefaktu mogącego zniszczyć świat. 160 min</p> <p>20.00 FILM SF Transformers: Wiek zagłady Mija kilka lat od bitwy robotów. Cade (Mark Wahlberg, zdj.) kupuje ciężarówkę. Nie wie, że to przywódca Autobotów. Wraz z bliskimi zostaje wciągnięty w wojnę ludzi i maszyn. 210 min</p>

TVP 3	TVP 3	D3 12	TVP POLONIA	TV 4	D3 12	PULS 2	D3 12	TVP ROZRYWKI	TVP ROZRYWKI	TTV HD	D3 12				
7.30 Serwis Info Dzień – inf.	7.35 Info poranek	7.40 Pogoda Info	7.45 Info poranek	8.05 Kryminalna siódemka	8.25 Dobre historie – mag.	9.00 Zielnik regionalny	9.25 Telekurier – mag., Polska	9.50 Magiczne Podnaje z Sebastianem Karpiem-Bulecką (8)	10.25 Lece za miłością (13)	11.00 Królestwo mrówek	12.05 Między polem a domem	12.35 Rączka gotuje – mag.	13.10 Regiony na TAK – mag.	13.30 Program lokalny	15.00 Koronka do Miłosierdzia Bożego – pr. religijny
11.20 Słowo daje! – magazyn	11.30 Podróż z historią (25)	12.05 Przygody psa Cywila (3, 4) – serial przyg., Polska	13.15 Jak to się mówi, czyli Kasia u Bralczyka (73)	13.45 Na dobre i na złe (991)	14.40 Na sygnale (675, 676)	15.35 Okrasa łamie przepisy	16.05 Europa da się lubić – nowe pokolenie (7)	17.00 Telexpress	17.25 M jak miłość (1940)	18.20 Alternatywy 4 (7) – kom.	19.15 Lato z Radiem i Telewizją Polską	19.30 Program informacyjny 19.30	19.55 Pytanie dnia – pr. publ.	20.05 Sport – magazyn	
6.00 Łowcy skarbów. Kto da więcej? (223) – reality show, Polska 2023	7.00 Galileo (1165, 1166) – pr. popularnonaukowy	9.05 Jesteśmy dla dzieci – magazyn	9.30 A na obiad... (7) – mag.	9.35 Galileo (1218, 1219) – pr. popularnonaukowy	11.45 Mini Galileo (141, 268) – pr. popularnonaukowy	12.15 Opowiesz o bohater- FILM skim psie – film przyg., USA/Węgry 2019	14.25 SuperMarket Chef (4) – reality show, Pol. 2026	14.55 Policjantki i Policjanci (1461-1465) – obycz., Pol.	20.05 A na deser... (17) – mag.						
5.50 Ale numer! 20 (14) – pr. rozrywk., Kan. 2019	6.35 Smierły – serial anim.	7.35 Pingwiny z Madagaskaru 3 – serial anim.	8.35 Tygrys i przyjaciele FILM – film anim., USA 2000	10.00 Pati i kłątwa FILM Posejda – film animowany, Fr./USA 2022	12.00 Boso przez świat – cykl reportaży, Polska 2009	13.40 Puls Kabaret (1, 2) – pr. rozrywk., Pol. 2026	15.45 Sześciu zawsze sobie radę da – baśń filmowa, Niemcy 2014	17.00 7 krasnoludków – Las to za mało! – komedia, Niemcy 2006							
10.40 Szansa na sukces. Opole 2027 (5)	11.45 To jest grane (109)	12.20 Prywatne życie zwierząt 15 (7) – przyrod.	12.55 Daje słowo – Maciej Orłoś 2 (46) – talk-show	13.50 Postaw na milion	15.40 Moje przeboje (18)	16.20 Jeden z dziesięciu	17.35 Kolo fortuny – telet., Pol.	18.10 Domowe patenty 3	18.15 The Voice Comeback Stage Powered by Orange (18) – widowisko	18.20 Szansa na sukces. Opole 2027 (6)	19.25 Europa da się lubić – nowe pokolenie (7) – pr. rozrywk., Pol. 2026				
11.05 Nic do zgłoszenia 6 (8)	12.05 Zakup w ciemno 8 (30-32) – reality show, Pol.	15.45 Express, Pogoda – inf.	16.05 Idź na całość 3 (7) – rozr.	17.05 Usterka 15 (1) – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2022	17.45 Express – pr. inform.	18.00 Pogoda, Sport	18.10 Zakup w ciemno extra 3 (29) – reality show	18.45 Damy i wieśniaczki. PL 10 (4) – serial fab.-dokum., Pol.	19.45 Express, Pogoda – inf.	20.00 Zakup w ciemno 7 (7) – reality show, Pol. 2026	21.00 Gogglebox. Przed telewizorem 20 (4)				

PIĘKA NOŻNA	KRYMINALNY	KRYMINALNY	ANIMOWANY	ROZRYWKI	REALITY SHOW
15.25 Betlic 1. Liga: Arka Gdynia – Termalica (live) W ubiegłym sezonie, gdy obie drużyny grały jeszcze w PKO BP Ekstraklasie, ekipa z Niecieczy dwukrotnie ograła Gdynian – 2:0 oraz 3:2. 125 min	20.15 Archiwista (10) Jan jest podejrzany o wymuszanie haraczy. Przed laty był przesłuchiwanym w nierozwiązanej sprawie zabójstwa psychiatry. Henryk rozpoczyna własne śledztwo. Pomaga mu Zuza. 45 min	20.20 Sprawiedliwi – Wydział Kryminalny (1068-1071) – Polska 2026 Po zaginięciu Pauliny i jej córek komenda rozpoczyna intensywne działania, łącząc sprawę z zabójstwem prokuratora Marcia i gangsterem Łyską, dla którego oboje stanowili zagrożenie. 245 min	19.00 Ozi: Głos deszczowe- FILM go lasu – USA/Francja/ Wielka Brytania 2023 Wychowywana w ośrodku dla osieroconych orangutanów Ozi rusza na poszukiwania swoich rodziców. Postanawia też uratować dzunglę przez działaniami bezdusznej korporacji. 105 min	20.30 Życie to kabaret: Babylon Tour (1, 2) – Polska 2008 Program warszawskiej grupy zrealizowany w formie relacji z rockowej trasy koncertowej. Rozpoczyna go piosenka „Start i tup”, będąca pastiszem przeboju zespołu The Rolling Stones. 125 min	22.00 Nasi w mundurach 4 (4) Uczestnicy przechodzą wymagające szkolenie bojowe pod czujnym okiem byłych żołnierzy GROM i kadry wojak specjalnych. To dla nich próba męskości, charakteru i zdyscyplinowania. 60 min
17.30 Program lokalny 20.00 Dziennik regionów 20.13 Regiony na TAK – mag. 20.30 O milimetr – magazyn 21.00 Program lokalny 22.00 Dziennik regionów 22.30 Kryminalna siódemka 23.00 O milimetr – magazyn 23.30 Regiony na TAK – mag. 23.55 Panorama	21.00 24. Konkurs Piosenki Eurowizji dla Dzieci 2026 – koncert, Malta 23.30 Stawka większa niż życie (8) – wojenny, Pol. 0.25 Dobry żart (5) – pr. rozr. 0.40 M jak miłość (1940) 1.30 Program informacyjny 19.30 2.00 Sport, Pogoda 2.10 Nad rozlewiskiem... (8, 9) – serial obycz., Pol.	0.25 Gwiazdy Kabaretu (187, 186) – rozr., Pol. 2026 2.05 STOP Drogówka – magazyn policyjny 3.05 Gwiazdy Kabaretu (2) – pr. rozrywk., Pol. 2018 3.25 Lubie disco! (286) – muz. 4.25 Top 10 – lista przebojów – pr. muz. 5.30 Telezakupy TV Okazje	20.45 Taxi – komedia FILM sensacyjna, Francja 1998 22.35 Boski żołig – komedia, USA 1999 0.15 Wstydliwe choroby 7 (5, 6) – dok., Wlk. Bryt. 2.10 Lombard. Życie pod zastaw 7 (316, 321, 322) 5.00 Kręcimy z gwiazdami (3) – pr. rozr., Polska 2012	22.35 Postaw na milion – teleturniej, Polska 23.35 Jak to melodia? – teleturniej muzyczny 0.35 Kolo fortuny – telet., Pol. 2.00 Kabaret. Super Show Dwójki (11) – pr. rozr., Pol. 2.55 Do śmiechu! (77, 29) 4.40 Program rozrywkowy 5.10 Malicki & Laskowik. The Best of (7)	23.00 Gogglebox. Przed telewizorem 20 (2) 0.00 Gogglebox. Przed telewizorem 25 (8) 1.20 Diabelnie boskie (15) 1.50 Zapakuj do moich drzwi! (151) – telenowela 2.55 Detektywi (139) – serial fab.-dokum., Polska 2024 2.50 Drugie serce (7) – telen. 3.55 SOS Ekipy w akcji (40) – serial paradokumentalny

TVP 3	TVP 3 PROGRAMY LOKALNE	TVP HD	TVP KULTURA	antena ANTENA HD	TV 6
BIĄŁYSTOK 17.40 Poczytalnia 17.50 Dorastały 18.10 Ze zdrowiem na Ty 18.20 Migaj z nami 18.30 Obiektyw 18.50 Sport, Pogoda 19.00 Świadkowie czasu 19.15 Słownik polsko/polski 19.40 Dwory i dworki Lubelszczyzny 21.00 Kwartet 21.30 Obiektyw 21.50 Sport BYDGOSZCZ 17.30 Blżej nieba 18.00 Filmowe kujawsko-pomorskie 18.30 Zbliżenia 19.00 Agregacja 19.30 Pokochaj Grudziądz 19.45 Spotkania z ekologią 21.00 Raport naukowy 21.30 Zbliżenia 21.45 Sport, Pogoda GDANSK 17.30 Drogi wolności 18.00 Reportaż TVP Gdańsk 18.30 Panorama 19.00 Do brzegu 21.00 Reportaż TVP Gdańsk 21.31 Panorama 21.43 Pogoda KATOWICE 17.31 Misja interwencja 18.00 Rączka gotuje 18.30 Aktualności 18.55 Pogoda, Sport 19.10 Na Koncu świata 19.27 Godka bez granic 19.45 Energia bez mitów 21.00 Schlesien Journal 21.15 Zielona apteka 21.30 Aktualności 17.45 Krzemienio 30. Przystanek reportaż 18.00 Kulturalnie mówią 18.30 Kronika 18.55 Kronika kulturalna 19.05 Bohaterowie małych ojczyzn 19.25 Turystyczna jazda 19.35 Pełnosprawny 21.00 Makłowicz w podróży 21.30 Kronika 21.51 Kronika sportowa LUBLIN 17.30 Tydzień w polityce 18.10 Zawód leśnik 18.30 Panorama lubelska 19.00 Film dokumentalny 21.00 Turystyczna Marka Roztocze 21.10 Kwadrans samorządowy 21.30 Panorama lubelska	ŁÓDŹ 17.30 Kulturalnie po łodzi i regionie 17.45 RODOWIT działkowców 18.00 ABC pacjenta 18.19 Teatr Wielki z kulis 18.30 Łódzkie wiadomości czasu 18.50 Sport, Pogoda 19.00 Świat na cztery łapy 21.30 Łódzkie wiadomości dnia 21.50 Za szczybą POZNAN 17.31 Teleskop. Tydzień 19.59 Ewa i jej goście 18.30 Teleskop 18.50 Medycyna i ty 19.05 Pociąg do Wielkopolski 19.25 Kultur.poznan.pl 19.46 Prosto z lasu 21.01 Ścieżkami historii. Wielkopolskie muzea 21.31 Teleskop 21.50 Wiadomości sportowe RZESZÓW 17.30 Osobowości Pogranicza 17.46 Z życia regionu 18.00 Odkrywamy Podkarpackie 18.30 Aktualności 19.00 Magazyn kultury 19.29 Koncert 21.00 Kulturalnie mówią 21.30 Aktualności 17.34 Pracownia reportażu 17.46 Niedziakowskiego 24a 18.05 Kronika 18.55 Z indeksem 19.15 Misja Przyrodzi! 19.30 Dobry tytuł 21.00 Dzień z życia artysty 21.30 Kronika 21.50 Wokół nas WARSZAWA 17.30 Dobrego dnia z gwiazdą 18.00 Informacje z Mazowsza 18.15 To był tydzień 18.30 TKW 18.40 Kurier Mazowiecki 18.55 Stefa sportu 19.33 Reagujemy 21.00 Eksperyment empatia 21.30 Kurier Warszawski i Mazowsza 21.49 Wiadomości sportowe WROCŁAW 14.30 Drogi wiary 17.31 Polityka bez uniku – debata polityczna 18.30 Fakty 19.04 W imię 19.18 W swoim czasie 19.38 Magazyn ku kulturze 21.03 Drogi wiary 21.30 Fakty	6.55 Ranczo 6 (78) – obycz., Pol. 7.55 Ranczo 6 (151, 152) 8.55 Ojciec Mateusz 7 (87, 88) 10.45 Czy wiesz, że? (108) – dok. 11.20 Na sygnale (868, 869) 12.25 Ojciec Mateusz 14 (185) 13.20 Komisarz Alex 10 (130) 14.15 Ranczo 7 (89, 90) – obycz. 16.10 Postaw na milion – telet. 17.10 Okrasa łamie przepisy 17.45 Makłowicz w podróży 18.10 Ojciec Mateusz 3 (34) 19.20 Ranczo 4 (47-49) – obycz. 22.20 Ministerstwo FILM Niebezpiecznych Drani – komedia wojenna, USA/ Wielka Brytania/Turcja 2024 0.25 07 zgłoś się (10, 11) 3.05 Angielski pacjent FILM – melodramat, USA/Wielka Brytania/Włochy 1996	11.05 Wydarzenie aktualne 11.35 Barbara Hepworth: wyrzeźbić życie – dok. 12.40 Kwiaty i jaszczurki. Historia majoliki nieborowickiej – film dok. 13.15 Dzień z życia artysty 13.55 Sherlock Holmes: Mistrz szantażu – film kryminalny, Wielka Brytania 1992 15.55 Czerwodziobek (5) 17.00 Tamte lata, tamte dni – magazyn kulturalny 17.35 Duma i namiętność – film FILM przygodowy, USA 1957 20.00 Bracia – dramat FILM obyczajowy, USA 2009 21.55 Klub Jazzowy – koncert 23.15 Wieczór kinomana 23.20 Zagadka nieśmiertelności – horror, Wlk. Bryt. 1983	9.00 Pokochaj lub sprzedaj – Finlandia (7-9) – dok. 12.00 Co Polak potrafi na drodze? 2 (3) – pr. rozr. 12.55 Co Polak potrafi na drodze? (8) – rozr., Pol. 13.55 Australijscy poszukiwawcy złota 6 (19, 20) – dok., Australia 16.00 Australijscy poszukiwawcy złota 7 (1, 2) – serial dok., Australia 18.00 77 TV 5 (25) – pr. rozr., Pol. 19.00 77 TV 6 (9) – pr. rozr., Polska 20.00 Morderstwa we Francji FILM – Tours – krym., Fr. 2018 22.00 Nie pozwól ci odejść FILM – thriller, Kanada 2022 23.55 Hellraiser: Wyśnawnik FILM piekiel 2 – horror, Wielka Brytania 1988	6.00 Jeźdźcy smoków: Na końcu świata – anim. 7.55 Skok przez płot – film FILM animowany, USA 2006 9.35 Cobra Kai (31-34) – przyg. 12.35 Strażnik Tekasus (17, 18) – serial sensacyjny, USA 14.30 Poirrot – serial kryminalny 16.50 Colombo (6, 7) – krym. 20.00 CSI: Kryminalne zagadki Miami (54, 55) – krym., USA 22.00 Kości (203, 204) – serial kryminalny, USA 2015 23.55 Selekcja – film FILM kryminalny, Polska 2018 1.25 Krejzi patrol (53) – serial kryminalny, Polska 2023 1.55 Kochane pieniądze (48, 50, 49, 51, 52) – serial paradokumentalny, Polska 5.45 Telezakupy TV Okazje

BBC FIRST	ROMANCE TV	COMEDY CENTRAL	TVN FABUŁA
10.30 Morderstwa w Midsomer 8 (1, 2) 12.35 Ojciec Brown 12 (10) 13.35 Ojciec Brown 13 (1, 2) 15.35 Shakespeare i Hathaway: prywatni detektywi 3 (3, 4) – krym. 17.35 Z pamiętnika położnej 12 (4) – obycz. 18.45 Śmierć z dala od palm 3 (6) – serial krym., Wlk. Bryt. 19.55 Śmierć pod palmami 14 (8) – serial kryminalny 21.00 Lynley (6) – serial krym. 22.00 Milczący świadek 26 (1, 2) – krym., Wlk. Bryt. 2023 0.20 Po powodzi 2 (4) – krym. 1.20 Blackshore (3) – krym., Irł. 2.10 Luther (2) – serial krym.	14.25 Statek marzeń FILM – Bora-Bora – film obyczajowy, Niemcy 2025 16.20 Inga Lindström: Serce ponad rozsądek FILM – dramat obyczajowy, Niemcy 2025 18.05 Zakochana w Panu Niani FILM – film obyczajowy, USA 2023, rez. Damián Romay 20.00 Kryminalne zagadki Mazur: Zabójstwo w Galindii – film kryminalny, Niemcy 2025 21.55 Romans Therese – kom. FILM romant., Niemcy 2011 23.50 Rosamunde Pilcher: Niechciana miłość – film obyczajowy, Niemcy 2026	8.30 Teoria wielkiego podryw 9 (6-17) – kom. 13.35 Przyjaciele 6 (4-10) – kom. 17.05 Duchy (15, 16) – fantasy 18.05 Baranek Shaun: Film FILM – film animowany, USA/Fr./Wielka Brytania 2015 20.00 Zakrecono – komedia, FILM USA/Niemcy 2000 22.00 Planeta Singli. Ośiem historii (1) – serial komediowy, Polska 2021 23.05 Comedy Club 6 (3, 4) 0.05 Miasteczko South Park 12 (4-7) – serial anim. dla dorosłych 2.00 Pracholicy (5-8) – kom. 3.00 Śmieszniej nie będzie 3 (1-6) – rozr., Wielka Brytania	10.20 Mała Wielka Stopa FILM – anim., Belgia/Fr./USA 2017 12.15 Rodzina od zaraz FILM – komedia, USA 2018 14.45 Lassie, wróć – film FILM przygodowy, Niemcy 2020 16.50 Superman: Powrót – film FILM przyg., Australia/USA 2006 20.00 Barbie – komediodramat, FILM Kanada/USA/Wlk. Bryt. 2023 22.25 Chłopak nie płaczą FILM – komedia krym., Pol. 2000 0.30 Weselne przeznaczenie FILM – komedia romantyczna, USA/Wlk. Bryt./Kanada 2018 2.15 Najpiękniejsza muzyka filmowa (2) – pr. rozr., Pol. 2.35 Andrzej Sołtyś przedstawia 3 – mag. film.

CANAL+
PREMIUM

6.00 Łąpu łąpu – pr. rozr., Pol.
6.05 Chopin, Chopin!
FILM – dram. biograf., Pol. 2025
8.15 Zmienności sztafetti 2
 – film familyjny, Niemcy
 2026, wyk. Emile Cherif
9.55 Making of – mag. film.
10.05 Kawałek po kawałku
FILM – anim., USA/Dania 2024
11.40 Łąpu łąpu – pr. rozr., Pol.
11.55 Theima – komedia,
FILM Szwajcaria/USA 2024
13.30 Brat – film obyczajowy,
FILM Polska 2025
15.05 Nowa fala – dramat
 biograficzny, Fr./USA 2025
16.50 Kiedy nadchodzi jesień
FILM – dramat obycz., Fr. 2024
18.30 Ocaleni – thriller,
 USA/Kanada 2008

SENSACYNY



20.00
PREMIERA
FILM

Bracia pod ostrzałem
– Kolumbia/USA/
Wielka Brytania 2026

Meksyk. Na ślubie żołnierza armii
USA wywijażuje się strzelanina.
Oficer Wright (Kiefer Sutherland,
zdj.) i jego ludzie muszą zmierzyć
się z kartelem.

105 min

21.45 Księga ocalenia
FILM – dramat sensacyjny, USA 2010

23.40 Kill Bill: Vol. 1 **1** **0** – film sensacyjny, USA 2003

1.30 Powrót do Silent Hill
FILM – horror, Francja/Wielka Brytania/Niemcy 2026

CANAL+ W CANAL+ 1 emisja każdego programu rozpoczyna się

CANAL+ FILM

11.55 Zapalecy. Historia polskiego filmu animowanego – film dok. **FILM** Polska 2007

15.05 Kopnięci w czasie – kom., Francja/Belgia 2025

16.45 Pompeje – film katastrof. **FILM** Kanada/Niemcy/USA 2014

18.25 Skok na milion – komedia, Francja/Belgia 2025

19.55 Lapu capu – rozr., Pol. 2026

20.00 Stara wariatka – horror, **FILM** Argentyna/Hiszpania/USA 2025, wyk. Carmen Maura

21.35 War – film sensacyjny, **FILM** USA 2007, wyk. Jet Li

23.15 Whistle – horror, **FILM** Kanada/Irlandia 2025

0.50 Boogeyman 3 – horror, **FILM** USA 2008, wyk. Erin Cahill

CANAL+ 360

12.00 Najniebezpieczniejsze
miejsca na świecie (3)

13.00 Sung Kang – szybki
i dociekliwy (3) – dok.

13.55 2 archiwów historii (6)

15.00 Stalowe bestie
z demobilu (9) – serial dok.

17.00 Chwila prawdy (1, 2)
– serial dok., Wielka Brytania

19.00 Planeta Abstrakcja
– podróże poza szlakiem
(3) – serial dokumentalny

19.55 Speedshop: warsztat
marzeń (7) – serial dokum.

21.10 Okręty wojenne (4) – dok.

22.05 Porzucona Ameryka 2 (3)

23.00 Nieczysta gra: Skandal
w biathlonie (1) – dok.

0.05 Small World (1) – sens.



TLC

7.00 Suknie ślubne dla puszystych – pr. rozr.
8.00 Szczęść rządzi córka 5
9.00 Kiedy dzieci mają dzieci 4
10.00 Mój chłopak jest mamińskim 4 (1)
11.00 Rodzina Chantel 4
12.00 Ekstremalne choroby
13.00 Niepokonani (6) – dok.
14.00 Wiza na miłość: ostatnia szansa
17.00 Podwójne życie żon (5)
18.00 Wiza na miłość: najlepsze z najlepszych
20.00 Siostry wielkiej wagi 7 (2) – serial dokumentalny



21.00 Kobiety plus size. Mroczne oblicze Pearadise – film dokum.
22.00 Wiza na miłość: znowu do wzięcia 5
23.00 ER: Caught On Camera (4) – serial dokumentalny
0.00 Dr Przystyczyła 5
1.00 Siostry wielkiej wagi 7 (2) – serial dokumentalny

POLSAT CAFÉ

6.05 Demakijaż (39-41) – pr. rozrywk., Pol. 2017
7.30 Drugie życie sukni ślubnej (33) – rozr., Pol.
8.00 Bogaty dom – biedny dom (40, 41, 148) – reality show, Polska
10.55 Nasz nowy dom (350) – reality show, Pol. 2025
12.05 Shopping Queens. Królowe Zakupów (89, 90) – pr. rozr., Polska
14.10 Keinerki (5, 6) – dok., Pol.
15.00 Kolacja w ciemno (76-78) – rozr., Polska 2025
18.00 Nasz nowy dom (274, 275) – reality show



21.00 SuperMarket Chef (7, 8)
21.00 Bogaty dom – biedny dom (160) – reality show
22.10 Wzięcie kobiet (148, 149) – serial dokum.
23.00 Gry małżeńskie (130, 131) – reality show
1.05 Wzięcie kobiet (107, 108) – serial dokum.
2.00 Zdrady (57) – paradok.

TVN STYLE

5.05 Kuchenne rewolucje (12) – pr. rozr., Pol. 2023
6.00 Bez kompleksów (2)
7.00 Co za tydzień – mag.
7.45 Dzień Dobry TVN – mag.
11.30 Love the Look (4) – mag.
12.30 Teraz one (4) – rozr., Pol.
13.00 Jestem z Polski 18 (4)
14.00 Jestem z Polski (12)
15.00 Bitwa o gości (2)
16.00 Ostre cięcie 13 (4) – rozr.
17.00 Zgłoś remont: spełniamy marzenia (1) – pr. rozrywk., Pol. 2026
18.00 Poukładani 2 (2) – rozr.
19.00 Kuchenne rewolucje (11, 12) – pr. rozr., Polska



21.05 Teraz one (4) – rozr., Pol.
21.40 Top Model (8) – reality show, Polska 2026
23.20 Nagi raj. Wielka Brytania 2 (8) ○
0.25 Seks – kup teraz (2-ost.) ○ – film dokum., Pol. 2014
1.25 Zagadki seksualności (6, 7) – serial dokum., USA
2.35 Kto tu mieszka? (3)

DISCOVERY CHANNEL

6.00 Zoom na architekturę
7.00 Wyciągi po antyki
8.00 Kwatery Hitlera (6)
9.00 Ocalić dom: Interwencja
11.00 Od samochodu do domu 3
12.00 Kroniki policyjne: Swieczka 2
13.00 Złomowisko PL 6 (3, 4)
15.00 Fani czterech kółek: w trasie 3
16.00 Bracia Collins biorą się do roboty (13)
17.00 Wyciągi po antyki: Coś na ścianę / dekoracja na stół



18.00 Człowiek kontra niedźwiedź
19.00 Fani czterech kółek: w trasie 2
20.00 W oku cyklonu
21.00 Najniebezpieczniejszy zawód świata 22
22.00 Artemis II: Powrót na Księżyc
0.00 Nowi badacze UFO (1)

TVP HISTORIA

11.45 Wszystkie kolory świata (22)
12.50 Plaże Europy (5)
13.55 Ex Libris – magazyn
14.25 Gdzie jest Anne Frank? FILM – film animowany, Belgia/Luksemburg/Fr. 2021
16.05 Biały rycerz – film dok.
17.30 Flesz historii (784)
18.00 Kennedy, Sinatra i mafia (1/2) – film dok.
17.55 Noce i dnie (5) – obycz.
19.00 Tajemnice szpiegów. Atomowa gra (2): Zdrójca – serial dokum.
20.05 Zapomniane karty historii (2): Czarna śmierć



21.10 Sully – dramat obyczajowy, USA 2016
22.55 Medicus – film przygodowy, Niemcy 2013
1.35 Historia w postaciach zapisana: Wercyngotryks, bohater Galów
3.35 Noce i dnie (5) – obycz.
4.30 Wszystkie kolory świata 3 (7)

FOKUS TV

7.00 Rolnicy. Podlasie (51, 52) – serial dokum.
9.00 Wielkie wycieczkowce (3, 4) – serial dokum., Kan.
11.00 Architektura z odzysku (7) – dok.
12.00 Straż graniczna 10 (5, 6)
13.00 Rolnicy. Podlasie (4-6)
16.00 Wioski wioseczki (4, 5)
17.00 Premiera: Historie szalonych bogaczy (5, 6) – serial dokum., USA
18.00 Planeta skarbów (1)
19.00 Premiera: Jak to wyjaśnić? (12) – dok.
20.00 Premiera: Świat z góry. Zamki (5) – serial dokum.



21.00 Premiera: Tajemnice wikingów (1/2) – dok.
22.00 Katakizmy, które wstrząsnęły światem (3) – dok., USA/Czechy
23.00 Poza kontrolą: Huragan końca stulecia – film dokum., Fr.
0.00 Zabić dyktatora (3) – serial dokumentalny

METRO

6.00 Niezwykłe Stany Prokopa 6 – pr. rozr., Polska
7.00 Gorączka złota – serial dok.
8.55 Klan z Alaski – serial dokum.
11.55 Złomowisko PL 5 – dok.
13.55 Makłowicz w drodze 3
15.05 Farma Clarksona 2 – dok.
16.10 Azja Express – reality show
17.50 Kryminalni 3 (1, 2) – krym.
20.00 Idealny facet dla mojej dziewczyny – komedia romantyczna, Polska 2009
22.35 Ocean's Thirteen – komedia
FILM Sensacja, USA 2007
1.00 Kuba Wojewódzki
2.05 Spis (945) – paradok., Pol.
3.00 Szkoła (670) – paradok., Pol.
4.00 Nowa Maja w ogrodzie 3
4.30 Szpital (944, 938) – paradok.

ZOOM

6.00 Kobra – oddział specjalny 24 (5, 6) – sens.
8.00 Jakubaki rozgrywa Włochy
9.35 Wojciech Ciejrowski – boso przez świat
12.55 Sensacje XX wieku – hist.
15.20 Stawka większa niż życie (5, 6) – serial wojenny, Polska
17.55 Jas Fasola – sto lat! – dok.
19.00 MasterChef: Cześć 7
20.20 Dymno: Więcej niż magia
21.25 Sztoś – komedia sensacyjna, FILM Polska 1997, wyk. Jan Nowicki
23.05 Adam szuka Ewy Nip.
Holandia – pr. rozr., Holandia
0.10 Magia nagości. Polska 5
1.25 Magia nagości – pr. rozrywk.
2.20 I love kabaret – pr. rozr., Pol.
5.35 I love kabaret EXTRA

FOOD NETWORK

9.55 MasterChef – pr. rozrywk.
11.25 Akcja: Restauracja! Ostatnia szansa
12.25 Kuchnia jak u mamy – mag.
13.35 Jedzenie na pocieszenie
14.45 Molly gotuje na farmie 12
15.05 Kobieta na Dzikim Zachodzie – magazyn kulin.
16.50 Gotuj jak Włochi! – dok.
17.50 Dziecięce mistrzostwo wypieków: słodkie duety
18.50 Uczta w hotelu grozy
19.50 Makłowicz w drodze
20.55 Magda gotuje internet
21.25 Kuchenne rewolucje – rozr.
23.35 Mistrzostwa w halloweenowych wypiekach – reality show
1.45 Halloweenowe wojny

DISCOVERY SCIENCE

6.00 Gwiezdne bitwy
8.00 Poszukiwacze dinozaurów
10.00 Jak to jest zrobione?
12.00 Jak to jest zrobione – samochody marzeń
14.00 Jak działa wszechświat?
16.00 Gwiezdne bitwy
18.00 Jak to jest zrobione?
20.00 Autostrada spotkań z UFO: Morderstwo na prerie; Odzyskiwanie UFO – dok.
22.00 Tajemnice Alaski
0.00 Śladami Wielkiej Stopy
2.00 Zaginionie miejsca
3.00 Zaginionie miejsca
4.00 Jak to jest zrobione – samochody marzeń

NATIONAL GEOGRAPHIC

8.00 Katastrofy pod lupą
10.00 Katastrofa w przestworzach
16.00 Najniebezpieczniejsze drogi Europy
18.00 Historia Związku Radzieckiego (1) – film dok.
19.00 Zaginionie skarby Biblii: Tajemnice wiary: Babilon – miasto grzechu – serial dok.
20.00 Burzliwa historia Tudorów: Maria I Stuart
21.00 Odpokań historię
23.00 11 września: Zjednoczeni (3) – dok., Wlk. Bryt./USA 2026
0.00 Al-Kaida: Przed 11 września (3) – film dokum.
1.00 Strzęgąc granic
2.00 Wyprowadź na dno

BBC EARTH

10.00 Ewolucja – serial dokum.
11.10 Dzikie zakątki Ziemi z Simonem Reeve'em 2
12.25 W okowach mrozu 6 – dok.
15.25 Malownicze trasy kolejowe 5 – serial dokum.
17.20 David Attenborough i cuda natury – serial dok.
17.50 Dzikie połow. – serial dokum.
18.45 Tajemnice Słońca (2) – dok.
19.45 Wszechświat – serial dok.
20.55 Ben Fogle na szczytach wyspach 2 – serial dokum.
22.00 W okowach mrozu 2 – dok.
23.00 Ewolucja – serial dokum.
0.00 Ciała prawda o zdrowiu psychicznym (1) – film dok.
1.15 Walka z HIV w Ameryce
2.15 Wszechświat – serial dok.

WP

11.05 Pogoda
11.10 Wariacje za kierownicą 7
12.10 Pokochaj lub sprzedaj 6
13.10 Pokochaj lub sprzedaj Quebec – reality show, Kan.
14.10 Pokochaj lub sprzedaj Vancouver – serial dokum.
15.05 Policjanci z sąsiedztwa 5
17.00 Pogoda
17.05 Policjanci z sąsiedztwa 5
19.00 Policjanci w akcji 2 (8)
20.00 Policjanci z sąsiedztwa 5
21.00 Strażacy z sąsiedztwa 3
21.50 Pogoda
22.00 Mistrzowie Kabaretu 16
22.55 Mistrzowie Kabaretu 11
0.05 Mistrzowie Kabaretu 15
1.05 Mistrzowie Kabaretu 7

NOWA TV

6.00 Wehikuł czasu
6.20 TV okazje
6.55 Wehikuł czasu
7.30 Interwencja – taka jest Polska (580) – mag.
8.20 Frieren. U kresu drogi (17, 18) – serial anime, Japonia
9.30 Dragon Ball Super (82-84)
11.00 Nowa Rewia Kabaretowa
15.00 Miodowe lata (30) – kom.
15.40 Śmierć pod palmami 4 (1-8) – krym., Wlk. Bryt./Fr.
0.00 Ślad (90) – serial kryminalny
1.00 Łowca pedofilów – dok.
2.00 TV okazje
2.50 Wehikuł czasu
3.00 Daleko od noszy (122, 123)
4.00 Pod lupą – magazyn

HGTV HOME & GARDEN

10.40 Uratuj swój ogród 8 – mag.
11.35 Uchwyć dom – pr. rozr.
12.35 Dobrze zrobione w domu
12.45 Zgłoś remont 11 – pr. rozr.
13.40 Zgłoś remont 6 – pr. rozr.
14.35 Poukładani 2 – pr. rozrywk.
15.35 Polowanie na ogród 6
16.40 Polowanie na ogród 5
17.15 House Hunters – Poszukiwacze domów 7
18.55 Weekendowa metamorfoza 6 – pr. rozr.
20.45 Weekendowa metamorfoza – pr. rozrywk.
21.40 Mieszkanie na miarę 4
22.35 Mieszkanie na miarę
23.35 Renowacja Aloha 3 – rozr.
1.30 Kamera, akcja, wpadka!

TRAVEL CHANNEL

8.05 Dziwaczne potrawy: Smakowite miasta – serial dok.
9.40 Dziwaczne potrawy: smakowite miasta – dok.
10.10 Niezwykłe Stany Prokopa
12.15 Baseny z rozmachem
14.20 Cieżarowa przez Stany
15.55 Człowiek kontra Jedzenie
18.00 Dziwaczne potrawy: Smakowite miasta – serial dok.
20.05 Nagi instykt przetrwania
22.05 Sprawa dla medium i detektywa – serial dokum.
0.10 Grenlandia – wyspa skarbów – serial dokum.
2.15 Górskie potrawy – dok.
2.15 Śladami Wielkiej Stopy
4.20 Człowiek kontra jedzenie

NATIONAL GEOGRAPHIC WILD

10.00 Wielka piątka Afryki
11.00 Oko w oko z dziką naturą
12.00 Critter Fixers – zwierzęcy cudotwórcy
13.00 Amerykańska Amazonia
14.00 W królestwie lwa
15.00 Krokodyle z Karaibów
16.00 Drapieżnik kontra ofiara
17.00 Szkoła młodych pand: Świat wiodących pand – dok.
18.00 Magizacja góry Niemiec
19.00 Najdziwniejsze gatunki
20.00 Europa z powietrza: Alpy
21.00 Właki zwierząt
22.00 Królestwo drapieżników: Rebelia: Wewnętrzny wróg
23.00 Europa z powietrza
0.00 Niezwykły dr Pol

POLSAT WIASAT HISTORY

6.40 Należici: kosmiczny wyciecz – film dokumentalny
7.40 Hiroshima: za kulissami
10.00 Należici: korzenie zła
12.50 Tajne bazy nazistów 4
17.35 Adolf Hitler: Zrozumieć dyktatora – serial dok.
21.00 Życie prywatne przywódców Rzeszy
22.55 Zapomniane taśmy wideo z nazistowskich Niemiec
0.00 Wojna światowa: 1914-1945 – serial dok.
3.35 Należici: kosmiczny wyciecz – film dokumentalny
4.20 Zakazana historia 7
5.55 Adolf Hitler: Zrozumieć dyktatora – serial dok.

CANAL+ KUCHNIA

15.00 Kucharskiego pomysłu na kuchnię – mag.
15.30 M jak mięso 11 – mag. kulin.
16.05 Jamie: dania w 10 minut
17.00 Jamie Oliver nad Morzem Śródziemnym – serial dok.
18.05 Jakubaki rozgrywa Małtę – magazyn kulinarny
18.35 Wyjątkowe smaki miast 2 – pr. rozrywk., Wielka Brytania
19.50 Poza ląd: podróż do serca Indonezji – serial dokum.
20.55 Wioska uczta – serial dok.
21.50 James Martin: hiszpańska przygoda – serial dokum.
22.45 M jak mięso 11 – mag. kulin.

CANAL+ DOMO

13.10 Cudotwórcy – pod presją
14.10 Wielkie projekty: Australia 12 – serial dokum.
15.20 Gardeners' World 16
16.30 Tomasz Pagowski: Remont u Ciebie 10 – mag.
17.30 Room service. Hotele od kuchni – mag. poradnikowy
18.00 Daleko od miasta 16 – dok.
18.30 Daleko od miasta 17 – dok.
19.00 Dom w mieście – serial dok.
20.00 Generalna odbudowa
21.00 Wielkie projekty: Nowa Zelandia 10 – serial dokum.
22.00 Wielkie projekty: Australia 11 – serial dokum.

SUPER POLSAT

14.55 SuperMarket Chef
15.25 Serca dwa – serial dokum.
15.55 Złomiarze – serial dokum.
16.55 Świat według Kiepskich (566-569) – serial kom., Polska
19.00 Kolacja w ciemno – pr. rozr.
20.00 Sporty walki: Babilon MMA 61 w Radomiu – walka: Krzysztof Włodarczyk – Marcin Sianos (live)
0.00 Hancock – film sensacyjny, USA 2008
1.55 Backdoor. Wyjście awaryjne (8) – serial kom.
2.00 Świat według Kiepskich (490-492, 353) – serial kom.

TVP KOBIECI

14.00 Rodzinka.pl (208, 209)
15.00 Tancząca ze światem – Maroko – magazyn
15.30 Ojciec Mateusz 17 (223, 224) – serial kryminalny
17.25 Maria Skłodowska-Curie, jakiej nie znamy – film dok.
18.30 Wodecki Twist – Tylko w kinie – koncert
19.30 Panna młoda (27) – obycz.
20.30 Złoty Chłopak (254) – obycz.
21.30 Genialna przyjaciółka 3 (3) – serial obyczajowy
22.30 Tulipanowa gorączka
FILM – dramat kostiumowy, Wielka Brytania/USA 2017

PLANETE+

13.05 Polska z góry. Nad wodą
13.35 Wiatr. Niewidzialna siła
14.40 Chroniąc Oceanie – dok.
15.00 Głębie oceanów – film dok.
17.50 Ciężni. Między lądem a morzem – serial dokum.
18.05 Dokąd dzisiaj? 4 – dok.
18.40 Polska z góry. Zamki, dworci, pałace 5
19.40 Johnny Depp. Wieczny buntownik – film dokum.
20.50 Van Damme. Cios za ciosem (1) – film dokum.
22.00 Nicole Kidman. Oczy szeroko otwarte – film dok.
23.10 Mia Farrow. Cienie sławy

TVP DOKUMENT

12.55 Lena na Kaukazie
13.25 Tacy byliśmy
13.55 Mała myszka – opowieść o dzielnicy matce – film dok.
14.55 Przypisy wśród zwierząt
15.55 TGV: superszybkość i innowacja – film dok., Fr.
17.00 Podróżnicy – odkrywcy: Tamiłand – cykl dokumentalny
18.05 Sanatorium miłości 7
19.00 Kalina – film dok., Pol. 1992
20.10 Mistrz i Darama – film dok.
21.50 O karawanie i psach – dok.
22.55 Blum – nasz los w naszych rękach – film dokumentalny
0.20 Kalendarz przyrody

DVB-T DVB-T2 – stacje dostępne w naziemnej telewizji cyfrowej eprasa.pl 60c3c758f3 **TELETYDZIEŃ 45**

HRABIA MONTE CHRISTO (2002)

Zdradzony przez przyjaciela Fernanda (Guy Pearce) i wtrącony do lochu Edmond Dantès (Jim Caviezel) wraca po latach jako bajecznie bogaty hrabia, by wyrównać rachunki. Obaj mężczyźni rywalizują o serce pięknej Mercedes (Dagmara Domińczyk). Filmowa zemsta przeniosła się do rzeczywistości: podczas pojedynku Caviezel przypadkiem zranił Pearce'a szpadą!

➔ ND 25.10 godz. 15.30
TV PULS



FILMY O SMAKU ZEMSTY

Czas na rewanż!

Zemsta najlepiej smakuje na zimno? Niekoniecznie. W kinie lepiej sprawdza się podana na gorąco – gdy gniew odbiera rozsądek, a chęć wyrównania rachunków pcha bohaterów do szalonych czynów. Choć rzadko przynosi ukojenie, na ekranie trudno o lepsze paliwo dla emocji.

Wokół ekranu



MIŁOŚĆ JAK NARKOTYK (1997)

Maggie (Meg Ryan) nie wybaczy Antonowi, że porzucił ją dla Lindy. Zawiera sojusz z Samem (Matthew Broderick), którego właśnie zostawiła... Linda, i razem uprzykrzają życie zakochanym. Prywatnie Meg była w czasie produkcji żoną Dennisa Quaida. Ich pięcioletni wówczas syn Jack jest dziś gwiazdą serialu „The Boys”.

➔ ND 25.10 godz. 17.55 WARNER TV



TOWER HEIST: ZEMSTA CIECIÓW (2011)

Josh Kovacs (Ben Stiller) wraz z kolegami chce odegrać się na finansistcie, który sprzeniewierzył ich oszczędności. Planują więc śmiały skok na apartament oszusta, w czym pomaga im Slide (Eddie Murphy). To właśnie Murphy był pomysłodawcą filmu. W pierwotnej wersji rabusie mieli okraść wieżowiec Donalda Trumpa, a komedia nosić tytuł „Trump Heist”!

➔ ND 25.10 godz. 11.40 TV 4

ZABÓJCA (2007)

Agent FBI Jack Crawford (Jason Statham) poluje na Rogue'a (Jet Li) – zabójcę, którego obwinia o śmierć partnera i jego rodziny. Pogoń wciąga go w wojnę azjatyckich gangów. Co ciekawe, film miał się nazywać „Rogue”, ale tytuł zmieniono, by nie mylił się z powstającym w tym samym czasie horrorem o krokodylu!

➔ ND 25.10 godz. 20.00 TV PULS



PRAWO DO ZEMSTY (2019)

Żona i córka profesora etyki Nolana Cooraya (Dilan Jay) giną z rąk przestępców. Gdy prawo zawodzi, Cooray przyłącza się do grupy samowolnych mścicieli, by osiągnąć sprawców. Aż trudno uwierzyć, że ten pełen bijatyk film nakręcono w zaledwie 13 dni! Co ciekawe, Dilan Jay był wcześniej raperem.

➔ ND 25.10 godz. 22.25
STOPKLATKA

DANCING WITH THE STARS. TANIEC Z GWIAZDAMI

Z babcią na parkiecie

➔ DANCING WITH THE STARS. TANIEC Z GWIAZDAMI
ND 25.10 godz. 19.55 POLSAT

Ta edycja „Tańca z gwiazdami” dostarcza widzom wielu emocji, a rywalizacja z odcinka na odcinek staje się coraz bardziej zacięta. Dla influencera Dominika Rupińskiego udział w programie to jedna z największych przygód w życiu. Jego taneczną partnerką została Estelle François, która debiutuje na parkiecie show. Pierwszy występ pary zebrał bardzo dobre recenzje, jednak kolejne odcinki pokazały, że na ich drodze nie brakuje wzlotów i upadków. Szczególnie wzruszający był odcinek rodzinny, w którym Dominik zatańczył z ukochaną babcią Aldoną. Ich wspólny występ poruszył serca widzów. – Moja babcia wyglądała jak księżniczka! – cieszył się Dominik.

Na żywo



Julia Wieniawa
w ciepłych słowach
oceniła występ.

MJ

Do rodzinnego odcinka Dominik zaprosił babcię Aldonę.



Nowość
w TV!

Czy aranżowane
małżeństwo
przyniesie im
szczęście?

SZUKAJĄC PERSEFONY

W drodze do serca

➔ SZUKAJĄC PERSEFONY
ND 25.10 godz. 20.00
ROMANCE TV

Utrzymana w klimacie powieści Jane Austen opowieść o dwóch zagubionych duszach, które znajdują prawdziwą miłość. Tytułowa bohaterka, Persefona Lancaster (Ryann Bailey), by ocalić rodzinę przed ruiną, wychodzi za mąż za wyniosłego i budzącego lęk księcia Adama

von Kieldera (Jake Stormoen). Oszepecona bliznami twarz umacnia jego ponurą reputację i sprawia, że księżę trzyma innych na dystans. Z czasem jednak chłód zaczyna ustępować, odsłaniając człowieka bardziej zranionego niż okrutnego. Amerykański serial „Szukając Persefony” składa się z czterech odcinków, które zobaczymy w niedzielę 25 października.

MJ

NIEDZIELA Z... KOBRA

Spektakl z dreszczykiem

➔ NIEDZIELA Z... KOBRA
ND 25.10 godz. 17.15
TVP KULTURA

W 1956 roku wyemitowany został w telewizji pierwszy spektakl teatralny, którego treścią była zagadka kryminalna. Sześćdziesiąta rocznica narodzin „Kobry” to doskonała okazja, by porozmawiać o fenomenie tego teatru z jego twórcami. Po rozmowie TVP Kultura pokaże spek-

takl Ryszarda Bera z 1974 r. „Elegia na śmierć niešťeśliwej damy”. Jego akcja toczy się w środowisku brytyjskich filmowców, wśród których dochodzi do samobójczej śmierci popularnej aktorki. A to dopiero początek dramatycznych zdarzeń. Występują w nim m.in. Edward Lach, Henryk Guzek, Wieńczysław Gliński, Gustaw Lutkiewicz, Halina Rowicka i Anna Milewska. EGP



Gustaw Lutkiewicz
jako detektyw
badający sprawę
śmierci aktorki.

TVP 1	TVP 2	POLSAT
<p>5.00 Sprawdzamy – magazyn, Polska 2024-2026</p> <p>5.25 Sprawa dla reportera – pr. Elżbiety Jaworowicz</p> <p>6.20 Słownik polsko@polski (698)</p> <p>6.55 Słowo na niedzielę</p> <p>7.00 Transmisja mszy świętej z Sanktuarium Bożego Miłosierdzia w Krakowie-Łagiewnikach</p> <p>8.00 Tydzień – magazyn rolniczy, Polska</p> <p>8.30 Pociąg do Polski (8) – serial dokumentalny, Polska 2026, reż. Andrzej Łuka</p> <p>9.00 U Pana Boga w ogródku (7) – serial komediowy, Polska 2008</p> <p>9.55 Ojciec Mateusz 23 (300): To ja, Mateusz – serial kryminalny, Polska 2020</p> <p>10.55 Komisarz Alex 26 (328) – krym., Polska 2026</p> <p>11.55 Między ziemią a niebem – magazyn</p> <p>12.00 Anioł Pański</p> <p>12.15 Między ziemią a niebem – magazyn</p> <p>12.45 Taizé. Dom serca – reportaż, Polska 2026</p> <p>13.05 BBC w Jedynce: Ssaki (5) – serial dok., Wielka Brytania 2024, reż. Stuart Armstrong</p> <p>David Attenborough opowie o sposobach ssaków na przetrwanie upałów. Widzowie dowiedzą się o ekstremach, do których zwierzęta doprowadzają swoje organizmy, by przetrwać w najgorętszych miejscach Ziemi. 65 min</p> <p>14.10 Rolnik szuka żony. Odwiedziny (7) – program rozrywkowy, Polska 2026</p> <p>14.30 Laika (8) – serial obycz., Polska 1977</p> <p>16.00 Zaraz wracam 3 (164, 165) – serial obyczajowy, Polska 2026</p> <p>17.00 Teleexpress, Pogoda</p> <p>17.35 Daję słowo – Maciej Orłoś 2 (47): Ewa Kasprzyk – talk-show</p> <p>18.40 Jaka to melodia? – teleturniej muzyczny</p> <p>19.30 Program informacyjny 19.30</p>	<p>4.40 Barwy szczęścia (3424-3426) – serial obyczajowy, Polska 2026</p> <p>6.25 M jak miłość (1950) – serial obyczajowy, Polska 2026</p> <p>7.30 Pytanie na śniadanie – pobudka – magazyn, Polska 2026</p> <p>7.55 Pytanie na śniadanie</p> <p>10.55 Domowe patenty 3 (1) – magazyn poradnikowy, Polska 2026</p> <p>11.00 Jak to się mówi, czyli Kasia u Bralczyka (75) – magazyn kulturalny, Polska 2026</p> <p>11.40 Wodecki Twist – Piosenki o miłości – koncert, Polska 2025</p> <p>Na sopockim moło wystąpili m.in. Ania Karwan, Kuba Badach i Alicja Majewska. Wykonali największe hity artysty, w tym „Oczarowanie”, „Izolda” oraz „Nad wszystko uśmiech Twój”. 65 min</p> <p>12.45 „Sanah na stadionach” – kulisy koncertu na PGE Narodowym 2025 – film dokumentalny, Polska 2025</p> <p>14.00 Familiada – teleturniej</p> <p>14.35 Koło fortuny – teleturniej, Polska 2026</p> <p>15.10 Szansa na sukces. Opole 2027 (8): Andrzej Dąbrowski – widowisko, Polska 2026 (patrz obok)</p> <p>16.10 Europa da się lubić – nowe pokolenie (8) – program rozrywk., Pol. 2026</p> <p>W każdym odcinku sześcioro uczestników z różnych krajów, którzy związali swoje życie z Polską, bierze udział w pełnych humoru konkursach testujących wiedzę, błyskotliwość i refleks. Całość uzupełniają materiały z europejskich ulic, występ gwiazd na żywo oraz spotkania z wyjątkowymi gośćmi. 65 min</p> <p>17.15 Tak to leciało! – teleturniej muzyczny, Polska 2026</p> <p>18.15 Omnibus – szybcy i mądrzy – teleturniej, Polska 2026</p> <p>19.10 Kocham Cię, Polsko! (7) – program rozrywk., Pol. 2026</p> <p>20.40 Gwiazdy w akcji: Choć goni nas czas – komediodramat, USA 2007, reż. Rob Reiner, wyk. Jack Nicholson, Morgan Freeman, Sean Hayes, Beverly Todd (patrz obok)</p> <p>Przejmująca, a zarazem zabawna produkcja otrzymała nominację do nagrody Grammy za piosenkę. Wyróżniony utwór to „Say” w wykonaniu Johna Mayera. 110 min</p> <p>22.30 Kwiatki polskie duże – program publicystyczny, Polska 2025-2026</p> <p>23.30 Matylda (2) – serial kostiumowy, Polska 2024 (patrz obok)</p> <p>0.25 Porzucony (5, 6) – serial kryminalny, Wielka Brytania 2016</p> <p>2.15 Dusigrosz – komedia, Francja 2016, reż. Fred Cavayé 3.45</p>	<p>4.40 Disco Gramy – program muzyczny, Polska 2026</p> <p>5.25 Telezakupy TV Okazje</p> <p>6.00 Nowy dzień z Polsat News – pr. inform.</p> <p>8.00 halo tu polsat – magazyn, Polska 2026</p> <p>Prowadzący zapraszają do studia przedstawicieli show-biznesu, którzy opowiadają o swoich wyzwaniach zawodowych i życiu. Nie zabraknie porad dotyczących zdrowia, wychowania dzieci czy podróży. 205 min</p> <p>11.25 Ewa gotuje (583) – magazyn kulinarny, Polska 2026</p> <p>Ewa Wachowicz przyrządza krem z dyni hokkaido, cukinii i soczewicy. Doprawia go serem z niebieską pleśnią. Kolejną propozycją na jesieńną aurę to wegańskie curry. W cyklu prezentującym potrawy regionalne pojawiają się fizyzy. 35 min</p> <p>12.00 Noc w muzeum 2 – film przygodowy, USA/Kanada 2009, reż. Shawn Levy, wyk. Ben Stiller, Amy Adams, Owen Wilson, Hank Azaria (patrz obok)</p> <p>Kontynuacja przebojowej komedii z 2006 roku opartej na twórczości chorwackiego ilustratora i pisarza Milana Trence. W znakomitej obsadzie znaleźli się między innymi Robin Williams i Amy Adams. 135 min</p> <p>14.15 Twoja Twarz Brzmi Znamo (233) – program rozrywkowy, Polska 2026</p> <p>16.30 Awantura o kasę – teleturniej, Polska 2026</p> <p>17.40 Hitster. Muzyczna gra przebojów (8) – program rozrywkowy, Polska 2026</p> <p>Muzyczna rywalizacja gwiazd jest doskonałą okazją do podzielenia się wspomnieniami. Niedawno o początkach swojej kariery opowiadał m.in. Sławomir. 70 min</p> <p>18.50 Wydarzenia</p> <p>19.15 Sport, Pogoda</p> <p>19.30 Być gwiazdą (8) – magazyn kulturalny, Polska 2026</p> <p>19.55 Dancing with the Stars. Taniec z gwiazdami (191) – program rozrywkowy, Polska 2026 (patrz obok)</p> <p>22.30 Dłaczego nie! – komedia romantyczna, Polska 2007, reż. Ryszard Zatorski, wyk. Anna Cieślak, Maciej Zakościelni, Małgorzata Kożuchowska, Tomasz Kot (patrz obok)</p> <p>0.40 Super Tata – komedia, USA 1999, reż. Dennis Dugan</p> <p>Beztroski Sonny (Adam Sandler) zajmuje się 5-letnim synem współlokatora, by udowodnić dziewczynie, że jest odpowiedzialny. Po pewnym czasie decyduje się walczyć o prawo do opieki nad dzieckiem. 120 min</p> <p>2.40 Samolot z forsą – film sensacyjny, USA 2020, reż. Andrew Lawrence</p>
<p>20.05 Sport, Pogoda</p> <p>20.25 Gra z Cieniem 2 (21) – serial kryminalny, Polska 2026 (patrz obok)</p> <p>21.25 Rolnik szuka żony 13 (8) – telenowela dokumentalna, Polska 2026 (patrz obok)</p> <p>22.20 Rolnik szuka żony. Odwiedziny (8) – program rozrywkowy, Polska 2026</p> <p>22.45 Zakochna Jedynka: Czekolada – komediodramat, USA/Wielka Brytania 2000, reż. Lasse Hallström, wyk. Juliette Binoche, Alfred Molina, Johnny Depp, Lena Olin, Judi Dench (patrz obok)</p> <p>0.55 Tylko strzelaj – film sensacyjny, USA 2007, reż. Michael Davis</p> <p>2.25 Jaka to melodia? – teleturniej muzyczny</p> <p>3.20 Film fabularny 4.40</p>	<p>22.45 KOMEDIODRAM. Czekolada</p> <p>Vianne (Juliette Binoche, zdj.) przeprowadza się z córeczką do prowincjonalnego miasteczka we Francji. Naprzeciwko kosiola otwiera cukiernię. Naraża się konserwatywnemu merowi. 130 min</p> <p>23.30 KOSTIUMOWY Matylda (2)</p> <p>Izabella myśli o rozwodzie. Mąż poznaje ją, że nigdy się na to nie zgodzi. Mówi też Michałowi (Karol Nowiński, zdj.), że znalazł dla niego żonę. Do Różańskich na zarczyn siostry przyjeżdża Adam. 55 min</p>	<p>22.30 KOMEDIA Dłaczego nie!</p> <p>Ambitna absolwentka ASP Małgosia (Anna Cieślak) stara się o pracę w agencji reklamowej. Poznaje jej prezesa Janka (Maciej Zakościelni, zdj.), którego bierze za ochroniarza. On nie protestuje pomysłki. 130 min</p>

TVN	TVN	TV PULS	TVN 7
<p>5.40 Uwaga! – magazyn reporterów</p> <p>5.55 Ukryta prawda (1516) – serial paradokumentalny, Polska 2023</p> <p>6.50 Kuchenne rewolucje (1) – program rozrywk., Pol. 2025</p> <p>7.45 Dzień Dobry TVN – magazyn</p> <p>11.30 Unboxing – wielkie otwarcie (1) – program rozrywkowy, (patrz obok)</p> <p>12.05 Co za tydzień – magazyn kulturalny, Polska 2026</p> <p>12.45 Azja Express (8) – reality show, Polska 2026</p> <p>W świątyni Pachai Amman pierwsza para decyduje, kto dostaje łatwiejsze zadanie. W Kampung Sayong zawodnicy lepią ceramiczne naczynia i roznoszą dzbany Labu Sayong. Na mecie w Ipoh nikt nie zostaje wyeliminowany. 105 min</p> <p>14.30 Kuchenne rewolucje (8) – program rozrywk., Pol. 2026</p> <p>W Łodzi Sebastian prowadzi restaurację Pomodoro. Choć miejsce to ma już renomę, od pewnego czasu przestaje na siebie zarabiać. Jedzenie robi świetne wrażenie na Magdzie Gessler, która szuka przyczyn problemów lokalu. 65 min</p> <p>15.35 Vinci – komedia kryminalna, Polska 2004, reż. Juliusz Machulski</p> <p>Złodziej Cuma (Robert Więckiewicz) wychodzi na wolność. Paser zleca mu kradzież słynnego obrazu. Rabuś namawia do udziału w akcji byłego współpracownika, Juliana (Borys Szyc). Nie ma pojęcia, że został on policjantem. 140 min</p> <p>17.55 Nowa Szelągowska (5) – program rozrywk., Pol. 2026</p> <p>Dorota poznaje tym razem Maćka, fana gier komputerowych. Po rozwodzie i śmierci siostry mężczyzna próbuje na nowo ułożyć sobie życie. Jego mieszkanie jest niepraktyczne. Ekipa programu odmieni tę przestrzeń. 65 min</p> <p>19.00 Fakty</p> <p>19.30 Sport, Pogoda</p> <p>19.45 MasterChef (8) – program rozrywk., Pol. (patrz obok)</p> <p>21.20 Kłątwa – komedia, Polska 2023, reż. Tomasz Konecki, wyk. Agnieszka Włodocha, Vanessa Aleksander, Danuta Stenka, Anna Nehrebecka (patrz obok)</p> <p>23.40 Batman kontra Superman: Świt sprawiedliwości – film sensacyjny, USA/Maroko 2016, reż. Zack Snyder</p> <p>2.50 Superwizjer – magazyn reporterów</p> <p>3.30 Uwaga! – magazyn reporterów</p> <p>3.50 CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 11 (20) – serial kryminalny, USA/Kanada 2011</p> <p>4.50 Nauka jazdy 5 (13) – pr. rozrywk., Polska 2022</p> <p>5.15 Zamieszkać na plaży 7 (11) – program rozrywk., USA 2020</p>	<p>11.30 ROZRYWKA</p> <p>Unboxing – wielkie otwarcie (1)</p> <p>W premierowym odcinku program przenosi się na teren warszawskiej Królikarni, gdzie do rywalizacji stają trzy drużyny: wędkarze, golfiarki i odłotowcy. Od samego początku uczestnicy muszą wykazać się sprytem. Prowadzi Damian Michałowski (zdj.). 35 min</p> <p>19.45 ROZRYWKA</p> <p>MasterChef (8)</p> <p>W studiu stają lodówki jurorów, m.in. Michała Morana (zdj.), oraz jedna tajemnicza. Zawodnicy nie znają zawartości żadnej z nich. Przy wyborze muszą kierować się skojarzeniami z kulinarnymi gustami sędziów. Później kucharze muszą przygotować eleganckie dania surf & tur, łączące smaki lądu i morza. 95 min</p> <p>21.20 KOMEDIA</p> <p>Kłątwa</p> <p>Monikę (Agnieszka Włodocha, zdj.) i Anastazję (Vanessa Aleksander, zdj.) przez całe życie prześladowa pech. Odkrywają one, że źródłem nieszczęść jest kłątwa, rzucona na ich rodzinę przez papieża. 140 min</p>	<p>6.00 Tak! jest świat 11 – program informacyjny, Polska 2026</p> <p>6.40 Don Matteo: Boski detektyw 13 (9, 10): Odnaleziony przyjaciel, część 1; Odnaleziony przyjaciel, część 2 – serial kryminalny, Włochy 2022</p> <p>8.55 Rodzinny interes (21, 22): Bursztynowa afery; Pani Ludwika – serial obyczajowy, Polska 2019</p> <p>10.55 Trzej muskietierowie – film przygodowy, USA/Austria/Wielka Brytania 1993, reż. Stephen Herek</p> <p>Młody Gaskończyk D'Artagnan (Chris O'Donnell) przybywa do Paryża, by zaciągnąć się do oddziału muskietierów. Zaprzyjaźnia się z trzema mistrzami fechtunku. 130 min</p> <p>13.05 Zakonnica w przebraniu 2 – komedia, USA 1993, reż. Bill Duke</p> <p>Siostry ze Zgromadzenia św. Katarzyny proszą piosenkarkę Deloris (Whoopi Goldberg), by uczyła śpiewu w ich szkole. Placówka wkrótce może zostać zamknięta. By ją ocalić, Deloris zakłada chór, który ma wystąpić w konkursie. 145 min</p> <p>15.30 Hrabia Monte Christo – film kostiumowy, USA/Wielka Brytania/Irlandia 2002, reż. Kevin Reynolds</p> <p>Francja, początek XIX w. Zdradzony przez przyjaciela Edmund Dantes (James Caviezel) trafia do więzienia. Tam dowiaduje się o skarbie ukrytym na wyspie Monte Christo. Ucieka, by go odnaleźć. Jako bogacz pod innym nazwiskiem planuje zemstę na wrogach. 170 min</p> <p>18.20 Taxi – komedia sensacyjna, Francja 1998, reż. Gérard Pires, wyk. Samy Naceri, Frédéric Diefenthal, Marion Cotillard, Manuela Gourary (patrz obok)</p> <p>Pomysł na ten film zrodził się w głowie scenarzysty, Luca Bessona, kiedy ten stał w korku. W produkcji wykorzystano 110 samochodów. 100 min</p> <p>20.00 Niedziele z Jasonem Stathamem: Zabójca – film sensacyjny, USA 2007, reż. Philip G. Atwell, wyk. Jet Li, Jason Statham, John Lone, Devon Aoki (patrz obok)</p> <p>Drugi z pięciu filmów, w których Jason Statham i Jet Li wystąpili razem. Pierwszym wspólnym projektem był „Tyłko jeden”, a pozostałe to seria „Niezniszczalni”. 130 min</p> <p>22.10 Zbrodnie pamięci – thriller, USA 2023, reż. Michael Keaton, wyk. Michael Keaton, James Marsden, Al Pacino, Joanna Kulig (patrz obok)</p> <p>0.30 Polowanie na łowcę – thriller, USA 2013, reż. Scott Walker</p> <p>Na Alasce giną kobiety. Detektyw współpracuje z prostytutką, by ująć sprawcę. 125 min</p> <p>2.35 Zobacz to!</p>	<p>5.20 Ten moment (13) – serial paradokumentalny, Polska 2015-2016</p> <p>5.50 Wiza na miłość: pierwsze spotkanie 4 (5) – program rozrywkowy, USA 2020</p> <p>6.45 Bez kompleksów 2 (4) – program rozrywk., Pol. 2026</p> <p>7.40 Richie milioner – komedia przygodowa, USA 1994, reż. Donald Petrie, wyk. Macaulay Culkin, Jonathan Hyde, John Larroquette, Christine Ebersole (patrz obok)</p> <p>Znakomita filmowa propozycja dla młodych widzów. Reżyser m.in. takich hitów jak „Miss agent” oraz „Jak stracić chłopaka w 10 dni” stworzył udane połączenie obrazu przygodowego z komedią. W roli głównej wystąpił aktor znany już widzom z „Kevina samego w domu”. 120 min</p> <p>9.40 The Floor – teleturniej, Polska 2026</p> <p>11.00 Top Model (8) – reality show, Polska 2026</p> <p>12.30 Ukryta prawda (1589, 1590) – serial paradokumentalny, Polska 2024</p> <p>Martę martwi zachowanie ojca, Pawła, oraz jego drugiej żony, Kamili. Wychowują oni wspólnie 19-letnią Asię, córkę kobiety z pierwszego małżeństwa. Marta jest zszokowana, gdy ojciec prosi ją, by przepisała na dziewczynę swoje mieszkanie. 120 min</p> <p>14.30 Szpital św. Anny (84, 85) – serial obyczajowy, Polska 2026</p> <p>Na oddział trafia 70-letni Ukrainiec, były pacjent Łukasza Wrońskiego. Wnuk przypadkowo podał mu podwójną dawkę leku. Strecker przysłał na wniosek Żyty o wsparcie na oddziale. Zwiększa obowiązki psychologa bez wynagrodzenia. 120 min</p> <p>16.30 Detektywi (151): Ucho – serial fab.-dok., Polska 2024 (patrz obok)</p> <p>17.30 Masz wiadomość – komedia romantyczna, USA 1998, reż. Nora Ephron</p> <p>20.00 Aquaman – film s.f., USA/Australia 2018, reż. James Wan, wyk. Jason Momoa, Amber Heard, Willem Dafoe, Patrick Wilson (patrz obok)</p> <p>Łosy bohaterą uniwersum DC, w którego wcieli się znany z „Gry o tron” Jason Momoa. Postać debiutowała w „Lidze sprawiedliwości” z 2017 r., dopiero później otrzymała swój solowy film. 185 min</p> <p>23.05 Morze Północne w ogniu – dramat sensacyjny, Norwegia/Szwecja/Dania 2021, reż. John Andreas Andersen</p> <p>1.15 Stażysci – komedia, USA 2013, reż. Shawn Levy</p> <p>3.45 Wrota piekieł (4) – serial dokumentalny, USA 2019</p> <p>4.35 Fachowcy 2 (8) – serial paradokumentalny, Polska 2018</p>

 TVP3	 TVP3	 TVP POLONIA	 TV 4	 PULS 2	 TVP ROZRYWKI	 TTV HD
7.45 Polska o poranku – inf. 8.05 Kryminalna siódemka – magazyn 8.35 Regiony na TAK – mag. 8.55 Wiek to tylko liczba 9.25 Rok w ogrodzie – mag. 9.55 Między polem a domem 10.30 Tydzień – mag. rolniczy 11.00 Transmisja mszy świętej 11.55 Calkiem niezła historia 12.20 Ktokolwiek widział, ktokolwiek wie – publ. 12.55 Piosenka dla Ciebie 14.00 Rączka gotuje – mag. 14.30 Program lokalny 15.00 Koronka do Miłosierdzia Bożego – pr. religijny 15.20 Program lokalny	12.00 Anioł Pański 12.15 Między ziemią a niebem – magazyn 12.50 Słowo na niedzielę 13.00 Transmisja mszy świętej 14.15 Piłka nożna: Betcllic 1. Liga: Ruch Chorzów – Pogoń Gdździś Mazowiecki (live) 17.00 Teleexpress 17.25 M jak miłość (1941) – serial obycz., Pol. 2026 18.20 Do śmiechu! (43) – rozr. 19.10 Wodecki Twist – Tytko w kinie – skrórt koncertu 19.30 Program informacyjny 19.30 19.55 Pytanie dnia – pr. publ. 20.05 Sport, Pogoda	6.00 Łowcy skarbów. Kto da więcej? (224) 7.00 Oto Ameryka XXL – życie bez umiaru – film dok., Francja 2024 8.15 Operacja Trump. Rosyjscy szpiecy zdobywają Amerykę – film dok., Francja 2024 9.25 A na deser... (17) – mag. 9.35 Galileo (1220, 1221) 11.40 Tower Heist: Zemsta ciecior – komedia sensacyjna, USA 2011 13.50 Drużyna A – kom. sens., USA/Wielka Brytania 2010 16.25 Hellboy – horror s.f., USA 18.55 Uroczysko (221, 222) – serial kryminalny, Polska	6.00 Puls Kabaret (2) – rozr. 6.55 Taki jest świat 11 – inf. 7.15 Aukcja w ciemno 3 (1-3) – serial dokum., USA 2013 8.45 Boso przez świat 9.10 Wojciech Ciejrowski. Boso – Luizjana (1, 2) – serial dokumentalny, Pol. 10.30 Różowa Pantera 2 – film, kom. sens., USA 2009 12.20 Skapiec – komedia, Francja 1980 14.45 Najpiękniejsze baśnie: Następca tronu – baśń filmowa, Czechy 2015 16.50 Książę i powrót zła – baśń filmowa, Szwecja 2025 18.45 Gwiazdy i dukaty – baśń film., Niemcy 2011	9.25 Koło fortuny – telet., Pol. 10.00 Tańcząca ze światem – Oman (1) – magazyn 10.40 Szansa na sukces. Opole 2027 (6) 11.45 Postaw na milion 13.40 Prywatne życie zwierząt 15 (8) – przyrod. 14.10 Super Gary. Gotuj z Bosacką! (8) – mag. 14.50 Tak to leciało! 15.45 Moje przeboje (19) 16.20 Jeden z dziesięciu 17.35 Koło fortuny – telet., Pol. 18.15 Szansa na sukces. Opole 2027 (7) 19.25 Tygodnik Moralnego Niepokoju – The Best of (7) – pr. rozr., Pol. 2025 20.00 Jaka to melodia?	11.35 Zakup w ciemno 8 (29) 12.35 Gogglebox. Przed telewizorem 25 (8) 13.40 Nasi w mundurach 4 (4) 14.40 Kochaj albo wróć (8) 15.45 Express, Pogoda – inf. 16.05 Idź na całosc 3 (8) – rozr. 17.10 Życie na kredycie 9 (15) – reality show, Pol. 2026 17.45 Express – pr. inform. 18.00 Pogoda, Sport 18.10 Życie na kredycie 9 (16) 18.45 Damy i wieśniaczki. PL 12 (8) – fab.-dok., Pol. 19.45 Express, Pogoda – inf. 20.00 Zakup w ciemno 8 (30) – reality show, Pol. 2026 21.00 Gogglebox. Przed telewizorem 25 (8) – pr. rozrywk., Pol. 2026	

PIĘKA NOŻNA	KRYMINALNY	KRYMINALNY	PRZYGODOWY	ROZRYWKI	DOKUMENT
19.25 Betcllic 2. Liga: GKS Tychy – Podhale (live) Tyszanie w tym sezonie nie przegrali jeszcze na własnym boisku żadnego spotkania. Czy w meczu z Podhalem Nowy Targ podtrzymają dobrą passę? 125 min 21.30 Program lokalny 22.30 Ktokolwiek widział, ktokolwiek wie – publ. 23.00 Kościół z bliska – mag. 23.30 Calkiem niezła historia 23.55 Panorama 0.25 Program informacyjny 19.30 1.05 Dziennik regionów	20.20 Komisarz Alex 24 (300) Kozera wspólnie z ekipą prowadzi śledztwo w sprawie zabójstwa influencerki Katsi. Pracowała ona nad materiałem, który mógł zniszczyć karierę Grega i Pati. Stają się oni podejrzanymi. 55 min 21.15 Zimna wojna – dramat obcy, Polska/Wlk. Bryt./Francja 2018 22.50 Gabi Drzewiecka zaprasza (5) – talk-show 23.40 63. FKPP w Opolu – Hip-hop. Jedno podwórko 2 – koncert 0.40 M jak miłość (1941) 1.30 Program informacyjny 19.30 2.00 Sport, Pogoda	20.05 Sprawiedliwi. Trójmiasto (185-188) – Polska 2026 Na terenie wykopalisk archeologicznych znaleziono zwłoki szefowej badaczy, Wery Krawczyk. Strzelecka i Gzyski podejrzewają zbrodniarstwo ojca, którego syn niedawno zginął w wypadku. 240 min 0.05 STOP Drogówka – mag. 1.05 Nieznane obozy Trzeciej Rzeszy – film dokumentalny, Francja 2.20 Mordercy z Hitlerjugend – film dok., Fr. 2019 3.25 Lubie disco! (287) – muz. 4.25 Top 10 – lista przebojów – pr. muz. 5.30 Telezakupy TV Okazje	20.00 Robin Hood: Początek FILM – USA/Hongkong/Chorwacja 2018 Szlachetny łucznik Robin z Loxley (Taron Egerton, zd.) po powrocie z wyprawy krzyżowej dowiaduje się, że za sprawą chciwego szeryfa wszystko utracił. Próbuje zaważyć o sprawiedliwość. 130 min 22.10 Han San: Narodziny smoka – film historyczny, Korea Południowa 2022 0.55 Dzielnica strachu 4 (129, 130) – serial krym. 2.55 Lombard. Życie pod zastaw 2 (72) – serial obyczajowy, Polska 2018 4.00 Lombard. Życie pod zastaw 7 (318) – obycz.	21.00 Kocham Cię, Polsko! (7) – Polska Dwie drużyny rywalizują w półzabawnej atmosferze, sprawdzając swoją wiedzę o naszym kraju. Tym razem w grze zobaczymy m.in. Monikę Mazur i Paulinę Zwiernę (obie na zd.). 95 min 22.35 Postaw na milion – teleturniej, Polska 0.35 Koło fortuny – telet., Pol. 2.00 Kabaret. Super Show Dwójki (12) – pr. rozr., Pol. 2.55 Do śmiechu! (78, 30) – rozr., Polska 2024-2026 4.35 Program rozrywkowy 5.10 Tygodnik Moralnego Niepokoju – The Best of (8) – pr. rozr., Pol. 2025	22.00 Down the road 4 (8) Młodzi podróżnicy przemierzają już szmat drogi. Odwiedzili niezliczone tary i światy, a także najświeższe miejsca i zabawy Azji. Na trasie towarzyszy im Monika Hoffmann-Piszora (zd.). 60 min 23.00 Cieżarówka przez Chile (8) – pr. rozr., Polska 0.00 Nic do zgłoszenia 6 (8) – serial dokumentalny, Pol. 1.00 Down the road 4 (7) – serial dokumentalny, Pol. 2.00 SOS. Ekipy w akcji (41, 42) – serial parodystyczny, Polska 3.55 Sędzia Anna Maria Wesołowska (545) – serial fabularno-dokument.

TVP3	TVP3 PROGRAMY LOKALNE	TVP HD	KULTURA	ANTENA HD	TV 6
BIĄŁYSTOK 16.20 Pocztalnia 16.35 Panorama litewska 16.45 Blisko siebie. Magazyn ukraiński 16.55 Tydzień białoruski 17.15 U źródeł wiary 17.50 Kulturalnie mówiąc 18.10 Skarbiec sztuki Lubelszczyzny 18.20 Migaj z nami 18.30 Obiektyw 18.50 Sport, Pogoda 19.00 Żyjacy Kościół 21.30 Obiektyw BYDGOSZCZ 16.15 Spotkania z ekologią 16.30 Agregore 17.00 Złota lata – senior show 17.45 Jeszcze dzień z życia 18.00 Po klaszkach 18.30 Zbliżenia 18.55 A to historia 21.00 Raport naukowy 21.30 Zbliżenia 21.45 Sport, Pogoda GDANSK 17.00 Do brzegu 17.30 Świat nie jest taki zły 18.00 Droga 18.30 Panorama 18.55 Cały ten sport 21.30 Panorama KATOWICE 16.15 Godka bez granic 16.45 Ekoagor 17.05 Aktualności extra 17.20 A kto nam zabroni! Za kulis 17.30 Credo 18.00 Dej pozor 18.30 Aktualności 18.55 Pogoda, Sport 19.10 Gramy dla was 21.30 Aktualności KRAKÓW 16.30 Wielcy z Małopolski 17.05 Polska. Co dalej? 18.00 Kronika tygodnia 18.30 Kronika 18.53 Bliziej polityki 19.07 Zrównoważona gospodarka wodna na obszarach wiejskich MODR 21.30 Kronika LUBLIN 16.15 Film dokumentalny 17.10 Było, nie minęło – kronika wiadomości historyj 17.40 Kulturalnie mówiąc 18.00 Strefa otwarta 18.30 Panorama lubelska 19.05 Scena jest Twoja 21.30 Panorama lubelska 21.45 Magazyn sportowy	ŁÓDŹ 17.00 Aktywni seniorzy 17.10 Czytanie puszcz 17.45 Filmowe lato w TVP3 Łódź 18.15 Kawałek fajnego świata 18.30 Łódzkie wiadomości dnia 18.50 Sport, Pogoda 19.05 Opowieści Ryszarda Boniawskiego 21.30 Łódzkie wiadomości dnia 21.51 Skarby Łodzi POZNAN 17.30 Teleskop. Tydzień 17.45 TalentAssy Senior 17.50 Teleskop 18.50 Sześciak historii. Wielkopolskie muzea 19.15 Nasz sportowy fyrtel 21.31 Teleskop 21.50 Wiadomości sportowe RZESZÓW 16.45 Rusz się, człowieku 17.00 Moda na język polski 17.30 Dokument w TVP Rzeszów 18.15 Podkarpacka scena przebojów 18.30 Aktualności 18.58 Sportowe wydarzenia 21.31 Aktualności SZCZECIN 16.35 Barka 17.00 Pełnosprawni 17.22 Podlaskie w polskim filmie 17.35 Arka 18.00 Łódź Kultury 18.30 Kronika 18.52 Przegląd tygodnia 19.06 Z indeksem w rękę 21.30 Kronika 21.50 Wokół nas WARSZAWA 17.05 Spacerowym okiem 17.21 Skarby Kół Gospodyń Wiejskich. Przypis na bliskość 17.45 Lekcja pamięci 18.00 Tacy byliśmy 18.30 TKW 18.40 Kurier Mazowiecki 19.00 To był tydzień 21.30 Kurier Warszawy i Mazowsza 21.49 Wiadomości sportowe WROCLAW 17.00 Kawa czy herbata? 17.24 Magazyn ku kulturze 17.39 Kawa czy herbata? 18.04 Fakty sport 18.30 Fakty 18.58 Magazyn Dolnośląski 19.13 Fundusze Europejskie dla Dolnego Śląska 21.31 Fakty	6.00 Na dobre i na złe (557) 6.55 Ranczo 7 (79) – obycz., Pol. 7.55 Rodzinka.pl (153, 154) 8.55 Ojciec Mateusz 7 (89, 90) 10.45 Czy wiesz, że? (109) – dok. 11.20 Na sygnale (870, 871) 12.25 Ojciec Mateusz 14 (186) 13.20 Komisarz Alex 11 (131) 14.15 Ranczo 7 (91) – obycz., Pol. 15.15 Ranczo 8 (92) – obycz., Pol. 16.10 Postaw na milion – telet. 17.10 Okrasa łamie przepisy 17.45 Makłowicz w podróży 18.20 Ojciec Mateusz 3 (35) 19.20 Ranczo 4 (50-52) – obycz. 22.20 U Pana Boga za miedzą FILM – komedia, Polska 2009 0.25 Na kłopoty... Bednarski (6, 7) – serial krym., Polska 2.40 Anatomia zła FILM – thriller, Polska 2015	12.00 A niech to gęs kopnie – spektakl teatralny, Polska 13.10 Dziewczyna i gołębie FILM – film obyczajowy, Pol. 1973 14.10 24 godziny w Le Mans FILM – film obycz., USA 1971 16.10 Czerdziołatek (6) 17.15 Niedziela z... – pr. kult. 18.05 Elegia na śmierć nieszczęśliwej damy 19.30 Wydarzenie aktualne 20.00 Ferrari – dramat biograf., FILM USA/Wlk. Bryt./Włochy 2023 22.20 Porozmawiajmy szczerze – magazyn kult. 23.00 Władza utopii. Życie w mieście Le Corbusiera 0.05 Zadużenie – film dok., Pol. 0.40 Klub Jazzowy – koncert 1.50 Bracia – dramat FILM obyczajowy, USA 2009	11.05 Polska przysięgi – nasze dylematy – program publicystyczny 12.00 Co Polak potrafi na drodze? 2 (9) – pr. rozr. 13.00 Detektyw Candice: Niezawodny instykt 6 (9, 10) – serial krym., Francja 15.25 Detektyw Candice: Niezawodny instykt 7 (1, 2) – serial kryminalny, Fr. 17.55 77 TV 6 (9) – pr. rozr., Polska 19.00 77 TV 5 (26) – pr. rozr., Pol. 20.00 Morderstwa we Francji FILM – Bearn – dramat kryminalny, Francja 2023 22.05 Morderstwa we Francji FILM – Rochefort – thriller, Francja 2019 0.05 Nie pozwolę ci odejść FILM – thriller, Kanada 2022	6.00 Columbo (6, 7) – serial kryminalny, USA 1972 9.05 Poirot – serial kryminalny 11.25 Cobra Kai (31) – przyg. 12.25 Grzanie ławy – komedia, FILM USA 2006, rez. Dennis Dugan, wyk. Rob Schneider 14.00 Policjanci i Policjanci (291-294) – obycz., Pol. 2017 18.00 Strażnik Teksasu (19, 20) – serial sensacyjny, USA 20.00 CSI: Kryminalne zagadki Miami (56, 57) – krym., USA 22.00 Kości (205, 206) – serial kryminalny, USA 2015 23.55 Selekcja: Odwrócony FILM – film kryminalny, Pol. 2018 1.30 Kochane pieniądze (53-56) – serial paradokument. 5.35 SuperLudzie Extra – mag. 5.45 Telezakupy TV Okazje

STOPKLATKA

6.00 Komisarz Rex 10 (2-5) – serial kryminalny, Wł./Austria/Niemcy 2011

10.00 Hudson i Rex 5 (17-19) – serial kryminalny, Kanada 2022-2023

13.00 Komisarz Montalbano (30) – serial kryminalny, Włochy 2017

15.35 Jezerni królowa – baśń filmowa, Czechy/Niemcy 1998, wyk. Max Ullricher, Jitka Schneiderová

16.55 Stawka większa niż życie (3, 4) – serial wojenny, Polska 1968. Hans Kloss ma nawiązać kontakt z szefową działającej w Gdańsku siatki szpiegowskiej. **185 min**



20.00 Konwój – USA. **FILM** 1978, reż. Sam Peckinpah. Jadący ciężarówką Martin Penwald (Kris Kristofferson, zdj.) odmawia zapłacenia mandatu. Wkrótce wda się w bójkę z policjantami. Dołączają do niego inni kierowcy. Sprawa zyskuje rozgłos. **145 min**

22.25 Prawo do zemsty – film sensacyjny, USA 2019, wyk. Luke Goss, Dylan Jay

0.05 Pianista – dram. **FILM** wojenny, Francja/Niemcy/Wielka Brytania 2002

3.20 Zulus Czaka: **FILM** **Cytadela** (1/2) – film przygodowy, USA 2001

5.40 W zakolach czasu – film krótkometraż, Pol.

POLSAT 2

5.50 Wydarzenia

6.30 Sekrety rodziny (210) – serial paradokumentalny, Polska 2021

7.30 Z klimatem i z pasją – program publicystyczny

8.00 Sekrety rodziny (211) – serial paradokumentalny

9.00 Trudne sprawy (982-986) – serial paradokumentalny, Polska

14.05 Więzienie kobiet (35-40) – serial dokumentalny, Pol. 2023

17.00 Nasz nowy dom (376) – reality show, Polska 2026

18.10 Sekrety rodziny (31, 32) – serial paradokumentalny, Polska 2018



22.05 Zasady walki 2 **FILM** – **Zdrada** – thriller, Kanada 2008

0.10 Bracia (3) – serial obycz.

1.15 Wydarzenia

2.05 Jesteśmy dla dzieci – magazyn

2.35 Oblicza Ameryki – mag.

3.00 SuperLudzie (7) – dok.

4.00 Piotr Rubik: Koncert Wielkanocny (3) – koncert, Polska 2007

TVP SERIALE

5.00 Na sygnale (938) – serial fab.-dokum., Polska 2026

5.30 Zmieniony (1) – serial komediowy, Polska 1986

6.40 Na sygnale (939-942)

9.00 Stawka większa niż życie (7, 8) – wojenny, Pol.

11.10 Czterej pancerni i pies (18, 19) – serial wojenny

13.35 Ojciec Mateusz (13)

14.30 Ojciec Mateusz 2 (14) – krym., Polska 2009

15.25 Komisarz Alex 26 (328) – serial kryminalny, Polska

16.25 Ranczo 4 (50) – serial obyczajowy, Pol. 2009

17.30 Czterej pancerni i pies (20, 21) – serial wojenny

19.55 Ojciec Mateusz 35 (457) – serial kryminalny, Polska



20.55 Ojciec Mateusz 2 (15, 16) – Polska 2009

W wypadku giną młodzi ludzie, którzy prowadzili samochód pod wpływem narkotyków. Policjanci rozpoczynają intensywne poszukiwania diler. W śledztwo angażuje się Mateusz. **110 min**

22.45 Ranczo 4 (51, 52) – obycz.

0.45 Rodzinka.pl (320) – kom.

1.55 Korona królów

Jagiellonowie (40, 41) – telenowela hist., Polska

2.50 Krucjata. Prawo serii (10) – serial krym., Polska

3.45 Londyńczyk 2 (4) – serial obycz., Pol. 2009

4.35 Czas honoru (3) – serial wojenny, Polska 2008

KINO POLSKA

6.00 Och! Kabaret 2 (1, 2) – program rozrywk., 2023

7.45 Polska Kronika Filmowa – serial dokum.

8.10 1920 Bitwa **FILM** **Warszawska** – dramat wojenny, 2011, wyk. Borys Szyc, Natasza Urbanowska

10.40 Będzie lepiej **FILM** – komedia, 1936

12.45 Pan Kleks w kosmosie **FILM** (1, 2-ost.) – film przygodowy, Polska/Czechosłowacja 1988

15.55 Milionier – film obyczajowy, 1977, wyk. Janusz Gajos, Ewa Ziętek

18.00 Wyjście awaryjne **FILM** – komedia, 1982, wyk. Bożena Dykiel



20.00 Oficer i szpieg **FILM** – Włochy/Francja 2019

Rok 1894. Alfred Dreyfus (Louis Garrel, zdj.) trafia do obozu karnego za zdradę. Śledczy wywiadowcy chcą ujawnić, że padł on ofiarą spisku. Jest gotów zaryzykować swoją obiecującą karierę. **170 min**

22.50 Jezioro Słone **FILM** – komedia obyczajowa, Polska/Szwecja 2021

1.00 Mniejsze zło **FILM** – film obyczajowy, 2009, wyk. Lesław Żurek, Janusz Gajos

3.40 Dom zły **FILM** **O** – dramat kryminalny, 2009, wyk. Arkadiusz Jakubik, Marian Dziędziel

AXN

6.20 Angry Birds 2 Film **FILM** – film animowany, Finlandia/Kanada/USA 2019

7.55 Agenci NCIS 20 (5) – serial sensacyjny, USA 2022

8.55 Walker: Strzałnik Teksasu 3 (9) – serial kryminalny, USA 2022

9.50 Detektyw Monk (6-10) – serial kryminalny, USA 2002

14.50 CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 3 (3-7) – serial kryminalny, USA/Kanada 2002

Ekipa przyjeżdża na miejsce zbrodni. Zgineli właściciele domu wystawionego na sprzedaż. **310 min**



20.00 Pan i pani Smith – USA **FILM** 2005, reż. Doug Liman

John (Brad Pitt, zdj.) i jego żona Jane (Angelina Jolie, zdj.) są zawodowymi zabójcami, co przed sobą ukrywają. Pewnego dnia dostają zadanie zlikwidować siebie nawzajem. **150 min**

22.30 SexiPistols – western **FILM** komediowy, Francja/Meksyk/USA 2006

0.20 W 80 dni dookoła świata – film przyg., USA/Niem./Irlandia 2004

2.50 Hostel **FILM** 2005, wyk. Jay Hernandez

4.45 Agenci NCIS: Hawaje (4) – serial kryminalny

5.30 Blok promocyjny AXN

CANAL+ PREMIUM

6.00 Łąpu capu – pr. rozr., Pol.

6.15 Orzełek Iggy – film anim., Polska/USA 2025

7.40 Dzikie roboty – film animowany, USA 2024

9.20 Bałtyk – film dok., Pol.

10.30 Peacock – thriller, USA **FILM** 2010, wyk. Cillian Murphy, Ellen Page

12.00 Skok na milion – komedia, Francja/Belgia 2025

13.30 Juno – komediodramat, USA/Kanada 2007, wyk. Ellen Page, Michael Cera

15.05 Niemożliwe – dramat katastroficzny, Hiszpania/USA 2012

16.55 Piłka nożna: PKO BP Ekstraklasa – wstęp do meczu (live)



17.25 PKO BP Ekstraklasa: Legia – Lech Poznań (live)

Wojskowi są niepokonani na własnym boisku od 1 lutego. Dziś ich znakomity paszport przezwyciężyli. **130 min**

19.35 Liga+ Extra – mag.

21.30 Piep'zyć walentynki **FILM** – komediodramat, USA 2026

23.10 The Blair Witch Project **FILM** – horror, USA 1999, wyk. Heather Donahue

0.30 Cięcie – thriller, Wielka Brytania/USA 2024

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

13 ULICA

6.25 Zbrodnie idealne (26) – serial kryminalny, Fr. 2017

7.25 Bez śladu 4 (10-14) – serial kryminalny, USA 2005-2006

12.00 Metoda Wagnera (4-6) – serial kryminalny, Fr. 2020

18.00 Podróżnik 3 (3) – serial kryminalny, Francja 2024

20.00 Morderstwo w Larzac **FILM** – film kryminalny, Francja 2020, wyk. Florence Pernel

22.00 Morderstwo w Le Mans **FILM** – film kryminalny, Fr. 2023

0.05 Morderstwo w Katalonii – dramat kryminalny, Francja 2024

2.05 Morderstwo w Ramatuelle – film kryminalny, Francja 2022

4.05 Zbrodnie idealne (27, 28) – serial kryminalny, Fr. 2017

POLSAT FILM

8.05 Były sobie Ameryki (10-12) – serial animowany

9.50 Jeźdźcy smoków na końcu świata (13, 14) **FILM** **Transformacja** – film animowany, USA 2022

12.50 Hot Shots 2 – komedia **FILM** sensacyjny, USA 1993

14.40 Speed 2: Wyścig z czasem – film sensacyjny, USA 1997

17.20 Pearl Harbor – dramat **FILM** wojenny, USA 2001

21.00 Transporter 2 – film **FILM** sensacyjny, USA/Fr. 2005

22.50 W jak morderstwo **FILM** – komedia krym., Pol. 2021

1.00 Ślad (91, 92) – serial krym.

3.00 48h. Zaginięci (87, 88)

5.00 Na ratunek 112 (969, 970)

HBO

12.45 Opowieści z zacczaro- wanego ogrodu **FILM** – film animowany, Czechy/Słowenia 2013

14.00 Millerowie – kom. krym., **FILM** USA/Wielka Brytania 2013

15.50 Bez hitu – komedia, **FILM** Niemcy 2025

17.45 Szybcy i wściekli: Hobbs i Shaw – film sensacyjny, USA/Japonia 2019

20.00 Tajny agent – dramat **FILM** kryminalny, Brazylia/Francja/Meksyk 2025

22.40 Creed 3 – dramat **FILM** obyczajowy, USA 2023

0.35 Obecność 4: Ostatnie namaszczenie – horror, Wielka Brytania/USA 2025

2.50 Bliznę – dramat **FILM** obyczajowy, USA 2004

WARNER TV

9.10 Akademia policyjna 3: Powrót do szkoły **FILM** – komedia, USA 1986

10.50 Seks w wielkim mieście 2 – komedia romantyczna, USA 2010

13.45 Rewolwer i melonik **FILM** – film sensacyjny, USA 1998

15.30 Ocean's Eleven: **FILM** **Ryzykowna gra** – kom. sens., USA/Australia 2001

17.55 Miłość jak narkotyki **FILM** – kom. romant., USA 1997

20.00 Batman i Robin – film **FILM** przyg., USA/Wlk. Bryt. 1997

22.25 W sieci kłamstw – film sensacyjny, USA 2008

0.50 Cobra – film sensacyjny, **FILM** USA/Izrael 1986

2.30 Rzekła tajemnicę – dramat **FILM** sensacyjny, USA 2003

ALE KINO+

6.30 Polska z góry 5 (1) – dok.

7.00 Kot – film krótkometr., Pol.

7.15 Storm – dramat **FILM** psycholog., Norwegia 2022

9.00 Joaquin Phoenix pełen skrajności – film dok., Fr.

10.10 Złota dama – film biograf., **FILM** Wielka Brytania 2015

12.25 Śmierć na Nilu – film **FILM** kryminalny, Wlk. Bryt. 1978

15.15 P.S. Kocham Cię **FILM** – melodramat, USA 2007

17.45 Włamanie na śniadanie **FILM** – komedia krym., USA 2001

20.10 Szepty mroku (1-6)

2.15 Sortownia (6) – psycholog.

3.20 Wspaniałe kilka minut – film krótkometr., Pol.

4.00 Pan młody – krótkometr., Pol.

4.25 Fiber – film krótkometr.

4.45 Król (6) – serial sensacyjny

CANAL+ FILM

14.40 Listy do Julii – komedia **FILM** romantyczna, USA 2010

16.20 Łąpu capu – rozr., Pol. 2026

16.35 Pod gwiazdystym niebem – komedia romantyczna, USA 2025

18.10 Brat – film obyczajowy, **FILM** Polska 2025

19.45 Łąpu capu – rozr., Pol. 2026

20.00 Mexicali. Ziemia bezprawa **FILM** wia – dramat sensacyjny, USA 2026, wyk. Bren Foster

21.40 Opancerzeni – film sensacyjny, USA 2024

23.15 Hellboy: Wzgórza nawiedzonych **FILM** – horror s.f., USA/Wielka Brytania/Niemcy 2024

0.50 Masz na imię Justine **FILM** – dramat obyczajowy, Polska/Luksemburg 2005

SCIFI

6.00 Czarodziejki 5 (22, 23) – serial fantasy, USA 2003

7.55 Czarodziejki 6 (1-9) – serial fantasy, USA 2003

16.50 Projekt Monster – film **FILM** katastroficzny, USA 2008

18.40 Nowy początek – film s.f., **FILM** USA 2016, wyk. Amy Adams

21.00 Anihilacja – film s.f., USA/**FILM** Wielka Brytania 2018

23.15 Transformers – film s.f., **FILM** USA 2007, wyk. Shia LaBeouf, Megan Fox

2.15 Transformers: Ciemna strona Księżyc **FILM** – film s.f., USA 2011, wyk. Shia LaBeouf, Rosie Huntington-Whiteley

5.05 Odrodzeni (5) – serial s.f.

PARAMOUNT NETWORK

10.25 Wojownicze żółwie **FILM** **ninja: Wyjście z cienia** – film przygodowy, USA/Hongkong/Chiny 2016

12.45 Ostatnie wakacje **FILM** – komedia, USA 2006

15.05 XXX: Reaktywacja – film **FILM** sens., Chiny/Kan./USA 2017

17.25 Transformers: Przebudzenie bestii – film s.f., USA 2023, wyk. Anthony Ramos

20.00 Olimp w ogniu **FILM** – thriller, USA 2013

22.30 Żywił. Deepwater Horizon **FILM** **zon** – dramat katastrof., Hongkong/USA 2016

0.30 Fatalne zauroczenie **FILM** – thriller, USA 1987

FX

5.00 CSI: Kryminalne zagadki Miami (20-23) – serial krym.

8.40 CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku (2, 3)

10.30 Z archiwum X (19-22) – s.f.

14.15 Pojutrze – dramat **FILM** katastroficzny, USA 2004

16.45 Królestwo niebieskie **FILM** – dramat historyczny, USA/Hiszp./Wlk. Bryt. 2005

19.45 Karmazynowy przypływ **FILM** – thriller, USA 1995

22.15 Top Gun – film sensacyjny, **FILM** USA 1986, wyk. Tom Cruise

0.25 Tulsa King (1) – serial krym.

1.30 Z archiwum X (1) – s.f.

2.30 CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku (3, 4) – serial krym., USA/Kanada

FILMBOX+ ONE

6.00 Strzałnik Teksasu (6-10) – serial sensacyjny, USA

10.55 Vera 8 (2) – krym., Wlk. Bryt.

12.55 E.T. – film s.f., USA 1982, wyk. wyk. Drew Barrymore, Henry Thomas

15.25 Potop (2-ost.) – film historyczny, Polska 1974

17.55 Agatha Christie: Kryminalne zagadki (5) – serial krym., Fr./Szwajcaria

20.00 Joker – dramat **FILM** sensacyjny, USA 2015

22.00 Terminator 2: Dzień sądu (1) – film s.f., USA/Francja 1991

1.00 3000 mil do Graceland **FILM** – film sensacyjny, USA 2001

3.55 Honor zabójcy – film **FILM** sens., Kan./Wlk. Bryt. 1996

CANAL+ SERIALE

9.50 Naruto 6 (16-18) – anime

11.20 Świat zwierząt – rodzicielstwo (1-3) – serial dok., Wielka Brytania

14.30 Naruto 6 (19-21) – anime

16.00 The Office PL 5 (7-9) – serial komediowy, Polska

17.30 True Beauty (1) – obycz.

18.50 Lovely Runner (1) – obycz.

19.55 Making of CANAL+ – magazyn filmowy

20.00 S.W.A.T. 2 (5, 6) – sens.

21.35 Król i zdobywca (5, 6) – serial historyczny

23.10 Scarlet Hill (1, 2) – krym.

1.15 Kruk. Szepty słychać po zmroku (4-6) – krym., Pol.

4.20 Miłość, seks & pandemia (3, 4)

CANAL+ 360

12.10 Piłka nożna: PKO BP Ekstraklasa – Śląsk Wrocław – Wicestwa Kraków (live)

14.45 Sung Kang – szybki i dociekliwy (3) – dok.

15.40 Planeta Abstrakcja – podróże poza ziemię

16.45 Speedshop: warsztat marzeń (7) – serial dokum.

18.00 Anglia z góry. Stadion (7, 8) – serial dokumentalny

19.00 Z archiwum historii (6)

20.05 Najniebezpieczniejsze miejsca na świecie (4)

21.00 Furioza (4) – serial sens.

22.00 Killer – komedia **FILM** sensacyjny, Polska 1997

23.55 Rafał Nadal: Król czerwonej ziemi – dok.



TLC

8.00 Sześć razy córka 5
9.00 Kiedy dzieci mają dzieci 4: Nie oddychaj
10.00 Wiza na miłość: rajski romans 4 (2)
11.00 Dziśkuś do wzięcia
12.00 Podwójne życie żon (6)
13.00 Wspólne życie XXL 2 (4)
14.00 Siostry wielkiej wagi 7 (2) – serial dokum. USA 2025
15.00 Nalagowane panny młode – reality show
16.00 Wiza na miłość: pierwsze spotkanie 8 – pr. rozrywk. USA 2025
20.00 Podwójne życie żon (6) – serial dokum., USA 2026



21.00 Premiera: Wiza na miłość: Single na polowaniu 2 (1)
0.00 Dr Przyczyszcza 5: Balony pod oczami – serial dok.
1.00 Podwójne życie żon (6)
2.00 Wiza na miłość: Single na polowaniu 2 (1)
4.00 Suknie ślubne dla puszystych – pr. rozr.

POLSAT CAFÉ

6.00 Demakijaż (42-44) – rozr.
7.30 Drugie życie sukni ślubnej (34) – rozr., Pol.
8.00 Bogaty dom – biedny dom (42) – reality show
9.00 Rolniczy (17, 29) – dok.
11.00 Ambulans (1) – dok., Pol.
12.00 Bogaty dom – biedny dom (43, 44)
14.00 Nasz nowy dom (276)
15.05 Demakijaż (219) – rozr.
15.30 Hell's Kitchen – Piekłna Kuchnia (63)
17.00 Bogaty dom – biedny dom (45) – reality show
18.00 Nasz nowy dom (277, 278) – reality show



20.00 Bogate dzieciaki bez kasy (4) – reality show
21.00 Gry małżeńskie (216) – reality show, Pol. 2026
22.00 Kolacja w ciemno (88)
23.00 Gry małżeńskie (132, 133) – reality show
1.05 Wzięcie kobiet (111-114) – serial dokum.
3.00 Zdrady (61-63) – paradok.

TVN STYLE

5.25 Zgłosz remont: spełniamy marzenia (1)
6.15 MasterChef (7) – pr. rozr.
7.45 Dzień Dobry TVN – mag.
11.30 Ostre cięcie 13 (5) – rozr.
12.30 Love the Look (5) – dok.
13.30 Jestem z Polski 18 (5) – serial dokum., Pol. 2026
14.30 Jestem z Polski (2, 1)
16.35 Tarz one (5) – rozr., Pol.
17.10 Do zobaczenia 3 (5) – magazyn poradnikowy
17.45 Bitwa o gości (3) – reality show, Pol. 2026
18.45 Kuchenne rewolucje (3, 4) – pr. rozr., Pol. 2024
20.45 Ostre cięcie 13 (5) – rozr.



21.50 Azja Express (8) – reality show, Polska 2026
23.35 Kobieta na krańcu świata (8-ost.) – dok., Pol.
0.25 No to lecie! (4) – pr. rozr.
1.25 Niezwykłe Stany Prokopa (1) – rozr., Pol.
1.50 Kto tu mieszka? (4)
2.35 Wiem, co jem i wiem, co kupuję (10) – mag.

DISCOVERY CHANNEL

6.00 Szczęki 24
7.00 Najniebezpieczniejszy zawód świata 22: Kława mieszczanów
8.00 Być jak Da Vinci (8)
9.00 Złomowisko PL 6 (3, 4)
11.00 Kwatery Hitlera (6)
12.00 Bracia Collins biorą się do roboty (13)
13.00 Premiera: Wyzwanie: przetworzenie
14.00 Ocalić dom: Interwencja
16.00 Złodziejstwo: drwale (6)
17.00 Fani czterech kółek: w trasie 3: Japonia: Suzuki Cappuccino



18.00 Od samochodu do domu 3
19.00 Kroniki policyjne: Szwecja 2: Ucieczka w krzak
20.00 Ocalić dom: Interwencja
22.00 W oku cyklonu
23.00 Kroniki policyjne: Szwecja 2

DISCOVERY CHANNEL

11.55 Alhambra, utracony raj
13.05 Bizon: ikona Ameryki
14.00 Flesz historii (784)
14.30 Sully – dramat
16.05 Gaz ziemny w Polsce – początki historii
16.30 Ex Libris – magazyn
16.55 Starożytny Egipt – Kroniki imperium (8)
17.55 Noce i dnie (6) – obycz.
19.00 Gry wojenne (5) – dok.
20.00 Ochrona: Powstanie i upadek nazizmu (7) – serial dok., Niemcy 2020
20.55 Polskie 100 lat



21.30 Dom pod Dwoma Orami (8) – obycz., Pol. 2021
22.30 Gdzie jest Anne Frank? – film animowany, Belgia/Luksemburg/Fr. 2021
0.20 Korfanty – film dokum.
1.30 Noce i dnie (6) – serial obyczajowy, Polska 1977
2.25 Boża podszełka (15-ost.) – serial obycz.

FOKUS TV

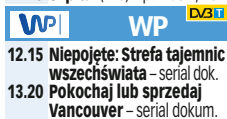
6.00 Wehikuł czasu
6.05 48h. Zaginięni (73)
7.00 Rolnicy. Podlasie
9.00 Z klimatem i z pasją
10.00 Najpiękniejsze domy na wsi (3, 4) – dok., Pol.
12.00 Wojny magazynowe 9 (22-25) – reality show, USA
14.00 Gwiazdy lombardu 25 (4) – reality show, USA
15.00 Poszukiwacze złota w Australii (13, 14)
17.00 Rolnicy. Podlasie (40-43) – serial dok., Pol.
21.00 Podglądając przyrodę (6, 7): Nietoperze: Zima w mieście – serial dokum.



22.00 Twój sąsiad kanibal
23.00 Anatomia ukryzowania – film dok., Wlk. Bryt.
0.00 UFO. Zaginięte dowody (9) – serial dok.
1.00 Porzucone konstrukcje (11) – dok.
2.00 Rolnicy. Podlasie (10-12) – serial dok., Pol.
5.00 Kolowrotek (5, 6) – mag.

METRO

5.35 Niezwykłe Stany Prokopa 2 – pr. rozr., Polska
6.10 Górczka złota – serial dok.
6.00 Klan z Alaski – serial dokum.
10.05 Rodzina od zaraz
12.25 The Floor – teleturniej, Pol.
13.50 Diagnoza 4 (11, 12) – obycz.
15.50 Układ warszawski (5, 6)
17.50 Kryminalni 3 (3, 4) – krym.
20.00 Wallander (8) – serial krym.
22.00 Chyłka – Rewizja (2, 3) – serial kryminalny, Pol. 2020
23.55 Zbrodnie z pierwszych stron gazet – serial dokum.
0.55 Szpital (946) – paradok., Pol.
1.55 Szkoła (671) – paradok., Pol.
2.55 Nowa Maja w ogrodzie 3
4.25 Szpital (945) – paradok., Pol.



0.55 Szpital (946) – paradok., Pol.
1.55 Szkoła (671) – paradok., Pol.
2.55 Nowa Maja w ogrodzie 3
4.25 Szpital (945) – paradok., Pol.

zoom

8.00 Jakubak rozgryza Włochy
9.00 Jakubak rozgryza Tajlandię i Kambodżę
9.35 Wojciech Ciejrowski – boso przez świat
11.45 Sensacje XX wieku – hist.
14.10 Stawka większa niż życie (7, 8) – serial wojenny, Polska
16.50 Rusz głowę z Richardem Hammondem – pr. rozrywk.
19.00 MasterChef: Czechy 7
20.35 Miś – komedia, Polska 1981, wyk. Stanisław Tym
23.00 Magia nagości. Czechi i Słowacja – pr. rozrywk.
0.20 Adam szuka Ewy VIP. Holandia – pr. rozr., Holandia
1.30 Magia nagości. Finlandia
2.05 I love Kabaret – pr. rozr., Pol.



6.20 TV okazje
6.55 Wehikuł czasu
7.30 Interwencja – taka jest Polska (581) – mag.
8.20 Frieren. U kresu drogi (19, 20) – serial anime, Japonia
9.30 Dragon Ball Super (85-87)
11.00 Nowa Rewia Kabaretowa
16.00 Kabaret na żywo – Klinika Sęków Męczących
18.00 Kabaretowa Dynastia
20.00 Ojciec Brown 2 (13-16)
0.00 Zdrady (12) – paradok., Pol.
1.00 Lwowa podołowi – dok.
3.00 TV okazje
3.50 Wehikuł czasu
4.00 Daleko od noszy (124, 125)
5.00 Pod lupą – magazyn

FOOD NETWORK

11.25 Wiem, co jem, i wiem, co kupuję 5 – mag.
12.10 Wiem, co jem – mag.
12.45 Posiekani: gotowanie w kuchni – reality show
13.45 Kuchenne rewolucje – rozr.
15.50 Kuchnia jak u mamy – mag.
17.00 Sexy kuchnia Magdy Gessler – magazyn kulinarny
17.35 Magda gotuje internet
18.10 MasterChef – pr. rozrywk.
19.35 Posiekani – teleturniej kulin.
20.35 100 kucharzy – reality show
21.40 Akcja: Restauracja! Ostatnia szansa
22.40 Posiekani: gotowanie w kuchni – reality show
23.40 Perfekcyjne gospodarze 9
1.50 Król mięsa – magazyn kulin.



11.05 Polowanie na ogród 4
12.05 Polowanie na ogród 6
12.40 Uchwylić dom – pr. rozr.
13.40 Letnia chatka na lata 13
15.45 Zgłosz remont 11 – pr. rozr.
16.45 Weekendowa metamorfoza 6 – pr. rozr.
19.40 House Hunters – Poszukiwacze domów 7
20.15 House Hunters – Poszukiwacze domów 8
21.20 Dorota inspiruje 2
22.20 Poukładani 2 – pr. rozrywk.
23.20 Ekstremalnie wymagający kupujący – program rozrywk.
0.15 Najbliższy dom Ameryki 7 – reality show
1.20 Kamera, akcja, wpadka!

DISCOVERY SCIENCE

6.00 Jak działa wszechświat?
8.00 Poszukiwacze dinozaurów
10.00 Jak to jest zrobione?
12.00 Jak to jest zrobione – samochody marzeń 2
14.00 Czy jest z nami inżynier?
16.00 Jak działa wszechświat?
18.00 Jak to jest zrobione?
20.00 Wyprawa w nieznane 10: Zaginiony okręt podwodny nazistów – serial dokum.
21.00 Wyprawa w nieznane 9
22.00 Dolina Królów: ostatni sekret faraonów – film dok.
0.00 Jak działa wszechświat?
2.00 Gwiezdne bitwy
4.00 Jak to jest zrobione – samochody marzeń 2



6.00 Z wędką na koniec świata
8.05 Smakuj świat z Pascalem
10.15 Człowiek kontra jedzenie
10.50 Europa filmowa – dok.
12.55 Andrzej Bargiel – Śnieżna Pantera – serial dokum.
14.00 Człowiek kontra jedzenie
16.00 Kobieta na krańcu świata – serial dokum.
18.15 Cieżarówka przez Stany – program rozrywkowy
21.15 Miasta, w których strasz – serial dokum.
23.20 Sukces nie zna granic – serial dokum.
1.20 W co wierzą Osobowicie – reality show
5.25 Człowiek kontra jedzenie

NATIONAL GEOGRAPHIC

13.00 Superfabryki – serial dok.
14.00 Odpokaj historię
15.00 Egipt: Miejsce pełne tajemnic
16.00 Czarnobyl: Świadczenie tragedii – serial dok.
17.00 Wojna z ZSR: Wielkie konstrukcje III Rzeszy (3)
18.00 Historia Związku Radzieckiego (2) – film dok.
19.00 Zaginione skarby Biblii: Tajemnice wiary
20.00 UFO: Przelomowe śledztwa – serial dok.
20.55 Kataklizmy pogodowe
22.00 Katastrofa w przestworzach: Uderzony w bok – dok.
23.00 Górnicy z Chile: wyjść z czasem – serial dok.



12.00 Weterynarze z Nebraski
13.00 Dziką przyrodę strefy równikowej
14.00 Hipopotamy z Gabonu: niepotwory surferzy – dok.
15.00 Magiczne góry Niemiec
16.00 Życie w Karpatach: Jesień
17.00 Miał gigant – film dokum.
18.00 Olbrzymy z głębin – dok.
19.00 Kraina dzikich zwierząt
20.00 Europa z powietrza
21.00 Dziką konfrontacja
22.00 Katavi – utracony raj Afryki: Schronienie – dok.
23.00 Chiny: ukryte królestwa
0.00 Atak rekina: przyczyny
1.00 Critter Fixers – zwierzęcy cudotwórcy

BBC EARTH

9.50 Ben Fogle na szkockich wyspach 2 – serial dokum.
11.00 Ewolucja – serial dokum.
12.10 W okowach mrozu 6 – dok.
13.10 Dzikie zakątki Ziemi z Simonem Reeve'em 2
14.25 Azja – serial dokumentalny
16.45 Życie na pustkowiu
18.50 Szlakiem wulkanów – dok.
19.45 Błękitna Planeta 2 – dok.
21.00 Ewolucja – serial dokum.
22.10 W okowach mrozu 2 – dok.
23.05 Planeta zmian 2 (1) – dok.
0.20 Fenomeny współczesnego życia 3 – dok.
1.25 Zabytkowa pogoda 6 – dok.
2.15 W okowach mrozu 7 – dok.
5.35 David Attenborough i cuda natury 3 – serial dok.



9.00 Czarnobyl: chronologia katastrofy – film dokum., Fr.
10.05 Hiroshima: za kulisami
12.30 Życie w Kraju Hitlera – dok.
15.50 Tajemnice maszyn wojennej nazistów
19.55 Naziszy: kosmiczny wyścig – film dokumentalny
21.00 Życie rzymskiego żołnierza: Inicjacja: Przez pokolenia – serial dokum.
23.15 Królowe areny: kobiety-gładiatorki – dok.
0.30 Tajne bronie II wojny światowej: Tajne działania
1.30 Geografia wojny: II wojna światowa
5.05 Zakazana historia 7

CANAL+ KUCHNIA

12.35 James Martin: hiszpańska przysłoga – serial dokum.
13.30 Poza Bali: podróż do serca Indonezji – serial dokum.
14.30 Proste smaki – serial dok.
16.25 Bosacka rusza w Polskę
16.25 Włoska uczta – serial dok.
17.30 U sąsiadów w kuchni 16 – serial dokum.
18.50 Jakubak rozgryza Polskę 2 – magazyn kulin.
19.25 Nie bój ryby! 2 – mag. kulin.
20.15 M jak mięso – serial dokum.
20.45 M jak mięso 11 – mag. kulin.
21.15 Anthony Bourdain – miejsca nieznane 10

CANAL+ DOMO

12.20 Ucieczka na wies 25 – dok.
14.10 Wielkie projekty: Nowa Zelandia 10 – serial dokum.
15.15 Mały metraż w wielkim stylu 2 – serial dokum.
16.15 W mieście czy na wsi?
17.15 Wielkie projekty: Nowa Zelandia – serial dokum.
18.10 Tomasz Pagowski. Remont u Ciebie 10 – mag.
18.35 Daleko od miasta 17 – dok.
19.05 Ucieczka na wies 23 – dok.
21.00 Wielkie amerykańskie ranca – serial dokum.
22.10 Pomocy! Kupiliśmy wioskę – serial dokum.

SUPER POLSAT

13.05 Kopciuszek – musical, FILM USA/Wielka Brytania 2021
15.20 50 pierwszych randek
17.10 Świat według Klepskich (570-572) – serial kom., Polska
19.00 Randka w ciemno – pr. rozr.
21.00 Ktoś całkiem obcy
21.00 – thriller, USA 2007
23.10 Life – horror
1.55 Świat według Klepskich (354-357) – serial kom., Polska
3.55 Randka w ciemno – pr. rozr.

Kobieta

13.00 Tak to leciało! – telet. muz.
14.00 Rodzinka.pl (210, 211)
15.00 Pociąg do Polski – dok.
15.30 Ojciec Mateusz 17 (225)
16.30 Ojciec Mateusz 18 (226)
17.25 Niezwykłe odkrycia w Pompejach – film dokum.
18.30 Daje słowo – Maciej Orłoś 2 – talk-show
19.30 Panna młoda (28) – obycz.
20.30 Złoty chłopak (255) – obycz.
21.30 Gienialna przyjaciółka 3 (4) – serial obyczajowy
22.30 9. życie Louisa Draxa
FILM – thriller, Wielka Brytania/Kanada/USA 2016

PLANETE+

13.05 Polska z góry. Nad wodą
13.35 Wiatr. Niewidzialna siła
14.00 Głębie oceanów – film dok.
15.50 Meduzy. Nowi władcy oceanów – film dokum.
16.55 Ciężni. Między ładem a morzem – serial dokum.
18.00 Dokąd dzisiaj? 4 – dok.
18.40 Polska z góry. Zamki, dworki, pałace 5 – dok.
19.40 Clint Eastwood. Ostatnia legenda – film dokumentalny
20.50 Klan Fondów. Filmowa dynastia – film dokum.
22.00 Céline Dion. Tak rodzi się gwiazda – film dokum.

DOKUMENT

13.35 Tacy byliśmy
14.05 Wielka naturalna bariera (3-ost.) – film dok., Australia
15.10 Włochy – ostatnie dzikie zakątki
16.10 Giza. Architektura kosmosu? – film dokum., Fr.
17.10 Ukryte oblicze: Indonezja
17.10 Sanatorium miłości 7
18.00 Papcio Chmiel – film dok.
20.05 Niebezpieczny chłopak
21.55 Świat według Kim Dzong Una – film dokumentalny, Fr.
23.00 Tamte lata, tamte dni

TVP SPORT 6.15 Piłka nożna: STS Puchar Polski – podsumowanie 1. rundy 7.45 Piłka nożna: Betclitc 1. Liga – mecz: Arka Gdynia – Bruk-Bet Termalica Nieciecza 9.55 Lekkoatletyka: Maraton we Frankfurcie (live) 12.45 Futbol totalny – program publicystyczny 14.00 Piłka nożna: Betclitc 1. Liga – mecz: Ruch Chorzów – Pogoń Grodzisk Maz. (live)	EUROSPORT 1 9.30 Narciarstwo alpejskie: PS w Sölden – slalom gigant mężczyzn (live) 11.30 Narciarstwo alpejskie: Zawody PS w Kitzbühel – zjazd mężczyzn 12.45 Narciarstwo alpejskie: PS w Sölden – slalom gigant mężczyzn (live) 14.00 Snooker: Turniej Northern Ireland Open w Belfascie – mecz finałowy, 1. sesja (live) 17.00 Biegi górskie: GT World Series – Muju 18.00 Jeździectwo: Global Champions Tour w Kairze	POLSAT SPORT 1 6.00 Siatkówka kobiet: Al-KO Superpuchar Polski: PGE Budowlani Łódź – KS DevelopRes Rzeszów 8.30 Siatkówka mężczyzn: TAURON Liga: PGE Gieł Skra Belchatów – Projekt 11.00 Cafe Futbol – mag. 12.30 Koszykówka mężczyzn: PGE Basket Liga: Arka – Górnik Zamek Książ Wałbrzych (live) 14.45 Siatkówka mężczyzn: Al-KO Superpuchar Polski – mecz: Aluron CMC Warta Zawiercie – Bogdanka LUK Lublin (live)	TVP ABC 7.40 Dolina Muminków 3 8.10 Sir Mysz 8.20 Tytliaki 8.30 Lupin wśród bajek 9.00 Stacyjkowo 9.30 Ziarno 10.05 Bajnutki – bajki piaskiem i dźwiękiem pisane 10.20 Przegody Bolka i Lolka 10.45 Reksio 11.05 Pająk Lucas 2 11.30 Pszczółka Maja 12.00 Strażak Sam 10 12.25 Domisie 13.00 Zwierzaki Czytali 13.20 Oktonauci	MINIMINI+ 7.58 Kicia Kocia 8.30 Dora i przyjaciele 2 9.22 Cloudy & Stormy 9.43 Edzio i Lusja 10.10 Baczne oczka 10.30 Jeżyk Happy 10.51 Basia 11.20 Marta mówi 11.50 Mały Charlie 12.20 Smerfy 12.50 Moje urodziny 12.55 Baranek Shaun 13.21 Kicia Kocia 2 13.40 Pszczółka Maja 2 13.55 Moje urodziny 14.01 Pszczółka Maja 2 14.40 44 Koty	TVN 24 8.00 Serwis informacyjny, Prognoza pogody 10.00 Serwis informacyjny, Prognoza pogody 10.45 Kawa na lawę – mag. 11.55 Łoża prasowa – pr. publ. 12.50 Ewa Ewart poleca: Miliardy Beckhamów. Sekrety ich fortuny 14.00 Serwis informacyjny, Prognoza pogody 16.00 Fakty po południu 18.00 Serwis informacyjny, Prognoza pogody 18.30 Ranking Mazura 19.10 Serwis informacyjny 19.25 Fakty po Faktach
16.45 Piłka nożna: PKO BP Ekstraklasa – mecz: Legia Warszawa – Lech (live) 20.30 Kamera TVP Sport 21.00 Sportowy wieczór 21.25 NBA Action – mag. 22.00 Koszykówka: NBA: Jazz – Lakers (live) 0.50 Piłka nożna: PKO BP Ekstraklasa: Legia – Lech	20.00 Snooker: Turniej Northern Ireland Open w Belfascie – mecz finałowy (live) 23.00 Narciarstwo alpejskie: Zawody PS w Sölden – slalom gigant mężczyzn 0.00 Snooker: Turniej Northern Ireland Open w Belfascie – finał	17.50 Siatkówka mężczyzn: TAURON Liga: ChKS Chelm – Resovia (live) 20.20 Siatkówka kobiet: TAURON Liga Kobiety: NETLAND MKS Kalisz – #VolleyWrocław (live) 23.00 Siatkówka mężczyzn: Al-KO Superpuchar Polski: Warta – LUK Lublin	13.50 Odo 14.05 Nawet nie wiesz, jak bardzo Cię Kocham 14.35 Bazarolinka 14.45 Oli i Luna 15.15 Ugotuj nam bajkę 15.35 Lassie i przyjaciele 16.05 Rizzly Zoom 16.35 44 Koty 17.05 Dino Ranczo	15.28 Kicia Kocia 15.45 Jeżyk Happy 16.02 Marta mówi 16.30 Zouk 16.56 Blaze i megamaszyny 3 17.55 Blaze i megamaszyny 3 18.22 Dora poznaje świat 7 19.40 Smerfy 20.08 Cloudy & Stormy 20.35 Dolina Muminków 4	20.00 W kuliachach 21.30 Serwis informacyjny, Prognoza pogody 22.00 Szkło kontaktowe 23.00 Dzień po dniu 0.00 Fakty po Faktach 0.50 Kawa na lawę – mag. 2.05 Nowa Maja w ogrodzie 2.25 Akademia ogrodnika 2.40 Łoża prasowa – pr. publ.
CANAL+ SPORT 9.30 Wysoki Pressing 11.00 Byłem królem 12.05 Premier League Stories (9) 12.45 Piłka nożna: Liga hiszpańska – mecz: Valencia CF – Villarreal CF 14.55 Piłka nożna: Liga hiszpańska – mecz: Atletico Madryt – RC Deportivo La Coruna 17.15 Wysoki Pressing 19.00 Piłka nożna: Liga hiszpańska – studio (live) 20.55 Piłka nożna: Liga hiszpańska – mecz: FC Barcelona – Real Madryt CF (live) 23.00 Hola LaLiga 0.15 Sport+ 1.15 Piłka nożna: PKO BP Ekstraklasa: Legia – Lech	EUROSPORT 2 13.20 Skoki narciarskie: Letnie GP w Klingenthal – konkurs mieszany (live) 15.05 Kolarstwo przełajowe: Superprestige – Overijse – wyścig mężczyzn i wyścig kobiet (live) 17.00 Kolarstwo górskie: MS – Liguria – podsumowanie 17.30 Narciarstwo alpejskie: Zawody PS w Sölden 18.00 Golf: Butterfield Bermuda Championship – finał (live) 21.00 Narciarstwo alpejskie: Zawody PS w Sölden 22.00 Lyżwiarstwo figurowe: Grand Prix Francji 23.00 Wspinaczka: Zawody World Series w Santiago (live)	POLSAT SPORT 2 13.10 Lyżwiarstwo figurowe: Grand Prix Francji – program dowolny solistów (live) 15.00 Piłka ręczna mężczyzn: LOTTO Superliga – mecz: Piotrkowianin – Zepher KPR Legionowo (live) 17.25 Koszykówka mężczyzn: PGE Basket Liga – mecz: Dzik Warszawa – Energa Czarni Slupsk (live) 19.55 Piłka nożna: Liga holenderska – mecz: AZ Alkmaar – FC Twente (live) 22.00 Atleti 22.30 Sporty walki: UFC 333: Alexander Volkanovski – Movsar Evloev 24.10.2026 2.00 Sporty walki: FEN	NICKELODEON 7.25 Patryk Rozgwiadza Show 8.55 SpongeBob 9.55 SpongeBob 10.15 SpongeBob 10.45 Harmidom 5 11.10 Harmidom 9 11.40 Harmidom 11.55 Grzmotomocni 2 12.50 Grzmotomocni: Tajniacy 13.20 Niebezpieczny Henryk 14.20 Harmidom 4 15.20 Harmidom 6 15.35 Harmidom 4 16.00 Patryk Rozgwiadza Show 16.30 Patryk Rozgwiadza Show 4	TELETOON+ 8.34 Harmidom 9.55 Barbie: Dreamhouse Adventures 2 11.19 Siostry 3 12.46 Kumple z dżungli na ratunek! 3 14.07 Siostry 2 14.39 Biuro detektywistyczne Lassiego i Mai 2 15.30 Kumple z dżungli – na ratunek! 16.31 Dinuś i Lusja 17.25 Kumple z dżungli na ratunek! 3 17.57 Charlotte i trzy muszkieterki 18.14 Kumple z dżungli – na ratunek! 18.40 Polly Pocket 6	TVP Info_ 15.05 Polska. Co dalej? 16.00 Dzień w godzinie 17.00 Teleexpress 17.15 Teleexpress Extra 17.35 Panorama 17.42 Sprawdzamy 18.00 Panorama 18.20 Teleplotki 18.30 Portfel Kowalskiego 19.00 Serwis Info Wieczór 19.30 Program informacyjny 19.30 20.15 Raport specjalny 21.00 Serwis Info Wieczór 21.15 Rozmowy (nie)wygodne 21.45 Panorama 22.10 Oko na świat 22.30 Rozmowy nocą 23.00 Wydarzy się jutro
CANAL+ SPORT 2 10.00 Tenis: Turniej WTA w Ningbo – finał gry pojedynczej (live) 12.30 Tenis: Turniej WTA w Ningbo – półfinał gry pojedynczej 14.45 Tenis: Turniej WTA w Ningbo – półfinał gry pojedynczej 17.20 8 wspaniałych (2) 18.25 Piłka nożna: Liga hiszpańska – mecz: Real Sociedad – UD Levante (live) 20.40 8 wspaniałych (1) 21.45 Tenis: Turniej WTA w Ningbo – półfinał gry pojedynczej 0.00 Tenis: Turniej WTA w Ningbo – finał gry pojedynczej 2.30 Piłka nożna: PKO BP Ekstraklasa – mecz: Widzew Łódź – Górnik Zabrze	ELEVEN SPORTS 1 12.25 Piłka nożna: Liga włoska: Inter – ACF Fiorentina (live) 14.35 Bundesliga Clubs 14.55 Piłka nożna: Liga włoska: Atalanta BC – Frosinone (live) 17.00 Formula 1: Grand Prix USA – studio (live) 17.50 Formula 1: Grand Prix USA – sesja kwalifikacyjna 19.00 Formula 1: Grand Prix USA – parada kierowców (live) 19.30 Formula 1: Grand Prix USA – studio (live) 20.55 Formula 1: GP USA (live) 23.00 Formula 1: Grand Prix USA – studio (live) 0.00 Eleven Gol Live 1.20 Formula 1: Grand Prix USA	POLSAT SPORT 3 8.30 Tenis: Turniej ATP w Almaty – półfinał 11.00 ATP World Tour Next Week 12.00 Tenis: Turniej ATP w Almaty – finał (live) 14.30 Tenis: Turniej ATP w Brukseli – finał gry pojedynczej (live) 17.00 Piłka nożna: Liga Europy UEFA: Lech – Sunderland 19.30 Lyżwiarstwo figurowe: Grand Prix Francji – pokazy mistrzów (live) 22.00 Piłka ręczna kobiet – mecz towarzyski: Polska – Islandia 0.00 Lyżwiarstwo figurowe: Grand Prix Francji 1.00 Sporty walki: Babilon MMA	NICK JR. 8.20 Wszyscy razem, śladem Blue! 8.50 Barabapapa i jego rodzinka 2 9.40 Pan Krokodyl 10.35 Świnka Peppa 8 10.50 Santiago z móż 11.15 Dora 4 11.45 Zwierzęce zagadki 12.20 Rubble i jego ekipa 2 12.50 Psi Patrol 4 13.40 Świnka Peppa 3 13.55 Barabapapa i jego rodzinka 2 14.25 Barabapapa – szczęśliwa rodzinka 14.45 Barabapapa i jego rodzinka 2	DISNEY JUNIOR 7.00 Blue 8.00 Klub Myszkki Miki Plus 8.30 Spidey i superkumple 4 9.00 Jej Wysokość Zosia: Królewaska Szkoła Magii 2 9.30 Klub Myszkki Miki Plus 10.00 Blue 2 11.00 Jej Wysokość Zosia: Królewaska Szkoła Magii 11.30 Superkoty 3 12.00 Spidey i superkumple 4 12.30 Iron Man i super ekipa 13.00 RoboGobo 13.30 Klub Myszkki Miki Plus 14.00 Ariel: Mała Syrenka 2 14.30 Jej Wysokość Zosia: Królewaska Szkoła Magii 16.30 Blue	POLSAT NEWS 11.00 Polityczny WF z gościem 12.00 W rytmie dnia 12.50 Wydarzenia 12:50 13.30 W rytmie dnia 15.30 Sport 15.50 Wydarzenia 15:50 16.30 W rytmie dnia 17.30 Z drugiej strony 18.35 Debaty polityczna 19.15 Gość „Wydarzeń” 19.40 Śniadanie Rymanowskiego w Polsat News i Interii 21.00 Polsat News ujawnia 21.50 Wydarzenia wieczorne 22.30 Dzień na świecie 23.30 Obraz dnia 0.00 Czysta Polska 0.40 Wydarzenia wieczorne
CANAL+ SPORT 5 6.00 Premier League Stories (9) 6.45 Gala PGE Ekstraligi 9.30 Wysoki Pressing 11.10 Champions Pack 12.15 1 na 1 Extra 13.00 Dart: Machineseeker European Championship (live) 16.30 Piłka nożna: Liga hiszpańska: Valencia – Villarreal 19.00 Dart: Machineseeker European Championship (live) 22.15 Gala PGE Ekstraligi 1.00 Hola LaLiga 2.30 Piłka nożna: PKO BP Ekstraklasa: Wisła Kraków – Raków Częstochowa	ELEVEN SPORTS 2 12.00 Piłka nożna: Liga niemiecka: BVB – Eintracht Frankfurt 14.00 Eleven Gol Live 15.20 Piłka nożna: Liga niemiecka – mecz: TSG 1899 Hoffenheim – Bayer 04 Leverkusen (live) 17.55 Piłka nożna: Liga włoska: Lecce – Juventus FC (live) 20.05 Historie Serie A 20.40 Piłka nożna: Liga włoska: Udinese Calcio – Milan (live) 22.55 Olympique Lyon – Między legendą a teraźniejszością – film dokumentalny 23.45 Ousmane Dembélé – Pierwsze kroki – film dok.	POLSAT PLAY 9.05 Kolowrotek 9.35 Taaka ryba 10.05 Jedziemy na ryby! 12.10 Chłopi do wzięcia 13.00 Zawód gina 14.00 Samochodowi handlarze 15.00 Złomiarze 16.00 Polacy za granicą 18.05 Górale 21.05 Chłopi do wzięcia 22.00 Drwali i inne opowieści Bieszczadu 22.30 Łowca pedomilów 23.00 Zawód gina 0.05 Łowca pedomilów 1.10 Wzięcie	TVN TURBO 12.30 Jeździć, obserwować 13.15 Duda kontra Szafranski 14.00 Polski supersamochód 14.45 Zawodowi handlarze 15.30 Naprawy nie do naprawy 16.15 Kupione, zrobione, sprzedane 17.15 Ciężarówka przez pół świata 18.15 Raport końcowy 18.40 Mobilni mechanicy 19.25 Wojny samochodowe 21.25 Zawodowi handlarze 22.10 Kupione, zrobione, sprzedane 23.10 Jeździć, obserwować	TVS 8.05 Przy muzyce po Śląsku 8.35 Muzyczne dzień dobry 9.35 Przy muzyce po Śląsku 10.50 Klasy i Lachy 11.25 Muzyczne podróże Karoliny Treli 12.20 Hansi Hinterseer zaprasza 14.30 Śląska karuzela 16.00 Koncert zyczeń 17.50 Szlagierowa lista 19.45 Koncert w TVS 21.50 Kino TVS: Rosamunde FILM Pilcher: Duch z Cassley – melodramat, Niemcy 2017 23.35 Śląska karuzela 1.20 Program kulinarny	TV TRWAM 18.00 Anioł Pański 18.05 Informacje dnia 18.15 Rozmowy niedokończone 19.30 Baśniowy teatr lalek 20.00 Informacje dnia 20.20 Różaniec 20.50 Myśląc Ojczyzna 21.00 Apel Jasnogórski 21.20 Informacje dnia 21.45 Stan bezpieczeństwa państwa 22.00 Mocni Jego mocą 22.30 Muzyczne chwile 22.45 Jak wygrać małżeństwo 23.00 Jak my to widzimy – z daleka widać lepiej

**Historia
jednego
filmu**

BUNT NA BOUNTY

Bardzo trudna produkcja

Ta niezwykła historia, która wstrząsnęła XVIII-wieczną Anglią, od lat fascynuje także filmowców. Aż pięciokrotnie przenoszono ją na ekran – zawsze w gwiazdorskiej obsadzie. I kto wie, może to wcale nie koniec...

W opowieści o buncie załogi HM Armed Vessel Bounty z 1984 roku główne role zagraли Anthony Hopkins i Mel Gibson. PRIME VIDEO

Porucznik Fletcher Christian (Marlon Brando) stanął na czele buntu przeciwko Williamowi Blighowi (Trevor Howard) dowodzącemu Bounty.

Na planie „Buntu na Bounty” Marlon Brando poznał pochodzącą z Bora-Bora Taritę Teriipię. 10 sierpnia 1962 roku para wzięła ślub.

➔ **BUNT NA BOUNTY**
PO 26.10 godz. 20.00
TVP KULTURA

Bunt, który wybuchł 28 kwietnia 1789 roku na Pacyfiku, to najslawniejsza rebelia w dziejach żeglarstwa. Nic dziwnego, że opowieść o niej doczekała się pięciu ekranizacji! Pierwsze dwie nakręcili Australijczycy: niemy film „The Mutiny of the Bounty” z 1916 roku, w którym wystąpili potomkowie buntowników, oraz dźwiękowy „In the Wake of the Bounty” z 1933 roku z Errolem Flynnem w roli Fletchera Christiana. Dwa lata później powstała amerykańska odpowiedź – „Bunt na Bounty” z Clarkiem Gable’em i Charlesem Laughtonem w rolach głównych.

W 1960 roku uznano, że warto wrócić do tej historii. Tym razem z ogromnym rozmachem i Marlonem Brando jako przywódcą buntowników. A 24 lata

później ten sam temat na warsztat wziął Roger Donaldson, zapraszając do obsady m.in. Anthony’ego Hopkinsa i Mela Gibsona (do obejrzenia na platformie Prime Video).

Niesforny Marlon

To miało być monumentalne dzieło i kasowy przebój. Przynajmniej tak wyobrażali to sobie szefowie Metro-Goldwyn-Mayer. Bo co mogło pójść nie tak, skoro za kamerą miał stanąć ceniony Brytyjczyk, sir Carol Reed, a przed nią Marlon Brando?! Wytwórnia przeboleła nawet to, że ten drugi wynegocjował rekordową stawkę – 1,25 mln dolarów. Nikt jednak nie przewidział, że tych dwóch artystów nie przypadnie sobie do gustu.

By osiągnąć jak najlepszy efekt, zdjęcia postanowiono kręcić na Tahiti. Miały ruszyć 15 października 1960 roku, ale wystartowały 28 listopada. I...

w styczniu 1961 roku zostały przerwane. Oficjalnie z powodu problemów zdrowotnych reżysera. W rzeczywistości Reed nie potrafił dogadać się z Brando. Pewnie zniósłby jeszcze niepunktualność aktora, jego fanaberie i kłótnie z Richardem Harrisem wcielającym się w jednego z marynarzy. Nie mógł jednak pogodzić się z tym, że Brando próbował mu narzucić swoją wizję postaci. Reed został zwolniony, a jego miejsce zajął Lewis Milestone. – Carol Reed nie był przyzwyczajony do ingerencji producenta i gwiazd. Ale ci z nas, którzy pracują na zlecenie, są jak bezdomni. Potrafimy przetrwać – stwierdził Amerykanin. On też sporo wycierpiał w starciach z Brando.

Bez sukcesu

O tym, jak wiele obiecywano sobie po tym filmie, świadczy decyzja

o budowie repliki tytułowego statku. Powstała w Nowej Szkocji, według oryginalnych planów, za 750 000 dolarów. Budowa trwała 9 miesięcy, a nie, jak planowano, pół roku. Potem trzeba było jeszcze „dostarczyć” go na Tahiti... Po zakończeniu zdjęć okręt był atrakcją w St. Petersburgu na Florydzie. Pojawił się też w filmie „Piraci z Karaibów: Skrzyżnia umarlaka”. Niestety, w 2012 roku zatonał podczas huraganu Sandy.

„Bunt na Bounty” miał premierę w 1962 roku. Spodobał się widzom, ale nie aż tak, jak liczili szefowie wytwórni. Mimo finansowej klapy został nominowany do Oscara w aż 7 kategoriach – m.in. za najlepszy film, najlepszą muzykę oryginalną, którą skomponował Polak Bronisław Kaper, oraz najlepsze efekty specjalne. Nie zdobył żadnej statuetki...

HANNA MIŁKOWSKA

TEATR TV: EZI

Cień przeszłości

➔ **TEATR TV: EZI PO 26.10**
godz. 20.55 TVP 1

W 1974 roku, podczas Mistrzostw Świata w Piłce Nożnej w Republice Federalnej Niemiec, doszło do spotkania, które do dziś owiane jest tajemnicą. Naprzeciw siebie usiedli Kazimierz Górski, nazywany później „trenerem tysiąclecia”, i Ernest Wilimowski – piłkarz, który w przeszłości reprezentował Polskę i III Rzeszę. Na kanwie tej historii Janusz Zaorski stworzył spektakl, którego bohaterowie prowadzą trudną rozmowę o dramatycznych meandrach historii. Staje się ona doskonałą okazją do zastanowienia się nad narodową tożsamością i wyborami życiowymi, za które płaci się wysoką cenę. W głównych rolach: Zbigniew Zamachowski oraz Andrzej Chyra. **HM**



W spektaklu pojawi się też Antoni Piechniczek.



W Kazimierza Górskiego wcielił się Zbigniew Zamachowski, a Andrzej Chyra zagrał Ernesta Wilimowskiego.



Seniorzy często mają poczucie wykluczenia, ale można je przełamać.

SILVERADO

Odzyskać radość

➔ **SILVERADO PO 26.10**
godz. 22.10 TVP 1

Sześcioro seniorów postanowiło wejść do świata filmu jako statyści i epizodyści w serialach, teledyskach oraz reklamach, by przekonać się, jak to jest po drugiej stronie ekranu. Mają jednak tutaj konkretny cel. Prywatnie bowiem często zmagają się z chorobą, stratą i samotnością, lecz wciąż mają w sobie ciekawość, odwagę

i energię. Aktorskie warsztaty są dla nich okazją do zawodowych i towarzyskich spotkań i dają poczucie wspólnoty. Film opowiada o polskich emerytach, często wykluczanych przez kult młodości, izolowanych i zagubionych w cyfrowej rzeczywistości. Jego bohaterowie przełamują ten stereotyp, pokazując, że w starszym wieku też można czerpać radość z życia. **MP**

KUBA ROZPRUWACZ: KRWAWIE SZPALTY

Wszystko dla kasy

➔ **KUBA ROZPRUWACZ: KRWAWIE SZPALTY**
PO 26.10 godz. 19.50
POLSAT VIASAT HISTORY

Brytyjski trzyczęściowy serial dokumentalny przedstawia historię słynnego Kuby Rozpruwacza z nowej perspektywy. Skupia się przede wszystkim na roli bezwzględnych reporterów brukowców, którzy w pogoni za sensacją podsycali strach i histerię wśród mieszkań-

ców Londynu. W pierwszym odcinku Fred Best (Mark Strepan) i jego redakcyjni koledzy z popołudniówki „The Star” dostrzegają szansę na zrobienie kariery i zarobek, gdy w dzielnicy Whitechapel dochodzi do zabójstwa trzech kobiet. W swoich relacjach ignorują część zebranych przez policję dowodów i zaczynają lansować teorię o jednym, seryjnym mordercy... **HM**



Dziennikarze są w stanie zrobić wiele dla zysku...

TVP 1

- 4.55 Sprawdzamy** – magazyn, Polska 2024-2026
- 5.15 Pytanie dnia** – program publicystyczny, Pol. 2026
- 5.30 Reporterzy** – magazyn reporterów
- 5.40 Oko na świat** – magazyn, Polska 2024-2026
- 6.10 Akacyjowa 38** (968) – telenowela, Hiszpania 2018
- 7.00 Transmisja mszy świętej z Sanktuarium Matki Bożej na Jasnej Górze**
- 7.30 Studio Raban** – magazyn dla młodzieży, Polska
- 8.00 Serwis Info** – pr. inform., Pol.
- 8.10 Pogoda Info**
- 8.20 Zaraz wracam 3** (162) – serial obyczajowy, Pol. 2026
- 8.55 Ranczo 4** (40) – serial obyczajowy, Polska 2009 (patrz obok)
- 10.00 Komisarz Alex 3** (36) – serial kryminalny, Polska 2013
- 11.00 Ojciec Mateusz 23** (301) – serial kryminalny, Pol. 2020
- 12.00 Serwis Info** – pr. inform., Pol.
- 12.10 Agrobiznes** – mag. rolniczy
- 12.30 Agropogoda**
- 12.35 Rok w ogrodzie extra**
- 12.50 BBC w Jedynce: Ssaki** (5) – serial dok., Wielka Brytania
- 14.00 Splątane losy** (74) – serial obyczajowy, Turcja 2024
- 15.00 Serwis Info** – pr. inform., Pol.
- 15.10 Reporterzy** – magazyn reporterów
- 15.35 Gra słów. Krzyżówka** – teleturniej, Pol. 2019-2026
- 16.00 Dziedzictwo** (1057) – serial obyczajowy, Turcja 2020
- 17.00 Teleexpress, Pogoda**
- 17.25 Jaka to melodia?** – teleturniej muzyczny
- 18.05 Klan** (4762) – telenowela, Polska 2026 (patrz obok)
- 18.40 Akacyjowa 38** (985) – telenowela, Hiszpania 2018
- 19.30 Program informacyjny 19.30**
- 19.55 Pytanie dnia** – program publicystyczny, Pol. 2026



8.55 OBYCZAJOWY

Ranczo 4 (40) Lucy i Kusy żyją w szczęśliwym związku. Wkrótce na świat przychodzi ich córka, Dorotka. Do wójta przyjeżdża studiująca w Lublinie córka Klaudia (Marta Chodorowska, zdj.). Towarzyszy jej nowy narzeczony, Zygmunt. Tymczasem proboszcz czuje się zbędny. **65 min**



18.05 TELENOWELA

Klan (4762) Monika (Izabela Trojanowska, zdj.), dręczona złym snem, dzwoni do Daniela, by zapewnić się, że u niego i Kai wszystko w porządku. Tymczasem Tymon ulega wypadkowi na treningu. **35 min**

TVP 2

- 4.30 Na dobre i na złe** (962): Pożegnanie z Leśną Górą – serial obyczajowy, Polska 2025
- 5.30 M jak miłość** (1867) – serial obyczajowy, Polska 2025
- 6.20 Rodzina (nie od) święta:** Poranki dla zakochanych. Powiedzieć prawdę czy nie ranić? – magazyn religijny, Polska 2026
- 6.55 Barwy szczęścia** (3426) – serial obyczajowy, Polska 2026
- 7.30 Pytanie na śniadanie – pobudka** – magazyn, Polska 2026
- 7.55 Pytanie na śniadanie**
- 11.45 Okrasa łamie przepisy:** Kielbasa na nowo – magazyn kulinarny, Polska 2026 (patrz obok)
- 12.25 Koło fortuny** – teleturniej, Polska 2026
- 13.15 Panna młoda** (232) – serial obyczajowy, Turcja 2024
- 14.05 Va banque** – teleturniej, Polska
- 14.35 Na sygnale** (942) – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2026
- 15.05 La Promesa – pałac tajemnic** (506) – serial obyczajowy, Hiszpania 2024
- Marcelo ma żal do Teresy, że nie pomogła mu zdobyć pracy. Alonso zamierza wspierać związek córki. **55 min**
- 16.00 Koło fortuny** – teleturniej, Polska 2026
- 16.35 Familiada** – teleturniej
- 17.20 Panna młoda** (233) – serial obyczajowy, Turcja 2024
- 18.15 Va banque** – teleturniej, Polska
- 18.50 Jeden z dziesięciu** – teleturniej
- 19.25 Barwy szczęścia** (3426) – serial obyczajowy, Polska 2026
- 19.55 Domowe patenty 3** (2) – magazyn poradnikowy, Polska 2026



11.45 KULINARNY

Okrasa łamie przepisy Znany kucharz przedstawia historię kielbasy – od starożytności po współczesność. Przybliży tradycje wędliniar-skie oparte na majeranku, czosnku, pe-klowaniu i wędzeniu. Przyrządza kotlety z suchą krakowską, szakwią i kurkami oraz leczy z białą kielbasą. **40 min**



20.50 OBYCZAJOWY

M jak miłość (1951) Hania ma poważny wypadek na basenie. Na pomoc rusza jej Mikołaj (Mateusz Kościukiewicz, zdj.). Wdzięczna Natalia (Dominika Sułchec, zdj.) uznaje później Lipińskiego za bohatera. **60 min**

POLSAT

- 4.40 Disco Gramy** – program muzyczny, Polska 2026
- 5.25 Telezakupy TV Okazje** – magazyn reklamowy
- 6.00 Nowy dzień z Polsat News** – program informacyjny
- 8.20 Trudne sprawy** (1125) – serial paradokumentalny, Polska 2022
- 9.20 Dlaczego ja?** (947, 946, 948) – serial paradokumentalny, Polska 2019
- 12.20 Gliniarze. Śląsk** (38): Uwikłana – serial kryminalny, Polska 2026
- 13.20 Gliniarze** (1020, 1021): Płotki; Kawa i shake – serial paradokumentalny, Polska 2024
- 15.30 Wydarzenia 24**
- 15.50 Pogoda**
- 15.55 Gliniarze** (1254): Sprawa honoru – serial paradokumentalny, Polska 2026
- Natalia i Kuba wyjaśniają okoliczności śmiertelnego pobicia mężczyzny na parkingu klubu nocnego. W toku śledztwa ustalają, że handlował on narkotykami. Partner ofiary chce sam wymierzyć sprawiedliwość zabójcy. **60 min**
- 16.55 Gliniarze. Śląsk** (39): Mój ból – serial kryminalny, Polska 2026
- Na osiedlu w Katowicach zamordowano mężczyznę. Gutek i Kowalski trafiają na trop dwóch robotników, świadkowie zeznali bowiem, że dzień wcześniej ofiara pokłóciła się z ekipą remontową. **65 min**
- 18.00 Pierwsza miłość** (4272) – serial obyczajowy, Polska 2026 (patrz obok)
- 18.50 Wydarzenia**
- 19.15 Gość „Wydarzeń”** – program publicystyczny
- 19.30 Sport, Pogoda**
- 19.55 Milionerzy** – teleturniej, Polska 2026



18.00 OBYCZAJOWY

Pierwsza miłość (4272) Krystian z Karolem zajmują się Ewą, wdrażając zdrową dietę i plany treningowe. Kacper przeprasza Marysię za swoją zazdrość. Janek (Jan Stańczuk, zdj.) próbuje zjeść na siebie synów Kingi (Aleksandra Zienkiewicz, zdj.). Zdobywa bilety na koncert. **50 min**



20.35 DRAM. OBYCZ.

Znachor Ceniony chirurg Rafał Wilczur (Leszek Lichota, zdj.) traci rodzinę. Gdy szuka bliskich, zostaje napadnięty. Budzi się z amnezją. Po latach zyskuje sławę jako wiejski uzdrowiciel. **165 min**

REKLAMA

Już dziś o godz. 20:00 Gala Telekamer Tele Tygodnia

Oglądaj na żywo na telekamery.pl, twojstyl.pl, rmf.fm oraz na kanale YouTube RMF FM

TeleKamery
TELE TYGODNIA 2026

- 20.10 Sport, Pogoda**
- 20.30 Felicity** (20) – serial obyczajowy, Polska/Wł. 2026
- Piotr stara się porozumieć z Giulią, nie informując o tym Zośki. Jagoda jest zaniepokojona nietypowym zachowaniem Daniela. **25 min**
- 20.55 Teatr Telewizji: Ezi** – sztuka Roberta Talarczyka, Polska 2026, reż. Janusz Zaorski, wyk. Andrzej Chyra, Zbigniew Zamachowski (patrz obok)
- 22.10 Świat bez fikcji: Silverado** – film dok., Polska 2025
- 0.05 Balans bieli** – program religijny, Polska 2023-2026
- 0.50 Milczenie owiec** – thriller, USA 1991, reż. Jonathan Demme
- FILM**
- 2.55 Film dokumentalny**
- 3.55 Raport specjalny** – magazyn, Polska 2024-2026 **▶ 4.40**



20.55 TEATR TV

Ezi RFN, 1974 r. Przed meczem Polski z Niemcami trener Górski (Zbigniew Zamachowski, zdj.) spotyka Ernesta Willimowskiego (Andrzej Chyra, zdj.), oskarżanego o zdradę z powodu gry dla III Rzeszy. **75 min**

- 20.00 Barwy szczęścia** (3427) – serial obyczajowy, Polska 2026
- 20.40 Kulisy serialu „M jak miłość”** – cykl felietonów, Polska
- 20.50 M jak miłość** (1951) – serial obyczajowy, Polska 2026 (patrz obok)
- 21.50 Na sygnale** (943, 944) – serial fabularno-dokum., Pol.
- 22.55 Żegnaj, panie Haffmann** – dramat historyczny, Francja 2021, reż. Fred Cavayé, wyk. Daniel Auteuil, Gilles Lellouche, Sara Giraudeau, Nikolai Kinski (patrz obok)
- 1.00 Davos, wojna szpiegów** (2) – serial szpiegowski, Szwajcaria/Niemcy 2023
- 1.55 Choć goni nas czas** – komediodramat, USA 2007, reż. Rob Reiner
- FILM**
- 3.40 Serial** **▶ 4.10**



22.55 DRAMAT HIST.

Żegnaj, panie Haffmann Paryż, 1941 rok. Żydzi muszą stawić się przed władzami. Haffmann domyśla się, co to oznacza. Postanawia uciec. Sklep oddaje w ręce Merciera i jego żony Blanche (Sara Giraudeau, zdj.). **125 min**

- 20.35 Megahit: Znachor** – dramat obyczajowy, Polska 2023, reż. Michał Gazda, wyk. Leszek Lichota, Maria Kowalska, Ignacy Liss, Anna Szymańczyk (patrz obok)
- Trzecia adaptacja powieści Tadeusza Dołęgi-Mostowicza. Twórcy nie trzymali się tym razem wiernie pierwowzoru. Głównego bohatera, w którego wcześniej wcielali się Kazimierz Junosza-Stępowski oraz Jerzy Bińczycki, zagrał Leszek Lichota. **165 min**
- 23.20 Bad Boys** – komedia sensacyjna, USA 1995, reż. Michael Bay, wyk. Will Smith, Martin Lawrence, Tea Leoni, Tcheky Karyo (patrz obok)
- FILM**
- 2.00 Ukojenie** – thriller, USA 2015, reż. Afonso Poyart
- FILM**
- 4.20 Kabaretowa Ekstraklasa** (54) – pr. rozr., Polska 2017



23.20 KOM. SENS.

Bad Boys Policjanci partnerzy, Mike (Will Smith, zdj.) i Marcus (Martin Lawrence, zdj.), w ciągu trzech dni muszą odnaleźć heroinę, która zniknęła z depozytu. By nie stracić ważnego świadka, zamieniają się rolami. **160 min**

tvn	TVN	DVB T2	tv puls	TV PULS	DVB T2	7	TVN 7	DVB T2
<p>5.40 Uwaga! – magazyn reporterów</p> <p>5.55 Ukryta prawda (1517) – serial paradokumentalny, Polska 2023</p> <p>6.50 Kuchenne rewolucje (2) – program rozrywk., Pol. 2025</p> <p>7.45 Dzień Dobry TVN – magazyn</p> <p>11.20 Doradca smaku (33) – magazyn kulinarny, Polska 2026</p> <p>11.25 Kuchenne rewolucje (8, 4) – program rozrywkowy, Pol.</p> <p>13.40 Ukryta prawda (1676, 1677) – serial paradokumentalny, Polska 2025</p> <p>Radek, właściciel stolarni, po śmierci żony wychowuje samotnie piętnastoletniego syna Stefana. Mieszkańcy miasteczka oskarżają chłopaka, fana metalu o mrocznym wyglądzie, o przynależność do satanistów. 125 min</p> <p>15.45 Młode gliny (66) – serial kryminalny, Polska 2026</p> <p>Na drodze znaleziono ciało mężczyzny, który niedawno temu wyszedł z więzienia. Wygląda to na wypadek, jednak oględziny wykazują, że kierowca celowo wjechał w ofiarę. Policjanci ruszają tropem wrogów mężczyzny. 65 min</p> <p>16.50 Szpital św. Anny (170) – serial obyczajowy, Polska 2026</p> <p>Tomek zostaje zmuszony przez swego ojczyma Michała do pomocy jemu i rannemu gangsterowi Sadowskiemu. Sprawy wymykają się spod kontroli. Na oddziale ratunkowym przebywa też mężczyzna z urazem nogi. 65 min</p> <p>17.55 Detektywi (371) – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2026 (patrz obok)</p> <p>19.00 Fakty</p> <p>19.35 Sport, Pogoda</p> <p>19.55 Uwaga! – magazyn reporterów</p>	 <p>17.55 FAB-DOKUM.</p> <p>Detektywi (371)</p> <p>Maja Korczyk dowiadytuje się, że chłopak jej sąsiadki targnął się na życie. Śledztwo nabiera tempa, kiedy wychodzi na jaw, że macocha, z którą mieszkał, zniknęła. W jej domu policja zabezpiecza ślady krwi. Detektywi poszukują tropów w klubie bokserskim, gdzie trenował chłopak. 65 min</p>  <p>21.30 ROZRYWKAK</p> <p>Taskmaster (9)</p> <p>Cezary Sikora obserwuje graczy, którzy wykonują kolejne zadania. 70 min</p> 	<p>6.00 Policjanci z Miami (14, 15): Złoty Trójkąt (Część 1); Złoty Trójkąt (Część 2) – serial kryminalny, USA 1985</p> <p>8.00 Kobra – oddział specjalny (14, 15): Uwaga, dziecko!; Wiwat Kolonia! – serial sensacyjny, Niemcy 2011</p> <p>10.00 Zaklinaczka duchów 3 (59) – serial fantasy, USA 2008</p> <p>11.00 Kotka (59) – telenowela, Meksyk 2014</p> <p>Na wernisażu Gisela próbuje flirtować z Pabem, by wywołać zazdrość Esmeraldy. Po imprezie jedzie za nimi samochodem i z impetem uderza w ich auto. 60 min</p> <p>12.00 Nie igraj z aniołem (190) – serial obyczajowy, Meksyk 2008</p> <p>Amador oświadcza, że jest... ojcem dziecka, którego spodziewa się Ana Julia. Wybuch karczemna awantura. Vicente zostaje ciężko ranny. 60 min</p> <p>13.00 Wspaniałe stulecie (32) – serial kostiumowy, Turcja 2013-2014</p> <p>14.00 Rodzinny interes (25): Komu bije dzwon – serial obyczajowy, Polska 2019</p> <p>15.00 Lombard. Życie pod zastaw 12 (620, 621) – serial obyczajowy, Polska 2023</p> <p>17.00 Rodzinny interes (26): Niebezpieczna miłość – serial obyczajowy, Polska 2019</p> <p>Do salonu przychodzi Krystyna, której mąż zginął w wypadku. Ela odkrywa pewną tajemnicę kobiety. W warsztacie pojawia się Henio. Prosi mechaników, aby cofnęli licznik w jego aucie. 60 min</p> <p>18.00 Lombard. Życie pod zastaw 19 (1049) – serial obyczajowy, Polska 2026</p> <p>19.00 Lombard. Życie pod zastaw 19 (1050) – serial obyczajowy, Polska 2026 (patrz obok)</p>	 <p>19.00 OBYCZAJOWY</p> <p>Lombard. Życie pod zastaw 19 (1050)</p> <p>Marek zostaje masażystą erotycznym, by utrzymać rodzinę. Nie mówi prawdy żonie. Podczas jednej z sesji wpada na jej przyjaciółkę. Prosi ją o zachowanie tajemnicy. Mocznym (Sylwester Maciejewski, zdj.) próbuje nawiązać więź z Tosią. 60 min</p>  <p>20.00 SENSACYJNY</p> <p>Jestem zemstą</p> <p>Żona Hilla (John Travolta, zdj.) ginie w trakcie napadu. Zrozpaczony wdowiec planuje odwet. Orientuje się, że rozpoczął wojnę z gangsterami, którzy mają wpływ wśród polityków. 110 min</p>	<p>5.20 Ten moment (14): Dramatyczne wyznanie – serial paradokumentalny, Polska 2015-2016</p> <p>5.55 Szkoła (541-543) – serial paradokumentalny, Polska 2018</p> <p>8.45 Ukryta prawda (1414, 1597, 1598) – serial paradokumentalny, Polska 2018</p> <p>11.50 W-11 – Wydział Śledczy (770-772) – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2011</p> <p>13.55 Detektywi (155): Rozstanie – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2024</p> <p>15.00 Szpital św. Anny (160) – serial obyczajowy, Polska 2026</p> <p>16.00 Szpital (904) – serial paradokumentalny, Polska 2019</p> <p>Do doktora Michała Morawskiego trafia pracownik budowlany, który został przyniesiony przez betonowy blok. Lekarze diagnozują wkrótce u niego narkolepsję, czyli nagłe napady snu. 60 min</p> <p>17.00 Sędzia Anna Maria Wesołowska (584) – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2011</p> <p>Aleksandra Brodzińska jest oskarżona o zniszczenie mienia w klinice Adama Flisa. Szkody wyceniono na 350 tys. złotych. Miała też spowodować uszczerbek na zdrowiu właściciela placówki. 60 min</p>  <p>18.00 Rozwód. Walka o wszystko (35): Rozwód po stracie dziecka – serial paradokumentalny, Polska 2020</p> <p>Iza i Artur rozstają się. Przed rokiem stracili pięcioletniego synka podczas wakacji w Grecji – utonął on w basenie. O wypadek jest obwiniany ojciec dziecka. 60 min</p> <p>19.00 Ukryta prawda (1789) – serial paradokumentalny, Polska 2026 (patrz obok)</p>	 <p>19.00 PARADOKUM.</p> <p>Ukryta prawda (1789)</p> <p>Po wypadku Pola traci pamięć. Rozpoznaje tylko siostrę. Ta opowiada jej o przeszłości. Stopniowo w historiach zaczynają pojawiać się rysy. Cierpiąca na amnezję 19-latką znajduje w piwnicy swoje dziecięce rzeczy. Ich zawartość okazuje się dla niej szokująca. 60 min</p>  <p>21.00 DRAM. SENS.</p> <p>Morze Północne w ogniu</p> <p>Katakizm niszczy kolejne platformy wiertnicze. Sofia (Kristine Kujath Thorp, zdj.) z pomocą kolegi szuka ukochanego, który pracował na jednej z nich. 140 min</p> <p>PEKI AM</p>			



W APTEKACH I ZIELARNIACH

CUKIERKI ALOESOWE – SEKRET URODY, DOBREGO SAMOPOCZUCIA, WZMOCNIENIA ODPORNOŚCI.

- 20.15 Na Wspólnej** (4300) – serial obyczajowy, Polska 2026
- 20.50 The Floor** – teleturniej, Polska 2026
- 21.30 Taskmaster** (9) – program rozrywkowy, Polska 2026 (patrz obok)
- 22.40 Wonder Woman** – film fantasy, Hongkong/Chiny/USA 2017, reż. Patty Jenkins, wyk. Gal Gadot, Chris Pine, Robin Wright, Danny Huston (patrz obok)
- 1.40 Kłątwa** – komedia, Polska 2023, reż. Tomasz Konecki, wyk. Agnieszka Włodocha, Vanessa Aleksander, Danuta Stenka, Anna Nehrebecka
- 3.55 Co za tydzień** – magazyn kulturalny, Polska 2026
- 4.35 Uwaga!** – magazyn reporterów
- 4.55 Nauka jazdy 5** (14) – program rozrywk., Pol. 2022



22.40 FANTASY

Wonder Woman
Szkolona na wojowniczkę amazońska księżniczka Diana (Gal Gadot, zdj.) przybywa z misją do cywilizowanego świata. Z pomocą pilota (Chris Pine, zdj.) ma ocalić ludzkość. Czekają na wiele wyzwań. **180 min**

- 20.00** **FILM** **Poniedziałki z Johnem Travoltą: Jestem zemstą** – film sensacyjny, USA 2016, reż. Chuck Russell, wyk. John Travolta, Christopher Meloni, Amanda Schull, Sam Trammell (patrz obok)
Reżyser ma w dorobku m.in. „Egzekutora”, „Króla Skorpionów” i „Maskę”. **110 min**
- 21.50** **FILM** **W odwecie za śmierć** – thriller, USA 2010, reż. Lauro Chartrand
- 23.50** **FILM** **Zderzenie** – thriller, Francja 2013, reż. David Marconi, wyk. Frank Grillo, Jaimie Alexander, Roschdy Zem (patrz obok)
- 2.00** **Dzielnica strachu 3** (98): Na trupka – serial kryminalny, Polska 2022
- 3.00** **Lombard. Życie pod zastaw 19** (1045) – serial obyczajowy, Polska 2026
- 4.00** **Zobacz to!**



23.50 THRILLER

Zderzenie
Scott (Frank Grillo) i jego żona spędzają swój miesiąc miodowy w Maroku. Wypadek samochodowy krzyżuje ich losy z przemytnikiem i kilkorgiem innych osób, m.in. Audrey (Marie-Josée Croze, zdj.). **130 min**

- 20.00 Hotel Paradise 13** (35) – reality show, Polska 2026
- 21.00** **FILM** **Morze Północne w ogniu** – dramat sensacyjny, Norwegia/Szwecja/Dania 2021, reż. John Andreas Andersen, wyk. Kristine Kujath Thorp, Henrik Bjelland, Rolf Kristian Larsen, Anders Baasmo (patrz obok)
- 23.20** **FILM** **Ocean's Thirteen** – komedia sensacyjna, USA 2007, reż. Steven Soderbergh, wyk. George Clooney, Al Pacino, Andy Garcia, Brad Pitt (patrz obok)
- 1.50** **Mówię Wam 5** (10) – program kulturalny, Polska
- 3.00** **Wrota piekiel** (5) – serial dokumentalny, USA 2019
- 4.00** **Usterka 13** (11) – serial fabularno-dokumentalny, Pol.
- 4.30** **Dorota was urządzi!** 6 (9) – pr. rozrywk., Polska 2017



23.20 KOM. SENS.

Ocean's Thirteen
Danny i jego kompani (George Clooney, zdj.) chcą okraść właściciela kasyn i hoteli. Członkowie szajki opracowują plan napadu. Żeby osiągnąć cel, muszą nakłonić do współpracy dawnego wroga. **150 min**

 TVP 3	 TVP POLONIA	 TV 4	 PULS 2	 TVP ROZRYWKI	 TTV HD
<p>11.30 Między polem a domem</p> <p>12.00 Ktokolwiek widział, ktokolwiek wie – publ.</p> <p>12.30 Okrasa łamie przepisy</p> <p>13.00 Agrobiznes – mag.</p> <p>13.30 Rozmowy (nie) wygodne – pr. publicyst.</p> <p>14.10 Inwestujemy w Twoje zdrowie – magazyn</p> <p>14.30 Program informacyjny 14.30</p> <p>15.00 Koronka do Miłosierdzia Bożego – pr. religijny</p> <p>15.20 Serwis Info Dzień – inf.</p> <p>15.30 Program lokalny</p> <p>19.30 Dlaczego krowa...</p> <p>19.45 Kryminalna siódemka</p> <p>20.00 Dziennik regionów</p> <p>20.13 Gość Regionów – publ.</p>	<p>12.00 Serwis Info – pr. inform.</p> <p>12.10 Blondynka 7 (83, 84) – serial obycz., Pol. 2018</p> <p>13.50 Zmiennicy (8) – kom.</p> <p>15.00 Serwis Info – pr. inform.</p> <p>15.10 100 pytań do...</p> <p>16.00 Pan Mama (11) – kom.</p> <p>16.30 Barwy szczęścia (3400) – serial obycz., Pol. 2026</p> <p>17.00 Telexpress</p> <p>17.20 Gra słów. Krzyżówka</p> <p>17.50 Telexpress Extra – inf.</p> <p>18.15 Słownik polsko@polski (699) – talk-show, Polska</p> <p>18.45 Panorama</p> <p>19.20 Niezwykłe miejsca</p> <p>19.30 Program informacyjny 19.30</p> <p>19.55 Pytanie dnia – pr. publ.</p> <p>20.10 Sport, Pogoda</p>	<p>6.00 Strażnik Teksasu (9, 10) – serial sensacyjny, USA 1997-1998</p> <p>7.55 Bogaty dom – biedny dom (111) – reality show, Polska 2024</p> <p>8.55 Policjantki i Policjanci (702-704) – serial obyczajowy, Polska 2020</p> <p>11.55 Na ratunek 112 (1034, 1035) – serial paradokumentalny, Pol. 2025</p> <p>12.55 Trudne sprawy (826-828) – serial paradokumentalny, Polska</p> <p>15.55 Trudne sprawy II (1392) – serial paradokumentalny</p> <p>16.55 Łowcy skarbów. Kto da więcej? (554) – reality show, Polska 2025-2026</p>	<p>12.00 Lwia Straż – serial anim.</p> <p>13.00 Nowe przygody Kubusia Puchatka – serial animowany</p> <p>13.35 Smerfy – serial anim.</p> <p>14.00 Baranek Shaun 6</p> <p>14.35 Marta mówi – anim.</p> <p>15.00 Miraculous: Biedronka i Czarny Kot 6 – anim.</p> <p>16.00 Patryk Rozgwiazda Show – serial animowany</p> <p>17.00 SpongeBob Kanciastoparty 9 – serial anim.</p> <p>18.00 Pingwiny z Madagaskaru 3 – serial anim.</p> <p>19.00 Kacze opowieści – serial animowany</p> <p>20.00 Lombard. Życie pod zastaw 19 (1039) – serial obyczajowy, Polska 2026</p>	<p>7.10 Okrasa łamie przepisy</p> <p>8.20 Familiada – teleturniej</p> <p>8.55 Va banque – teleturniej</p> <p>9.25 Kolo fortuny – telet., Pol.</p> <p>10.05 Makłowicz w podróży</p> <p>10.45 Postaw na milion</p> <p>12.35 Familiada – teleturniej</p> <p>13.15 U Pana Boga w Królowym Moście (1) – serial obyczajowy, Polska 2025</p> <p>14.05 Rodzinka.pl (263, 264) – serial komediowy</p> <p>15.15 Program rozrywkowy</p> <p>15.50 Kocham Cię, Polsko! (7)</p> <p>17.25 Va banque – teleturniej</p> <p>18.00 Kolo fortuny – telet., Pol.</p> <p>18.40 Okrasa łamie przepisy</p> <p>19.45 Jaka to melodia?</p> <p>20.30 Postaw na milion</p>	<p>7.35 DeFacto 13 (8, 9)</p> <p>8.30 Kartoteka 9 (24, 25)</p> <p>10.35 Detektywi (144, 366)</p> <p>12.35 Zakup w ciemno 5 (34)</p> <p>13.35 Zakup w ciemno 7 (8)</p> <p>14.35 Nic do zgłoszenia 4 (5)</p> <p>15.35 Złomowski PL 10 (2)</p> <p>16.45 Express – pr. inform.</p> <p>16.58 Pogoda, Sport</p> <p>17.05 Zakup w ciemno extra (3) – reality show, Polska</p> <p>17.45 Życie na kredytle 5 (3, 4) – reality show, Polska</p> <p>18.40 Gogglebox. Przed telewizorem 20 (5)</p> <p>19.45 Express, Pogoda – inf.</p> <p>20.05 Zakup w ciemno 8 (33)</p> <p>21.05 Zakup w ciemno extra 3 (31) – reality show</p> <p>21.45 Express, Pogoda – inf.</p>

MAGAZYN	HISTORYCZNY	OBYČAJOWY	KRYMINALNY	KOMEDIOWY	ROZRYWKI
 20.30 Kryminalna siódemka W programie prezentowane są głośne sprawy kryminalne. Widzowie zobaczą brawurowe akcje policji, zagadkowe procesy oraz widowiskowe pociągi. 30 min 21.00 Program lokalny 22.30 Dziennik regionów 22.30 Złoty chłopak (268) 23.30 Kryminalna siódemka 23.55 Panorama 0.25 Program informacyjny 19.30 1.15 Dziennik regionów 1.40 Dziedzictwo (922) 2.30 Ktokolwiek widział, ktokolwiek wie – publ.	 20.25 Wojenne dziewczyny (11) – Polska 2016 Malina zabiera Marysię do getta, aby spotkała się z ojcem i siostrą. Witek wyznaje Ewce miłość. Niebawem dziewczyny zostają odsunięte od wszystkich działań konspiracyjnych. 50 min 21.15 Dom (7) – serial obycz. 22.55 Lato z Radiem i Telewizją Polską 23.15 Panorama 23.45 Polska. Co dalej? – publ. 0.40 Moda na język polski (70) – magazyn 1.05 Przez pamięć i zapomnienie (8) 1.30 Program informacyjny 19.30	 18.00 Policjantki i Policjanci (1475, 1476) – Pol. 2026 Marek i Daria sprawdzają zgłoszenie o śmiechach. Niewinną interwencję przeradza się w niebezpieczną akcję, a policjanci ruszają tropem podejrzanego. 125 min 20.05 Uprawiedliwiony (293) – krym. 20.40 Sprawiedliwi – Wydział Kryminalny (1072) – krym., Pol. 2026 21.40 Sprawiedliwi. Trójjmiasto (189) – krym. 22.45 Opowieści o zbrodni 2 (1) – dok. 23.10 Agenci – film FILM sensacyjny, USA 2013 1.30 Love Island. Wyspa miłości – reality show	 21.00 Dzielnica strachu 4 (130, 131) – Polska 2023 Starsza pani zostaje uduszona we własnym mieszkaniu. Napastnik także okradł denatkę. Wnuczka ofiary zeznaje Agacie Rychlik i Adzie Majcher, że spotkała zabójcę swojej babci. 120 min 23.00 Wstydlive choroby 7 (7, 1) – dok., Wlk. Bryt. 1.00 Dzielnica strachu 4 (129) – serial krym., Polska 2.00 Lombard. Życie pod zastaw 2 (73) – obycz. 3.00 Lombard. Życie pod zastaw 7 (323) – obycz. 4.00 Niesamowite! (13, 14) 5.00 Lombard. Życie pod zastaw 11 (582) – obycz.	 22.15 Rodzinka.pl (102) Dziadek uczy Tomka warzenia piwa. Natalia jest zaniepokojona. Ludwik, który początkowo popiera pasję chłopaka, zmienia zdanie, gdy całe mieszkanie wypełnia się cierpkim zapachem. 40 min 22.55 Obłąd – 25-lecie Patrycji Markowskiej – akustycznie – koncert, Polska 2026 1.00 Kolo fortuny – teleturniej, Polska 2026 2.15 Kabaretomania (34, 37) – program rozrywk., Polska 4.10 Program rozrywkowy 4.45 Hity wszech czasów (51) – magazyn muzyczny	 22.00 Gogglebox. Przed telewizorem 25 (9) Andrzej i Katarzyna Gąsienicowie (oboje na zdj.) oglądają swoje ulubione programy. Okazuje się, co ich irytuje, co bawi, a co ekscytuje. Nie zabraknie okazji do śmiechu i wzruszeń. 80 min 23.20 Gogglebox. Przed telewizorem 20 (3) – pr. rozrywk., Pol. 2024 0.20 Idź na calość 3 (8) – rozr. 1.20 Kochaj albo wróć (8) – serial dokumentalny, Pol. 2.20 Wyburzacz 8 (9, 10) 3.40 Sędzia Anna Maria Wesołowska 7 (28) – serial fabularno-dokum. 4.25 Nauka jazdy 6 (8) – rozr.

TVP 3	TVP 3 PROGRAMY LOKALNE	TVP HD	TVP KULTURA	antena ANTENA HD	TV 6
17.15 Dorasta! My 17.35 Poczta 17.45 Tamte lata, tamte dni 18.10 Ogród i nie tylko 18.20 Nasz Białostok jest 18.30 Białostok 19.00 Sport, Pogoda 19.10 Rezonans polityczny 21.00 Tym żyje wieś 21.20 Gość „Obiektu” 21.30 Obiektu BYDGOSZCZ 17.00 Desant 17.30 Studio polityka 18.15 Liga na skróty 18.30 Zbliżenia 19.00 Rozmowa dnia 19.20 Razem dla regionu 21.00 Rozmowa dnia 21.20 Ekspert ZUS odpowiada 21.30 Zbliżenia 21.45 Sport, Pogoda GDŃSK 17.30 Zawodowcy 17.50 Och, ta polityka 18.30 Panorama 19.00 Świat nie jest taki zwykły 21.00 Reportaż TVP Gdańsk 21.15 Czyżewskiego 42 21.30 Panorama KATOWICE 16.46 Dej pozor 17.15 Dzień z bliska 18.00 Dzień z bliska 18.15 Protokół rozbieżności 18.30 Aktualności 18.55 Pogoda, Sport 19.10 Gramy dla was 21.15 Protokół rozbieżności 21.30 Aktualności 21.45 Kadrzy z przeszłości. Archiwum TVP Kraków 17.05 Pielęgniarki 17.30 Magazyn medyczny 17.44 Poczta tygodnia 18.30 Kronika 18.55 Tematy dnia 19.10 Nowohucka kronika filmowa 21.03 Wykrywcze kłamstw 21.29 Kronika 21.44 Tematy dnia LUBLIN 16.50 Miętygo popołudnia 17.55 Ktoś jest 18.10 Reportaż z lubelskiego 18.30 Panorama lubelska 19.00 Magazyn sportowy 21.02 Przysłań nad Biblią 21.15 Gość „Panoramy” 21.30 Panorama lubelska	17.15 Prosto z lasu 17.30 Agroexpress 17.45 Polityczna dogrywka 18.15 Reportaż 18.30 Łódzkie wiadomości dnia 18.50 Sport, Pogoda 19.00 Świat na cztery łapy 19.15 Kawalek fajnego świata 21.00 Słodko gorzka 21.15 Ostatni mistrzowie 21.30 Łódzkie wiadomości dnia POZNĄN 17.00 Włacz SPORT 17.30 Teleskop 17.45 Wspólne popołudnie 18.30 Teleskop 19.02 Pociąg do Wielkopolski 19.19 Magazyn 21.01 Gła Plebiscytu – łączny nas WIELKOPOLSKIE 21.30 Teleskop 17.00 Konkret i opinie 18.00 Odkrywamy Podkarpackie 18.30 Aktualności 19.01 Sport – wydarzenie i komentarze 21.00 Wykrywcze kłamstw 21.31 Aktualności SZCZECIN 16.45 Blondynka 2 17.30 Przegląd tygodnia 17.45 Młodzi – mamy głos 18.30 Kronika 18.52 Wokół nas 19.00 Pełnosprawni 21.00 Wokół nas 21.08 Barka 21.30 Kronika 21.50 Rozmowa dnia 17.05 WARSZAWA 16.45 Dobrego dnia 17.01 Dobrego dnia 17.45 Filmowe spotkania 18.00 Zawsze na temat 18.30 TKW 18.42 Kurier Mazowiecki 19.04 Reagujemy 21.00 Zawsze na temat 21.30 Kurier Warszawy i Mazowsza WROCLAW 16.44 Falty sport 17.20 Magazyn Dolnośląski 17.35 W swoim czasie 17.48 Agro-Fakty 18.14 Szlachetne zdrowie 18.30 Fakty 18.58 Rozmowa „Faktów” 19.18 Energia bez mitów 21.02 Dlaczego krowa... 21.16 Rozmowa „Faktów” 21.30 Fakty	8.55 Ojciec Mateusz 7 (91, 92) 10.45 Gra słów. Krzyżówka 11.20 Na sygnale (872, 873) 12.25 Ojciec Mateusz 15 (187) 13.20 Komisarz Alex 11 (132) 14.15 Ranczo 8 (93, 94) – obycz. 16.10 Gwiazdorska kuchnia Ani – magazyn kulinarny 16.40 Tańcząca ze światem – Tunezja – magazyn 17.10 Okrasa łamie przepis 17.45 Makłowicz w podróży 18.20 Ojciec Mateusz 3 (36) 19.20 Ranczo 5 (53) – obycz., Pol. 20.10 Rodzinka.pl (315, 316) – serial komediowy, Polska 21.25 Ojciec Mateusz 33 (432) 22.20 Morderstwa w Nimes FILM – film kryminalny, Fr. 2024 0.05 U Pana Boga za miedzą FILM – komedia, Polska 2009	12.35 Barbara Hepworth: wyrzeźbić życie – dok. 13.55 Kosmos 1999 (41) – s.f. 14.55 Sherlock Holmes: Mistrz szantażu – film kryminalny, Wielka Brytania 1992 16.55 Biłko, coraz bliżej (8) – serial obycz., Polska 1982 18.15 Dobry tytuł – mag. kult. 18.55 Rawhide 4 (86) – przyg. 20.00 Bunt na „Bounty” FILM – dramat przyg., USA 1962 23.05 Ferrari – dramat biograf., FILM USA/Wlk. Bryt./Włochy 2023 1.20 24 godziny w Le Mans FILM – film obycz., USA 1971 3.20 Władza utopii. Życie w mieście Le Corbusiera 4.20 Dobry tytuł – mag. kult. 4.50 Podróże z historią (46) 5.25 Teledyski – magazyn muz.	12.10 Lombard Chicago: Wszystko pod zastaw (15, 16) – serial dokum., USA 13.05 Kłatwa Wyspy Dębów 6 (14) – reality show, USA 14.00 Australijscy poszukiwawcy złota 7 (10, 11) – dok., Australia 16.00 Unforgettable: Zapisane w pamięci 3 (1) – serial kryminalny, USA 2014 17.00 Zakazana miłość (11) – telen., Turcja 2008-2010 18.00 77 TV 5 (27, 28) – rozr., Pol. 20.10 MisMatch (1) – serial krym. 21.00 Detektywi Candice: Niezawodny instykt 7 (3, 4) – serial kryminalny, Fr. 23.30 Detektywi z Bordeaux 7 (4) – serial krym., Fr./Bel.	6.00 Więzienie (173, 174) – dok. 6.55 Policjantki i Policjanci (861, 862) – serial obycz. 8.55 Kobra – oddział specjalny (224, 225) 11.00 48h. Zaginięci (176-178) 14.00 Policjantki i Policjanci (1276) – serial obycz., Polska 15.00 Uroczysko (197, 198) 16.05 Kobra – oddział specjalny (226, 227) 18.05 Strażnik Teksasu (11, 12) 20.05 CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku (159, 160) – serial kryminalny, USA 22.00 Mentalista (19) – krym. 23.05 Łowca pedofilów (156-159) – serial dok., Pol. 1.40 Więzienie (196-199) – dok. 3.35 Septagón (25, 26) – krym. 5.45 Telezakupy TV Okazje

STOPKLATKA

- 6.00** Kabaretowe hity (1)
6.50 Wojciech Cejrowski – bosso przez świat
7.50 Robert Makłowicz (213, 122) – mag. kulin.
9.50 Wojny magazynowe: Kanada 2 (15, 16)
11.00 Aukcja w ciemno 3 (4, 5) – serial dokum., USA
12.00 Katastrofy w przestworzach (12, 5, 1) – serial dok., Kan.
15.00 Zajazd. Będzie się działo 2 (10, 11) – obycz., Pol.
17.00 Katastrofy w przestworzach (6)
18.05 Wojny magazynowe: Kanada 2 (17, 18)
19.10 Aukcja w ciemno 3 (6, 7) – serial dokum., USA

THRILLER

20.00 Wanted Man. Ścigany
FILM – USA 2024, reż. Dolph Lundgren
 Detektyw Johansen (Dolph Lundgren, zdj.) eskortuje z Meksyku do USA dwie kobiety, które narażają się kartelowi. Wraz z oficerem De La Cruzem musi odpreżyć atak uzbrojonej grupy. **110 min**

- 21.50** Nawiedzony – horror, **FILM** USA 1999, wyk. Lili Taylor, Liam Neeson
0.00 Szpica – komedia **FILM** sensacyjna, Chiny 2020, wyk. Jackie Chan
2.15 Kamerdyner – dramat **FILM** historyczny, Polska 2018
5.45 Zakalec – film krótkometrażowy, Pol. 2024

POLSAT 2

- 5.50** Wydarzenia
6.30 Pielegniarki (16) – serial parodokumentalny, Polska
7.30 Na ratunek 112 (1081, 1082) – serial parodokumentalny, Pol. 2025
8.30 Sekrety rodziny (218-220) – parodok., Pol.
11.30 Trudne sprawy (947)
12.35 Więzienie (62-65) – serial dokumentalny, Polska
14.30 Świat według Kiepskich (500-504) – serial kom., Polska 2016
17.00 Komisarz Mama (16) – serial kryminalny, Polska
18.00 Dlaczego ja? (1504, 1505) – serial parodokumentalny, Pol. 2025

PARADOKUMENTALNY

20.00 Gliniarze (1073, 1003)
 Kurier zostaje uprowadzony i zamordowany. Olgierd i Krystian podejrzewają, że zabójstwo może być powiązane z jego przeszłością. Był on skazany za nieumyślne spowodowanie śmierci. **120 min**

- 22.00** Pogromcy mafii (4)
23.00 Ślad (26, 27) – krym., Pol.
1.00 Zdrady (146) – parodok.
2.05 Wydarzenia
2.45 Interwencja – mag.
3.00 Ewa gotuje (464) – mag.
3.35 Demaklajz (92) – pr. rozr.
4.00 Strzelnica Nawala (8)
5.10 Drwale i inne opowieści Bieszczadu (108) – serial dokum., Pol.
5.30 Telezakupy TV Okazje

TVP SERIALE

- 5.50** Rodzinka.pl (180) – kom.
6.25 Na sygnale (562, 563)
7.30 Ojciec Mateusz 9 (112)
8.25 Komisarz Alex 12 (144)
9.15 Rodzinka.pl (181) – kom.
9.50 Klan (1528) – telen., Pol.
10.25 Ranczo 4 (49) – obycz.
11.20 M jak miłość (1950)
12.20 Komisarz Alex 26 (328)
13.15 Kulisy serialu „Ojciec Mateusz” – cykl fel.
13.25 Ojciec Mateusz 2 (17, 18) – krym., Pol. 2009
15.25 Komisarz Alex 12 (145)
16.20 Na sygnale (564, 565)
17.25 Ranczo 4 (51, 52) – obycz.
19.30 Ojciec Mateusz 2 (19)
20.30 Ojciec Mateusz 9 (113) – serial kryminalny, Polska

OBYCZAJOWY

21.30 Ranczo 5 (53, 54) – Polska 2011
 Lucy obejmuje urząd wójta. Musi poradzić sobie z niekompetencją niektórych radnych. Liczy przy tym na wsparcie proboszcza. Tymczasem Michałowa ma dość obsługiwania licznych gości przybywających do parafii. **115 min**

- 23.25** Ojciec Mateusz 2 (20) – serial kryminalny, Polska
0.20 Na sygnale (938-943) – serial fab. dokum., Polska 2026
3.30 SOR (1) – serial obyczajowy, Polska 2026
4.10 Klan (1528) – telen., Pol.
4.35 Rodzinka.pl (319, 320) – serial kom., Polska 2026

KINO POLSKA

- 6.00** Dom w cenie mieszkanka 3 (1) – mag.
6.30 Miś Kudłatek (6, 7) – serial animowany, 1971
6.50 Przygody Myszy (5, 6) – serial animowany
7.10 Polska Kronika Filmowa – serial dokum.
7.35 Zwierzęta Wajraka 3 (4, 5) – serial dokum., 2022
8.40 Szalenstwa panny **FILM** Ewy – film obycz., 1984
10.45 Dziewczyna i chłopak **FILM** – film przygodowy, 1980
12.45 Ranking naj polskiego kina (3) – pr. rozrywk.
13.35 Potop Redivivus **FILM** – film historyczny, 2014
17.20 Cztery pancerni i pies (2, 3) – serial wojenny

DRAMAT KRYMINALNY

20.00 Mistyfikacja – 2010, **FILM** reż. Jacek Koprowicz
 Rok 1968. Funkcjonariusz SB Jakub Łazowski (Maciej Stuhr, zdj.) przez przypadek odkrywa, że samobójstwo Witkacego było mistyfikacją. Artysta wciąż żyje, tworzy i nie stroni od skandalu. **140 min**

- 22.20** Karate po polsku **FILM** – dramat obyczajowy, 1983, wyk. Michał Anioł
0.00 Ostatni prom **FILM** – dram. obycz., 1989, wyk. Dorota Segda
2.00 Kamienne tablice **FILM** – dramat obycz., 1983
5.05 Delicje **FILM** – etiuda film.
5.45 7 słów o przemijaniu – etiuda dokumentalna

AXN

- 6.00** CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 2 (21, 22) – krym., USA/Kan.
7.35 Agenci NCIS 11 (22, 23) – serial sensacyjny, USA
9.25 Castle 2 (8, 9) – krym.
11.20 Detektyw Monk (11, 12) – serial kryminalny, USA
13.10 Agenci NCIS 11 (24)
14.10 Agenci NCIS 12 (1) – serial sensacyjny, USA
15.10 FBI: Most Wanted 3 (13, 14) – serial kryminalny
17.05 CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 10 (17, 18) – krym., USA/Kan.
19.05 Castle 2 (10, 11) – krym.
21.05 FBI 6 (9) – serial krym.

KRYMINALNY

21.55 FBI: Most Wanted 5 (9) – USA 2020
 W drodze z Connecticut znika ciężarówka z nigeryjskimi artefaktami. Zespół początkowo podejrzewa dyrektora muzeum. Śledztwo zmienia jednak tok, kiedy okazuje się, że w sprawę zamieszany jest afrykański watażka. **60 min**

- 22.55** CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 10 (17, 18) – krym., USA/Kan.
0.45 Castle 2 (10, 11) – krym.
2.40 FBI 6 (9) – serial krym.
3.35 FBI: Most Wanted 5 (9) – serial kryminalny, USA
4.25 FBI: Most Wanted 2 (5) – serial kryminalny, USA
5.10 Blok promocyjny AXN

CANAL+ PREMIUM

- 7.30** Kwiat ośmiu gór – dok.
8.50 Łapu capu – pr. rozr., Pol.
9.05 Królowa chmur – film **FILM** obyczajowy, Polska 2003
10.25 Pod gwiazdzistym niebem – komedia romantyczna, USA 2025
12.05 Masz ci los! – komedia, **FILM** Polska 2023
13.35 Dahomej – film dokum.
14.45 Krucjata Bourne'a **FILM** – thriller, USA/Niem. 2004
16.30 Gorzko – film krótkometr.
17.00 Pompeje – film katastrof.
FILM Kanada/Niemcy/USA 2014
18.45 Łapu capu – pr. rozr., Pol.
18.50 Saga „Zmierzczyć” **FILM** Księżyc w nowiu – film fantasy, Australia/USA 2009, wyk. Kristen Stewart

SENSACYJNY

21.00 Apollo Has Fallen (8) – Wlk. Bryt./Francja 2026
 Zara i Vincent mają godzinę, by na zatłoczonym stadionie odnaleźć zakazaną wirusową Valerie. Toczy walkę z czasem, chcąc powstrzymać wybuch epidemii. **45 min**

- 21.45** 7 snajperów – thriller, **FILM** Australia/Wielka Brytania/USA 2026
23.15 Dorosłość – komedia **FILM** kryminalna, USA 2025
0.50 Zabójcza orka **FILM** – horror, Australia/USA/Wielka Brytania 2026

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

13 ULICA

- 6.15** Zbrodnie idealne (29, 30) – serial kryminalny, Fr. 2017
8.30 Agenci NCIS: Los Angeles 14 (5, 6) – sens.
10.20 Bez śladu 4 (13, 14) – krym.
12.05 Metoda Wagnera (6) – serial kryminalny, Fr. 2020
14.10 Zbrodnie idealne (31, 32) – serial kryminalny, Fr. 2017
16.25 Agenci NCIS: Los Angeles 14 (7, 8) – sens.
18.15 Bez śladu 4 (15, 16) – krym.
20.00 Metoda Wagnera (7) – serial kryminalny, Fr. 2020
22.00 Astrid i Raphaëlle 4 (1, 2) – krym., Fr./Bel./Szwajcaria
0.20 Podróżnik 3 (3) – krym., Fr.
2.20 Agenci NCIS: Los Angeles 14 (5, 6) – sens.
4.05 Zbrodnie idealne (29, 30) – serial kryminalny, Fr. 2017

POLSAT FILM

- 6.05** Górale (180-182) – dok.
7.25 Doktor Martin (32)
8.30 Przyjaźniółki (287, 288)
10.25 Świat według Kiepskich (136, 137, 54, 55, 203)
13.25 Skołowiany – komedia **FILM** romantyczna, Polska 2023
15.40 2012 – film katastroficzny, USA/USA/Kanada 2009
18.50 Searching – thriller, Rosja/**FILM** USA 2018, wyk. John Cho
21.00 Pukając do drzwi **FILM** – thriller, USA/Chiny/Japonia 2023, wyk. Dave Bautista
23.05 Jaś i Małgosia: towcy czarownic – film fantasy, Niemcy/USA 2013
0.55 48h. Zaginięni (87, 88) – serial kryminalny, Polska
2.55 Fala zbrodni (35, 36)
4.55 Na ratunek 112 (970, 971)

HBO

- 10.35** Harry Potter i Insignia Śmierci: Część 2 – film przyg., USA/Wlk. Bryt. 2011
12.45 Pasazerowie – dramat **FILM** s.f., USA/Australia 2016
14.40 Człowiek z błędną **FILM** – komediodramat, USA 2014
16.05 Green Book – dramat **FILM** obyczajowy, USA 2018
18.15 Serdecznie zapraszamy **FILM** – komedia, USA 2025
20.00 Droga Anglio (3, 4)
22.30 Druga młodość (7)
22.30 Nieczysta gra – dramat **FILM** krym., Australia/USA 2025
0.35 Koszmar minionej **FILM** lata – horror, USA/Australia/Kanada 2025
2.25 Holland – thriller, USA **FILM** 2025, wyk. Nicole Kidman, Gael García Bernal

WARNER TV

- 6.20** Teraz albo nigdy! 4 (4)
7.15 Prawo Agaty 3 (2-4)
10.10 Bajer z Bel-Air 5 (12, 13)
11.05 Cudotwórcy 3 (8, 9)
12.00 Teraz albo nigdy! 4 (4, 5)
13.55 Bajer z Bel-Air 5 (12-15)
15.55 Cudotwórcy 3 (8-10)
17.05 Tropielec (3) – serial krym.
17.45 Dziedzic maski – komedia **FILM** przyg., USA/Niemcy 2005
19.40 Ocean's Eleven: **FILM** Ryzykowna gra – kom. sens., USA/Australia 2001
22.00 Martwa cisza – thriller, **FILM** Australia/USA 1989
23.55 W sieci kłamstw – film **FILM** sensacyjny, USA 2008
2.25 Jak zdobywano Dzikie Zachód – western, USA 1962, wyk. Carroll Baker
5.25 Tropielec 2 (5) – krym.

ALE KINO+

- 7.00** Miss morkrogo **FILM** podkoszulka – komedia, Polska 2002
8.15 The Office PL 3 (11, 12)
9.25 Bestia 3 (5, 6) – krym., Kan.
11.20 Detektyw Foyle 2 (4)
13.30 Mój synowie – dramat **FILM** polityczny, Francja/Bel. 2024
15.55 Na pustyni nie ma cienia **FILM** – dramat obyczajowy, Francja/Izrael 2023
18.10 Detektyw Foyle 3 (1)
20.10 Zapowiedź – thriller, USA/**FILM** Wlk. Bryt./Australia 2009
22.35 Koniec lata (5, 6) – krym.
1.00 Ukryty motyw – thriller, **FILM** Dania/Szwecja/Francja 2024
3.05 Sortownia (7) – psycholog.
4.00 Świeżak – film krótkometr.
4.30 Fiber – film krótkometr.
4.50 Król (7) – serial sensacyjny

CANAL+ FILM

- 12.35** Sigourney Weaver. Ikona kina akcji – film dokum.
13.30 Cudowne życie **FILM** – komediodramat, Francja/Kanada 2025
15.10 Być kochaną – dramat **FILM** obyczajowy, Norwegia/Szwecja 2024
16.50 Zgred – dramat **FILM** obyczajowy, Polska 2025
18.15 Miss Potter – dramat **FILM** biograficzny, USA/Wielka Brytania 2006
19.45 Łapu capu – rozr., Pol. 2026
20.00 Bękarty wojny – dramat **FILM** wojenny, USA/Niemcy 2009
22.30 Zawód: Szpieg – dramat **FILM** sensacyjny, USA/Wielka Brytania/Niemcy 2001
0.35 Fanatyczka **FILM** – horror, Kanada 2024

SCIFI

- 6.00** Orphan Black: Echa (3) – serial s.f., Kanada 2023
7.00 SurrealEstate (1, 2)
9.00 Izombie 2 (6, 7)
11.00 Czardziejki 6 (6-9)
15.00 Izombie 2 (8, 9) – serial grozy, USA 2015-2016
17.00 Czardziejki 6 (10-13) – serial fantasy, USA
21.00 DOA: Żywy lub martwy **FILM** – film przygodowy, USA/Niem./Wielka Brytania 2006
22.50 10 Cloverfield Lane **FILM** – thriller, USA 2016
1.00 Dzień Swistaka **FILM** – komedia, USA 1993
3.00 Izombie 2 (6, 7) – serial grozy, USA 2015-2016
5.00 Orphan Black: Echa (3)

PARAMOUNT NETWORK

- 9.25** Policjnia grupa pościgowa 22 (5) – dok.
10.30 Pingwiny z Madagaskaru 2 (3) – serial animowany
11.00 Ślepy traf – thriller, USA **FILM** 2013, wyk. Ben Affleck
13.00 Czardziejki 6 (13, 14)
14.55 Wojownicze żółwie **FILM** ninja – przyg., USA 2014
16.55 Cast Away: Poza światem – dramat przygodowy, USA 2000
20.00 Londyn w ogniu **FILM** – film sensacyjny, Wielka Brytania/USA/Bulgaria 2016
22.05 Olimp w ogniu **FILM** – thriller, USA 2013
0.25 Suburba – film kryminalny, **FILM** Włochy/Francja 2015

FX

- 9.00** FBI 6 (2) – serial kryminalny
10.00 Agenci NCIS (23) – sens.
10.55 CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas (16) – krym.
11.50 CSI: Kryminalne zagadki Miami (1, 2) – serial krym.
13.45 Castle (12) – serial krym.
14.40 Lucifer (9) – serial krym.
15.35 CSI: Kryminalne zagadki Miami (3, 4) – serial krym.
17.25 Z archiwum X (1, 2) – s.f.
19.15 FBI 6 (3) – serial kryminalny
20.10 CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku (5) – krym.
21.05 Zabójcze umysły (5)
22.00 Tulsa King (2) – serial krym.
22.55 Terminator: Genisys **FILM** – film sens., USA/Kan. 2015
1.30 Z archiwum X (2) – s.f.

FILMBOX+ ONE

- 7.45** Agatha Christie: Kryminalne zagadki (15)
9.50 Vera 12 (5) – serial krym.
11.50 Zagadki kryminalne napanę nany Fisher 2 (8)
12.50 Agatha Christie: Kryminalne zagadki (16)
15.00 Strażnik Teksasu (11, 12)
17.05 Vera 13 (1) – serial krym.
18.55 Poirot (1) – krym., Wlk. Bryt.
20.00 Mississippi w ogniu **FILM** – dramat krym., USA 1988
22.45 Przekręt – komedia sens., **FILM** Wielka Brytania/USA 2000
1.00 Szczęki 4: Zemsta **FILM** – thriller, USA 1987
3.00 Kruk, zagadka zbrodni **FILM** – thriller, USA/Węgry/Hiszpania 2012, wyk. John Cusack

CANAL+ SERIALE

- 9.50** Planeta Singli. Ośiem historii (2) – serial kom.
10.40 Naruto 6 (19-21) – anime
12.10 Agentki (3, 4) – dok., Pol.
13.50 Piękna i łaka kwietnia **FILM** 13.30 Naruto 6 (16-18) – anime
16.00 Łapu capu Extra (10)
16.35 Wszystkie kolory świata (3, 4) – serial dokumentalny
18.35 Łapu capu – rozr., Pol. 2026
18.40 Captain Tsubasa (10-12)
20.00 Paryż w ogniu. Paris Has Fallen (3, 4) – serial sens.
21.40 Polityka (1, 2) – obycz., Pol.
21.50 Blizna (1, 2) – serial sens.
1.20 Hollywood Buzz – mag.
1.55 Sortownia (1, 2)
3.35 Twardzielki (5) – dok., Pol.
4.05 Chwile szczęścia (1, 2)

CANAL+ 360

- 13.00** Porzucone konstrukcje (3) – serial dokum., Wlk. Bryt.
14.00 Zholowani: ciężarówka w opalach 7 (4) – dok.
15.00 Okręty wojenne (1) – dok.
15.55 Sung Kang – szybki i dociekliwy (2) – dok.
16.50 Megatransports: ziemia, woda, powietrze (10)
17.55 Co poszło nie tak 5 (5) – serial dok., Wielka Brytania
18.55 Zholowani: ciężarówka w opalach 7 (2) – dok.
19.50 Straż graniczna USA 4 (1)
20.55 Moscow Noir (6) – krym.
21.50 13 posterunek 2 (39, 40) – serial komediody, Polska
23.05 Porzucone konstrukcje (4) – serial dok., Wlk. Bryt.

TLC	TLC
8.00 Mega-sknerzy	
9.00 Wiza na miłość: dalsze losy 9 – reality show, USA	
11.00 Siostry wielkiej wagi 7 (2) – serial dokumentalny	
12.00 Wspólne życie XXL 2	
13.00 Wiza na miłość: znowu do wzięcia 5	
15.00 Wiza na miłość: znowu do wzięcia. Między sporami – reality show	
16.00 Kilogramy zbednej skóry 3: Sal i Rebecca	
17.00 Skórce na ratunek (8) – serial dokum., Wlk. Bryt.	
18.00 Wiza na miłość: dalsze losy 9 – reality show, USA	



20.00 Wiza na miłość – oczami bohaterów 6	
21.00 Wiza na miłość: Single na polowaniu 2 (1)	
0.00 Dr Przyszyla 5: Skóra syrenki – serial dokum.	
1.00 Wiza na miłość – oczami bohaterów 6	
2.00 Wiza na miłość: Single na polowaniu 2 (1)	

POLSAT CAFÉ	POLSAT CAFÉ
6.00 Demakijaż (45-47) – rozr.	
7.30 Przypięci (74, 75) – serial obyczajowy, Pol.	
9.30 Hell's Kitchen – Piekelnia Kuchnia (65, 66) – reality show, Pol.	
12.30 Oszukane (19, 20) – serial paradokumentalny	
14.30 Bogaty dom – biedny dom (46, 47)	
16.30 Hell's Kitchen – Piekelnia Kuchnia (56)	
18.00 Nasz nowy dom (279, 280) – reality show	
20.00 Kolacja w ciemno (89)	
21.05 Więzienie kobiet (150, 151) – serial dokum.	



22.05 Kelnerki (7, 8) – serial dokumentalny, Pol. 2026	
23.00 Gry małżeńskie (134, 135) – reality show, Polska 2023-2024	
1.05 Więzienie kobiet (115-117, 1) – serial dokumentalny, Polska	
3.00 Zdrady (64-66) – serial paradokumentalny, Polska	

TVN STYLE	TVN STYLE
5.10 Tu jest pięknie (8) – rozr.	
5.35 Kuchenne rewolucje (13-ost.) – pr. rozr., Polska	
6.35 Mniej znaczy więcej. Live Better for Less (7-ost.) – mag.	
7.05 Co za tydzień – mag.	
7.45 Dzień Dobry TVN – mag.	
11.20 Zgłosz remont: spełniamy marzenia (1)	
12.20 Ugotowani (10)	
13.25 Kuchenne rewolucje (2, 1) – pr. rozr., Pol. 2023	
15.35 Ugotowani 13 (5)	
16.40 Pokuładani 2 (2) – rozr.	
17.40 Kuchenne rewolucje (5-7) – pr. rozr., Pol. 2024	



20.50 Jestem z Polski 18 (5)	
21.50 Jestem z Polski (12)	
22.50 Hotel Paradise 13 (35)	
23.45 EuroPOLKI studentki (12-ost.) – pr. rozr., Polska	
0.45 Egzotyczne wakacje na każdą kieszeń – rozr.	
1.45 Kto tu mieszka? (5)	
2.35 Wiem, co jem i wiem, co kupuję (1) – mag.	

Discovery	DISCOVERY CHANNEL
11.00 Klan z Alaski (14)	
12.00 Fani czterech kółek: w trasie 3	
13.00 Nagi instynkt przetrwania: Elita	
15.00 Złomowisko PL 11 (5)	
16.00 Kroniki policyjne: Szwecja 2	
17.00 Od samochodu do domu 3	
18.00 Przystanek Bieszczady (6)	
19.00 Nagi instynkt przetrwania 2 (5): Ogród zła	
20.00 Nagi instynkt przetrwania (6)	



21.00 Premiera: Fani czterech kółek: w trasie 3	
22.00 Od samochodu do domu 3	
23.00 Premiera: Kroniki policyjne: Szwecja 2	
0.00 Fani czterech kółek	
1.00 Premiera: Hotrod wg Kindiga 10	
2.00 Eurotruckersi (6)	

TVP HISTORIA	TVP HISTORIA
9.15 Stawka większa niż życie (15) – wojenny, Pol.	
10.15 Ex Libris – magazyn	
10.45 Towarzysz Włesław – od agitatora do dyktatora – film dok.	
11.50 Plaże Europy (5): Pozzuoli – cykl dokum.	
12.55 Tajemnice szpiegów. Atomowa gra (2): Zdraycy – serial dokum.	
14.00 Stawka większa niż życie (16) – wojenny, Pol.	
15.00 Sensacje XX wieku	
17.30 Wojenne dziewczyny 4 (41) – serial hist., Pol. 2021	
18.20 Ojciec i Pasterz – dok.	



20.00 Falszerzy. Powrót sfory (3) – sens., Pol. 2006	
20.55 Zapomniane agentki II wojny światowej (2) – hist., Niemcy/Wlk. Bryt.	
22.00 Otcłan: Powstanie i upadek nazizmu (7)	
23.00 Sensacje XX wieku	
0.50 Encyklopedia II wojny światowej	

FOKUS TV	FOKUS TV
9.00 Starożytni kosmici (7)	
10.00 Gwiazdy lombardu (6, 7) – reality show, USA	
12.00 Brń w hollywoodzkich filmach (4) – dok.	
12.30 Niezwykłe mekankonstrukcje ZSRR (6) – serial dokum.	
13.00 Poszukiwacze historii (8, 9)	
14.00 Okręty wojenne (8)	
15.00 Premiera: Poszukiwacze złota w Australii (2)	
16.00 Dorwać tuńczyka (5, 6)	
18.00 Rolnicy. Podlasie (13, 14) – serial dokum.	
20.00 Galileo 34 (23)	



21.00 Brń, która zmieniała świat (1) – dok., Australia	
22.00 Polowanie na Hitlera (1, 2) – serial dokum., USA	
0.00 Starożytni kosmici (4)	
1.00 Porzucone konstrukcje (12) – dok.	
2.00 Rolnicy. Podlasie (13-15) – serial dok., Pol.	
5.00 Kolowrotek (7, 8) – mag.	

METRO	METRO
6.05 Na Wspólnej (752) – obycz.	
7.35 Szpital (977-979) – paradok.	
10.35 Siedzia Anna Maria Wesołowska (511, 512)	
12.35 Szkoła (665) – paradok., Pol.	
13.35 Bez kompleksów – pr. rozr.	
14.35 Drugie serce (8) – telen.	
15.35 Druga szansa 2 (1) – obycz.	
16.45 The Floor – teleturniej, Pol.	
18.00 Złomowisko PL 6 – dok.	
19.00 Kartoteka 9 (9, 10)	
21.05 Kryminalni 4 (11, 12) – krym.	
23.20 Hannibal 3 (5) – serial krym.	
0.20 Zbrodnie z pierwszych stron gazet – serial dokum.	
1.20 Szpital (947) – paradok., Pol.	
2.20 Szkoła (672) – paradok., Pol.	
3.15 Nowa Maja w ogrodzie 3	
4.25 Szpital (946) – paradok., Pol.	

ZOOM	ZOOM
8.00 Strażnik Teksaś 4 (12, 13)	
10.00 Kobra – oddział specjalny (2, 3) – serial sens., Niemcy	
12.05 Bitwa o palety 2	
13.15 Wojny magazynowe: Kanada – reality show, Kan.	
14.25 Wojciech Cieljowski – bosy przez świat	
16.50 Sensacje XX wieku – hist.	
19.00 Kobra – oddział specjalny 24 (9, 10) – sens.	
21.00 CSI: Kryminalne zagadki Miami 9 (1, 2) – serial krym.	
23.00 Magia nagości. Polska 5	
0.00 Magia nagości. Niemcy	
1.05 Adam szuka Ewy. Niemcy 5 – pr. rozr., Niemcy	
2.05 I love kabaret – pr. rozr., Pol.	
5.20 I love kabaret EXTRA	

FOOD NETWORK	FOOD NETWORK
9.15 Makłowicz w drodze	
11.30 Kulinaryny rejs po Polsce	
13.15 Dzieciście mistrzostwa wypieków – telet. kulin.	
14.15 Gigantyczne co nieco	
15.15 24/24 – maraton kulinarny	
16.15 Kuchenne rewolucje – rozr.	
17.15 Upiorne ciasta	
17.50 Dzieciście mistrzostwa wypieków: Halloween	
18.50 Uczta w hotelu grozy	
19.50 Pyszne miejscówki – mag.	
20.50 Posiekani: gotowanie w dziczy – reality show	
22.25 Akcja: Restauracja!	
23.25 Posiekani – teleturniej kulin.	
0.25 Kto pokona Bobby'ego Flaya – reality show	
1.55 Turniej mistrzów kuchni	

DISCOVERY SCIENCE	DISCOVERY SCIENCE
6.00 Zwykle rzeczy – niezwykłe wynalazki 11: Szyby samochodowe – serial dokumentalny	
6.30 Zwykle rzeczy – niezwykłe wynalazki	
8.00 Jak działa wszechświat?	
11.00 Pomoc drogowa na Alasce – film dokum.	
13.00 Podziemie sekrety	
15.00 Jak działa wszechświat?	
18.00 Zwykle rzeczy – niezwykłe wynalazki	
21.00 Tajemnice ładowania na Księżyku: Tajna wojna kosmiczna CIA: Zamach na Armstronga – serial dok.	
23.00 Jak działa wszechświat?	
4.00 Podziemie sekrety	

NATIONAL GEOGRAPHIC	NATIONAL GEOGRAPHIC
13.00 Katastrofa w przestworzach	
15.00 Katastrofa w przestworzach: Raport specjalny	
16.00 Kluczo do przepowiedni	
17.00 Egipt: Miejsce pełne tajemnic: Pałac Cheopsa	
18.00 Czarnobyl: Świadczenia tragedii: Próba tuszowania	
19.00 Droga do wyzwolenia: Francja – serial dokumentalny	
20.00 Katastrofa w przestworzach: Tragiczna konferencja	
21.00 Ostatni łódź: Anatomia katastrofy	
22.00 Katastrofa w przestworzach: Raport specjalny	
23.00 Katastrofa w przestworzach: Ładowanie w rzecze	

BBC EARTH	BBC EARTH
12.30 Lodowe miasto: Życie na krawędzi – serial dokum.	
13.30 Siedem światów, jedna planeta – serial dokum.	
14.30 W okowach mrozu 9 – dok.	
15.30 Życie na pustkowi: powroty 3 – serial dokum.	
16.30 Dzikie zakątki Ziemi z Simonem Reeve'em 2	
17.40 Siedem światów, jedna planeta – serial dokum.	
18.45 Lodowe miasto: Życie na krawędzi – serial dokum.	
19.45 Fenomeny współczesnego życia 3 – serial dokum.	
20.55 W okowach mrozu 11 – serial dokumentalny	
22.55 Dzikie zakątki Ziemi z Simonem Reeve'em 2	

WP	WP
10.00 Strażacy z sąsiedztwa 2	
11.00 Wariaci za kierownicą 4	
12.00 Komisarz Cassandra: Zbrodnie w Alpach 8 (1)	
14.00 Pokochaj lub sprzedaj Vancouver 3: Lisa & Chris	
16.00 Pokochaj lub sprzedaj Quebec – reality show, Kan.	
16.55 Pogoda	
17.00 Niepojęte: Strefa tajemnic	
18.50 Makłowicz w podróży	
20.00 Policjanci w akcji (3, 4)	
21.50 Pogoda	
22.00 Mistrzowie Kabaretu 7	
22.55 1, 2... Kabareci! – rozr., Pol.	
23.55 Mistrzowie Kabaretu 12	
0.55 Mistrzowie Kabaretu 5	
1.50 Mistrzowie Kabaretu 11	

NOWA TV	NOWA TV
8.30 Więzienie – serial dokum.	
9.55 Wypasiona kuchnia – rozr.	
10.00 Ojciec Brown 2 (15, 16)	
12.00 Śmierć pod palmami 2 (8)	
13.00 Śmierć pod palmami 3 (1)	
14.00 Świat według Kiepskich (463, 464) – serial kom., Polska	
15.00 Świat według Bunchy 9 (205-210) – serial komediowy	
18.00 Ciekawie nowe lata miodowe (7) – serial kom.	
18.30 Miodowe lata (54-56)	
21.00 Zdrady (86) – paradok., Pol.	
22.00 Ślad (36, 37, 107) – krym., Pol.	
1.00 Lokow podołowy – dok.	
3.00 TV okazje	
3.50 Wehikuł czasu	
4.00 Daleko od noszy (126, 127)	

HGTV HOME & GARDEN	HGTV HOME & GARDEN
11.00 Wymarzony dom za granicą – program rozrywk.	
12.00 Nowe życie w starym domu 5 – program rozrywk.	
14.00 Odlotowy ogród – mag.	
14.35 Mieszkanie na miarę	
16.30 Polowanie na ogród 7	
18.10 Uchwylić dom – pr. rozr.	
19.10 Weekendowa metamorfoza – pr. rozrywk.	
20.05 Zgłosz remont 11 – pr. rozr.	
21.05 Dorota was urządzi! – rozr.	
22.35 Dobrze zrobione w domu – magazyn poradnikowy	
22.45 House Hunters – Poszukiwacze domów 6	
0.50 Poszukiwacze domów: Australia – serial dokum.	

TRAVEL CHANNEL	TRAVEL CHANNEL
12.15 Nowe życie w starym domu: Witajcie we Włoszech – pr. rozrywk.	
14.15 Człowiek kontra jedzenie	
14.50 Nieoczekiwane miejsca – serial dokumentalny	
15.50 Kulinarne podróże z Guyem Fierim – mag.	
16.55 Grenlandia – wyspa skarbów – serial dokum.	
18.55 Megalodunki – serial dok.	
21.00 Sprawa dla medium i detektywa – serial dokum.	
23.05 Kobieta na krańcu świata – serial dokumentalny	
0.50 Nowe życie w starym domu: Witajcie we Włoszech – pr. rozrywk.	

NATIONAL GEOGRAPHIC WILD	NATIONAL GEOGRAPHIC WILD
8.00 Waran z Komodo – dzień z życia – dok., Wlk. Bryt. 2024	
9.00 Niezwykły dr Pol	
12.00 Śmierć przychodzi po zmroku: Zapada mrok – dok.	
13.00 Olsniewająca Ameryka	
14.00 Dorastanie w świecie zwierząt: Szympaniętko	
15.00 Jak przeżyć na Alasce	
16.00 Olsniewająca Ameryka	
17.00 Sekretne życie pingwinów: Cesarские serce	
18.00 Amazonia (3) – film dokum.	
19.00 Stworzone, by przetrwać	
20.00 Niszczycielskie żywioły 2: Praca pod chmurką – dok.	
21.00 Niezwykły dr Pol	
2.00 Olsniewająca Ameryka	

POLSAT VIASAT HISTORY	POLSAT VIASAT HISTORY
11.05 Należici: korzenie zła	
12.05 II wojna światowa: cena imperium	
16.35 Wojna światowa: 1914-1945	
17.35 Człowiek: najważniejsza brń II wojny światowej	
18.45 Najważniejsze wydarzenia II wojny światowej w kolorze	
19.50 Kuba Rozpruwacz: krwawe szpalty (1) – krym.	
20.55 Tajne bazy nazistów 4	
22.10 Konstantyn Wielki	
23.20 Należici: korzenie zła	
0.15 II wojna światowa: cena imperium	
4.00 Tajne bazy nazistów 4	

CANAL+ KUCHNIA	CANAL+ KUCHNIA
15.45 Kucharskiego pomysłu na kuchnię – mag.	
16.45 Jamie Oliver: 5 składników – mag. kulin.	
18.40 Kuchenny recykling – mag.	
19.15 Włoskie życie Sophie Grigson – serial dokum.	
19.45 Jakubiani rozgryza Tajlandię i Kambodżę: Bangkok – serial dokum.	
20.20 Klejnoty Morza Śródziemnego: Hvar – dok.	
21.15 Anthony Bourdain – miejsca nieznane 11	
22.05 Kolacja z Gavinem Rossdale'em	

CANAL+ DOMO	CANAL+ DOMO
12.10 Wielkie projekty 21 – dok.	
13.05 Generalna odbudowa	
14.05 Po pierwsze: lokalizacja! 15.55 Mebiokreacje 3 – mag.	
16.50 Monty Don – brytyjskie ogrody – serial dokum.	
18.00 Uczestka na wies 23 – dok.	
19.00 Wielkie projekty 21 – dok.	
20.00 Daleko od miasta 14 – dok.	
21.00 Po pierwsze: lokalizacja! 21.55 Wielkie projekty: Nowa Zelandia 10 – serial dokum.	
22.50 W mieście czy na wsi?	
23.40 Mały metraż w wielkim stylu 3 – serial dokumentalny	
0.55 Generalna odbudowa	

SUPER POLSAT	SUPER POLSAT
10.00 Wydarzenia 24	
10.30 SuperMocni – mag.	
11.30 Świat według Kiepskich (430-433) – serial kom., Polska	
13.25 Fama – reality show, Polska	
14.25 Hell's Kitchen – Piekelnia Kuchnia 4 – reality show, Pol.	
15.55 Ninja Warrior Polska – reality show, Polska 2021	
17.55 Świat według Kiepskich (502, 503, 573, 574) – kom.	
20.00 Złomiarze – serial dokum.	
20.10 Gra dla dwójki – kom.	
FILM szpiegowska, USA/Niem. 2009	
23.40 Kapitan Phillips – dramat biograficzny, USA 2013	

TVP KOBIEȒA	TVP KOBIEȒA
13.00 Na dobre i na złe (624)	
13.55 Jerolim – budownicze świętego miasta	
15.00 Rodzinka.pl (108) – kom.	
15.30 Ojciec Mateusz 18 (227, 228) – serial kryminalny	
17.25 Podróż z Agatą Christie i sir Davidem Suchetem	
18.30 Rolnik szuka żony 13	
19.30 Panna młoda (29) – obycz.	
20.30 Złoty chłopak (256) – obycz.	
21.30 La Promesa – pałac tajemnic (347) – serial obycz.	
22.30 Księżka i ja 3: Królowski miesiąc miodowy – komedia romant., USA 2008	

PLANETE+	PLANETE+
13.40 Sekrety budowniczych piramid 2 – serial dokum.	
14.45 Krajobrazy świata – dok.	
15.50 360° Świat bez granic 11	
16.55 Świat z góry	
18.00 Dokąd dzisiaj? 4 – dok.	
18.15 Polska z góry: Blokowska	
18.40 Polska z góry. Naj... w Polsce 3 – serial dokum.	
19.10 Mam zamek 3	
19.45 Sapiens. Narodziny sztuki – film dokumentalny	
20.50 Należici i rynek sztuki – film dokumentalny	
22.00 Halloween – odwieczny mł (2) – film dokumentalny	

TVP DOKUMENT	TVP DOKUMENT
16.05 DNA – ukryta strona ogólnodostępnych testów – film dokumentalny	
17.05 Podróż z Agatą Christie i sir Davidem Suchetem	
18.05 Sanatorium miłości 7	
19.05 Nie mam czasu na niemłość – film dokum.	
20.10 Geografy z Nazca – film dok.	
21.20 Zjawiskowe góry Portugalii – dok., Portugalia	
22.25 Barbara Włodarczyk zaprasza – magazyn	
22.30 Gwardia Szwajcarska. Armia Watykanu – film dok.	
23.35 Miasto gniewu – serial dok.	

TVP SPORT 8.10 Koszykówka mężczyzn: NBA – mecz: Jazz – Los Angeles Lakers 10.10 Piłka nożna: PKO BP Ekstraklasa – mecz: Legia Warszawa – Lech Poznań 12.20 Piłka nożna: Betclitc 1. Liga – mecz: Ruch Chorzów – Pogoń Grodzisk Mazowiecki 14.30 Piłka nożna: Betclitc 2. Liga – mecz: GKS Tychy – Podhale Nowy Targ 16.45 Magazyn 2. ligi piłkarskiej – mag. 17.30 Betclitc 1. Liga magazyn – magazyn piłkarski	EUROSPORT 1 11.30 Narciarstwo alpejskie: Zawody Pucharu Świata w Sölden 12.30 Snooker: Turniej Northern Ireland Open w Belfascie 14.30 Narciarstwo alpejskie: PS w Sölden – slalom gigant kobiet i mężczyzn 16.00 Wspinaczka: Zawody World Series w Santiago 17.00 Wspinaczka: Zawody World Series w Santiago – prowadzenie – finały 18.00 Narciarstwo alpejskie: PS w Sölden – slalom gigant kobiet	POLSAT SPORT 1 8.30 Siatkówka mężczyzn: TAURON Liga: Podziemia Kredowe Chłsk Chelm – Asseco Resovia Rzeszów 11.00 Siatkówka mężczyzn: Al-KO Supercuphar Polski – mecz: Warta – Bogdanka LUK Lublin 13.30 Tenis: Turniej ATP w Bazylei – mecz 1. rundy gry pojedynczej (live) 15.30 Tenis: Turniej ATP w Bazylei – 1. runda (live) 17.20 Siatkówka kobiet: TAURON Liga Kobiety: BKS ZGO Bielsko-Biala – ŁKS Commercecon Łódź (live)	TVP ABC 10.20 Przygody Bolka i Lolka 10.45 Reksio 11.05 Pajak Lucas 2 11.35 Pszczółka Maja 12.00 Strażak Sam 10 12.25 Domisie 12.50 Mrówki góra! Sekretne życie roślin – magazyn przyrodniczy 13.00 Figa Migu na planecie Czochar 13.20 Oktonauci 13.50 Odo 14.05 Nawet nie wiesz, jak bardzo Cię Kocham 14.35 Bązrolinka 14.45 Oli i Luna	MINIMINI+ 4.32 Księżniczka Hania i Grymasek 4 4.38 Detektyw Łodyga 4 5.05 Bardzo male stworzonka 6.10 Dora i przyjaciele 7.33 Kicia Kocia 8.30 Cloudy & Stormy 9.05 Bing 10.00 Pszczółka Maja 2 11.25 Baczne oczka 11.55 Marta mówi 12.50 Moje urodziny 12.59 Marta mówi 14.00 Basia 2 15.10 Kicia Kocia 15.55 44 Koty	TVN 24 7.30 Rozmowa Piaseckiego – program publicystyczny 8.00 Serwis informacyjny, Prognoza pogody 10.00 Serwis informacyjny, Prognoza pogody 11.00 Serwis informacyjny, Prognoza pogody 12.00 Serwis informacyjny, Prognoza pogody 14.00 Serwis informacyjny, Prognoza pogody 15.00 15 na żywo – mag. inf. 16.00 Fakty po południu 18.00 Tak jest – pr. publicyst. 19.15 Serwis informacyjny 19.30 Fakty po Faktach
17.55 Piłka nożna: Betclitc 1. Liga – mecz: Warta Poznań – ŁKS Łódź (live) 20.05 Betclitc 1. Liga magazyn – magazyn piłkarski 21.35 GOL – magazyn piłkarski 23.05 Sportowy wieczór 23.35 Boks: KnockOut Boxing Night 46 w Zakopanem – podsumowanie	19.00 Narciarstwo alpejskie: Zawody Pucharu Świata w Sölden – 2. przejazd slalomu giganta mężczyzn 20.00 Jeździectwo: Global Champions Tour w Kairze 22.00 Biegi górskie: GT World Series 23.00 Biegi górskie: GT World Series	20.00 Tenis: Turniej ATP w Bazylei – mecz 1. rundy gry pojedynczej (live) 23.00 Formula 1: Grand Prix USA 0.00 Siatkówka mężczyzn: Al-KO Supercuphar Polski – mecz: Warta – Bogdanka LUK Lublin 2.00 Boks	15.15 Al-Chemik 15.35 Lassie i przyjaciele 16.05 Ricky Zoom 16.35 44 Koty 16.45 44 Koty 2 17.05 Dino Ranczo 17.30 Super Wings 18.00 Underdog 18.30 The Garfield Show 19.00 Dolina Muminków 3	17.20 Staś i fajna Babcia 17.50 Moje urodziny 17.57 Staś i fajna Babcia 18.40 Dora poznaje świat 7 19.35 Kicia Kocia 20.25 Mały Charlie 21.36 Zouk 22.04 Trojaczki 22.45 Polly Pocket 6 23.24 Przyjaciółki	20.00 Kropka nad i – pr. publ. 20.30 Czarne na białym 21.00 Polska i świat 22.00 Szkło kontaktowe 23.00 Dzień po dniu 0.25 Biznes – pr. publicyst. 0.45 Fakty po Faktach 1.20 Kropka nad i – pr. publ. 1.50 Tak jest – pr. publicyst. 2.50 Nowa Maja w ogrodzie
CANAL+ SPORT 7.45 Sport+ 9.00 Piłka nożna: Liga hiszpańska: FC Barcelona – Real Madryt CF 11.20 Piłka nożna: PKO BP Ekstraklasa – mecz: Legia Warszawa – Lech Poznań 13.40 Sport+ 14.45 Liga+ Extra 16.45 Wysoki Pressing 18.30 Sport+ 19.30 Jej Wysokość Premier League 21.00 Piłka nożna: Liga hiszpańska – mecz: FC Barcelona – Real Madryt CF 23.05 Ekstraklasa po godzinach 0.15 Ekstraklasa 1.20 Premier League Stories (9)	EUROSPORT 2 13.30 Narciarstwo alpejskie: Zawody PS w Sölden 14.30 Snooker: Turniej Northern Ireland Open w Belfascie 16.30 Narciarstwo alpejskie: Zawody PS w Sölden 18.00 Snooker: Turniej Northern Ireland Open w Belfascie 20.00 Wspinaczka: Zawody World Series w Santiago – speed kobiet i mężczyzn – finały 21.00 Wspinaczka: Zawody World Series w Santiago 22.00 Snooker: Turniej Northern Ireland Open w Belfascie – mecz finałowy 0.00 Wspinaczka: Zawody World Series w Chamonix – prowadzenie – finały	POLSAT SPORT 2 6.00 Short track: Zawody World Tour w Vancouver – 3. dzień 8.30 Koszykówka mężczyzn: PGE Basket Liga – mecz: Legia Warszawa – Stal Ostrów Wlkp. 11.00 Łyżwiarstwo figurowe: Grand Prix Francji 13.30 Tenis: Turniej ATP w Wiedniu – mecz 1. rundy gry pojedynczej (live) 15.30 Tenis: Turniej ATP w Wiedniu – mecz 1. rundy (live) 17.30 Tenis: Turniej ATP w Wiedniu – mecz 1. rundy (live) 20.00 Tenis: Turniej ATP w Wiedniu – mecz 1. rundy (live) 22.30 Piłka nożna: Liga włoska: Udinese Calcio – AC Milan 1.00 Sporty walki: FEN	NICKELODEON 8.10 SpongeBob Kanciatopory 9 8.40 Harmidom 2 9.10 Harmidom 8 9.40 Harmidom 5 10.05 SpongeBob Kanciatopory 12 10.35 SpongeBob Kanciatopory 8 11.30 SpongeBob Kanciatopory 12 11.50 Grzmotomocni: Tajniacy 12.20 Niebezpieczny Oddział 2 12.50 Niebezpieczny Henryk 13.20 SpongeBob Kanciatopory 8 14.20 Harmidom 6 15.20 Harmidom 2 15.35 Harmidom 4	TELETOON+ 8.19 Kumpel z dżungli – na ratunek! 8.45 Gadający Tom i przyjaciele 3 9.22 Było sobie życie 9.51 Ki i Hi w Królestwie Pandy 10.21 Angelo rzadzi 10.51 Siostry 2 11.25 Polly Pocket 6 12.18 Charlotte i trzy muszkieterki 12.47 Kumpel z dżungli na ratunek! 3 13.14 Kumpel z dżungli – na ratunek! 13.40 Polly Pocket 6 14.23 Dinus i Lusja 14.50 Siostry 3 15.20 Polly Pocket 6	TVP info_ 15.30 Serwis Info Dzień 15.45 Panorama 16.00 Dzień w godzinie 17.00 Teleexpress 17.15 Teleexpress Extra 17.35 Panorama 17.42 Wykrzykacz kłamstw 18.00 Panorama 18.30 Kontrapunkt 19.30 Program informacyjny 19.30 20.18 Bez retuszu 21.00 Kwiatki polskie 21.45 Panorama 22.10 Oko na świat 22.30 Program informacyjny 19.30 22.45 112. Magazyn kryminalny 23.00 Wydarzy się jutro
CANAL+ SPORT 2 8.15 Tenis: Turniej WTA w Ningbo – finał gry pojedynczej 11.00 Tenis: Turniej WTA w Ningbo – półfinał gry pojedynczej 13.15 Tenis: Turniej WTA w Ningbo – półfinał gry pojedynczej 15.30 Tenis: Turniej WTA w Ningbo – finał gry pojedynczej 18.00 Tenis: Turniej WTA w Ningbo – półfinał gry pojedynczej 20.15 Tenis: Turniej WTA w Ningbo – półfinał gry pojedynczej 22.30 Tenis: Turniej WTA w Ningbo – finał gry pojedynczej 1.00 8 wspaniałych (1) 2.00 Piłka nożna: PKO BP Ekstraklasa – mecz: Widzew Łódź – Górnik Zabrze	ELEVEN SPORTS 1 12.00 Piłka nożna: Liga portugalska – mecz: Gil Vicente FC – FC Porto 14.00 Formula 1: Grand Prix USA 16.00 Bundesliga Clubs 16.20 Bundesliga Clubs 16.40 Bundesliga Clubs 17.00 Ligue 1 (8) 17.40 Bundesliga (7) 18.20 Serie A (8) 19.00 Formula 1: Grand Prix USA 19.40 Piłka nożna: Liga portugalska – mecz: CD Santa Clara – SL Benfica (live) 21.55 Eleven Top Goals 22.55 Eleven Gol 0.15 RC Lens – Sekrety sukcesu	POLSAT SPORT 3 11.00 Koszykówka mężczyzn: PGE Basket Liga 13.00 Short track: Zawody World Tour w Vancouver – 2. dzień 15.30 Łyżwiarstwo figurowe: Grand Prix Francji 18.00 Piłka ręczna kobiet – mecz towarzyski: Polska – Islandia 20.00 Magazyn ligi holenderskiej 20.30 Piłka nożna: Liga holenderska 23.00 Handball Arena 0.00 Piłka ręczna mężczyzn: LOTTO Superliga – mecz: ORLEN Wisła Płock – PGE Wybrzeże Gdańsk 2.00 Sporty walki: Babilon MMA	NICK JR. 8.10 Świnka Peppa 4 8.20 Wszyscy razem, śladem Blue! 2 8.50 Barabapapa i jego rodzinka 9.20 Barabapapa i jego rodzinka 2 9.40 Pan Krokodyl 10.35 Świnka Peppa 8 10.50 Santiago z morza 11.15 Dora 4 11.45 Zwierzęce zagadki 12.20 Rubble i jego ekipa 2 12.50 Psi Patrol 5 13.40 Świnka Peppa 3 13.55 Barabapapa i jego rodzinka 2 14.25 Barabapapa – szczęśliwa rodzinka	DISNEY JUNIOR 7.00 Blue 8.00 Spidey i superkumple 4 8.30 Jej Wysokość Zosia: Królewska Szkoła Magii 9.00 Klub Myski Miki Plus 10.00 Blue 2 11.00 Jej Wysokość Zosia: Królewska Szkoła Magii 11.30 Psia Brygada 12.00 Spidey i superkumple 4 12.30 Blue 13.30 Klub Myski Miki Plus 14.00 Superkumple 3 14.30 Jej Wysokość Zosia: Królewska Szkoła Magii 2 15.00 Iron Man i super ekipa 15.30 Spidey i superkumple 4 16.00 Blue	POLSAT NEWS 8.00 Nowy dzień 10.00 W rytmie dnia 12.50 Wydarzenia 12.50 13.30 W rytmie dnia 15.30 Sport 15.50 Wydarzenia 15.50 16.30 Punkt widzenia Jankowskiego 18.00 Najważniejsze pytania 19.15 Gość „Wydarzeń” 19.50 Debaty Gozdry 21.50 Wydarzenia wieczorne 22.30 Dzień na świecie 23.30 Obraz dnia 0.00 Najważniejsze pytania 1.25 Punkt widzenia Jankowskiego 2.40 Wydarzenia wieczorne
CANAL+ SPORTS 8.30 Wysoki Pressing 10.15 Byłem królem 11.30 Żużel: PGE Ekstraliga: Betard Sparta Wrocław – KS Toruń 14.15 Gala PGE Ekstraligi 17.15 Piłka nożna: Liga hiszpańska – mecz: FC Barcelona – Real Madryt CF 19.30 Hola LaLiga 21.00 Ekstraklasa po godzinach 22.00 Turbokozak (5) 23.00 Ekstraklasa 0.15 Boks 1.20 Ligomistrzowe historie (3) 2.20 Piłka nożna: PKO BP Ekstraklasa: Legia – Lech	ELEVEN SPORTS 2 12.00 Piłka nożna: Liga niemiecka – mecz: Borussia Dortmund – Eintracht Frankfurt 14.00 Piłka nożna: Liga włoska – mecz: Inter – ACF Fiorentina 16.00 Piłka nożna: Liga niemiecka – mecz: SC Freiburg – Bayern 18.00 Formula 1: Grand Prix USA 20.00 Piłka nożna: Liga włoska – mecz: SSC Napoli – AS Roma 22.00 Podróż do świata Calcio 22.40 Bundesliga (7) 23.20 Serie A (8) 0.00 Piłka nożna: Liga francuska – mecz: Paris Saint-Germain – Olympique Lyon	POLSAT PLAY 6.00 Budowlany 6.30 Kolowrotek 7.00 Dorwać tuńczyka 9.05 Winy magazynowe 10.05 Gwiazdy lombardu 11.00 Hardkorowy lombard 14.00 Polacy za granicą 16.00 Złomiarze 18.00 Poszukiwacze historii 20.00 Złomiarze 22.00 Samochodowi handlarze 0.05 Łowca pedofili 1.10 Wzięzione 2.05 Złomiarze 3.10 Starożytni kosmici 5.05 Starożytni kosmici 14	TVN TURBO 11.15 Wojny samochodowe 12.15 Naprawy nie do naprawy 13.00 Zawodowi handlarze 14.30 Wojny samochodowe 16.30 Jeździć, obserwować 18.00 Raport Turbo 18.15 Wojny samochodowe 19.15 Kupione, zrobione, sprzedane 20.15 Cieżarówka przez pół świata 21.15 Zawodowi handlarze 22.00 Raport Turbo 22.15 Polski supersamochód 23.00 Jeździć, obserwować 23.45 Naprawy nie do naprawy	TVS 16.50 Wydział kryminalny Kitzbühel 17.50 Doktor z alpejskiej wioski – nowy rozdział 18.50 Doktor Kleist – lekarz rodzinny 19.50 Kino TVS: Rosamunde FILM Pilcher: Zamiana domów – melodramat, Niemcy 2016, reż. Stefan Bartmann 21.50 Kino TVS: Rosamunde FILM Pilcher: Dziedzicstwo miłości – melodramat, Niemcy 2007 23.35 Doktor z alpejskiej wioski – nowy rozdział	TV TRWAM 16.00 Informacje dnia 16.10 Sanktuaria polskie 16.30 Porady medyczne bonifratrów 17.00 Świadkowie 17.30 Spotkanie Rodziny Radia Maryja 20.00 Informacje dnia 20.20 Różaniec 20.50 Myśląc Ojczyzna 21.00 Apel Jasnogórski 21.20 Informacje dnia 21.40 Polski punkt widzenia 22.00 Głos serca 22.45 Z wędką nad wodę w Polskę i świat

Choć Katarzyna Medycejska (Samantha Morton) nie spodziewała się, że zostanie królową, ostatecznie poradziła sobie w tej roli.



Na faktach

KRÓLOWA WĘŻY

Cierpliwie do celu

Nazywano ją z pogardą „kupiecką córką”, ale także doceniano jej inteligencję.

➔ **KRÓLOWA WĘŻY**
WT 27.10 godz. 21.00
VIASAT EPIC DRAMA

Przez swoich współczesnych Katarzyna Medycejska była nazywana „czarną królową”, a czasem nawet „czarną żmiją”. Kolor w tym przydomku nawiązywał do ciemnych sukien, które zwykła nosić, zaś nazwa węży – do jej fascynacji alchemią i magią, a także do intryg, dzięki którym rozgrywała wrogów. Choć pochodziła z rodu bankierów, znakomicie odnalazła się w realiach XVI-wiecznego francuskiego dworu. Potrafiła też cierpliwie doczekać śmierci Henryka II, by stać się jedną z najpotężniejszych władczyń w dziejach Francji...

Pod opieką papieża

Nic nie zapowiadało, że Katarzyna zostanie kiedyś królową. Tuż po narodzinach została osierocona – jej matka, hrabianka Madeleine de la Tour, zmarła w po-

łogu, a ojciec, Wawrzyniec II Medyceusz, dokonał żywota trzy tygodnie później. Na skutek syfilisu... Dziewczynką zaopiekowali się krewni: najpierw babcia ze strony ojca, potem ciotka. A gdy Medyceusze stracili władzę we Florencji, Katarzyna trafiła na kilka lat do klasztoru. Stamtąd uwolnił ją dopiero kuzyn Giulio de Medici, który w 1523 roku został wybrany na papieża i przyjął imię Klemens VII.

Na papieskim dworze nauczyła się greki, łaciny i języka francuskiego. Zainteresowała się również matematyką i astrologią. Kiedy skończyła 14 lat, Klemens VII uznał, że czas wydać ją za męża. Wybrał dla niej Henryka, księcia Orléanu, drugiego syna króla Francji Franciszka I. Ten mariaż miał umocnić sojusz papiewa z Francją, a tym samym, zwiększyć wpływy rodziny Medyceuszów na terenie Włoch. Młoda para

pobrała się 28 października 1533 roku w Marsylii.

Francuski dwór nie przyjął jej najlepiej – pogardzano jej „kupieckim” pochodzeniem, podejrzewano o szpiegostwo na rzecz papieża, a potem wypominano, że jej posag nie został wypłacony w całości z powodu śmierci Klemensa VII. Jedyną życzącą jej osobą był teść, Franciszek I. Niestety, zmarł w marcu 1547 roku. Ponieważ jego starszy syn, Franciszek III Bretoński, już 11 lat wcześniej niespodziewanie opuścił ziemski padół, na tronie zasiadł mąż Katarzyny, Henryk II.

Dla siebie i synów

Awans na królewską małżonkę nie poprawił znacząco jej sytuacji. Wszystko przez Diane de Poitiers, damę dworu, która miała ogromny wpływ na życie i decyzje Henryka II. Choć była od niego starsza o dwie dekady, potrafiła rozkochar

Jej mąż, Henryk II (Lee Ingleby), wolał spędzać czas z kochanką, Diane de Poitiers, ale odwiedzał też często alkowę żony.



go w sobie do szaleństwa. Ale oprócz urody miała też rozum – wiedziała, że lepiej dla niej będzie, jeśli Katarzyna urodzi królowi potomstwo. W przeciwnym razie Henryk zacznie rozglądać się za nową żoną, a ta może jej zagrozić. Dlatego też namawiała ukochanego do jak najczęstszych odwiedzin alkowy żony. Katarzyna urodziła 10 dzieci...

Gdy w 1559 roku Henryk II zmarł na skutek ran odniesionych w turnieju rycerskim, Katarzyna poczuła, że wreszcie nadszedł jej czas. Wprowadziła na tron francuski trzech swoich synów, którym chętnie doradzała. Ale nie ustrzegła się błędów, które doprowadziły do krwawych wojen religijnych. Prawnuczka Wawrzyńca Wspaniałego, żona Henryka II i matka trzech królów Francji ostatnie tchnienie wydała 5 stycznia 1589 roku na zamku w Blois.

HANNA MIŁKOWSKA

M JAK MIŁOŚĆ

Rabat za urok

➔ M JAK MIŁOŚĆ WT 27.10
godz. 20.50 TVP 2

Ewelina (Anna Jarosik) z Michałem (Tomasz Rożniatowski) będą szukać domu do wynajęcia. Mateusz (Rafał Kowalski) znajdzie ciekawe ogłoszenie w Grabinie – zajrzy na posesję i pozna atrakcyjną Sarę (Adrianna Lzydorczyk), która odziedziczyła dom po ciotce. Naza jutrz do Mateusza przyjadą

Michał z Ewelina oraz koledzy z uczelni, m.in. Majka (Matylda Giełżno) z Tomkiem (Chris Cugowski), by razem obejrzeć dom. Czyszn okaże się za wysoki, ale Mostowiak przekona Sarę, której wpadł w oko, by obniżyła go w zamian za remont wykonany przez studentów. Humor popsuje mu później Tomek, wyznając, że chce oświadczyć się Majce. **BD**

Sara zaproponuje Mateuszowi, że odwiedzi go do Warszawy, gdzie prowadzi siłownię. Student, który postanowił opuścić sobie Majkę, przyjmie jej pomoc.



Ewelina wyjdzie ze szpitala na żądanie i... wróci do przemocowego męża.

Kalski zmanipuluje żonę i córkę, wmawiając im, że nadal muszą być rodziną.

NA WSPÓLNEJ

Syndrom sztokholmski

➔ NA WSPÓLNEJ WT 27.10
godz. 20.15 TVN

Kiedy Kalski (Michał Sitarski) podjedzie pod szkołę Jagody (Laura Zawadka) i zawoła córkę, dziewczyna będzie w szoku. Okaze się, że na miejscu pasażera siedzi jej matka (Marta Malikowska)! Greg, jak gdyby nigdy nic, oznajmi Jagodzie z uśmiechem, że całą rodziną wracają do domu. Gdy

Weronika (Renata Dancewicz) dowie się, że Jagoda się od niej wyprowadziła, zdenerwowana pojedzie prosto do szpitala psychiatrycznego, a tam odkryje, że Kalska właśnie wypisała się na własne życzenie! Zszokowana Roztocka pojawi się więc pod domem Kalskich i zapowie Gregowi, że nie ruszy się, dopóki nie porozmawia z jego żoną. **JP**

drażnienie otworu w ścianie	▼	państwo ze stolicą w Helsinkach	▼	ojciec chrzestny	▼	grał Franka Dolasa	gratka, okazja	▼	pierwiaszek, l. at. 2	▼	w ręku murarza	▼	bogini zwycięstwa	▼	koniec wyścigu
▶				dekret carski	▶			7	określenie	▶					
zielony owoc z meszkiem		kapitan z powieści Verne'a	▶				Violetta „Ranczo”	▶					wchodzi w skład kompanii		karambol
▶				geograficzna na mapie			futrzanyszał		strzał po faulu	▶	kij bijący przy młóceniu		4		
wibrujący głos		... Krukówna, aktorka	▶		▼			▼				resort		bokobrody	
▶				tapir grzywiasty	▶			1	niedopalek papierosa	▼	wzmocnia głos		5		
... Reno, „Purpurowe rzeki”		marzyciel z wiersza Tuwima	▶					rodzaj sita	▶						
▶				Christopher „Łowca jeleni”	▶			2			odgazowany węgiel	▶			6
myszka z filmów Disneya		twarde włókno	▶						ucisk, despotyzm	▶					

1	2	3	4	5	6	7
---	---	---	---	---	---	---

Wpisz
rozwiązanie

CHWILA NA RELAKS

TVP 1

- 4.55 Wykrywacz kłamstw** – pr. publicyst., Pol. 2025-2026
- 5.15 Pytanie dnia** – program publicystyczny, Pol. 2026
- 5.35 Reporterzy** – magazyn reporterów
- 5.45 Oko na świat** – magazyn, Polska 2024-2026
- 6.10 Akacyjowa 38** (969) – telenowela, Hiszpania 2018
- 7.00 Transmisja mszy świętej z Sanktuarium Matki Bożej na Jasnej Górze**
- 7.30 Kościół z bliska** – magazyn religijny, Polska 2012-2026
- 8.00 Serwis Info** – pr. inform., Pol.
- 8.10 Pogoda Info**
- 8.25 Zaraz wracam 3** (163) – serial obyczajowy, Pol. 2026
- 9.05 Ranczo 4** (41) – serial obyczajowy, Polska 2009
- 10.05 Komisarz Alex 3** (37) – serial kryminalny, Polska 2013
- 11.00 Ojciec Mateusz 23** (302) – serial kryminalny, Pol. 2020
- 12.00 Serwis Info** – pr. inform., Pol.
- 12.10 Agrobiznes** – mag. rolniczy
- 12.30 Agropogoda**
- 12.35 Magazyn rolniczy**
- 13.05 Natura w Jedyńce: Ptaki znad mokradeł** – film dok., USA 2022 (patrz obok)
- 14.00 Splątane losy** (75) – serial obyczajowy, Turcja 2024
- 15.00 Serwis Info** – pr. inform., Pol.
- 15.10 Reporterzy** – magazyn reporterów
- 15.35 Gra słów. Krzyżówka** – teleturniej, Pol. 2019-2026
- 16.00 Dziedzictwo** (1058) – serial obyczajowy, Turcja 2020
- 17.00 Teleexpress, Pogoda**
- 17.25 Jaka to melodia?** – teleturniej muzyczny
- 18.05 Klan** (4763) – telenowela, Polska 2026
- 18.40 Akacyjowa 38** (986) – telenowela, Hiszpania 2018
- 19.30 Program informacyjny 19.30**
- 19.55 Pytanie dnia** – program publicystyczny, Pol. 2026



13.05 DOKUMENT

Ptaki znad mokradeł

Twórcy przedstawiają zachowania trzech niezwykle gatunków ptaków. Zobaczymy zamieszkującego Amerykę Północną żurawia kanadyjskiego, lasówkę złotawą, a także kaczkę krzyżówkę, czyli najpospolitszy rodzaj ptaka wodnego na tym kontynencie. **55 min**



20.30 OBYCZAJOWY

Felicità (21)

Zoska i Ewka zyskują argumenty do konfrontacji z Piotrem. Marco angażuje się w sprawę Davide. Tymczasem Enzo (Eugenio Ricciardi, zdj.) wyjawia Stelli prawdę o sobie. **35 min**

TVP 2

- 4.35 Na dobre i na złe** (963): Strach przed utratą – serial obyczajowy, Polska 2025
- 5.35 M jak miłość** (1868) – serial obyczajowy, Polska 2025
- 6.25 Zanurzeni w historii** – reportaż, Polska 2026
- 6.55 Barwy szczęścia** (3427) – serial obyczajowy, Polska 2026
- 7.30 Pytanie na śniadanie – pobudka** – magazyn, Polska 2026
- 7.55 Pytanie na śniadanie**
- 11.45 Rosół polski** (44) – magazyn kulinarny, Polska 2026
- 12.25 Koło fortuny** – teleturniej, Polska 2026
- 13.15 Panna młoda** (233) – serial obyczajowy, Turcja 2024
- 14.05 Va banque** – teleturniej, Polska
- 14.35 Na sygnale** (943): Ja tu rządzę! – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2026
- 15.05 La Promesa – pałac tajemnic** (507) – serial obyczajowy, Hiszpania 2024
- Jana opowiada Pii o tym, co łączy ją z Manuelem. Martina prosi Julię, by została w La Promesa kilka dni. Wśród służby narasta napięcie. Petra unika Teresy. Nie potrafi pogodzić się z tym, że po śmierci Feliciana tak szybko związała się z innym mężczyzną. **55 min**
- 16.00 Koło fortuny** – teleturniej, Polska 2026
- 16.35 Familiada** – teleturniej
- 17.20 Panna młoda** (234) – serial obyczajowy, Turcja 2024
- 18.15 Va banque** – teleturniej, Polska
- 18.50 Jeden z dziesięciu** – teleturniej
- 19.25 Barwy szczęścia** (3427) – serial obyczajowy, Polska 2026
- 19.55 Domowe patenty 3** (2) – magazyn poradnikowy, Polska 2026



20.05 OBYCZAJOWY

Barwy szczęścia (3428)

Weronika (Maria Świąła, zdj.) kontynuuje dziennikarskie śledztwo w sprawie fałszywych recept na opioidy. Łączenie pracy z opieką nad matką Modrzyckiego (Elżbieta Kijowska, zdj.) doprowadza jednak do kolejnych śpieć w redakcji i jej konfliktu z Kornelem. **35 min**



22.20 OBYCZAJOWY

SOR (2)

Do szpitala trafia ciężko ranny motocyklista. Kaska musi zaufać własnej intuicji. Piotr walczy o to, by jego diagnoza została potraktowana poważnie przez ordynatora (Ireneusz Czop, zdj.). **45 min**

polsat

- 4.40 Disco Gramy** – program muzyczny, Polska 2026
- 5.25 Tezakupy TV Okazje**
- 6.00 Nowy dzień z Polsat News** – program informacyjny
- 8.20 Trudne sprawy** (1126) – serial paradokumentalny, Polska 2022
- 9.20 Dlaczego ja?** (949-951) – serial paradokumentalny, Polska 2019
- 12.20 Gliniarze. Śląsk** (39): Mój ból – serial kryminalny, Polska 2026
- 13.20 Gliniarze** (1022, 1023): Prywatne sprawy: Tajemnice z przeszłości – serial paradokumentalny, Polska
- 15.30 Wydarzenia 24**
- 15.50 Pogoda**
- 15.55 Gliniarze** (1255): Włamanie idealne – serial paradokumentalny, Polska 2026
- Z firmowego sejfu hurtowni skradziono prawie pół miliona złotych. Początkowo podejrzenie pada na pracowniczkę znającą kody do systemów alarmowych. Okazuje się jednak, że takich włamań było więcej. **60 min**
- 16.55 Gliniarze. Śląsk** (40): Efekt motyla – serial kryminalny, Polska 2026
- Śledczy wyjaśniają okoliczności pobicia i zgwałcenia studentki. Świadek próbował pomóc ofierze, lecz sam również został zaatakowany. Poszkodowana miała problemy w trakcie praktyk w jednej ze szkół średnich. **65 min**
- 18.00 Pierwsza miłość** (4273) – serial obyczajowy, Polska 2026
- 18.50 Wydarzenia**
- 19.15 Gość „Wydarzeń”** – program publicystyczny
- 19.30 Sport, Pogoda**
- 19.55 Milionerzy** – teleturniej, Polska 2026 (patrz obok)



19.55 TELETURNIEJ

Milionerzy (152)

Hubert Urbański (zdj.) zaprasza do gry kolejnych uczestników, którzy próbują spełnić marzenie o milionie złotych. Od nagrody głównej dzieli ich dwanaście pytań z różnych dziedzin. W przypadku wątpliwości mogą oni skorzystać z kół ratunkowych, np. pomocy prowadzącego. **40 min**



20.35 SENSACYJNY

Szklana pułapka 3

Porucznik McClane (Bruce Willis, zdj.) tropi terrorystę podkładającego w Nowym Jorku bomby. Jego nieoczekiwanym sojusznikiem zostaje sprzedawca Zeus (Samuel L. Jackson, zdj.). **160 min**

REKLAMA

SOR wtorek 22:20

TVP 2

TVP VOD

- 20.10 Sport, Pogoda**
- 20.30 Felicità** (21) – serial obyczajowy, Polska/Włochy 2026 (patrz obok)
- 21.05 Sekielski wieczorową porą** – program publicystyczny, Polska 2025-2026
- Tomasz Sekielski analizuje wydarzenia polityczne i społeczne. Pomagają mu w tym zaproszeni goście. **65 min**
- 22.10 Kino mocnych wrażeń:**
- FILM Życzenie śmierci** – film sensacyjny, USA 2018, reż. Eli Roth, wyk. Bruce Willis, Vincent D'Onofrio, Elisabeth Shue, Dean Norris (patrz obok)
- 0.05 Czekolada** – komediodramat, USA/Wielka Brytania 2000, reż. Lasse Hallström
- FILM Fabularny**
- 2.15 Sekielski wieczorową porą** – pr. publ. **4.40**



22.10 SENSACYJNY

Życzenie śmierci

Dr Kersey (Bruce Willis, zdj.) jest cenionym chirurgiem. Pewnego dnia jego żona i córka padają ofiarą napadcy. Wobec bezsilności policji wściekły lekarz postanawia samodzielnie ukarać bandytów. **115 min**

- 20.05 Barwy szczęścia** (3428) – serial obyczajowy, Polska 2026 (patrz obok)
- 20.40 Kulisy serialu „M jak miłość”** – cykl fel., Polska
- 20.50 M jak miłość** (1952) – serial obyczajowy, Polska 2026
- 21.50 Na sygnale** (945) – serial fabularno-dokumentalny, Pol.
- 22.20 SOR** (2) – serial obyczajowy, Polska 2026 (patrz obok)
- 23.05 Ostatni komers** – dramat obyczajowy, Polska 2020, reż. David Nickel, wyk. Mikołaj Matczak, Michał Sitnicki, Sandra Drzymalska, Net Kaczmarek (patrz obok)
- 0.45 Żegnaj, panie Haffmann** – dramat historyczny, Francja 2021, reż. Fred Cavayé
- FILM Rozbite marzenia. 1918-1939** (4) – fab.-dok., Niemcy/Austria/Francja 2018
- 3.50 Serial** **4.15**



23.05 DRAM. OBYCZ.

Ostatni komers

Gimnazjaliści szukają się do balu. Spędzają czas na odkrytym basenie. Poznają smak odrzucenia i rozczarowań. Obok rozgrywa się dramat Gośki (Agnieszka Żulewska, zdj.) tkwiącej w nieszczęśliwym związku. **100 min**

- 20.35 Szklana pułapka 3** – film sensacyjny, USA 1995, reż. John McTiernan, wyk. Bruce Willis, Jeremy Irons, Samuel L. Jackson, Graham Greene (patrz obok)
- FILM 23.15 Kraven Łowca** – film przygodowy, USA/Islandia/Kanada 2024, reż. J.C. Chandor, wyk. Aaron Taylor-Johnson, Russell Crowe, Ariana DeBose, Alessandro Nivola (patrz obok)
- Losy antybohatera z komiksowego uniwersum Marvela, jednego z antagonistów Spider-Mana. Wciela się w niego Aaron Taylor-Johnson, który zdobył Złoty Glob za znakomitą kreację w thrillerze „Zwierzęta nocy”. **165 min**
- FILM 2.00 Wojna królów** – dramat historyczny, Czechy 2022, reż. Petr Jákł



23.15 PRZYGODOWY

Kraven Łowca

Obdarzony nadludzką siłą Sergiej Krawinow (Aaron Taylor-Johnson, zdj.), syn gangstera, tropi bandytów. Czeką go konfrontacja z porywaczem brata, który też posiadał nadprzyrodzoną moc. **165 min**

tvn	TVN	DVB T2	puls	TV PULS	DVB T2	TVN 7	DVB T2
<p>5.40 Uwaga! – magazyn reporterów</p> <p>5.55 Ukryta prawda (1518) – serial paradokumentalny, Polska 2023</p> <p>6.50 Kuchenne rewolucje (3) – program rozrywk., Pol. 2025</p> <p>7.45 Dzień Dobry TVN – magazyn</p> <p>11.20 Doradca smaku (34) – magazyn kulinarny, Polska 2026</p> <p>11.25 Kuchenne rewolucje (7, 5) – program rozrywkowy, Pol. W Białogardzie koło Koszalina działa bistro Edyty. Na sztydzie lokalu znajduje się pyza, która króluje także w menu. Początki działalności były obiecujące, ale nadszedł finansowy kryzys. 135 min</p> <p>13.40 Ukryta prawda (1678, 1679) – serial paradokumentalny, Polska 2025 Elżbieta przeżyła dramat, gdy jej trzyletni syn Patryk zniknął 13 lat temu. Wróżka zapewniała ją, że chłopiec żyje. Pewnego dnia kobieta poznaje nastolatka przypominającego jej syna. 125 min</p> <p>15.45 Młode giny (67) – serial kryminalny, Polska 2026 Z Szymonem kontaktuje się Bystry, gangster znany policji. Mówi, że ma dla niego informacje. Funkcjonariusz jedzie na spotkanie, lecz na miejscu zjawiają się ludzie, którzy próbują go zabić. 65 min</p> <p>16.50 Szpital św. Anny (171) – serial obyczajowy, Polska 2026 (patrz obok)</p> <p>17.55 Detektywi (372) – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2026 Kobieta zgłasza śledczym zaginięcie wnuka. Chłopak trafił do poprawczaka za atak na lombard, podczas którego zginęła żona właściciela. Teraz zniknął bez śladu. Trop prowadzi do szefa komisju, który chciał się zemścić. 65 min</p> <p>19.00 Fakty</p> <p>19.35 Sport, Pogoda</p> <p>19.55 Uwaga! – magazyn reporterów</p> <p>20.15 Na Wspólnej (4301) – serial obyczajowy, Polska 2026</p> <p>20.50 The Floor – teleturniej, Pol.</p> <p>21.30 Kuba Wojewódzki (9) – talk-show, Pol. (patrz obok)</p> <p>22.45 Wygrać ze śmiercią FILM – film sensacyjny, USA 1990, reż. Bruce Malmuth, wyk. Steven Seagal, Kelly LeBrock, Bill Sadler, Frederick Coffin (patrz obok)</p> <p>0.40 Superwizjer – mag.</p> <p>1.20 Uwaga! – mag. reporterów</p> <p>1.40 CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 11 (21) – serial kryminalny, USA/Kanada 2011</p> <p>2.45 Młode giny (43) – serial kryminalny, Polska 2026</p> <p>3.50 Nauka jazdy 5 (15) – program rozrywkowy, Pol.</p> <p>4.25 Jak to jest zrobione? (13) – serial dokum., Kanada 2007</p> <p>5.00 Zamieszkać na plaży 7 (1) – program rozrywk., USA 2020</p>	 <p>16.50 OBYCZAJOWY</p> <p>Szpital św. Anny (171) Zespół jedzie do wystraszonej dziewczyny, która po próbie gwałtu zamyka się w domu letniskowym. Wojtek nawiązuje z nią kontakt i zostaje wypuszczony. Decyduje o przewiezieniu pacjentki na SOR. Kaja (Ada Szczepaniak, zdj.) bada ją kardiologicznie. 65 min</p>  <p>21.30 TALK-SHOW</p> <p>Kuba Wojewódzki (9) Jednym z ostatnich gości dziennikarza był Tomasz Kot, który opowiedział o swojej aktorskiej drodze. U Kubę Wojewódzkiego (zdj.) pojawili się też siatkarze Bartłomiej Lemasiński i Aleksander Śliwka, którzy wnieśli do studia sportowe emocje i perspektywę rywalizacji na najwyższym poziomie. 75 min</p>	<p>6.00 Policjanci z Miami (15, 16): Złoty Trójkąt (Część 2); Przemysłowy blues – serial kryminalny, USA 1985</p> <p>8.00 Kobra – oddział specjalny (15, 1): Wiwat Kolonia!; Spisek – serial sensacyjny, Niemcy</p> <p>10.00 Zaklinaczka duchów 3 (60) – serial fantasy, USA 2008</p> <p>11.00 Kotka (60) – telenowela, Meksyk 2014 Meksyk 2014 Mariano rozpacza w szpitalu z powodu Esmeraldy i brata. Kiedy pojawia się Gisela, zaczyna ją wypytwać, skąd wie o wypadku. Kobieta nieśladnie się tłumaczy. 60 min</p> <p>12.00 Nie igraj z aniołem (191) – serial obyczajowy, Meksyk 2008 Rocio i Daniel pobierają się. Ana Julia nie zamierza dopuścić do ślubu Marichuy. Reynaldo zawiadamia Beatriz i Eduarda, że ich synek potrzebuje przyszczerpu. Tymczasem Ana Julia porwya Marichuy. 60 min</p> <p>13.00 Wspaniałe stulecie (33) – serial kostiumowy, Turcja 2013-2014</p> <p>14.00 Rodzinny interes (26): Niebezpieczna miłość – serial obyczajowy, Polska 2019</p> <p>15.00 Lombard. Życie pod zastaw 12 (622, 623) – serial obyczajowy, Polska 2023 Roma studiuje farmację. Jest ambitna i chce kupić dyktafon, żeby nagrywać wykłady. Gdy zjawia się w lombardzie, dopadają ją młodości. Mania pomaga klientce i sugeruje jej, że może być w ciąży. 120 min</p> <p>17.00 Rodzinny interes (27): Pizze z niespodzianką – serial obyczajowy, Polska 2019 (patrz obok)</p> <p>18.00 Lombard. Życie pod zastaw 19 (1050, 1051) – serial obyczajowy, Polska 2026 70-letni Stanisław nie potrafi rozstać się z kłaczą Malwą będącą pamiętką po zmarłej żonie. Jego zięć oddaje zwierzę pod zastaw długu. W lombardzie wraca temat tajemniczego namiotu z PRL-u. 120 min</p> <p>20.00 Plan emerytalny FILM – komedia sensacyjna, Kanada 2023, reż. Tim Brown, wyk. Nicolas Cage, Ashley Greene, Thalia Campbell, Ron Perlman (patrz obok) Nicholas Cage i Ron Perlman zaprzyjaźnili się podczas zdjęć do produkcji pt. „Polowanie na czarownicę” z 2011 roku. Teraz znów mieli okazję spotkać się na planie. 125 min</p> <p>22.05 Bez twarzy – dramat sensacyjny, USA 1997, reż. John Woo, wyk. John Travolta, Nicolas Cage, Joan Allen, Gina Gershon (patrz obok)</p> <p>1.00 Brudna sprawiedliwość FILM – film sensacyjny, USA/Bulgaria/Chiny 2022</p> <p>3.00 Dzielnica strachu 3 (99): Wielka ucieczka – serial kryminalny, Polska 2022</p> <p>4.00 Zobacz to!</p>	 <p>17.00 OBYCZAJOWY</p> <p>Rodzinny interes (27) Do warsztatu przychodzi Michał. W jego aucie dostawczym zepsuła się skrzynia biegów. To dopiero początek kłopotów. Jola (Marta Zgutczyńska, zdj.) otrzymuje ponaglenie w sprawie spłaty kilku pożyczek – jednak kobieta żadnej z nich nie zaciągnęła. 60 min</p>  <p>20.00 KOM. SENS.</p> <p>Plan emerytalny Matt (Nicolas Cage, zdj.) spędza beztrocko czas na Kajmanach. Wyleguje się na tropikalnych plażach, popijając drinki i ciesząc się emeryturą. Nikt nie ma pojęcia, że to znakomicie wyszkolony zabójca. Nieoczekiwanie mężczyzna musi stawić czoło bandytom, którym naraził się jego zięć Jimmy (Jordan Johnson-Hinds). 125 min</p>	<p>5.20 Ten moment (15): Pracoholik – serial paradokumentalny, Polska 2015-2016</p> <p>5.55 Szkoła (544-546) – serial paradokumentalny, Polska 2018</p> <p>8.45 Ukryta prawda (1415, 1599, 1600) – serial paradokumentalny, Polska 2024</p> <p>11.50 W-11 – Wydział Śledczy (773-775) – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2011</p> <p>13.55 Detektywi (156) – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2024</p> <p>15.00 Szpital św. Anny (161) – serial obyczajowy, Polska 2026 Na SOR trafia ciężko pobity mężczyzna. Staje się ofiarą hejtu ze względu na kolor skóry. Jego ciężarna żona też wymaga pomocy. 60 min</p> <p>16.00 Szpital (905) – serial paradokumentalny, Polska 2019 Przepracowany 55-letni pacjent utrzymuje dorosłego syna, który nieustannie imprezuje. Za namową brata próbuje przekonać go, by znalazł zatrudnienie. 60 min</p> <p>17.00 Sędzia Anna Maria Wesołowska (585): To był mój brat – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2011 (patrz obok)</p> <p>18.00 Rozwód. Walka o wszystko (36): Rozwód z katolikami – serial paradokumentalny, Polska 2020 Hanna i Leszek rozstali się. Mężczyzna znalazł już sobie inną partnerkę, Paulinę. Jego pierwsza żona niespodziewanie dowiaduje się, że podobno szykuje się on do ślubu kościelnego. 60 min</p> <p>19.00 Ukryta prawda (1790) – serial paradokumentalny, Polska 2026 Kasia traci wszystko w pożarze mieszkania. Znajomi uruchamiają w internecie zbiorke. Tymczasem młoda kobieta poznaje Adama, który osobiście angażuje się w remont spalonego lokalu. Ma w tym jednak ukryty cel. 60 min</p> <p>20.00 Hotel Paradise 13 (36) – reality show, Polska 2026</p> <p>21.00 Godzina zemsty FILM – film sensacyjny, USA 1999, reż. Brian Helgeland, wyk. Mel Gibson, Gregg Henry, David Paymer (patrz obok) Adaptacja bestselleru Richarda Starka. Autorem scenariusza jest Brian Helgeland, współtwórca m.in. „Tajemnic Los Angeles”. 135 min</p> <p>23.15 Constantine FILM – horror, USA/Niemcy 2005, reż. Francis Lawrence, wyk. Keanu Reeves, Rachel Weisz, Shia LaBeouf (patrz obok)</p> <p>1.45 Hotel Paradise 13 (35) – reality show, Polska 2026</p> <p>2.50 Wrota piekieł (6) – dok.</p> <p>3.50 Fachowcy 2 (9) – paradok., Polska 2018</p> <p>4.30 Dorota was urządzi! 6 (10) – program rozrywk., Pol. 2017</p>	 <p>17.00 FAB. DOKUM.</p> <p>Sędzia Anna Maria Wesołowska (585) Paweł Ignasiak, uczeń technikum, zostaje oskarżony o dokonanie rozbój w domu państwa Michalaków i o nieumyślne spowodowanie śmierci ich synka. Nigdy wcześniej nie był karany. Trudną sprawę rozstrzygnie sędzia Anna Maria Wesołowska (zdj.). 60 min</p>  <p>21.00 SENSACYJNY</p> <p>Godzina zemsty Przestępcy Val (Gregg Henry) i Porter (Mel Gibson, zdj.) napadają na skarbnika chińskiej mafii, któremu kradną 140 tysięcy dolarów. Pierwszy z nich postanawia zabić kompana, po czym sam zabrać cały łup. Porterowi udaje się jednak przeżyć zamach. Planuje zemścić się na nielojalnym wspólniku. 135 min</p>  <p>23.15 HORROR</p> <p>Constantine Angela Dodson (Rachel Weisz, zdj.) chce poznać okoliczności śmierci siostry bliźniaczki. Prosi o pomoc egzorcystę Johna Constantine'a (Keanu Reeves, zdj.), który posiada wyjątkowe zdolności. 150 min</p>		

<div><div>TVP 3</div><div>9.30 Silny jak twierdza</div><div>10.00 Złoty chłopak (268)</div><div>– serial obycz., Turcja 2022</div><div>11.00 Rok w ogrodzie – mag.</div><div>11.30 Wiek to tylko liczba</div><div>12.00 O milimetr – magazyn</div><div>12.30 Rączka gotuje – mag.</div><div>13.00 Agrobiznes – mag.</div><div>13.30 Bez retuszu – pr. publ.</div><div>14.20 Poznaj region – cykl fel.</div><div>14.30 Program informacyjny 14.30</div><div>15.00 Koronka do Miłosierdzia Bożego – pr. religijny</div><div>15.20 Serwis Info Dzień – inf.</div><div>15.30 Program lokalny</div><div>19.30 Z indeksem w rękę (15)</div><div>19.45 Kryminalna siódemka</div><div>20.00 Dziennik regionów</div><div>20.13 Gość Regionów – publ.</div><div>MAGAZYN REPORTERÓW</div><div></div><div>20.30 Telekurier – Polska</div><div>W każdym wydaniu programu pojawia się relacja na żywo lub reportaż z kraju. Przedstawiany problem komentuje też zaproszony do studia ekspert. 30 min</div><div>21.00 Program lokalny</div><div>22.00 Dziennik regionów</div><div>22.30 Złoty chłopak (269)</div><div>– serial obycz., Turcja 2022</div><div>23.30 Kryminalna siódemka</div><div>23.55 Panorama</div><div>0.25 Program informacyjny 19.30</div><div>1.15 Dziennik regionów</div><div>1.40 Dziedzictwo (923)</div><div>2.30 Bez retuszu – pr. publ.</div><div>TVP 3 jest wspólnym pasmem programowym lokalnych stacji telewizyjnych: Białystok, Bydgoszcz, Gdańsk, Katowice, Kraków, Lublin, Łódź, Poznań, Rzeszów, Szczecin, Warszawa, Wrocław</div></div>	<div><div>TVP POLONIA</div><div>12.00 Serwis Info – pr. inform.</div><div>12.10 Komisarz Alex 24 (300)</div><div>13.05 Ranczo 4 (42) – obycz.</div><div>14.00 Piknik Country 2026 (2)</div><div>14.50 Polacy światu</div><div>15.00 Serwis Info – pr. inform.</div><div>15.10 Kulturalni – magazyn</div><div>16.00 Pan Mama (12) – kom.</div><div>16.30 Barwy szczęścia (3401)</div><div>– serial obycz., Pol. 2026</div><div>17.00 Teleexpress</div><div>17.20 Gra słów. Krzyżówka</div><div>17.50 Teleexpress Extra – inf.</div><div>18.15 Oko na Wschód – publ.</div><div>18.45 Panorama</div><div>19.20 Niezwykłe miejsca</div><div>19.30 Program informacyjny 19.30</div><div>19.55 Pytanie dnia – pr. publ.</div><div>20.10 Sport, Pogoda</div><div>OBYCZAJOWY</div><div></div><div>20.25 Stulecie Winnych (9)</div><div>Sierpień 1932 roku. Paweł i Mania stają na ślubnym kobiercu. Wszyscy Winni weselą się z zaślubin. Tylko Ania jest smutna. Jasiak pomaga przy remoncie pałacu Wieruszów. 55 min</div><div>21.00 Ojciec Mateusz 3 (41)</div><div>22.15 Nasz premier. Tadeusz Mazowiecki – film dok.</div><div>23.15 Panorama</div><div>23.45 Magazyn Ekspresu Reporterów</div><div>0.40 Pan Mama (11) – kom.</div><div>1.10 Polacy na ratunek Żydom (198)</div><div>1.30 Program informacyjny 19.30</div><div>1.55 Pytanie dnia – pr. publ.</div></div>	<div><div>TV 4</div><div>6.00 Strażnik Teksasu</div><div>(11, 12) – serial sensacyjny</div><div>7.55 Bogaty dom – biedny dom (112) – reality show, Polska 2024</div><div>8.55 Policjantki i Policjanci (705-707) – serial obycz.</div><div>11.55 Na ratunek 112 (1036, 1037) – serial paradokumentalny, Pol. 2025</div><div>12.55 Trudne sprawy (829-831) – paradok., Pol.</div><div>15.55 Trudne sprawy II (1393) – serial paradokumentalny</div><div>16.55 Łowcy skarbów. Kto da więcej? (555) – reality show, Polska 2025-2026</div><div>18.00 Policjantki i Policjanci (1476, 1477) – serial obyczajowy, Polska 2026</div><div>KRYMINALNY</div><div></div><div>20.05 Uroczysko (294)</div><div>Syn Lucjusza przyznaje, co zrobił ojcu z zemsty. Filip dostaje wstrząsający film od Kasi. Traci nad sobą panowanie i przykłada pistolet do głowy pisarza. 35 min</div><div>20.40 Sprawiedliwi – Wydział Kryminalny (1073) – krym., Pol. 2026</div><div>21.40 Sprawiedliwi. Trójmiasto (190) – krym.</div><div>22.45 Opowieści o zbrodni 2 (2) – dok.</div><div>23.10 Ja, szpieg – komedia</div><div>FILM sensacyjna, USA 2002, wyw. Eddie Murphy</div><div>1.10 Love Island. Wyspa miłości (37) – reality show, Wielka Brytania</div></div>	<div><div>puls 2</div><div>11.35 Tomek i przyjaciele: Naprzód lokomotywy! 28 – serial anim.</div><div>12.00 Lwia Straż – serial anim.</div><div>13.00 Nowe przygody Kubusia Puchatka – serial animowany</div><div>13.35 Smerfy – serial anim.</div><div>14.00 Baranek Shaun 6</div><div>14.35 Marta mówi – anim.</div><div>15.00 Miraculous: Biedronka i Czarny Kot 6 – anim.</div><div>16.00 Patryk Rozgwiazda Show – serial animowany</div><div>17.00 SpongeBob Kanciastoparty 9 – serial anim.</div><div>18.00 Pingwiny z Madagaskaru – serial animowany</div><div>19.00 Kacze opowieści – serial animowany</div><div>OBYCZAJOWY</div><div></div><div>20.00 Lombard. Życie pod zastaw 19 (1040) – Pol.</div><div>Alicja rozmawia z łandą na temat ślubu Maliny i Zygfryda. Innym razem wybiera się z wrażliwym i Babulą na rowerową przejażdżkę. Nie ma pojęcia, że ktoś bacznie ich obserwuje. 60 min</div><div>21.00 Dzielnica strachu 4 (131, 132) – serial krym.</div><div>23.00 Wstydlive choroby 7 (2, 3) – dok., Wlk. Bryt.</div><div>1.00 Dzielnica strachu 4 (130) – serial krym., Polska</div><div>2.00 Lombard. Życie pod zastaw 2 (74) – obycz.</div><div>3.00 Lombard. Życie pod zastaw 7 (324, 325) – serial obycz., Pol. 2020</div></div>	<div><div>rozrywka</div><div>8.55 Va banque – teleturniej</div><div>9.25 Kolo fortuny – telet., Pol.</div><div>10.05 Makłowicz w podróży</div><div>10.45 Postaw na milion</div><div>12.35 Familiada – teleturniej</div><div>13.15 U Pana Boga w Królowym Moście (2) – serial obycz., Polska</div><div>14.05 Rodzinka.pl (265, 266)</div><div>15.10 Program rozrywkowy</div><div>15.25 Rolnik szuka żony 13 (6) – telen. dok., Pol. 2026</div><div>16.25 Kabaretomania (34)</div><div>17.25 Va banque – teleturniej</div><div>18.00 Kolo fortuny – telet., Pol.</div><div>18.40 Okrasa łamie przepisy</div><div>19.45 Jaka to melodia?</div><div>20.20 The Voice Comeback Stage Powered by Orange (19) – widowisko</div><div>TELETURNIEJ</div><div></div><div>20.30 Postaw na milion</div><div>W grze bierze udział 2 bliskich sobie uczestników. Dostają milion złotych. Żeby go nie stracić, muszą poprawnie odpowiedzieć na osiem pytań. Program prowadzi Łukasz Nowicki (zdj.). 105 min</div><div>22.15 Rodzinka.pl (103) – serial komediowy, Polska 2013</div><div>22.55 Tak to leciało! – teleturniej muz., Polska</div><div>23.50 Kabaret. Super Show Dwójki 2 (15) – rozr., Pol.</div><div>0.55 Kolo fortuny – telet., Pol.</div><div>2.10 Do śmiechu! (77, 29) – rozr., Polska 2024-2026</div><div>4.00 Program rozrywkowy</div><div>4.40 Hity wszech czasów (52) – magazyn muzyczny</div></div>	<div><div>7.35 DeFacto 13 (10, 11)</div><div>8.30 Kartoteka 9 (26, 27)</div><div>10.35 Detektywi (145, 367)</div><div>12.35 Zakup w ciemno 5 (35)</div><div>13.35 Zakup w ciemno 8 (33)</div><div>14.35 Nic do zgłoszenia 4 (6)</div><div>15.35 Złomowisko PL 10 (3)</div><div>16.45 Express – pr. inform.</div><div>16.58 Pogoda, Sport</div><div>17.05 Zakup w ciemno extra (4) – reality show, Polska</div><div>17.45 Życie na kredytle 5 (5, 6) – reality show, Polska</div><div>18.40 Gogglebox. Przed telewizorem 20 (6)</div><div>19.45 Express, Pogoda – inf.</div><div>21.05 Zakup w ciemno 8 (34)</div><div>21.05 Zakup w ciemno extra 3 (32) – reality show</div><div>21.45 Express, Pogoda – inf.</div><div>FAB - DOKUM.</div><div></div><div>22.00 Damy i wieśniaczki. PL 11 (1) – Polska 2026</div><div>Dama odkrywa uroki i trud życia na wsi, podczas gdy wieśniaczka próbuje znaleźć się w świecie luksusu. Obie przekonują się, jak wiele niespodzianek może przynieść ta przygoda. 60 min</div><div>23.00 Kochaj albo wróć (8) – serial dokumentalny, Pol.</div><div>0.00 Fachowcy (12) – serial paradokumentalny, Pol.</div><div>0.45 Nic do zgłoszenia 4 (4) – serial dokumentalny, Pol.</div><div>1.45 Niebezpieczne dziedziczne (8) – dok., Pol.</div><div>2.25 Nauka jazdy 5 (23)</div><div>3.00 Szpital (940) – paradok.</div><div>4.00 Szkoła (822) – paradok.</div></div>
<div><div>TVP 3</div><div>TVP 3 PROGRAMY LOKALNE</div><div>BIAŁYSTOK 17.15 Inwestujemy w Twoje zdrowie 17.30 Spotkania w świecie cisy 17.50 Nie taki internet straszny 18.10 Przegląd suwałki 18.30 Obiektowy 18.50 Gość „Obiektowy” 19.00 Sport, Pogoda 19.10 Reportaż ekumeniczny 21.00 Historie niezapisane 21.20 Gość „Obiektowy” 21.30 Obiektowy</div><div>BYDGOSZCZ 17.30 Na zdrowie 18.15 Stada ogierów 18.30 Zbliżenia 19.00 Rozmowa dnia 19.20 Myśliwy myśli 21.00 Rozmowa dnia 21.20 Ekspert ZUS odpowiada 21.30 Zbliżenia 21.45 Sport, Pogoda</div><div>GDŃSK 17.30 Wiatrak 17.55 Na 2 kontakty 18.15 Czyzewskiego 42 18.30 Panorama 19.00 Droga 21.00 Zawodowcy 21.15 Czyzewskiego 42 21.30 Panorama</div><div>KATOWICE 17.11 Dzień z bliska 18.00 Godka bez granic 18.15 Protokół rozbieżności 18.30 Aktualności 18.55 Pogoda, Sport 19.10 Gramy dla was 21.15 Protokół rozbieżności 21.30 Aktualności</div><div>KRAKÓW 18.00 Energia bez mitów 18.09 Horyzont wartości. Rozmowa z kard. Grzegorzem Rysiem 18.30 Kronika 18.55 Tematy dnia 19.16 Zrównoważona gospodarka wodna na obszarach wiejskich MODR 21.03 Wykrzywców kłamstw 21.21 Bezpiecznie 21.30 Kronika 21.45 Tematy dnia</div><div>LUBLIN 17.55 Naturalnie Lubelskie 18.10 Zdrowie w Twoich rękach 18.30 Panorama lubelska 19.00 Stop! Kultura 21.02 Reportaż w TVP Lublin 21.15 Gość „Panoramy” 21.30 Panorama lubelska</div></div>	<div><div>TVP HD</div><div>7.55 Rodzinka.pl (157, 158)</div><div>8.55 Ojciec Mateusz 7 (93, 94)</div><div>10.45 Gra słów. Krzyżówka</div><div>11.20 Na sygnale (874, 875)</div><div>12.25 Ojciec Mateusz 15 (188)</div><div>13.20 Komisarz Alex 11 (133)</div><div>14.15 Ranczo 8 (95, 96) – obycz.</div><div>16.10 Górna półka smaku</div><div>16.40 Przystanek slow food 5</div><div>17.10 Okrasa łamie przepisy</div><div>17.45 Makłowicz w podróży</div><div>18.00 Ojciec Mateusz 3 (37)</div><div>19.20 Ranczo 5 (54) – obycz., Pol.</div><div>20.10 Rodzinka.pl (304, 305)</div><div>21.25 Ojciec Mateusz 33 (433)</div><div>22.20 Harry Wild (4) – krym.</div><div>23.25 Berlin Ku'damm 56 (5, 6)</div><div>1.35 Głina. Nowy rozdział (2, 3) – serial krym., Polska</div><div>3.30 Ranczo 9 (111) – obycz.</div><div>4.30 Zakochaj się w Polsce</div><div>FIRST</div><div></div><div>10.05 Ojciec Brown 8 (2, 3)</div><div>12.05 Shakespeare i Hathaway: Prywatni detektywi 2 (1, 2) – krym.</div><div>14.00 Zbrodnie Saint-Pierre (7)</div><div>14.55 Śmierć z dala od palm (5)</div><div>16.05 Tajemnice Brokenwood 10 (2) – krym.</div><div>18.00 Morderstwa w Midsomer 14 (2)</div><div>19.55 Śmierć pod palmami 15 (3) – serial kryminalny</div><div>21.00 Dobijasz mnie (3) – krym.</div><div>22.00 Tajemnice Majorki (3) – krym., Wlk. Bryt./Fr./Niem.</div><div>23.00 Detektywi z Chelsea 4 (3) – krym., Wlk. Bryt./USA 2025</div><div>0.00 Zbrodnie Saint-Pierre 2 (3) – serial kryminalny, Kan.</div></div>	<div><div>ROMANCE TV</div><div>15.15 Pomoże tylko modlitwa! FILM – komedia, Niemcy 2023</div><div>17.05 Gabinet z widokiem na morze: Trafione szczęście – film obyczajowy, Niemcy 2026</div><div>19.00 Górski lekarz (288) – obycz., Niemcy/Austria</div><div>20.00 Rosamunde Pilcher: Gdzie zaczyna się miłość – obycz., Austria/Niem. 2006</div><div>21.55 Gabinet z widokiem na morze: Grom z jasnego nieba – film obyczajowy, Niemcy 2026</div><div>23.50 Górski lekarz (288) – obycz., Austria/Niem. 2006</div><div>0.45 Rosamunde Pilcher: Gdzie zaczyna się miłość – obycz., Austria/Niem. 2006</div></div>	<div><div>COMEDY CENTRAL</div><div>8.55 Hoży doktorzy (1, 2)</div><div>9.55 Przyjaciele 7 (9-12) – kom.</div><div>11.55 Teoria wielkiego podrywku 3 (16-21) – kom.</div><div>14.30 Dwóch i pół 7 (22) – kom.</div><div>15.00 Dwóch i pół 8 (1-3) – kom.</div><div>16.30 Przyjaciele 7 (13-16)</div><div>18.30 Hoży doktorzy (3, 4)</div><div>19.30 Teoria wielkiego podrywku 3 (16-21) – kom.</div><div>22.00 The Office PL 3 (11, 12) – serial komediowy, Polska</div><div>23.05 Comedy Club 6 (9, 10)</div><div>0.00 Miasteczko South Park 7 (9, 11, 12)</div><div>1.30 Miasteczko South Park 8 (1)</div><div>2.00 Śmieszniej nie będzie 3 (13, 14) – program rozrywk.</div></div>	<div><div>TVN FABAŁA</div><div>9.50 Młode gliny (37) – krym.</div><div>10.55 Magda M. (7) – obycz., Pol.</div><div>11.55 Zapakuj do moich drzwi (150, 151) – telen., Turcja</div><div>13.55 Młode gliny (38) – krym.</div><div>14.55 Detektywi (688, 689)</div><div>16.05 Na Wspólnej (142, 143)</div><div>17.10 Superbohaterowie – kult.</div><div>17.45 10 000 lat przed naszą erą – film przyg., USA 2008</div><div>20.00 Druga połowa – komedia romantyczna, Polska 2021</div><div>22.00 Diabelska jazda – thriller, FILM USA 2023, rez. Yuval Adler</div><div>23.50 Lejdis – komedia, Polska FILM 2008, rez. Tomasz Konecki</div><div>2.45 Dziewczyny z Hollywood 3 (15) – rozr.</div><div>3.05 Szkoła (801) – paradok.</div></div>	

STOPKLATKA

- 6.00** Kabaretowe hity (2)
6.50 Wojciech Ciejrowski – boso przez świat
7.50 Robert Makłowicz (214, 121) – mag. kulin.
9.50 Wojny magazynowe: Kanada 2 (17, 18)
11.00 Aukcja w ciemno 3 (6, 7) – serial dokum., USA
12.00 Katastrofy w przestworzach (13, 6, 2) – serial dok., Kan.
15.00 Zajazd. Będzie się działo 2 (11, 12) – obycz., Pol.
17.00 Katastrofy w przestworzach (7)
18.05 Wojny magazynowe: Kanada 2 (19, 20)
19.10 Aukcja w ciemno 3 (8, 9) – serial dokum., USA

THRILLER

20.00 Królowie ulicy – USA
FILM 2008, reż. David Ayer
Nadużywający alkoholu policjant Tom Ludlow (Keanu Reeves, zdj.) stara się odsunąć od siebie podejrzenie o popełnienie zbrodni. Wpada na ślad afery korupcyjnej w swojej jednostce. **130 min**

- 22.10** Strefa zrzutu – film
FILM sensacyjny, USA 1994
0.30 Złe mamusie 2: Jak przetrwać święta – komedia, USA/Chiny 2017, wyk. Mila Kunis
2.45 Gra tajemnic – dramat
FILM biograficzny, Wielka Brytania/USA 2014
5.30 Nie mów tak do mnie – film krótkometraż., Pol.

POLSAT 2

- 5.50** Wydarzenia
6.30 Pielęgniarki (17) – serial paradokumentalny, Polska 2014
7.30 Na ratunek 112 (1083, 1084) – serial paradokumentalny, Pol. 2025
8.30 Sekrety rodziny (221-223) – serial paradokumentalny, Polska 2021
11.30 Trudne sprawy (948) – serial paradokumentalny, Polska 2020
12.35 Więzienie (66-69) – serial dokumentalny, Pol. 2020
14.30 Świat według Kiepskich (529-533) – serial komediowy, Polska 2017-2018

KRYMINALNY

17.00 Komisarz Mama (17)
Drużyna Marii bada sprawę zwłok, które znaleziono na rozbitej motorówce. Świadek twierdzi, że widział na pokładzie dwóch mężczyzn. Łódź jest zarejestrowana na komandosa. **60 min**

- 18.00** Dlaczego ja? (1506, 1507) – paradok.
20.00 Gliniarze (1074, 1004) – serial paradokument., Pol.
22.00 Łowca pedofilów (170)
23.00 Ślad (28, 29) – krym., Pol.
1.00 Zdrady (147) – paradok.
2.05 Wydarzenia
2.50 Interwencja – mag.
3.00 Ewa gotuje (465) – mag.
3.35 Śluby gwiazd (26) – rozr.
4.00 Strzelnica Navala (8)

TVP SERIALE

- 5.40** Rodzinka.pl (181) – kom.
6.10 Na sygnale (562-564)
7.45 Ojciec Mateusz 9 (113)
8.40 Komisarz Alex 12 (145)
9.35 Rodzinka.pl (182) – kom.
10.05 Klan (1529) – telen., Pol.
10.35 Ranczo 4 (50) – obycz.
11.30 M jak miłość (1951)
12.25 Zaraz wracam 3 (162, 163) – serial obycz.
13.35 Ojciec Mateusz 2 (18, 19) – krym., Pol. 2009
15.30 Komisarz Alex 12 (146) – serial kryminalny, Polska
16.25 Na sygnale (565, 566) – serial fabularno-dokum.
17.30 Ranczo 4 (52) – obycz.
18.35 Ranczo 5 (53) – obycz.
19.30 Ojciec Mateusz 2 (20) – serial kryminalny, Polska

KRYMINALNY

20.30 Ojciec Mateusz 9 (114)
Podczas joggingu Karolina i Mieczysław przypadkowo znajdują zwłoki mężczyzny. Tymczasem dziennikarz Marek Wilman proponuje Mateuszowi i Natalii, że napisze o nich artykuł. **60 min**

- 21.30** Ranczo 5 (54, 55) – obycz.
23.25 Ojciec Mateusz 2 (21) – serial kryminalny, Polska
0.25 Na dobre i na złe (1002) – serial obycz., Pol. 2026
1.25 Czas honoru (3, 4) – serial obycz., Pol. 2008
3.05 Wojenne dziewczyny 2 (23, 24) – hist., Pol. 2018
4.40 Klan (1529) – telen., Pol.
5.05 Zaraz wracam 3 (162) – serial obycz., Pol. 2026

KINO POLSKA

- 6.00** Dom w cenie mieszkania 3 (2) – mag.
6.30 Miś Kudłatek (8, 1)
6.50 Przygody Myszy (7, 8)
7.15 Polska Kronika Filmowa – serial dokum.
7.35 Zwierzęta Wajraka 3 (5, 6) – serial dokum., 2022
8.40 Syn zszczęścia
9.00 Węgry – krótkometraż.
9.45 Pieczęcie gołabki
FILM – komedia, 1966
11.45 Konopielka – komedia
FILM obyczajowa, 1981
13.50 Co lubią tygrysy
FILM – komedia obycz., 1989
15.45 Historie miłosne
FILM – film obyczajowy, 1997
17.40 Cztery pancerni i pies (3, 4) – serial wojenny

KOMEDIA OBYCZAJOWA

20.00 Nie lubię poniedziałku – 1971
Lata 70. Włoch Francesco (Kazimierz Witkiewicz, zdj.) przybywa do Warszawy. Prześladuje go pech. Poznaje różnych ludzi, dla których początek tygodnia też nie jest szczęśliwy. **130 min**

- 22.10** 7 uczu ○
FILM – komediodramat, 2018, wyk. Michał Koterski, Marcin Dorociński
0.40 Waleśa. Człowiek z nadziei ○ – film biograficzny, 2013
3.40 Cicha noc ○ – dramat
FILM obyczajowy, 2017
5.45 Szumy i fonia – film krótkometrażowy, 2024

AXN

- 6.45** CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 3 (1) – serial kryminalny, USA/Kanada 2002, wyk. William Petersen
7.30 Agenci NCIS 11 (24)
8.25 Agenci NCIS 12 (1) – serial sensacyjny, USA 2014, wyk. Mark Harmon
9.20 Castle 2 (10, 11) – krym.
11.15 Detektyw Monk (13)
12.10 Detektyw Monk 2 (1) – serial kryminalny, USA 2003, wyk. Tony Shalhoub
13.10 Agenci NCIS 12 (2, 3)
15.05 FBI: Most Wanted 3 (15, 16) – serial kryminalny
17.05 CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 10 (19, 20) – krym., USA/Kan.

KRYMINALNY

19.05 Castle 2 (12, 13)
Richard i Kate rozpoczynają dochodzenie w sprawie zaboju druhny. Mężczyzna nie ukrywa zaskoczenia, gdy dowiaduje się, kim jest panna młoda. Emocje utrudniają mu pracę. **120 min**

- 21.05** FBI 6 (10) – serial krym.
22.00 Rekort: FBI 14 (1) – serial krym., USA 2022-2023
23.00 CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 10 (19, 20) – krym., USA/Kan.
0.45 Castle 2 (12, 13) – krym.
2.40 FBI 6 (10) – serial krym.
3.40 Rekort: FBI 14 (1) – krym.
4.35 FBI: Most Wanted 2 (6) – serial kryminalny, USA
5.20 Blok promocyjny AXN

CANAL+ PREMIUM

- 8.55** Wszyscy święci – film obyczajowy, Polska 2002
10.15 Łąpu capu – pr. rozr., Pol.
10.20 Zmienność sztalni 2
FILM – film familijny, Niemcy 2026, wyk. Émilie Cherif
12.00 LARP. Miłość, trolle
FILM i inne kwesty – komedia, Polska 2025
13.35 Ostatni bój. Legenda 300 Spartan – film dok.
14.30 Listy do Julii – komedia
FILM romantyczna, USA 2010
16.15 Premierowa jazda – magazyn
16.30 Kopnięci w czasie
FILM – komedia, Fr./Belgia 2025
18.10 Łąpu capu – pr. rozr., Pol.
18.15 Niania w Nowym Jorku
FILM – kom. romant., USA 2007

HORROR KOMEDIOWY

20.00 Pogłoski – Kanada/Niemcy/Węgry 2024
Przywódcy państw spotykają się w niemieckim hotelu, by zarządzić kryzysowi. Gubią się w lesie pełnym mgły. Muszą stawić czoła licznym niebezpieczeństwom. **105 min**

- 21.45** Rytuał – horror, USA
FILM 2025, wyk. Al Pacino
23.20 Piła 3D ○ – horror,
FILM Kanada/USA 2010
0.50 Herosi wojny
FILM – thriller, USA 2024
2.35 Portret – film obyczajowy, Pol./Fr. 2003
4.30 Silniejszy – film dokum.

13 ULICA

- 6.20** Zbrodnie idealne (31, 32)
8.30 Agenci NCIS: Los Angeles 14 (7, 8) – sens.
10.25 Bez śladu 4 (15, 16) – krym.
12.20 Metoda Wagnera (7)
14.15 Kobra – oddział specjalny (1, 2) – sens.
16.20 Agenci NCIS: Los Angeles 14 (9, 10) – sens.
18.15 Bez śladu 4 (17, 18) – krym.
20.00 Metoda Wagnera (8) – serial kryminalny, Fr. 2020
22.00 Prawo i porządek (Toronto): Zbrodnicy zamiar ○
23.00 Prosto w serce 2 (5, 6)
1.10 Zagadki Hailey Dean:
FILM Nawiedzony dom – film kryminalny, USA 2017
3.00 Agenci NCIS: Los Angeles 14 (8) – sens., USA
4.00 Zbrodnie idealne (31, 32)

POLSAT FILM

- 6.05** Górale (183-185) – dok.
7.30 Doktor Martin (33) – serial obycz., Wlk. Bryt.
8.30 Przyjaciółki (289, 290)
FILM obycz., Polska 2024
10.25 Świat według Kiepskich (138, 139, 56, 57, 204) – serial komediowy, Polska
13.10 Książę – komediodramat,
FILM Wielka Brytania 2020
15.05 Pearl Harbor – dramat
FILM wojenny, USA 2001
18.55 Patrz, jak kręca – kom.
FILM krym., USA/Wlk. Bryt. 2022
21.00 W jak morderstwo
FILM – komedia krym., Pol. 2021
23.25 Gdzie śpiewają raki
FILM – dramat obycz., USA 2022
1.55 Fała zbrodni (36-38) – serial sensacyjny, Polska
4.55 Na ratunek 112 (971, 972)

HBO

- 13.20** Kot w butach: Ostatnie życie – film animowany, USA/Jap. 2022
15.00 Księga życia – film animowany, USA 2014
16.35 Kłopsiki i inne zjawiska pogodowe – film animowany, USA 2009
18.05 The Order: Ciche braterstwo – thriller, USA/Wielka Brytania/Kanada 2024
20.00 The Pitt 2 (15-ost.) – obycz.
20.50 Outlander: Krew z krwi 2 (3) – serial obycz.
21.50 30 dni mroku – horror,
FILM USA/Nowa Zelandia 2007, wyk. Danny Huston
23.40 Oddaj ja – horror, Australia/**FILM** USA 2025, wyk. Billy Barratt
1.25 Koszmar minionej
FILM lata – horror, USA 1997

FX

- 10.00** Agenci NCIS (1) – sens.
10.55 CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas (17) – krym.
11.50 CSI: Kryminalne zagadki Miami (3, 4) – serial krym.
13.45 Castle (13) – serial krym.
14.40 Lucifer (10) – serial krym.
15.35 CSI: Kryminalne zagadki Miami (5, 6) – serial krym.
17.25 Z archiwum X (2, 3) – s.f.
19.15 FBI 6 (4) – serial kryminalny
20.10 CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku (6) – krym.
21.05 Zabójcze umysły (6)
22.00 9-1-1: Nashville (16)
22.55 Resident Evil 2:
FILM Apokalipsa – horror s.f., Niemcy/Fr./Wlk. Bryt. 2004
0.55 Z archiwum X (3) – s.f.

WARNER TV

- 9.50** Bajer z Bel-Air 5 (14, 15)
10.50 Cudotwórcy 3 (10) – kom.
11.15 Tropielece (3) – serial krym.
11.45 Teraz albo nigdy! 4 (5, 6)
13.35 Bajer z Bel-Air 5 (14-17)
15.35 Cudotwórcy 3 (10) – kom.
16.00 Tropielece (3) – serial krym.
16.30 Poniedziałki na chirurgii (1) – serial obycz., USA 2013
17.35 Akademia policyjna 3:
FILM Powrót do szkoły – komedia, USA 1986
19.10 Raport Pelikana – film
FILM sensacyjny, USA 1993
22.00 4 Blocks 2 (3, 4) – krym.
0.15 Jak zdobywano Dzikie Zachód – western, USA 1962, wyk. Carroll Baker
3.20 Martwa cisza – thriller,
FILM Australia/USA 1989
5.10 Tropielece 2 (6) – krym.

ALE KINO+

- 7.00** Kot – film krótkometraż., Pol.
7.15 Benek – komediodramat,
FILM Polska 2007
9.20 Ciepło – film krótkometraż.
9.45 Grantchester 10 (1, 2)
11.45 Detektyw Foyle 3 (1)
13.45 Pies przed sądem – kom.
FILM obycz., Szwajcaria/Fr. 2024
15.35 Stan gry – dram. krym.,
FILM USA/Wlk. Bryt./Francia 2009
18.10 Detektyw Foyle 3 (2)
20.10 Inni – horror, USA
FILM Francja/Hiszpania 2001
22.20 Zaginiona – western,
FILM USA 2003
1.00 Kobieta na dachu
FILM – dram. obycz., Polska 2022
3.00 Sortownia (8) – psycholog.
3.55 Fiber – film krótkometraż.
4.15 Warszawa, Holandia
4.35 Król (8) – serial sensacyjny

CANAL+ FILM

- 13.10** Kiedy nadchodzi jesień
FILM – dram. obycz., Francja 2024
14.50 Peacock – thriller, USA
FILM 2010, wyk. Cillian Murphy
16.20 Zmierzch – film fantasy,
FILM USA 2008, wyk. Kristen Stewart, Robert Pattinson
18.20 Thelma – komedia,
FILM Szwajcaria/USA 2024, wyk. June Squibb
19.55 Łąpu capu – rozr., Pol. 2026
20.00 Pewnego razu
FILM w Paryżu – komediodramat, Francja/Belgia 2025
22.00 Krytyk – thriller, Wielka Brytania/USA 2023
23.40 Wściekle psy – film sensacyjny, USA 1992
1.15 Zabójcza orka – horror,
FILM Australia/USA/Wielka Brytania 2026

SCIFI

- 6.00** Orphan Black: Echa (4) – serial s.f., Kanada 2023
7.00 SurrealEstate (3, 4) – serial grozy, USA 2021
9.00 Izombie 2 (8, 9)
11.00 Czarnodziełki 6 (10-13)
15.00 Izombie 2 (10, 11) – serial grozy, USA 2015-2016
17.00 Czarnodziełki 6 (14-17) – serial fantasy, USA 2004
21.00 Underworld: Wojny krwi – horror s.f., USA 2016
23.00 Anihilacja – film s.f., USA/**FILM** Wielka Brytania 2018
1.15 Projekt Monster – film katastroficzny, USA 2008
3.05 Izombie 2 (8, 9) – serial grozy, USA 2015-2016
5.00 Orphan Black: Echa (4)

PARAMOUNT NETWORK

- 9.25** Policjnia grupa pościgowa 22 (6) – dok.
10.25 Terminator: Genisys
FILM – film sens., USA/Kan. 2015
13.00 Czarnodziełki 6 (15, 16)
14.50 Wujownicze zółwie
FILM ninja: Wyjście z cienia – film przygodowy, USA/Hongkong/Chiny 2016
17.20 Terminal – komedia
FILM romantyczna, USA 2004
20.00 Świat w ogniu – film sensacyjny, USA/Wielka Brytania/Portugalia 2019
22.30 Londyn w ogniu
FILM – film sensacyjny, Wielka Brytania/USA/Bulgaria 2016
0.25 Koliber – dramat sens.,
FILM USA/Wielka Brytania 2013

FILMBOX+ ONE

- 7.45** Agatha Christie: Kryminalne zagadki (16)
9.50 Vera 13 (1) – serial krym.
11.50 Zagadki kryminalne nowej panny Fisher (1)
12.50 Agatha Christie: Kryminalne zagadki (17)
15.00 Strażnik Teksasu (13, 14)
17.05 Vera 13 (2) – serial krym.
18.55 Poirot (2) – krym., Wlk. Bryt.
20.00 Bodyguard Zawodowiec
FILM – komedia sensacyjna, USA/Hongkong/Bulgaria 2017
22.40 Wichry namietności
FILM – melodramat, USA 1994
1.35 Carrie – horror, USA 2013,
FILM wyk. Chloë Grace Moretz
3.45 Zaczyni od śniadania
FILM – komedia, Kanada 2020

CANAL+ SERIALE

- 9.50** Naruto 6 (10-12) – anime
11.20 Prost (4-6) – serial dok., Fr.
13.05 Twardzielki (10) – dok.
13.35 Planeta Singli. Osiem historii (6) – serial kom.
14.30 Naruto 6 (13-15) – anime
16.05 Łąpu capu – rozr., Pol. 2026
16.25 The Office PL 2 (4-6)
18.05 To nie jest zagadka kryminalna (5, 6) – krym.
20.00 El Inmortal. Gangi Madrytu 2 (5, 6) – sens.
21.50 Łąpu capu – rozr., Pol. 2026
22.00 Django (7) – serial przyg.
23.00 Prosta sprawa (3) – krym.
0.05 DNA 2 (1, 2) – serial krym.
1.40 Making of CANAL+
1.50 Sortownia (3, 4)
3.30 Twardzielki (6) – dok., Pol.

CANAL+ 360

- 13.00** Porzucone konstrukcje (4) – serial dokum., Wlk. Bryt.
14.00 Zholowani: ciężarówka w opalach 7 (5) – dok.
15.00 Okręty wojenne (2) – dok.
15.55 Sung Kang – szybki i dociekliwy (3) – dok.
16.50 Straż graniczna USA 4 (1)
17.55 Co poszło nie tak 5 (6)
18.55 Zholowani: ciężarówka w opalach 7 (3) – dok.
19.50 Straż graniczna USA 4 (2)
20.55 Moscow Noir (7) – krym.
21.50 13 posterunek 2 (41, 42)
23.00 Porzucone konstrukcje (5) – serial dokum., Wlk. Bryt.
0.00 Hot Roads – Najniebezpieczniejsze drogi świata 3 (5) – serial dokum.

CANAL+ 360

- 13.00** Porzucone konstrukcje (4) – serial dokum., Wlk. Bryt.
14.00 Zholowani: ciężarówka w opalach 7 (5) – dok.
15.00 Okręty wojenne (2) – dok.
15.55 Sung Kang – szybki i dociekliwy (3) – dok.
16.50 Straż graniczna USA 4 (1)
17.55 Co poszło nie tak 5 (6)
18.55 Zholowani: ciężarówka w opalach 7 (3) – dok.
19.50 Straż graniczna USA 4 (2)
20.55 Moscow Noir (7) – krym.
21.50 13 posterunek 2 (41, 42)
23.00 Porzucone konstrukcje (5) – serial dokum., Wlk. Bryt.
0.00 Hot Roads – Najniebezpieczniejsze drogi świata 3 (5) – serial dokum.



TLC	POLSAT CAFÉ	TVN STYLE	Discovery DISCOVERY CHANNEL	TVP HISTORIA	FOKUS TV
<p>9.00 Wiza na miłość: dalsze losy 9 – reality show, USA</p> <p>11.00 Wiza na miłość: najlepsze z najlepszych</p> <p>13.00 Kiedy dzieci mają dzieci (7)</p> <p>15.00 Wiza na miłość: znowu do wzięcia. Między sporami – reality show</p> <p>16.00 Kilogramy zbędnej skóry 3: Autumni i Cody</p> <p>17.00 Skórce na ratunek (1)</p> <p>18.00 Wiza na miłość: dalsze losy 9 – reality show</p> <p>20.00 Niepokonani (7) – dok.</p> <p>21.00 Transplantacja: drugie życie</p>	<p>6.00 Demakijaż (48-50) – rozr.</p> <p>7.30 Przyciąłki (76, 77) – serial obycz., Pol. 2016</p> <p>9.30 Hell's Kitchen – Piekelnia Kuchnia (67, 68) – reality show, Pol.</p> <p>12.30 Oszukane (21, 22) – serial paradokumentalny</p> <p>14.30 Bogaty dom – biedny dom (49, 50)</p> <p>16.30 Hell's Kitchen – Piekelnia Kuchnia (57)</p> <p>18.00 Nasz nowy dom (281, 282) – reality show</p> <p>20.00 Kolacja w ciemno (90)</p> <p>21.05 Więzienie kobiet (23, 24) – serial dokum.</p>	<p>5.15 Tu jest pięknie (9) – pr. rozrywk., Pol. 2019</p> <p>5.45 Kuchenne rewolucje (3) – pr. rozr., Polska 2023</p> <p>6.45 Poukładani 2 (2) – rozr.</p> <p>7.45 Dzień Dobry TVN – mag.</p> <p>11.20 Love the Look (5) – mag.</p> <p>12.20 Ugotowani (11) – pr. kulin.-rozrywk., Polska</p> <p>13.25 Kuchenne rewolucje (5, 4) – pr. rozr., Pol. 2023</p> <p>15.35 Ugotowani 13 (6) – pr. kulin.-rozrywk., Polska</p> <p>16.40 Babski biznes (2) – pr. rozrywk., Pol. 2026</p> <p>17.40 Kuchenne rewolucje (8-10) – pr. rozr., Pol. 2024</p>	<p>11.00 Klan z Alaski (15)</p> <p>12.00 Fani czterech kółek 18 (6): Audi RS6</p> <p>13.00 Nagi instykt przetrwania: Elita</p> <p>15.00 Złomowisko PL 11 (6)</p> <p>16.00 Gorączka złota 16</p> <p>17.00 11 września: dni, które wstrząsnęły światem 2 (1)</p> <p>18.00 Przystanek</p> <p>18.35 Złoty 2 (1)</p> <p>19.00 Nagi instykt przetrwania 2: Przetrwać w Gujanie</p> <p>20.00 Artemis II: Powrót na Księżyc</p>	<p>6.24 Słownik polsko@polski (610) – talk-show</p> <p>6.50 Fake czy historia?</p> <p>7.30 Na tropach historii</p> <p>9.05 Stawka większa niż życie (16) – wojenny, Pol.</p> <p>10.05 Zapomniany generał. Tadeusz Jordan Rozwadowski – dok.</p> <p>11.10 Starożytny Egipt – kroniki imperium (8)</p> <p>12.05 Bizon: ikona Ameryki</p> <p>13.00 Zapomniane agentki II wojny światowej (2)</p> <p>14.00 Stawka większa niż życie (17) – wojenny, Pol.</p> <p>15.00 Sensacje XX wieku</p>	<p>12.30 Niezwykłe megakonstrukcje ZSRR (7) – serial dokum.</p> <p>13.00 Poszukiwacze historii (10, 1)</p> <p>14.00 Okręt wojenny – życie w Royal Navy (1) – dok.</p> <p>15.00 Premiera: Poszukiwacze złota w Australii (3)</p> <p>16.00 Dorwać tuńczyka (7, 8) – serial dokum., USA 2018</p> <p>18.00 Rolnicy. Podlasie (15, 16) – serial dokum.</p> <p>20.00 Galileo 34 (24) – program popularnonaukowy</p> <p>21.00 Broń, która zmieniła świat (2) – dok., Australia</p>
<p>22.00 Kilogramy do szczęścia 2</p> <p>23.00 Nie do uwierzenia! Chłopiec bez zuchwy</p> <p>0.00 Dr Pryszczyla 5</p> <p>1.00 Niepokonani (7) – dok.</p> <p>2.00 Transplantacja: drugie życie</p> <p>3.00 Kilogramy do szczęścia 2</p>	<p>22.00 Bogaty dom – biedny dom (162) – reality show, Polska 2026</p> <p>23.00 Gry małżeńskie (136, 137) – reality show, Polska 2023-2024</p> <p>1.05 Więzienie kobiet (2-5) – serial dokum., Pol. 2022</p> <p>3.00 Zdrady (67-69) – serial paradokumentalny, Polska</p>	<p>20.50 Ostre cięcie 13 (5) – rozr.</p> <p>21.50 Jestem z Polski (10) – serial dokum., Pol. 2023</p> <p>22.50 Hotel Paradise 13 (36)</p> <p>23.45 EuroPOLKI studencki (1) – pr. rozr., Polska 2023</p> <p>0.45 Egzotyżne wakacje na każdą kieszeń. Zanzibar – pr. rozr., Pol.</p> <p>1.45 Kto tu mieszka? (6)</p>	<p>22.00 Premiera: W oku cyklonu (11)</p> <p>23.00 Premiera: Najniebezpieczniejszy zawodziawa 22: Pomysł Ricka</p> <p>0.00 Fani czterech kółek</p> <p>1.00 Hot rod w Kindiga</p> <p>2.00 Eurotruckerzy (7)</p> <p>3.00 Łowcy staroci (18)</p> <p>4.00 Zoom na architekturę</p>	<p>17.35 Wojenne dziewczyny 4 (42) – serial hist., Pol. 2021</p> <p>18.20 Odnaleź zaginione (22) – serial dokum. historyczny</p> <p>18.55 Uwięziony prymas</p> <p>20.00 Falszerze. Powrót sfory (4) – sens., Pol. 2006</p> <p>20.55 Kroniki Hitlera (9)</p> <p>21.55 Gry wojenne (5) – dok.</p> <p>22.55 Sensacje XX wieku</p>	<p>22.00 Polowanie na Hitlera (3, 4) – serial dokum. historyczny, USA 2015</p> <p>0.00 Starożytni kosmici (5) – serial dokum. historyczny, USA 2014-2015</p> <p>1.00 Rolnicy. Podlasie (16-19) – serial dok., Pol.</p> <p>5.00 Kolowrotek (9, 10) – magazyn wędkarski</p>
<p>7.25 Szpital (980-982) – paradok.</p> <p>10.25 Sędzia Anna Maria Wesołowska (513, 514)</p> <p>12.25 Szkoła (666) – paradok., Pol.</p> <p>14.25 Brzydula (179, 180) – kom.</p> <p>14.35 Drugie serce (9) – telen.</p> <p>15.35 Druga szansa 2 (2) – obycz.</p> <p>16.45 The Floor – teleturynek, Pol.</p> <p>18.00 Złomowisko PL 6 – dok.</p> <p>19.00 Kartoteka 9 (11, 12)</p> <p>21.05 Kryminalni 4 (13) – krym.</p> <p>22.10 Kryminalni (1) – krym., Pol.</p> <p>23.15 Hannibal 3 (6) – serial krym.</p> <p>0.20 Zbrodnie z pierwszych stron gazet – serial dokum.</p> <p>1.20 Szpital (948) – paradok., Pol.</p> <p>2.20 Szkoła (673) – paradok., Pol.</p> <p>3.15 Nowa Maja w ogrodzie 3</p> <p>4.20 Szpital (947) – paradok., Pol.</p>	<p>6.00 MacGyver 7 (1, 2) – sens.</p> <p>8.00 Strażnik Tekساسu 4 (13, 14)</p> <p>10.00 Kobry – serial sens., Niemcy</p> <p>12.05 Bitwa o palety 2</p> <p>13.15 Wojny magazynowe: Kanada – reality show, Kan.</p> <p>14.25 Wojciech Ciejrowski – bosy przez świat</p> <p>16.50 Sensacje XX wieku – hist.</p> <p>19.00 Kobry – serial sens., Niemcy</p> <p>21.00 CSI: Kryminalne zagadki Miami 9 (2, 3) – serial krym.</p> <p>23.00 Magia nagości. Polska 3</p> <p>0.05 Magia nagości. Włochy 2</p> <p>1.35 Magia nagości. Niemcy</p> <p>2.40 Kabaretowe przeboje</p> <p>4.55 Kabaretowe przeboje 4</p>	<p>8.20 Kuchenne rewolucje – rozr.</p> <p>9.20 Co nas truje – pr. rozrywk.</p> <p>11.35 Upiorne ciasta</p> <p>13.05 Dziecięce mistrzostwa wypieków – telet. kulin.</p> <p>14.05 Ostra kuchnia Pepper</p> <p>14.35 Posiekani: gotowanie w dziczy – reality show</p> <p>16.10 Kuchenne rewolucje – rozr.</p> <p>17.10 Upiorne ciasta</p> <p>17.40 MasterChef – pr. rozrywk.</p> <p>19.05 Uczta w hotelu grozy</p> <p>20.10 Pyszne miejscówki – mag.</p> <p>21.10 Rozdrażnić tytanów 4</p> <p>22.15 Akcja: Restauracja!</p> <p>23.15 Posiekani – teleturynek kulin.</p> <p>0.15 Kto pokona Bobby'ego Flaya – reality show</p> <p>1.15 Turniej mistrzów kuchni</p>	<p>6.00 Zwykłe rzeczy – niezwykłe wynalazki</p> <p>8.00 Jak działa wszechświat?</p> <p>10.00 Autodiagnosta spotkań z UFO: UFO i przemoc – dok.</p> <p>11.00 Kosmiczna mapa skarbów</p> <p>13.00 Podziemne sekrety</p> <p>15.00 Tajemnice ładowania na Księżycu</p> <p>18.00 Zwykłe rzeczy – niezwykłe wynalazki</p> <p>21.00 Czy jest z nami inżynier? – serial dokum. historyczny</p> <p>23.00 Wybuchowy program – program rozrywkowy</p> <p>1.00 Tajemnice ładowania na Księżycu</p> <p>4.00 Podziemne sekrety</p>	<p>12.00 Katastrofa w przestworzach: Raport specjalny</p> <p>13.00 Katastrofa w przestworzach</p> <p>15.00 Katastrofa w przestworzach: Raport specjalny</p> <p>16.00 Klucz do przepowiedni</p> <p>17.00 Egipt: Miejsce pełne tajemnic</p> <p>18.00 Czarnobyl: Świadczenie tragedii: Poświęcenie – dok.</p> <p>19.00 Droga do wyzwolenia</p> <p>20.00 Katastrofa w przestworzach: Zaginione sygnały</p> <p>21.00 Burzliwa historia Tudorów</p> <p>22.00 Potwory: Prawda i mity</p> <p>23.00 Sekrety starożytnej medycyny</p>	<p>12.30 Lodowe miasto: Życie na krawędzi – serial dokum.</p> <p>13.30 Siedem światów, jedna planeta – serial dokum.</p> <p>14.35 W okowach mrozu 9 – dok.</p> <p>15.30 Życie na pustkowiu: powroty 3 – serial dokum.</p> <p>16.30 Lucy Worsley i zagadki historii: rewolucja amerykańska – serial dokum.</p> <p>17.35 Siedem światów, jedna planeta – serial dokum.</p> <p>18.45 Lodowe miasto: Życie na krawędzi – serial dokum.</p> <p>19.45 Ewolucja – serial dokum.</p> <p>20.55 W okowach mrozu 11 – serial dokum. historyczny</p> <p>22.55 Bakteriologia: szansa na życie – film dokum. historyczny</p>
<p>12.00 Komisarz Cassandra: Zbrodnie w Alpach 8 (2)</p> <p>14.00 Pokochaj lub sprzedaj Vancouver 3: Cindy & Chris</p> <p>16.00 Pokochaj lub sprzedaj Quebec – reality show, Kan.</p> <p>16.55 Pogoda</p> <p>17.00 Niepójte: Strefa tajemnic</p> <p>18.00 Niepójte: Strefa tajemnic 2 – serial dokum.</p> <p>19.00 Makłowicz w podróży</p> <p>20.00 Strażacy z sąsiedztwa 3</p> <p>21.00 Policjanci z sąsiedztwa 6</p> <p>21.50 Pogoda</p> <p>22.00 Mistrzowie Kabaretu 15</p> <p>23.00 Mistrzowie Kabaretu 8</p> <p>0.00 Mistrzowie Kabaretu</p> <p>1.00 Kabaret na żądanie – rozr.</p>	<p>8.30 Więzienie – serial dokum.</p> <p>9.55 Wypasiona kuchnia – rozr.</p> <p>10.00 Ojciec Brown 2 (16, 17)</p> <p>12.00 Śmierć pod palmami 3 (1, 2) – serial krym., Wlk. Bryt.</p> <p>14.00 Świat według Kiepskich (465, 466) – serial kom., Polska</p> <p>15.00 Świat według Bunchy 9 (208-211) – serial komediodowy</p> <p>17.00 Świat według Bunchy 10 (212, 213) – serial komediodowy</p> <p>18.00 Calkiem nowe lata miodowe (8) – serial kom.</p> <p>18.30 Miodowe lata (57-59)</p> <p>21.00 Zdrady (87) – paradok., Pol.</p> <p>22.00 Ślad (37, 38, 108) – krym., Pol.</p> <p>1.00 Łowca pedofilów – dok.</p> <p>3.00 TV okazje</p>	<p>12.00 Nowe życie w starym domu 7 – program rozrywk.</p> <p>12.55 Nowe życie w starym domu 5 – program rozrywk.</p> <p>13.55 Odlotowy ogród – mag.</p> <p>14.25 Mieszkanie na miarę 2</p> <p>16.25 Polowanie na ogród 7</p> <p>17.35 Polowanie na ogród 8 – program rozrywkowy</p> <p>18.10 Weekendowa metamorfoza – pr. rozrywk.</p> <p>19.00 Złoty remont 11 – pr. rozr.</p> <p>20.00 Dobrze zrobione w domu – magazyn poradnikowy</p> <p>20.10 Dorota was urządzi! – rozr.</p> <p>21.30 Poukładani 2 – pr. rozrywk.</p> <p>22.30 House Hunters – Poszukiwacze domów 6</p>	<p>6.00 Nowe życie na wyspie</p> <p>8.05 Człowiek kontra jedzenie</p> <p>10.10 Smakuj świat z Pascalem</p> <p>12.15 Małżeństwo w dżungli</p> <p>14.20 Człowiek kontra jedzenie</p> <p>14.55 Dziwne potrawy: Smakowite miasta – serial dok.</p> <p>17.00 Szokujące potrawy – dok.</p> <p>19.00 Nowe życie w starym domu: Witajcie we Włoszech – pr. rozrywk.</p> <p>20.55 Nagi instykt przetrwania – serial dokum. historyczny</p> <p>23.00 Kobieta na krańcu świata – serial dokum. historyczny</p> <p>0.45 Małżeństwo w dżungli</p> <p>2.50 Szokujące potrawy – dok.</p> <p>4.55 Dziwne potrawy – dok.</p>	<p>8.00 Ostatnie nosorożce: nowa nadzieja – film dokum., USA</p> <p>9.00 Niedziele dr Pol</p> <p>12.00 Królestwo drapieżników</p> <p>13.00 Olsniwająca Ameryka</p> <p>14.00 Dorastanie w świecie zwierząt: Mała uchątka</p> <p>15.00 Jak przeżyć na Alasce</p> <p>16.00 Olsniwająca Ameryka</p> <p>17.00 Sekretne życie pingwinów</p> <p>18.00 Tajemnice dzikiej Azji</p> <p>19.00 Stworzone, by przetrwać</p> <p>20.00 Nieszczyślickie żywioły 2</p> <p>21.00 Niedziele dr Pol</p> <p>2.00 Olsniwająca Ameryka</p> <p>3.00 Dorastanie w świecie zwierząt: Mała uchątka</p>	<p>11.20 Nازیści: korzenie zła</p> <p>12.15 II wojna światowa: cena imperium</p> <p>16.35 Wojna światowa: 1914-1945</p> <p>17.40 Człowiek kontra jedzenie: najwęższa broń II wojny światowej</p> <p>18.45 Najwęższe wydarzenia II wojny światowej w kolorze</p> <p>19.50 Kuba Rozpruwacz: krwawe spaliny (2) – krym.</p> <p>21.00 Tajne bazy nazistów 4</p> <p>22.10 Konstantyn Wielki</p> <p>23.15 Nازیści: korzenie zła</p> <p>0.15 II wojna światowa: cena imperium</p> <p>3.55 Tajne bazy nazistów 4</p>
<p>13.45 Kolacja z Gavinem Rossdale'em</p> <p>14.40 ABC gotowania – kuchnia meksykańska – mag. kulin.</p> <p>15.45 Kucharskiego pomysłu na kuchnię – mag.</p> <p>16.45 Jamie Oliver: 5 składników – mag. kulin.</p> <p>18.40 Włoskie życie Sophie Grigson – serial dokum.</p> <p>19.45 Jakubiak rozgryza Tajlandię i Kambodżę</p> <p>20.15 Bosacka rusza w Polskę</p> <p>21.15 Ziemia, ogień i smak – dok.</p> <p>22.05 Kolacja z Gavinem Rossdale'em: Selma Blair</p>	<p>11.10 Ucieczka na wieś 23 – dok.</p> <p>12.10 Wielkie projekty 21 – dok.</p> <p>13.05 Generalna odbudowa</p> <p>14.05 Po pierwsze: lokalizacja!</p> <p>16.00 Daleko od miasta 17 – dok.</p> <p>16.30 Przekłopoty Ci ogródek</p> <p>17.00 Adres: rezydencje marzeń</p> <p>18.00 Ucieczka na wieś 23 – dok.</p> <p>19.00 Wielkie projekty 21 – dok.</p> <p>20.00 Daleko od miasta 14 – dok.</p> <p>21.00 Po pierwsze: lokalizacja!</p> <p>21.55 Wielkie projekty: Australia 11 – serial dokum.</p> <p>23.05 Pokochaj lub sprzedaj – Wielka Brytania 8</p> <p>0.00 Gardeners' World 16</p>	<p>10.30 SuperLudzie 2 – serial dok.</p> <p>11.30 Świat według Kiepskich (434-437) – serial kom., Polska</p> <p>13.25 Farma – reality show, Polska</p> <p>14.25 Hell's Kitchen – Piekelnia Kuchnia 4 – reality show, Pol.</p> <p>15.55 Ninja Warrior Polska</p> <p>17.55 Świat według Kiepskich (504, 457, 575, 576) – kom.</p> <p>20.00 Złomiarze – serial dokum.</p> <p>21.00 Ani słowa więcej</p> <p>FILM – komediodramat, USA 2013</p> <p>22.55 Bez łości 2</p> <p>FILM – thriller, USA 2018</p> <p>1.25 Świat według Kiepskich (361-365) – serial kom., Polska</p>	<p>13.55 Kiedyś to było... – magazyn</p> <p>14.30 Super Gury. Gotuj z Bosacką! 2 – mag. kulin.</p> <p>15.00 Rodzinka.pl (109) – kom.</p> <p>15.30 Ojciec Mateusz 18 (229, 230) – serial kryminalny</p> <p>17.25 Podróż z Agatą Christie i sir Davidem Suchetem</p> <p>18.30 Europa da się lubić – nowe pokolenie – pr. rozr.</p> <p>19.30 Panna młoda (30) – obycz.</p> <p>20.30 Złoty chłopak (257) – obycz.</p> <p>21.30 La Promessa – pałac tajemnic (348) – serial obycz.</p> <p>22.30 Milionerzy – czarna komedia, Francja 2024</p>	<p>12.30 Niezwykłe podróże koleją 6: Zimbabwe i Zambia</p> <p>13.35 Byblos. Wielki port Fenicjan – film dokum.</p> <p>14.45 Krajoprawa świata – dok.</p> <p>15.50 360° Świat bez granic 11 – serial dokum. historyczny</p> <p>16.55 Świat z góry – serial dokum.</p> <p>18.00 Dokąd dzisiaj? 4 – dok.</p> <p>18.35 Jak oligarchowie korpumpują Zachód – dok.</p> <p>19.45 Rzym, renesans, trzej geniusze – film dokum.</p> <p>20.50 Ravensbrück. Ostatni świadkowie – film dokum.</p> <p>22.00 Z akt kijowskiej KGB – dok.</p>	<p>15.05 Najwspanialsze góry Afryki – cykl dokum. historyczny</p> <p>16.10 Podaj sól – film dokum., Hol.</p> <p>17.10 Podróż z Agatą Christie i sir Davidem Suchetem</p> <p>18.05 Sanatorium miłości 7</p> <p>19.05 Kurierka – film</p> <p>FILM animowany, Polska 2021</p> <p>20.10 Akropol ański – starożytne arcydzieło – film dok., Francja 2024</p> <p>21.15 Polarne królestwo Słońca</p> <p>22.20 Barbara Włodarczyk zaprasza – magazyn</p> <p>22.25 Cyfrowa bomba zegarowa – film dokum.</p>

TVP SPORT TVP SPORT 5.40 Sportowy wieczór 6.05 Piłka nożna: PKO BP Ekstraklasa: Legia – Lech 8.15 Betclitc 1. Liga magazyn – magazyn piłkarski 8.50 Piłka nożna: Betclitc 1. Liga: Warta – KKS Łódź 11.00 Betclitc 1. Liga magazyn 12.25 Piłka nożna: STS Puchar Polski: Górnik Łęczna – GKS Katowice (live) 14.30 Kamera TVP Sport 15.10 Magazyn 2. ligi piłkarskiej – mag. 15.55 GOL – magazyn piłkarski 17.25 Piłka nożna: STS PP: Motor – Raków (live)	EUROSPORT 1 8.30 Snooker: Turniej British Open – mecz finałowy: Mark Selby – Jak Jones 10.30 Kolarstwo: Wyścig dookoła Flandrii 12.30 Snooker: Turniej British Open: M. Selby – J. Jones 14.30 Kolarstwo: Wyścig dookoła Flandrii 16.00 Wspinaczka: Zawody World Series w Chamonix – prowadzenie – finały 18.00 FIA WEC: Wyścig 24-godzinny w Le Mans 19.30 World Touring Car Cup: Wyścig w Chinach – podsumowanie	POLSAT SPORT 1 6.00 Siatkówka mężczyzn: TAURON Liga 8.30 Siatkówka mężczyzn: AI-KO Superpuchar Polski – mecz: Warta – Bogdanka LUK Lublin 11.00 Formula 1: GP USA 12.00 Siatkówka mężczyzn: TAURON Liga 14.00 Tenis: Turniej ATP w Bazylei – 1. runda (live) 16.00 Tenis: Turniej ATP w Bazylei – 1. runda (live) 17.20 Siatkówka mężczyzn: TAURON Liga – mecz: PGE GieK Skra Belchatów – GKS Katowice (live)	TVP ABC 7.35 Bazarolinka 7.40 Dolina Muminków 3 8.10 Sir Mysz 8.20 Tytanci 8.30 Lupin wśród bajek 9.00 Stacyjkowo 9.30 Domisie 10.00 Figo Migu na planecie Czochozas 10.20 Przygody Bolka i Lolka 10.45 Reksio 11.05 Pająk Lucas 2 11.35 Pszczółka Maja 12.00 Strażak Sam 10 12.25 Domisie 13.00 Zagadki zwierzo-madki	MINIMINI+ 6.10 Dora i przyjaciele 7.05 Dora poznaje świat 7 7.33 Kicia Kocia 8.30 Cloudy & Stormy 9.05 Bing 10.00 Pszczółka Maja 2 11.25 Baczne oczka 11.55 Marta mówi 12.50 Moje urodziny 12.59 Marta mówi 14.00 Basia 2 15.10 Kicia Kocia 15.55 44 Koty 17.20 Staś i fajna Babcia 17.50 Moje urodziny 17.57 Staś i fajna Babcia 18.15 Leśna rodzina	TVN 24 8.00 Serwis informacyjny, Prognoza pogody 10.00 Serwis informacyjny, Prognoza pogody 11.00 Serwis informacyjny, Prognoza pogody 12.00 Serwis informacyjny, Prognoza pogody 14.00 Serwis informacyjny, Prognoza pogody 15.00 15 na żywo – mag. inf. 16.00 Fakty po południu 18.00 Tak jest – pr. publicyst. 19.15 Serwis informacyjny 19.30 Fakty po Faktach 20.00 Kropka nad i – pr. publ. 20.30 Czarno na białym
20.25 Piłka nożna: STS Puchar Polski: Piast Gliwice – Górnik Zabrze (live) 23.00 Sportowy wieczór 23.30 Piłka nożna: Puchar Niemiec: BVB – Werder 1.40 Piłka nożna: STS Puchar Polski: Motor – Raków 3.40 Boks: Gala w Bournemo-uth – podsumowanie	20.00 Snooker: Turniej British Open – mecz finałowy: Mark Selby – Jak Jones 22.00 Kolarstwo: Wyścig dookoła Flandrii 0.00 Snooker: Turniej British Open – mecz finałowy: Mark Selby – Jak Jones 1.30 FIA WEC: Wyścig 24-godzinny w Le Mans	20.20 Siatkówka kobiet: TAURON Liga Kobiety – mecz: UNI Opole – Pałac Bydgoszcz (live) Bydgoszczanki słabo spisały się w meczach przeciwko Opolankom. Oba mecze przegrały do zera. 23.00 Siatkówka mężczyzn: TAURON Liga	13.20 Oktonauci 13.50 Odo 14.05 Nawet nie wiesz, jak bardzo Cię Kocham 14.35 Bazarolinka 14.45 Oli i Luna 15.15 Al-chemik 15.35 Lassie i przyjaciele 16.05 Ricky Zoom 16.35 44 Koty 2	18.40 Dora poznaje świat 7 19.35 Kicia Kocia 20.25 Mały Charlie 21.36 Zouk 22.04 Trojaczki 22.45 Polly Pocket 6 23.24 Przyjaciół pies 0.17 Szmatkowe Królestwo 0.59 Księżniczka Hania i Grymasek 3	21.00 Polska i świat 22.00 Szkło kontaktowe 23.00 Dzień po dniu 0.25 Biznes – pr. publicyst. 0.45 Fakty po Faktach 1.20 Kropka nad i – pr. publ. 1.50 Tak jest – pr. publicyst. 2.50 Nowa Maja w ogrodzie 3.10 Akademia ogrodnika 3.20 Kropka nad i – pr. publ.
CANAL+ SPORT 8.10 Premier League: The Big Interview 8.45 Piłka nożna: Liga hiszpańska: Sevilla – Osasuna 11.00 Football Office (3) 12.30 Gala PGE Ekstraligi 15.10 Turbokozak 15.40 Piłka nożna: Liga hiszpańska: Sevilla – Osasuna 19.35 Football Office (3) 19.35 Turbokozak 20.00 Premier League Review 21.00 Premier League Netbusters 21.30 Liga+ Extra 23.35 LaLiga Highlights 0.15 Premier League Review 1.20 Premier League Netbusters	EUROSPORT 2 10.30 FIA WEC: Wyścig 6-godzinny w Spa-Francorchamps 12.30 Kolarstwo: Wyścig Mediolan-San Remo 14.30 FIA WEC: Wyścig 24-godzinny w Le Mans 16.30 Kolarstwo: Wyścig Mediolan-San Remo 18.00 Snooker: Turniej British Open – finał: Mark Selby – Jak Jones 20.00 Wspinaczka: Zawody World Series w Koprze – prowadzenie – finały 22.00 Narciarstwo alpejskie: Zawody PS w Sölden – slalom gigant kobiet 0.00 Wspinaczka: Zawody World Series w Koprze – prowadzenie – finały	POLSAT SPORT 2 6.00 Piłka nożna: Liga czeska 8.30 Koszykówka mężczyzn: PGE Basket Liga 11.00 Piłka nożna: Liga holenderska 13.30 Tenis: Turniej ATP w Wiedniu – mecz 1. rundy gry pojedynczej (live) 15.30 Tenis: Turniej ATP w Wiedniu – mecz 1. rundy (live) 17.30 Tenis: Turniej ATP w Wiedniu – mecz 1. rundy (live) 18.55 Koszykówka mężczyzn: EuroCup – mecz: WKS Śląsk Wrocław – Tofas Bursa (live) 21.00 Sporty walki: UFC 333: Alexander Volkanovski – Movsar Evloev 24.10.2026 1.00 Sporty walki: FEN	NICKELODEON 8.10 SpongeBob 8.40 Kanciasporty 9 9.40 Harmidom 5 10.05 SpongeBob 10.35 Kanciasporty 12 11.00 Kanciasporty 7 11.30 Kanciasporty 14 11.50 Kanciasporty 11 12.20 Grzmotomocni: Tajniacy 12.50 Niebezpieczny oddział 2 – na ratunek! 13.20 Kanciasporty 14 13.50 Kanciasporty 11	TELETOON+ 8.19 Kumble z dżungli – na ratunek! 8.45 Gadający Tom i przyjaciele 3 9.22 Było sobie życie 9.51 Ki i Hi w Królestwie Pandy 10.21 Angelo rządzą 10.51 Siostry 2 11.25 Polly Pocket 6 12.18 Charlotte i trzy muszkieterki 12.47 Kumble z dżungli na ratunek! 3 13.14 Kumble z dżungli – na ratunek! 13.40 Polly Pocket 6 14.23 Dinus i Lusja 14.50 Siostry 3 15.20 Polly Pocket 6	TVP info_ 15.30 Serwis Info Dzień 15.45 Panorama 16.00 Dzień w godzinie 17.00 Teleexpress 17.15 Teleexpress Extra 17.35 Panorama 17.42 Wykrzywacz kłamstw 18.00 Panorama 18.30 Kontrapunkt 19.30 Program informacyjny 19.30 20.18 Trójkąt Polityczny 21.00 Kwiątki polskie 21.45 Panorama 22.10 Oko na świat 22.30 Program informacyjny 19.30 22.45 112. Magazyn kryminalny 23.00 Wydarzy się jutro
CANAL+ SPORT 2 9.00 Tenis: Turniej WTA w Tokio – mecz 1. rundy (live) 11.15 Tenis: Turniej WTA w Tokio – mecz 1. rundy 13.30 Tenis: Turniej WTA w Tokio – mecz 1. rundy 15.45 Tenis: Turniej WTA w Tokio – mecz 1. rundy 18.00 Tenis: Turniej WTA w Tokio – mecz 1. rundy 20.15 Tenis: Turniej WTA w Tokio – mecz 1. rundy 22.30 Tenis: Turniej WTA w Tokio – mecz 1. rundy 0.45 Tenis: Turniej WTA w Tokio – mecz 1. rundy 3.00 Piłka nożna: PKO BP Ekstraklasa: Legia – Lech	ELEVEN SPORTS 1 9.00 Piłka nożna: Liga włoska: Inter – Fiorentina 11.00 Legendy ligi niemieckiej 11.30 Legendy ligi niemieckiej 12.00 Piłka nożna: Liga portugalska – mecz: CD Santa Clara – SL Benfica 14.00 Formula 1: Grand Prix USA 16.00 Piłka nożna: Liga włoska: Udinese Calcio – AC Milan 17.55 Ligue 1 Show (9) 18.25 Piłka nożna: Liga włoska: Sassuolo – SS Lazio (live) 20.40 Piłka nożna: Liga włoska: Roma – Cagliari Calcio (live) 22.50 Podróż do świata Calcio 23.25 Historie Serie A 0.00 Bundesliga Clubs	POLSAT SPORT 3 6.00 Tenis: Turniej ATP w Bazylei – mecz 1. rundy gry pojedynczej 8.30 Tenis: Turniej ATP w Wiedniu – mecz 1. rundy gry pojedynczej 11.00 Short track: Zawody World Tour w Vancouver – 2. dzień 15.30 Lyżwiarstwo figurowe: Grand Prix Francji 17.30 Tenis: Turniej ATP w Bazylei – mecz 1. rundy (live) 20.00 Tenis: Turniej ATP w Bazylei – mecz 1. rundy (live) 23.00 Magazyn koszykarski 0.00 Tenis: Turniej ATP w Bazylei – mecz 1. rundy 2.00 Sporty walki: Babilon MMA	NICK JR. 8.20 Wszyscy razem, śladem Blue! 2 8.50 Barabapa i jego rodzinka 9.20 Barabapa i jego rodzinka 2 9.40 Pan Krokodyl 2 10.35 Świnka Peppa 8 10.50 Santiago z morza 11.15 Dora 4 11.45 Zwierzęce zagadki 12.20 Rubble i jego ekipa 3 12.50 Psi Patrol 6 13.40 Świnka Peppa 3 13.55 Barabapa i jego rodzinka 14.25 Barabapa – szczęśliwa rodzinka 14.45 Barabapa i jego rodzinka 2	DISNEY JUNIOR 7.00 Blue 8.00 Spidey i superkumple 8.30 Jej Wysokość Zosia: Królewska Szkoła Magii 9.00 Klub Myszkki Miki Plus 10.00 Blue 2 11.00 Jej Wysokość Zosia: Królewska Szkoła Magii 2 11.30 Psia Brygada 2 12.00 Spidey i superkumple 12.30 Blue 13.30 Klub Myszkki Miki Plus 14.00 Superkoty 3 14.30 Jej Wysokość Zosia: Królewska Szkoła Magii 2 15.00 Iron Man i super ekipa 15.30 Spidey i superkumple 16.00 Blue 2	POLSAT NEWS 10.00 W rytmie dnia 12.50 Wydarzenia 12:50 13.30 W rytmie dnia 15.30 Sport 15.50 Wydarzenia 15:50 16.30 Punkt widzenia Jankowskiego 18.00 Punkt widzenia Szubartowicza 19.15 Gość „Wydarzeń” 19.50 Debaty Gozdry 21.50 Wydarzenia wieczorne 22.30 Dzień na świecie 23.30 Obraz dnia 0.00 Punkt widzenia Jankowskiego 1.25 Punkt widzenia Szubartowicza
CANAL+ SPORTS 11.30 Piłka nożna: Liga hiszpańska – mecz: FC Barcelona – Real Madryt CF 13.45 Premier League: The Big Interview (10) 14.30 Ekstraklasa po godzinach 15.45 Champions Pack 17.00 Żużel: Metalas 2. Ekstraliga 22.50 Gala PGE Ekstraligi 22.50 Sporty walki: ONE Friday Fights 175 0.00 Piłka nożna: PKO BP Ekstraklasa – mecz: Korona Kielce – GKS Katowice 2.30 Premier League Netbusters	ELEVEN SPORTS 2 12.00 Piłka nożna: Liga niemiecka – mecz: SC Freiburg – Bayern 14.00 Piłka nożna: Liga włoska – mecz: Lecce – Juventus FC 16.00 Piłka nożna: Liga niemiecka: BVB – Eintracht Frankfurt 17.55 Piłka nożna: Puchar Niemiec – mecz 2. rundy: Hamburger SV – Eintracht Frankfurt (live) 20.15 Historie Serie A 20.40 Piłka nożna: Puchar Niemiec – 2. runda: Borussia Dortmund – Werder Brema (live) 22.55 Olympique Lyon – Między legendą a teraźniejszością 23.45 Ousmane Dembélé...	POLSAT PLAY 9.05 Wojsny magazynowe 15 10.00 Gwiazdy lombardu 10.55 Hardkorowy lombard 13.55 Polacy za granicą 15.55 Złomiarze 17.55 Poszukiwacze historii 19.50 Gestapo. Policja terroru 21.05 Tajna historia XX wieku 22.00 Poszukiwacze historii 22.30 Militarni 0.05 Łowca pedofiliów 1.10 Wzięcie 2.50 Złomiarze 3.05 Starożytni kosmici 5.05 Starożytni kosmici 14	TVN TURBO 11.15 Wojny samochodowe 12.15 Naprawy nie do naprawy 13.00 Zawodowi handlarze 14.30 Wojny samochodowe 16.30 Jeździć, obserwować 18.00 Raport Turbo 18.15 2 drugiej ręki 19.00 Duda kontra Szafranski z ogłoszenia 20.15 Wojny samochodowe 21.15 Polski supersamochód 22.00 Raport Turbo 22.15 Naprawy nie do naprawy 23.00 Kupione, zrobione, sprzedane	TVS 16.50 Wydział kryminalny Kitzbühel 17.50 Doktor z alpejskiej wioski – nowy rozdział 18.50 Doktor Kleist – lekarz rodzinny 19.50 Kino TVS: Rosamunde FILM Pilcher: Tak blisko nieba – melodramat, Niemcy/Austria 2004, reż. Dieter Kehler, wyk. Janina Flegler 21.50 Kino TVS: Rosamunde FILM Pilcher: Ścieżki serca – film obyczajowy, Niemcy 2021 23.35 Doktor z alpejskiej wioski – nowy rozdział	TRWAM 18.05 Informacje dnia 18.15 Rozmowy niedokończonych 19.30 Każdy maluch to potrafi 19.45 Modlitwa z telewizyjnym udziałem dzieci 20.00 Informacje dnia 20.20 Różaniec 20.50 Myśląc Ojczyzną 21.00 Apel Jasnogórski 21.20 Informacje dnia 22.00 Solidarność – narodziny wolności 22.15 Głos serca 23.00 Rycerz – film dokumentalny, Polska 2023



Szczęśliwym zbiegiem okoliczności Ninka trafi do Leśnej Góry!



Zuza zrobi wszystko, by zatrzymać przy sobie dziecko!

NA DOBRE I NA ZŁE

Cud w Leśnej Górze

Maria będzie walczyć o sprawiedliwość, a Blanka przeżyje szok! Do szpitala bowiem trafi niespodziewanie jej zaginiona córeczka!



Dorota nie zamierza zeznawać przeciwko mężowi!

➔ NA DOBRE I NA ZŁE ŚR
28.10 godz. 20.50 TVP 2

Maria (Sylvia Achu) i Zawada (Jakub Łopatka) pojadą do Krakowa, by skontaktować się z kobietami, które w przeszłości również mogły zostać skrzywdzone przez Dobrego (Mateusz Kmieć). Znajoma pielęgniarka zdradzi lekarce, że profesor słychał w pracy z licznych romansów, a powiązane z nim kobiety po prostu zniknęły. Niestety, próby kontaktu z nimi spełzną na niczym, a Maria natrafi na ścianę milczenia.

Koniec bezkarności?

Kiedy już całkiem straci nadzieję na pozyskanie istotnych informacji, na spotkaniu zjawia się... Dorota (Joanna Kuberska), żona Dobrego! Kobieta ujawni, że zasiada w radzie nadzorczej szpitala,

w którym były kochanki Jakuba dostają pracę w zamian za milczenie. Nie będzie także zaskoczona tym, że jej mąż wykorzystał Marię. Malewicz szybko zorientuje się, że ofiar gwałtu było znacznie więcej, a oboje małżonkowie mają wiele za uszami... Postanowi więc przekonać Dorotę, by postąpiła słusznie i przestała kryć męża psychopatę. Musi tylko znaleźć odpowiednie argumenty...

Po powrocie do Leśnej Góry Kamil usłyszy od Begera (Tomasz Ciachorowski), że doktor Dobry ma przeprowadzić skomplikowaną operację transplantacji serca i płuc. Zawada nie wytrzyma i zarzuci dyrektorowi, że pomaga gwałcicielowi i oszustowi zdobyć prestiż i rozgłos. Dla Maksa informacja o tym, co Jakub zrobił Marii, będzie

zaskoczeniem... Ale czy ostatecznie wyciągnie konsekwencje wobec doktora Dobrego?

W ramiona rodziców

Blanka (Pola Gonciarz), czekając na wieści od policjantów, postanowi zająć się pracą, by choć na chwilę oderwać myśli od zaginionej córeczki. Jednak szybko przekona się, że popełniła ogromny błąd, bo patrzenie na noworodki i świeżo upieczone mamy sprawia jej tylko ogromny ból. Wciąż nie będzie miała pojęcia, że Ninka jest znacznie bliżej, niż się wszystkim wydaje...

Tymczasem Zuza (Aurora Lipartowska) po sprzedaży domu po rodzicach będzie szykować się do wyjazdu z Niną za granicę. Niestety, dziecko zacznie się źle czuć, więc spanikowana dziewczyna pojedzie z nim do lekarza – ucha-krteryzowana i pod przykrywką, by w razie wypadku zapewnić sobie więcej czasu i zmylić po-

licję. W przychodni okaże się, że Nina ma ostre zapalenie ucha środkowego, wysoką temperaturę i jest odwodniona. Lekarz ostrzeże „mamę” dziewczynki, że może być konieczna operacja. Poproszona o podanie danych Zuza ucieknie, zostawiając dziecko w przychodni. Ratownicy, nie czekając na jej powrót, zawiozą Ninę do Leśnej Góry. A tam zostanie rozpoznana przez Julkę (Aleksandra Hamkało) i szybko trafi do rodziców. Blanka i Mario (Marcin Korcz) nie będą mogli uwierzyć we własne szczęście. Mimo że ich córeczkę czeka poważny zabieg, w końcu będą mogli odechnąć z ulgą.

Niestety, to jednak nie koniec – Zuza nie odpuści i zrobi wszystko, by odzyskać dziecko... W następnych odcinkach zostanie się podstępem do szpitala, udając ostry ból brzucha, by spróbować jeszcze raz porwać Ninę. **PAULINA MILUSKA**



David Attenborough wyjaśnia, jak ważny jest głos w świecie zwierząt.



Mistrzami komunikacji za pomocą dźwięków w przyrodzie są niewątpliwie ptaki.

DAVID ATTENBOROUGH: TAJEMNICZY ŚWIAT DŹWIĘKÓW

Usłyszeć naturę

➔ **DAVID ATTENBOROUGH:
TAJEMNICZY ŚWIAT
DŹWIĘKÓW** **ŚR 28.10**
godz. 13.00 **TVP 1**

David Attenborough tym razem pokazuje świat przyrody przez dźwięki, sygnały i odgłosy. Towarzyszą one zwierzętom od pierwszych chwil życia aż po dorosłość: pomagają przetrwać, ostrzegają, pozwalają znaleźć partnera. Dzięki nowoczesnej technologii usłyszymy to,

co zwykle umyka: kajmany porozumiewające się jeszcze w jajach czy odgłosy nocnych starć lwów i hien. Nie zabraknie ptaków, które opanowały sztukę komunikacji za pomocą dźwięków niemal do perfekcji. Przekonamy się, że w świecie zwierząt dźwięk bywa i bronią, i tarczą – potrafi przesądzić o życiu i śmierci. Ten dokument to zaproszenie, by uważnie nadstawić uszu.

MP

EKSPERYMENT: ODSIADKA

Koleżanki spod celi

➔ **EKSPERYMENT:
ODSIADKA** **ŚR 28.10** **godz. 22.00** **CANAL+ PREMIUM**

W drugiej odsłonie kontrowersyjnego reality show do aresztu trafią same panie. W zakładzie w Bartoszycach pozwolą się zamknąć Danuta Martyniuk, Julia von Stein, influencerki Marta Linkiewicz i Katarzyna Paciorek (w internecie znana też jako Kasix) oraz piosenkarki

Urszula Dudziak i Roksana Węgiel-Mglej. Będą musiały dostosować się do zasad panujących w areszcie, a co więcej, skonfrontować się z pozostałymi osadzonymi – nie koleżankami z branży czy statystkami, a prawdziwymi przestępczyniami, zahartowanymi przez trudy życia. Która ze znanych pań najlepiej odnajdzie się w nowej rzeczywistości?

JK



Celebrytki przekonują się, jak wygląda więzienna codzienność.

Nowa edycja

nie stereo	dopływ Wołgi	Edward „Iluzjonista”	▼	obok Ochoty	podnośnik samochodowy	w nim złamana ręka	▼	gwara więzienna	Helena dla bliskich	fiskalna na ladzie	▼	ziemia uprawna	▼	delikatne zachowanie	▼
▶	▼	▼		Vivien filmowa Scarlett O'Hara	▶			▼		w parze z katodą	▶				
ciernie róży	▶					Kinga „Stulecie Winnych”	▶					5	handlarz aut		nadzór, kontrola
▶		3		... Szujski, car	▶					uczy się zawodu	▶		▼		1
dawniej kościół parafialny	chwast z rozłogami		ogon lisa	napaść		„Zielona ...”, film	część jezdni	▶	6	▼	pompa próżniowa		gałki w wafelku		feudalny władca turecki
trawiony w żołądku	▶		▼				12 miesięcy		ze skwarkami	▶			▼		▼
▶	2				Jarocka albo Karel	▶	▼				więzienie w zamku	▶			
przeciwny nadirowi		Robert „Pożegnany walc”	▶						zasób wiadomości	▶		4			
dodawania to plus	▶				miasto w Jordanii	▶					Meg aktorka	▶			

1	2	3	4	5	6
---	---	---	---	---	---

Wpisz
rozwiązanie

CHWILA NA RELAKS

TVP 1

- 4.55 Wykrywacz kłamstw** – pr. publicyst., Pol. 2025-2026
- 5.15 Pytanie dnia** – program publicystyczny, Polska 2026
- 5.35 Reporterzy** – magazyn reporterów
- 5.45 Oko na świat** – magazyn, Polska 2024-2026
- 6.10 Akacja 38** (970) – telenowela, Hiszpania 2018
- 7.00 Transmisja mszy świętej z Sanktuarium Matki Bożej na Jasnej Górze**
- 7.30 Rodzina (nie od) święta** – magazyn religijny, Pol. 2026
- 8.00 Serwis Info** – program informacyjny, Polska
- 8.10 Pogoda Info**
- 8.25 Zaraz wracam 3** (164) – serial obyczajowy, Pol. 2026
- 9.00 Ranczo 4** (42) – serial obyczajowy, Polska 2009
- 10.05 Komisarz Alex 3** (38) – serial kryminalny, Polska 2013
- 11.00 Ojciec Mateusz 23** (303) – serial kryminalny, Pol. 2020
- 12.00 Serwis Info** – pr. inf., Polska
- 12.10 Agrobiznes** – magazyn rolniczy
- 12.30 Agropogoda**
- 12.35 Magazyn rolniczy**
- 13.00 Natura w Jedynce: David Attenborough: Tajemniczy świat dźwięków** (1/3) – film dokumentalny, Wielka Brytania 2024 (patrz obok)
- 14.00 Splątane losy** (76) – serial obyczajowy, Turcja 2024
- 15.00 Serwis Info** – program informacyjny, Polska
- 15.10 Reporterzy** – magazyn reporterów
- 15.35 Gra słów. Krzyżówka** – teleturniej, Polska 2019-2026
- 16.00 Dziedzictwo** (1059) – serial obyczajowy, Turcja 2020
- 17.00 Teleexpress, Pogoda**
- 17.25 Jaka to melodia?** – teleturniej muzyczny
- 18.05 Klan** (4764) – telenowela, Polska 2026
- 18.40 Akacja 38** (987) – telenowela, Hiszpania 2018
- 19.30 Program informacyjny 19.30**
- 19.55 Pytanie dnia** – program publicystyczny, Polska 2026



13.00 DOKUMENT

David Attenborough: Tajemniczy świat dźwięków (1/3)
Twórcy badają rolę, jaką w naturze odgrywają dźwięki. Zwierzęta wykorzystują je m.in., by wabić partnerki. Dzięki zaawansowanej technologii autorzy dokumentu rejestrują te odgłosy natury, których nie wychwytyje ludzkie ucho. **60 min**



21.05 DRAM. OBYCZ. Rocky 2

Z obawy przed utratą wzroku Rocky Balboa (Sylvester Stallone, zdj.) rezygnuje z kariery bokserkiej. Poślubia ukochaną Adrian (Talia Shire, zdj.) i podejmuje pracę w reżni. Tymczasem Apollo Creed (Carl Weathers) ogłasza, że jest gotów stoczyć kolejną walkę z dawnym rywalem. Ten przyjmuje wyzwanie. **130 min**



23.15 DOKUMENT

Ukraina. Skradzione dzieciństwo
Opowieść o najmłodszych ofiarach konfliktu w Ukrainie. O wyrządzonych im przez wojnę krzywdach i o sposobach na ich wynagrodzenie opowiadają m.in. rodzice i psycholodzy. **65 min**

TVP 2

- 4.35 Na dobre i na złe** (964): Rewizor – serial obyczajowy, Polska 2025
- 5.35 M jak miłość** (1869) – serial obyczajowy, Polska 2025
- 6.25 Pozyteczni.pl** – magazyn
- 6.55 Barwy szczęścia** (3428) – serial obyczajowy, Polska 2026
- 7.30 Pytanie na śniadanie – pobudka** – magazyn, Polska 2026
- 7.55 Pytanie na śniadanie – gwiazdorska kuchnia**
- 11.45 Ani 5** (54) – magazyn kulinarny, Polska 2026
- 12.30 Kulo fortuny** – teleturniej, Polska 2026
- 13.15 Panna młoda** (234) – serial obyczajowy, Turcja 2024
- 14.05 Va banque** – teleturniej, Polska
- 14.35 Na sygnale** (944): Nic się nie stało – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2026
- 15.05 La Promesa – pałac tajemnic** (508) – serial obyczajowy, Hiszpania 2024
- 16.00 Rómulo odwiedza Pię**, a ona błaga go, by nie donosił markizowi i jego żonie o Janie i Manuelu. Zakochani planują ślub. Z kolei Catalina mówi Lorenzowi, że zrobi wszystko, by odzyskać kontrolę nad rodzinnym interesem. **45 min**
- 15.50 Domowe patenty 3** (2) – magazyn poradnikowy, Polska 2026
- 16.00 Koło fortuny** – teleturniej, Polska 2026
- 16.35 Familiada** – teleturniej
- 17.20 Panna młoda** (235) – serial obyczajowy, Turcja 2024
- 17.20 Cemil** nadal ukrywa przed Deryą, że pomaga Yoncy w jej salonie fryzjerskim. Hancer wyjaśnia mu, że Melih wypłynął w rejs dla pieniędzy. Siła odwiedza brata w zakładzie zamkniętym. **55 min**
- 18.15 Va banque** – teleturniej, Polska
- 18.50 Jeden z dziesięciu** – teleturniej
- 19.25 Barwy szczęścia** (3428) – serial obyczajowy, Polska 2026



20.50 OBYCZAJOWY

Na dobre i na złe (1003)
Gloria (Aleksandra Grabowska, zdj.) i Beger ukrywają przed współpracownikami, że są razem. Pod opiekę Julki trafia młody sprinter. Ciężarnej matce pacjenta odchodzą wody. Gdy Kamil (Jakub Łopata, zdj.) stawia diagnozę, pomocy potrzebuje też ojciec chłopca. **60 min**



21.50 FAB.-DOKUM. Na sygnale (946)

Britney (Paulina Zwierny, zdj.) martwi się o Nowego. Prosi jego brata, by go odwiedził. Wiktor stara się przekonać Gabriela, żeby zawańczył o swoją przyszłość. Zespół Banacha jedzie do kobiety z bólem w klatce piersiowej. Lekarz podejrzewa rozwarstwienie aorty. Piotrek i Alek ratują mężczyznę po udzieleniu osy. **30 min**



23.20 KOMEDIA

Magazyn Ekspresu Reporterów
Miłość w chmurach – komedia romantyczna, Niemcy 2017, reż. André Erkau, wyk. Jasmin Gerat, Anna-Maria Arkona, Oliver Mommensen, Guido Broscheit (patrz obok)

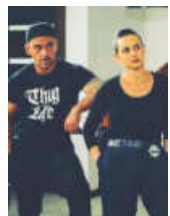
1.00 Peakyl Blinders 3 (15) – serial kryminalny, Wlk. Bryt.

2.10 Rakka, cień ISIS – film dok.

3.10 Akacja 38 – telenowela, Hiszpania 2015-2021 **4.00**

POLSAT

- 4.50 Disco Gramy** – program muzyczny, Polska 2026
- 5.40 Telezakupy TV Okazje**
- 6.00 Nowy dzień z Polsat News** – program informacyjny
- 8.20 Trudne sprawy** (1127) – serial paradokumentalny, Polska 2022
- 9.20 Dlaczego ja?** (952-954) – serial paradokumentalny, Polska 2019
- 12.30 Gliniarze. Śląsk** (40): Efekt motyla – serial kryminalny, Polska 2026
- 13.25 Gliniarze** (1024, 1025): Śnieg: Gliniarz – serial paradokumentalny, Polska
- 15.30 Wydarzenia 24**
- 15.50 Pogoda**
- 15.55 Gliniarze** (1256): Niebezpieczna szybkość – serial paradokumentalny, Polska 2026 (patrz obok)
- 16.55 Gliniarze. Śląsk** (41): Ramię w ramię – serial kryminalny, Polska 2026
- 18.00 Pierwsza miłość** (4274) – serial obyczajowy, Polska 2026
- 18.50 Wydarzenia**
- 19.15 Gość „Wydarzeń”** – program publicystyczny
- 19.30 Sport, Pogoda**
- 19.55 Milionerzy** – teleturniej, Polska 2026



15.55 PARADOKUM.

Gliniarze (1256)
Podczas rutynowej kontroli drogowej kierowca prawie przejeżdża policjantką i ucieka. Adam (Aleksander Mackiewicz, zdj.) i Olga (Natalia Brudniak, zdj.) ustalają, że podejrzany jest złodziejem samochodów. W trakcie śledztwa pojawia się wątek salonu masażu. **60 min**



20.30 ROZRYWKĄ

Kabaret K2. Jedziemy po bandzie (6)
Dominika Najdek, Bartosz Klauziński (zdj.) i Tomasz Łupak niedawno zaprosili do programu Radosława Majdana. Dziś pojawia się nowi goście. Nie zabraknie również „Bajek dla dorosłych”, które przenoszą dobrze znane z dzieciństwa historie w aktualny kontekst. **90 min**



22.00 WIDOWISKO

Gala French Touch 2026
Na jednej scenie spotykają się artyści z Polski oraz Francji. Wystąpią między innymi Ania Rusowicz, Zalia (zdj.), BeMy, Michał Szpak, Bala-voine/Ma Bataille, Imany, La Nouvelle Eve i Zaz. **115 min**

- 20.10 Sport, Pogoda**
- 20.30 Felicita** (22) – serial obyczajowy, Polska/Wł. 2026
- 21.05 Wieczór z gwiazdami: Rocky 2** – dramat obyczajowy, USA 1979, reż. Sylvester Stallone, wyk. Sylvester Stallone, Talia Shire, Carl Weathers, Burgess Meredith (patrz obok)
- 23.15 Ukraina. Skradzione dzieciństwo** – film dokumentalny, Francja 2024, reż. Philippe Lagnier (patrz obok)
- 0.20 Papusza** – dramat biograficzny, Polska 2013, reż. Krzysztof Krauze, wyk. Jowita Budnik
- 2.35 Morderstwa w Bayeux** – film kryminalny, Francja 2023, reż. Kamir Ainouz
- 4.15 Film dokumentalny** **4.50**

TVN	TVN	TV PULS	TVN 7
<p>5.40 Uwaga! – magazyn reporterów</p> <p>5.55 Ukryta prawda (1519) – serial paradokumentalny, Polska 2023</p> <p>6.50 Kuchenne rewolucje (4) – program rozrywk., Pol. 2025</p> <p>7.45 Dzień Dobry TVN – magazyn</p> <p>11.20 Doradca smaku (35) – magazyn kulinarny, Polska 2026</p> <p>11.25 Kuchenne rewolucje (8, 6) – program rozrywkowy, Pol.</p> <p>13.40 Ukryta prawda (1680, 1681) – serial paradokumentalny, Polska 2025</p> <p>15.45 Młode gliny (68) – serial kryminalny, Polska 2026 W kościele ginie 22-letnia Maria Kawecka, która przygotowywała się do życia w zakonie. Oględziny wskazują, że została ona uderzona ciężkim lichtarzem. Śledczy odkrywają, że opiekowała się małą Tosią, która zniknęła. 65 min</p> <p>16.50 Szpital św. Anny (172) – serial obyczajowy, Polska 2026 Zespół wyjeżdża do mężczyzny znanego nieprzytomnego na ulicy. Tomek rozpoznaje hipoglikemię. Na SOR trafia kobieta w ciąży. Po zatrzymaniu krążenia dr Bursztyn wykonuje cesarstkę, a pacjentkę czeka operacja serca. 65 min</p> <p>17.55 Detektywi (373) – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2026 Do śledczych zgłasza się zrozpaczona kobieta, której córka Ida zginęła bez śladu. Licealistka była na biwaku, gdzie pokłóciła się z byłym chłopakiem, więc w środku nocy postanowiła sama wrócić do domu. 65 min</p> <p>19.00 Fakty</p> <p>19.35 Sport, Pogoda</p> <p>19.55 Uwaga! – magazyn reporterów</p>	<p>20.15 OBYCZAJOWY</p> <p>Na Wspólnej (4302) Weronika (Renata Danciewicz, zdj.) jedzie do Eweliny, która wróciła do męża. Błaga, żeby ratowała siebie i córkę. Ich rozmowę przerywa najście Grega (Michał Siński, zdj.). Z kolei Fabian informuje szefa, że Judyta może nie poradzić sobie z nowym programem. 35 min</p> <p>21.30 REALITY SHOW</p> <p>Top Model (9) Modeli czekają kolejne wyzwania przed aparatem oraz na wybiegu. 95 min</p>	<p>6.00 Policjanci z Miami (16, 17): Przemysłniczy blues; Rytuały przejścia – serial kryminalny, USA 1985</p> <p>8.00 Kobra – oddział specjalny (1, 2): Spisek; Odrzutowiec – serial sensacyjny, Niemcy, wyk. Erdogan Atalay, Tom Beck</p> <p>10.00 Zaklinaczka duchów 3 (61) – serial fantasy, USA 2008 Gnębiona przez koszmarny sny Melinda pragnie poznać prawdę na temat swojego ojca. Zniknął przed laty w niejasnych okolicznościach. 60 min</p> <p>11.00 Kotka (61) – telenowela, Meksyk 2014</p> <p>12.00 Nie igraj z aniołem (192) – serial obyczajowy, Meksyk 2008 (patrz obok)</p> <p>13.00 Wspaniałe stulecie (34) – serial kostiumowy, Turcja 2013-2014</p> <p>14.00 Rodzinny interes (27): Pizzeria z niespodzianką – serial obyczajowy, Polska 2019</p> <p>15.00 Lombard. Życie pod zastaw 12 (624, 625) – serial obyczajowy, Polska 2023</p> <p>17.00 Rodzinny interes (28): Zareczynowy pierścioneł – serial obyczajowy, Polska 2019 W salonie pojawia się Zuzanna, której zginął pierścioneł zareczynowy. Kobieta oskarża fryzjerkę o jego kradzież. Dla załagodzenia sytuacji Ela postanawia zwrócić byłej klientce pieniądze. 60 min</p> <p>18.00 Lombard. Życie pod zastaw 19 (1051, 1052) – serial obyczajowy, Polska 2026 Grzybiarz Robert zostaje postrzelony przez kłusownika. Napastnik wlecz go do domu letniskowego i tam przetrzymuje. W Lombardzie pojawia się klientka szukająca kół garncarskiego. 120 min</p> <p>20.00 THRILLER SF</p> <p>57 sekund Ratując życie technologicznego guru (Morgan Freeman, zdj.), Franklin (Josh Hutcherson) zdobywa gadżet, który pozwala mu cofać się w czasie. Chce pomóc śmierci siostry. 125 min</p>	<p>5.20 Ten moment (16): Łatwo przyszło, łatwo poszło – serial paradokumentalny, Polska 2015-2016</p> <p>5.55 Szkoła (547-549) – serial paradokumentalny, Polska 2018</p> <p>8.45 Ukryta prawda (1417, 1601, 1602) – serial paradokumentalny, Polska</p> <p>11.50 W-11 – Wydział Śledczy (776-778) – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2011 (patrz obok)</p> <p>13.55 Detektywi (157) – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2025</p> <p>15.00 Szpital św. Anny (162) – serial obyczajowy, Polska 2026</p> <p>16.00 Szpital (906) – serial paradokumentalny, Polska 2019</p> <p>17.00 Sędzia Anna Maria Wesołowska (586): W imię ojca – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2011 Biznesmen Gustaw Malinowski słyszy zarzut spowodowania uszczerbku na zdrowiu dziennikarza Rafała Jawora. Uważa się, że oskarżony przyczynił się do oślepienia reportera. 60 min</p> <p>18.00 Rozwód. Walka o wszystko (37): Rozwód z rolnikiem – serial paradokumentalny, Polska 2020 Mimo licznych prośb żony Doroty rolnik Bartek nie chce sprzedać swojego podwarszawskiego gospodarstwa. Konflikt prowadzi w końcu do rozstania. 60 min</p> <p>19.00 Ukryta prawda (1791) – serial paradokumentalny, Polska 2026 Recepcjonistka Ania pomaga bezrobotnemu starszemu bratu, Grześkowi. Jakiś czas później odkrywa, że krewny, wykorzystując jej dokumenty, wykończył na siostrę. Pomaga jej szef. 60 min</p>



W APTEKACH I ZIELARNIACH

CUKIERKI ŻEŃSZENIOWO-IMBIROWE – ZŁAP SIŁĘ I ODPORNOŚĆ!

<p>20.15 Na Wspólnej (4302) – serial obyczajowy, Polska 2026 (patrz obok)</p> <p>20.50 The Floor – teleturniej, Polska 2026</p> <p>21.30 Top Model (9) – reality show, Polska 2026 (patrz obok)</p> <p>23.05 Ocean strachu 2 – thriller, Niemcy 2006, reż. Hans Horn, wyk. Susan May Pratt, Richard Speight Jr., Niklaus Lange, Ali Hillis (patrz obok)</p> <p>1.10 Nowa Szelągowska (5) – pr. rozrywk., Polska 2026</p> <p>2.20 Uwaga! – mag. reporterów</p> <p>2.40 CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 12 (22) – serial kryminalny, USA 2012</p> <p>3.40 Młode gliny (44) – serial kryminalny, Polska 2026</p> <p>4.40 Nauka jazdy 5 (16) – pr. rozrywk., Polska 2022</p> <p>5.05 Zamieszkać na plaży 7 (13) – program rozrywk., USA 2020</p>	<p>23.05 THRILLER</p> <p>Ocean strachu 2 Dan (Eric Dane, zdj.) i jego znajomi w trakcie rejsu postanawiają popłynąć. Gdy są za burzą, okazuje się, że nikt nie wywieścił drabinki, po której można wrócić na pokład. Zaczyna się walka o życie. 125 min</p>	<p>20.00 57 sekund – thriller s.f., USA 2023, reż. Rusty Cundieff, wyk. Josh Hutcherson, Morgan Freeman, Greg Germann, Lovie Simone (patrz obok)</p> <p>22.05 Dzień zagłady – film katastroficzny, USA 1998, reż. Mimi Leder, wyk. Robert Duvall, Morgan Freeman, Téa Leoni, Elijah Wood (patrz obok) Widowskowie kino z gwiazdorską obsadą. Film stał się kinowym hitem. 150 min</p> <p>0.35 Detektyw Knight: Dzień Niepodległości – film sensacyjny, USA 2023, reż. Edward Drake</p> <p>2.25 Dzielnica strachu 3 (101): Niegzeczna mamuska – serial krym., Polska 2022</p> <p>3.20 Lombard. Życie pod zastaw 19 (1047) – serial obyczajowy, Polska 2026</p> <p>4.20 Zobacz to!</p>	<p>22.05 KATASTROF.</p> <p>Dzień zagłady 14-latek odkrywa, że w kierunku Ziemi zbliża się kometa. Jej uderzenie zniszczy wszelkie formy życia. Astronauci pod dowództwem Tannera (Robert Duvall, zdj.) ruszają w kierunku obiektu, by go rozbić. 150 min</p>	<p>20.00 Hotel Paradise 13 (37) – reality show, Polska 2026 (patrz obok)</p> <p>21.00 Kwiat pustyni – dramat biograficzny, Wielka Brytania/Niemcy/Austria 2009, reż. Sherry Hormann, wyk. Liya Kebede, Sally Hawkins, Craig Parkinson, Meera Syal, Anthony Mackie, Timothy Spall (patrz obok)</p> <p>23.40 Masz wiadomość – komedia romantyczna, USA 1998, reż. Nora Ephron</p> <p>2.15 Hotel Paradise 13 (36) – reality show, Polska 2026</p> <p>3.10 Wrota piekła (7) – serial dokumentalny, USA 2019</p> <p>4.00 Fachowcy 2 (10) – serial paradokumentalny, Polska 2018</p> <p>4.35 Usterka 13 (12) – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2020</p>	<p>21.00 BIOGRAFICZNY</p> <p>Kwiat pustyni Waris Dirie (Liya Kebede, zdj.) pracuje jako pokojówka. Przed laty uciekła z Somalii, by uniknąć zaaranżowanego małżeństwa. Jej urodę dostrzegali znani fotograf. Tak zaczyna karierę modelki. 160 min</p>
--	--	---	---	--	--

TVP 3	TVP POLONIA	TV 4	PULS 2	TVP ROZRYWKI	TTV HD
<p>9.05 Regiony na TAK – mag.</p> <p>9.30 Jedzenie ma znaczenie (20) – magazyn kulinarny</p> <p>10.00 Złoty chłopak (269) – serial obycz., Turcja 2022</p> <p>11.00 Zielnik regionalny</p> <p>11.30 Leże za miłością (13)</p> <p>12.00 Telekurier – mag., Polska</p> <p>12.30 Góra półka smaku</p> <p>13.00 Agrobiznes – mag.</p> <p>13.30 Daję słowo – Maciej Orłoś – talk-show</p> <p>14.30 Program informacyjny 14.30</p> <p>15.00 Koronka do Miłosierdzia Bożego – pr. religijny</p> <p>15.20 Serwis Info Dzień – inf.</p> <p>15.30 Program lokalny</p> <p>19.30 Całkiem niezła historia</p> <p>19.45 Kryminalna siódemka</p>	<p>14.10 Turystyczna jazda</p> <p>14.25 Kiedyś to było... – mag.</p> <p>15.00 Serwis Info – pr. inform.</p> <p>15.10 Lena na Balkanach (8)</p> <p>15.40 Przez pamięć i zapomnienie (8)</p> <p>16.05 Moda na język polski (70) – magazyn</p> <p>16.30 Barwy szczęścia (3402) – serial obycz., Pol. 2026</p> <p>17.00 Teleexpress</p> <p>17.20 Gra słów. Krzyżówka</p> <p>17.50 Teleexpress Extra – inf.</p> <p>18.15 Wypelnic pustkę</p> <p>18.45 Panorama</p> <p>19.20 Niezwykłe miejsca</p> <p>19.30 Program informacyjny 19.30</p> <p>19.55 Pytanie dnia – pr. publ.</p> <p>20.10 Sport, Pogoda</p>	<p>6.00 Strażnik Teksasu (13, 14) – serial sensacyjny</p> <p>7.55 Bogaty dom – biedny dom (113) – reality show</p> <p>8.55 Policjanci i Policjanci (708-710) – serial obycz.</p> <p>11.55 Na ratunek 112 (1038, 1039) – serial paradokumentalny, Polska</p> <p>12.55 Trudne sprawy (832-834) – paradok., Pol.</p> <p>15.55 Trudne sprawy II (1394) – serial paradokumentalny</p> <p>16.55 Łowcy skarbow. Kto da więcej? (556) – reality show, Polska 2025-2026</p> <p>18.00 Policjanci i Policjanci (1477, 1478) – obycz., Pol.</p> <p>20.05 Uroczysko (295) – serial kryminalny, Polska 2026</p>	<p>12.00 Lwia Straż – serial anim.</p> <p>13.00 Nowe przygody Kubusia Puchatka – serial animowany</p> <p>13.35 Smerfy – serial anim.</p> <p>14.00 Baranek Shaun 6</p> <p>14.35 Marta mówi – anim.</p> <p>15.00 Miraculous: Biedronka i Czarny Kot 6 – anim.</p> <p>16.00 Patryk Rozgwiazda Show – serial animowany</p> <p>17.00 SpongeBob Kanciastoperty 9 – serial anim.</p> <p>18.00 Pingwiny z Madagaskaru – serial animowany</p> <p>19.00 Kacze opowieści – serial animowany</p> <p>20.00 Lombard. Życie pod zastaw 19 (1041) – serial obyczajowy, Polska 2026</p>	<p>6.40 Gra słów. Krzyżówka</p> <p>7.10 Okrasa łamie przepisy</p> <p>8.20 Familiada – teleturniej</p> <p>8.55 Va banque – teleturniej</p> <p>9.25 Kolo fortuny – telet., Pol.</p> <p>10.05 Makłowicz w podróży</p> <p>10.40 Postaw na milion</p> <p>12.35 Familiada – teleturniej</p> <p>13.15 U Pana Boga w Królowym Moście (3) – serial obycz., Polska</p> <p>14.05 Rodzinka.pl (267, 268) – serial kom., Polska 2019</p> <p>15.10 Program rozrywkowy</p> <p>15.25 Obłęd – 25-lecie</p> <p>Patrycji Markowskiej – akustycznie – koncert</p> <p>17.25 Va banque – teleturniej</p> <p>18.00 Kolo fortuny – telet., Pol.</p> <p>18.45 Okrasa łamie przepisy</p>	<p>7.35 DeFacto 13 (12, 13)</p> <p>8.30 Kartoteka 9 (28, 29)</p> <p>10.35 Detektywi (146, 368)</p> <p>12.35 Zakup w ciemno 5 (36)</p> <p>13.35 Zakup w ciemno 8 (34)</p> <p>14.35 Nic do zgłoszenia 4 (7)</p> <p>15.35 Złomowski PL 10 (4)</p> <p>16.45 Express – pr. inform.</p> <p>16.58 Pogoda, Sport</p> <p>17.05 Zakup w ciemno extra (5) – reality show, Polska</p> <p>17.45 Życie na kredytle 5 (7, 8) – reality show, Polska</p> <p>18.40 Gogglebox. Przed telewizorem 20 (7)</p> <p>19.45 Express, Pogoda – inf.</p> <p>20.05 Zakup w ciemno 8 (35)</p> <p>21.05 Zakup w ciemno extra 3 (33) – reality show</p> <p>21.45 Express, Pogoda – inf.</p>
PROGRAM INFORMACYJNY	OBYCZAJOWY	KRYMINALNY	SCIENCE FICTION	KULINARNY	ROZRYWKI
 <p>20.00 Dziennik regionów Reportaży zbierają najważniejsze informacje z ośrodków regionalnych. Dotyczą one ostatnich wydarzeń politycznych, kulturalnych i gospodarczych. 13 min</p> <p>20.13 Gość Regionów – publ.</p> <p>20.30 Telekurier – mag., Polska</p> <p>20.30 Program lokalny</p> <p>22.00 Dziennik regionów</p> <p>22.30 Złoty chłopak (270)</p> <p>23.30 Kryminalna siódemka</p> <p>23.55 Panorama</p> <p>0.25 Program informacyjny 19.30</p> <p>1.15 Dziennik regionów</p> <p>1.40 Dziedzictwo (924)</p> <p><small>TVP 3 jest wspólnym pasmem programowym lokalnych stacji telewizyjnych: Białystok, Bydgoszcz, Gdańsk, Katowice, Kraków, Lublin, Łódź, Poznań, Rzeszów, Szczecin, Warszawa, Wrocław</small></p>	 <p>20.25 Nad rozlewiskiem... (10, 11) – Polska 2012 Mieszkańcy rozlewiska są zbulwersowani budową drogi. Małgośna pisze petycję i zbiera podpisy. Józwiakowie odmawiają pomocy. Marysia i Krzysztof spotykają się na przedzie zespołu. 105 min</p> <p>22.10 Rozmowy (nie) wygodne – pr. publicyst.</p> <p>22.45 Polscy szpiedzy – publ.</p> <p>23.15 Panorama</p> <p>23.45 Sekielski wieczorową porą – program publicyst.</p> <p>0.40 Pan Mama (12) – kom.</p> <p>1.10 Stacja innowacja</p> <p>1.30 Program informacyjny 19.30</p> <p>1.55 Pytanie dnia – pr. publ.</p>	 <p>20.40 Sprawiedliwi – Wydział Kryminalny (1074) – Polska 2026 Sprawa zaginięcia Wachi i jej córki nabiera nowego wymiaru, gdy Eliza wyznaje Walczakowi, że wynajęła prywatnego detektywa, by śledził Paulinę. 60 min</p> <p>21.40 Sprawiedliwi. Trójmiasto (191) – krym.</p> <p>22.45 Opowieści o zbrodni (3) – serial dok., Pol. 2018</p> <p>23.10 Facetti w czerlni 3 FILM – komedia s.f., USA 2012, wyk. Will Smith</p> <p>1.25 Love Island. Wyspa miłości (38)</p> <p>2.35 Śmierć na 1000 sposobów (14, 1) – dok.</p>	 <p>21.00 Władcy ognia – USA/FILM Irl./Wielka Brytania 2002 Cały świat opanowały potężne smoki. Quinn (Christian Bale, zdj.) staje na czele grupy ucalałych. Zawiera sojusz z Dentonem (Matthew McConaughey, zdj.), by pokonać bestie. 125 min</p> <p>23.05 Grizzly – film sensacyjny, USA/Kanada 2015</p> <p>0.55 Lombard. Życie pod zastaw 2 (75, 76) – serial obyczajowy, Polska 2018</p> <p>3.00 Lombard. Życie pod zastaw 7 (326, 327) – serial obycz., Pol. 2020</p> <p>5.00 Lombard. Życie pod zastaw 11 (584) – serial obyczajowy, Polska 2022</p>	 <p>19.10 Okrasa łamie przepisy Prowadzący podczas sylwku nad Biebrzą przyrządzi kłopsiki ze szcuppaka. Zaprezentuje też przepisy na pstrąga z zimnym rosolem z buraka oraz tatara ze szcuppaka z kalafiorom. 35 min</p> <p>19.45 Jaka to melodia?</p> <p>20.20 The Voice Comeback Stage Powered by Orange (19) – widowisko</p> <p>20.25 Postaw na milion</p> <p>22.15 Rodzinka.pl (104) – kom.</p> <p>22.50 Rolnik szuka żony 13 (7) – telen. dok., Pol. 2026</p> <p>23.55 Kabaret. Super Show Dwójki 2 (16) – rozr., Pol.</p> <p>1.00 Kolo fortuny – telet., Pol.</p> <p>2.15 Do śmiechu! (78, 30)</p>	 <p>22.00 Ciężarówka przez Chile (9) – Polska 2026 Dawid Andres (zdj.) kończy swoją podróż przez Chile na pustyni Atakama, gdzie podejmuje się transportu koparki do kopalni miedzi Sierra Gorda. Trasa przebiega przez region Antofagasta. 60 min</p> <p>23.00 Gogglebox. Przed telewizorem 25 (9) – pr. rozrywk., Pol. 2026</p> <p>0.20 Nasi w mundurach 4 (4) – reality show, Pol. 2026</p> <p>1.25 Życie na kredytle 9 (15, 16) – reality show, Pol.</p> <p>2.20 Dobra robota 2 (9) – dok.</p> <p>3.20 Detektywi. Na leczenie 3 (28, 29) – serial fabularno-dokum.</p>
TVP 3	TVP 3 PROGRAMY LOKALNE	TVP HD	TVP KULTURA	aTena ANTENA HD	TV 6
<p>BIAŁYSTOK 17.35 Moda na język polski 18.00 Grajmy swoje 18.15 Panorama łomżyńska 18.30 Obiekt 17.50 Gość „Obiektu” 19.00 Sport, Pogoda 19.10 Złoty chłopak 19.20 Przegląd suwalski 21.20 Gość „Obiektu” 21.30 Obiekt BYDGOSZCZ 17.30 Samorządni 18.15 Pokochaj Grudziądz 18.30 Zbliżenia 19.00 Rozmowa dnia 19.20 Wilczy apetyt 21.00 Rozmowa dnia 21.20 Ekspert ZUS odpowiada 21.30 Zbliżenia 21.45 Sport, Pogoda GDANSK 17.30 W ogrodzie i zagrodzie 17.50 Raport gospodarczy 18.15 Czyżewskiego 42 18.30 Panorama 19.00 Droga 21.00 Tęde go 21.15 Czyżewskiego 42 21.30 Panorama KATOWICE 17.45 Energia bez mitów 18.00 Papyń pyty 18.15 Protokół rozbieżności 18.30 Aktualności 18.55 Pogoda, Sport 19.10 Gramy dla was 21.15 Protokół rozbieżności 21.30 Aktualności KRAKÓW 17.20 Fotograf z ulicy Świeżkiej 17.50 Energia bez mitów 18.00 Zrównowazona gospodarka wodna na obszarach wiejskich MODR 18.10 Magazyn medyczny 18.30 Kronika 18.55 Tematy dnia 19.16 Spichlerz smaków 21.03 Wykrywacz kłamstw 21.21 Bezbiednie 21.30 Kronika 21.45 Tematy dnia LUBLIN 17.55 Zdarzenia 18.10 Mural w mieście zakłete 18.30 Panorama lubelska 19.00 Magazyn sportowy 19.15 Okiem kierowcy 21.02 Login: NAUKA 21.15 Gość „Panoramy” 21.30 Panorama lubelska</p>	<p>ŁÓDŹ 17.06 Bezpłatne Łódzkie polski 17.15 Łódź Świąteczna 17.30 Srebra biznesu 17.45 Samorządni 18.15 Reportaż 18.30 Łódzkie wiadomości 18.45 Sport, Pogoda 19.00 Słaziemi filmowej 19.20 W archiwach 21.00 Na wschód od Łodzi 21.15 Ostatni mistrzowie 21.30 Łódzkie wiadomości dnia POZNAN 17.29 Teleskop 17.45 Wspólne popołudnie 18.30 Teleskop 19.00 Rozmowa dnia 19.14 Solidarność – razem przeciwdziałamy dyskryminacji w pracy 21.17 Nasz sportowy firtel 21.30 Teleskop RZESZÓW 17.30 Zakamarki przeszłości 17.56 Dokument w TVP RZESZÓW 18.30 Aktualności 18.59 Jeszcze dzień z życia 19.14 Z życia regionu 21.00 Wykrywacz kłamstw 21.30 Aktualności SZCZECIN 17.30 Prywatne życie 17.45 Słowo daje! 17.52 Słowo daje! 18.10 Natura bez granic 18.30 Kronika 18.52 Wokół nas 19.00 Świat na cztery łapy 19.13 Z indeksu w reku 21.00 Wokół nas 21.15 70 lat ZODR w Barzokowicach 21.30 Kronika 21.50 Rozmowa dnia WARSZAWA 17.45 Lekcja pamięci 18.00 Zawsze na temat 18.30 TKW 18.42 Kurier Mazowiecki 19.04 Reguły 21.00 Zawsze na temat 21.30 Kurier Warszawski 21.50 Wrocław 17.55 Magazyn Dolnośląski 17.29 Przyszłość jest teraz 17.43 Region dialogu 18.02 Region ma głos 18.30 Fakty 18.58 Rozmowa „Faktów” 19.15 Z Unia na Ty 21.02 Pamięć Miasta 21.16 Rozmowa „Faktów” 21.30 Fakty</p>	<p>8.55 Ojciec Mateusz 7 (95) 9.50 Ojciec Mateusz 8 (96) 10.45 Gra słów. Krzyżówka 11.20 Na sygnale (876, 877) 12.25 Ojciec Mateusz 15 (189) 13.20 Komisarz Alex 11 (134) 14.15 Ranczo 8 (97, 98) – obycz. 16.10 Super Gary. Gotuj z Bosacką! 2 – mag. kulin. 16.40 Operacja zdrowie – mag. 17.10 Okrasa łamie przepisy 17.45 Makłowicz w podróży 18.20 Ojciec Mateusz 3 (38) 19.20 Ranczo 5 (55) – obycz., Pol. 20.10 Rodzinka.pl (306, 307) 21.25 Ojciec Mateusz 32 (408) 22.20 Rozważna i romantyczna FILM na – film kostiumowy, USA/Wielka Brytania 1995 0.45 Morderstwa w Nimes FILM – film kryminalny, Fr. 2024</p>	<p>12.20 Diabelski instrument 14.00 Czerdziołatolek (5) 15.05 Głód serca – film FILM obyczajowy, Polska 1986 16.40 Błisko, coraz bliżej (10) 18.15 Kolekcja – cykl felietonów 18.30 Informacje kulturalne 18.55 Rawhide 4 (88) – przyg. 20.00 Śmierć jak kromka chleba – dramat społeczny, Polska 1994 22.10 Wstępy do spektakli tanecznych – 45 wstęp 22.15 Polski Teatr Tańca – 45 23.15 Tehachapi – film dokum. 1.00 Na pełny etat – dramat FILM obyczajowy, Francja 2021 2.30 Nana – dramat psycholog., FILM Indonezja 2022 4.15 Porozmawiajmy szczerze – magazyn kult.</p>	<p>12.05 Lombard Chicago: Wszystko pod zastaw (17, 18) – serial dokum., USA 13.05 Klątwa Wyspy Dębów 6 (18) – reality show, USA 14.00 Australijscy poszukiwacze złota 7 (14, 15) – dok., Australia 16.00 Unforgettable: Zapisane w pamięci 3 (3) – serial kryminalny, USA 2014 17.00 Zakazana miłość (13) – telen., Turcja 2008-2010 17.55 77 TV 2 (11) – pr. rozr., Pol. 18.55 77 TV 6 (2) – pr. rozr., Polska 20.00 MisMatch (3) – serial krym. 21.10 Detektyw Candice: Niezawodny instykt 7 (5, 6) – serial kryminalny, Fr. 23.35 Balhazar: Sledczy fenomen 4 (7) – krym., Fr.</p>	<p>6.00 Więzienie (177, 178) – dok. 6.55 Policjanci i Policjanci (865, 866) – serial obycz. 8.55 48h. Zaginięci (182-186) – serial kryminalny, Polska 13.55 Policjanci i Policjanci (1278) – serial obycz., Polska 14.55 Uroczysko (201, 202) 16.00 Strażnik Teksasu (3, 4, 15, 16) – serial sens. 20.00 CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku (163, 164) – serial kryminalny, USA 22.00 Mentalista (21) – krym. 23.00 Sprawiedliwi – Wydział Kryminalny (795, 796) – serial kryminalny, Polska 1.00 Koci (203, 204) – krym. 2.55 Cobra Kai (33) – przyg. 3.40 Septagion (29, 30) – krym. 5.45 Telezakupy TV Okazuje</p>
TVP 3	TVP 3 PROGRAMY LOKALNE	BBC FIRST	ROMANCE TV	COMEDY CENTRAL	TVN FABUŁA
<p>18.15 Pogoda, Sport 19.10 Gramy dla was 21.15 Protokół rozbieżności 21.30 Aktualności KRAKÓW 17.20 Fotograf z ulicy Świeżkiej 17.50 Energia bez mitów 18.00 Zrównowazona gospodarka wodna na obszarach wiejskich MODR 18.10 Magazyn medyczny 18.30 Kronika 18.55 Tematy dnia 19.16 Spichlerz smaków 21.03 Wykrywacz kłamstw 21.21 Bezbiednie 21.30 Kronika 21.45 Tematy dnia LUBLIN 17.55 Zdarzenia 18.10 Mural w mieście zakłete 18.30 Panorama lubelska 19.00 Magazyn sportowy 19.15 Okiem kierowcy 21.02 Login: NAUKA 21.15 Gość „Panoramy” 21.30 Panorama lubelska</p>	<p>18.15 Pogoda, Sport 19.10 Gramy dla was 21.15 Protokół rozbieżności 21.30 Aktualności KRAKÓW 17.20 Fotograf z ulicy Świeżkiej 17.50 Energia bez mitów 18.00 Zrównowazona gospodarka wodna na obszarach wiejskich MODR 18.10 Magazyn medyczny 18.30 Kronika 18.55 Tematy dnia 19.16 Spichlerz smaków 21.03 Wykrywacz kłamstw 21.21 Bezbiednie 21.30 Kronika 21.45 Tematy dnia LUBLIN 17.55 Zdarzenia 18.10 Mural w mieście zakłete 18.30 Panorama lubelska 19.00 Magazyn sportowy 19.15 Okiem kierowcy 21.02 Login: NAUKA 21.15 Gość „Panoramy” 21.30 Panorama lubelska</p>	<p>10.05 Ojciec Brown 8 (4, 5) 12.05 Shakespeare i Hathaway: Prywatni detektywi 2 (3, 4) – krym. 14.00 Zmordnie Saint-Pierre (8) 14.55 Śmierć z dala od palm (6) 16.05 Tajemnice Brokenwood 10 (3) – krym. 18.05 Morderstwa w Midsomer 14 (6) 19.55 Śmierć pod palmami 15 (4) – serial kryminalny 21.00 Detektyw z Chelsea 4 (4) – krym., Wlk. Bryt./USA 2025 22.00 Dobijasz mnie (3) – krym. 22.55 Line of Duty – Wydział wewnętrzny 4 (5, 6) 1.30 Tajemnice Brokenwood 10 (2) – krym.</p>	<p>15.15 Rosamunde Pilcher: Pani Szczerbiec – film obyczajowy, Niemcy 2026 17.05 Gabinet z widokiem na morze: Grom z jasnego nieba – film obyczajowy, Niemcy 2026 19.00 Górski lekarz (289) – obycz., Niemcy/Austria 20.00 Szkoła nad morzem: Rodzicielskie radości – film obycz., Niemcy 2025 21.55 Szkoła nad morzem: Zakaz całowania – komediodramat, Niemcy 2025 23.50 Górski lekarz (289) 0.45 Szkoła nad morzem: Rodzicielskie radości – film obycz., Niemcy 2025</p>	<p>11.55 Teoria wielkiego podrywku 3 (22, 23) – kom. 12.50 Teoria wielkiego podrywku 4 (1-4) – kom. 14.30 Dwójki i pół 8 (4-7) – kom. 16.30 Przyjaciele 7 (17-20) 18.30 Hoży doktorzy (5, 6) 19.30 Teoria wielkiego podrywku 3 (22, 23) – kom. 20.25 Teoria wielkiego podrywku 4 (1-4) – kom. 22.00 The Office PL 4 (1, 2) 23.05 Comedy Club 6 (11, 12) 0.00 Miasteczko South Park 8 (5, 14) 1.00 Miasteczko South Park 9 (6) 1.30 Miasteczko South Park 10 (7)</p>	<p>9.50 Młode gliny (38) – krym. 10.55 Magda M. (8) – obycz., Pol. 11.55 Zapukaj do moich drzwi (152, 153) – telen., Turcja 13.55 Młode gliny (39) – krym. 14.55 Detektywi (690, 691) 16.05 Na Wspólnej (144, 145) 17.10 Seriala: rozmowy 2 17.55 Lassie, wróć! – film FILM przygodowy, Niemcy 2020 20.00 100 dni do matury FILM – komedia, Polska 2025 22.30 Wioćzór gier FILM – komedia, USA 2018 0.30 Alfabet filmowy – mag. 0.45 Druga połowa – komedia romantyczna, Polska 2021 2.30 Andrzej Sołtyś przedstawia 3 – mag. film.</p>

STOPKLATKA

- 6.00** Kabaretowe hity (3)
6.50 Wojciech Ciejrowski – boso przez świat
7.55 Robert Makłowicz (162, 218) – mag. kulin.
9.50 Wojny magazynowe: Kanada 2 (19, 20)
11.00 Aukcja w ciemno 3 (8, 9) – serial dokum., USA
12.00 Katastrofy w przestworzach (1, 7, 3) – serial dok., Kan.
15.00 Zajazd. Będzie się działo 2 (12, 13) – obycz., Pol.
17.00 Katastrofy w przestworzach (8)
18.05 Wojny magazynowe: Kanada 2 (21, 22)
19.15 Aukcja w ciemno 3 (10, 11) – serial dok., USA



20.00 Mocny opiekun
FILM – USA 2024, reż. James Cullen Bressack
 Syn informatyki agenta Interpolu, Hatcher (Jean-Claude Van Damme, zdj.), zostaje porwany. Mężczyzna nie cofnie się przed niczym, by odbić zakładnika. Na jego drodze stają niebezpieczni ludzie. **150 min**

- 22.30** Kod Merkury – film
FILM – sensacyjny, USA 1998, wyk. Bruce Willis, Alec Baldwin
0.40 Ziarno prawdy
FILM – thriller, Polska 2015, wyk. Robert Więckiewicz
3.20 Człowiek przyszłości
FILM – film s.f., USA/Niemcy 1999, wyk. Robin Williams

POLSAT 2

- 5.50** Wydarzenia
6.30 Pielegniarki (18) – serial parodokumentalny, Polska
7.30 Na ratunek 112 (1085, 1086) – serial parodokumentalny, Pol. 2025
8.30 Sekrety rodziny (224-226) – serial parodokumentalny, Polska
11.30 Trudne sprawy (949) – serial parodok., Pol. 2020
12.35 Więzienie (70-73) – serial dokumentalny, Pol. 2020
14.30 Świat według Kiepskich (534-538) – serial komediowy, Polska 2017-2018
17.00 Komisarz Mama (18) – serial kryminalny, Polska 2021



18.00 Dlaczego ja? (1508, 1509) – Polska 2025
 Biznesmen, który prowadzi ustalizowane życie rodzinne, dowiaduje się, że ma dorosłego syna z dawnego związku. Nawiazuje z nim relację i hojnie go wspiera, co budzi sprzeciw żony i córki. **120 min**

- 20.00** Gliniarze (1075, 1005)
22.00 Zawód glina (4) – dok.
23.00 Ślad (30, 31) – krym., Pol.
1.00 Zdrady (148) – parodok.
2.05 Wydarzenia
2.45 Interwencja – mag.
3.00 Ewa gotuje (466) – mag.
3.30 Atleci – mag. sportowy
5.10 Drwale i inne opowieści Bieszczadu (110) – serial dokum., Pol.

TVP SERIALE

- 5.40** Rodzinka.pl (182) – kom.
6.10 Na sygnale (563-565)
7.45 Ojciec Mateusz 9 (114)
8.35 Komisarz Alex 12 (146)
9.30 Rodzinka.pl (183) – kom.
10.00 Klan (1530) – telen., Pol.
10.35 Ranczo 4 (51) – obycz.
11.25 Na dobre i na złe (1002)
12.25 Zaraz wracam 3 (164, 165) – serial obycz.
13.35 Ojciec Mateusz 2 (19, 20) – krym., Pol. 2009
15.35 Komisarz Alex 12 (147)
16.25 Na sygnale (566, 567) – serial fabularno-dokum.
17.30 Ranczo 5 (53, 54) – obycz.
19.30 Ojciec Mateusz 2 (21) – serial kryminalny, Polska
20.30 Ojciec Mateusz 9 (115) – serial kryminalny, Polska



21.30 Ranczo 5 (55, 56) – Polska 2011
 Paweł Kozioł uruchamia we wsi aptekę. Rodzaje bion rabatowe, dzięki czemu wszyscy głoszą na niego w wyborach do rady gminy. Tymczasem parafia popada w kłopoty finansowe. **115 min**

- 23.25** Ojciec Mateusz 2 (22) – serial kryminalny, Polska
0.25 Czas niedokonyany (7) – serial sensacyjny, Polska
1.20 Krucjata. Prawo serii (10, 11) – krym., Pol. 2022
3.00 Wojenne dziewczyny 2 (24, 25) – hist., Pol. 2018
4.30 Klan (1530) – telen., Pol.
5.00 Zaraz wracam 3 (163) – serial obycz., Pol. 2026

KINO POLSKA

- 6.00** Dom w cenie mieszkanka 3 (3) – mag.
6.35 Bolek i Lolek (1, 2) – serial animowany, 1963
6.55 Przygody Myszy (9, 10)
7.20 Polska Kronika Filmowa – serial dokum.
7.45 Zwierzęta Wajraka 3 (6, 7) – serial dokum., 2022
8.50 Pan Wołodyjowski
FILM – film historyczny, 1968
12.00 W pustyni i w puszczy
FILM – film przygodowy, 2001
14.45 Diabeł – film krótkometr.
15.05 Końce i początki – film krótkometrażowy, 2024
15.40 W zawieszeniu
FILM – dramat polityczny, 1986
17.45 Cztery pancerni i pies (4, 5) – serial wojenny



20.00 Legiony – 2019, reż. Dariusz Gajewski
FILM
 I wojna światowa. Józef (Sebastian Fabijański, zdj.), deserzer z carskiego wojska, trafia do sztabu Legionów Polskich Pilsudskiego. Zakochuje się w agentce wywiadu, pięknej Oli. **170 min**

- 22.50** Demony wojny wg Goi
FILM – dramat wojenny, 1998, wyk. Bogusław Linda, Zbigniew Zamachowski
0.55 Ostatnia misja
FILM – film sensacyjny, 1999
3.10 Jestem mordercą
FILM – thriller, 2016, wyk. Mirosław Haniszewski, Arkadiusz Jakubik
5.50 Zakalec – krótkometraż.

AXN

- 6.00** CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 3 (2, 3) – krym., USA/Kanada
7.35 Agenci NCIS 12 (2, 3) – serial sensacyjny, USA
9.20 Castle 2 (12, 13) – serial kryminalny, USA 2010
11.20 Detektyw Monk 2 (2, 3) – serial kryminalny, USA
13.10 Agenci NCIS 12 (4, 5) – serial sensacyjny, USA
15.05 FBI: Most Wanted 3 (17, 18) – serial kryminalny
17.00 CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 10 (21, 22) – krym., USA/Kan.
19.05 Castle 2 (14, 15) – serial kryminalny, USA 2010
21.05 FBI 6 (11) – serial kryminalny, USA 2024



21.55 Walker: Strażnik Teksasu 3 (10)
 Cordell, Liam oraz dziennikarka Julia, chcą zdołać uciec z rąk anarchistów, muszą zmierzyć się z groźbą ze strony grupy Grey Flag. Po otrzymaniu tajemniczej przesyłki Walker i Julia rozpoczynają dochodzenie. **60 min**

- 22.55** CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 10 (21, 22) – krym., USA/Kan.
0.30 Castle 2 (14, 15) – krym.
2.30 FBI 6 (11) – serial krym.
3.25 Walker: Strażnik Teksasu 3 (10) – krym.
4.15 FBI: Most Wanted 2 (7) – serial kryminalny, USA
5.00 Blok promocyjny AXN

CANAL+ PREMIUM

- 7.05** Agent szczęścia – dok.
8.40 Ida – dramat obyczajowy, **FILM** Pol./Dania/Fr. 2013
10.00 An Evening With Elton John & Brandi Carlile
10.55 Łapu capu – pr. rozr., Pol.
11.00 Chopin, Chopin!
FILM – dram. biograf., Pol. 2025
13.10 Premierowa jazda
13.30 Czy Al zabija internet?
14.25 Zmierch – film **FILM** fantasy, USA 2008
16.25 Morderstwo w ambasadzie – film **FILM** krym., Wlk. Bryt. 2025
17.50 Premierowa jazda
18.05 Łapu capu – pr. rozr., Pol.
18.10 Trzej muszkieterowie **FILM** – kostium., Niem./Fr./Jap./Wielka Brytania 2011



20.00 Bezsenność – USA 2002, **FILM** reż. Christopher Nolan
 Podczas śledztwa w sprawie zabójstwa nastolatki na Alasce detektyw Will Dormer (Al Pacino, zdj.) popełnia niewybaczalny błąd. Próbuje zataić prawdę. **120 min**

- 22.00** Eksperyment: Odsiadka (2) – reality show, Polska 2025
22.50 Hellboy: Wzgórza nawiedzonych – horror s.f., USA/Wielka Brytania/Niemcy 2024
0.25 Naznaczeni **FILM** – melodramat, USA 2025
 W CANAL+ 1 emisja każdego programu rozpoczyna się godzinę później niż w CANAL+

13 ULICA

- 6.40** Kobra – oddział specjalny (1, 2) – sens.
8.40 Agenci NCIS: Los Angeles 14 (9, 10) – sens.
10.35 Bez śladu 4 (17, 18) – krym.
12.25 Metoda Wagnera (8) – serial kryminalny, Fr. 2020
14.25 Kobra – oddział specjalny (3, 4) – sens.
16.25 Agenci NCIS: Los Angeles 14 (11, 12) – sens.
18.15 Bez śladu 4 (19, 20) – krym.
20.00 Metoda Wagnera (9) – serial kryminalny, Fr. 2020
22.00 Podróżnik 3 (4) – krym., Fr.
0.05 Astrid i Raphaëlle 4 (1, 2) – krym., Fr./Bel./Szwajcaria
2.25 Agenci NCIS: Los Angeles 14 (9, 10) – sens.
4.15 Kobra – oddział specjalny (1, 2) – sens.

POLSAT FILM

- 6.05** Doktor (186-188) – dok.
7.30 Góral Martin (34) – serial obycz., Wlk. Bryt.
8.30 Przyjaźniółci (291, 292)
10.25 Świat według Kiepskich (140, 141, 58, 59, 205-207) – serial kryminalny, Fr. 2020
14.40 Ojcostwo – komediodramat **FILM** mat, USA 2021
16.55 Searching – thriller, Rosja/**FILM** USA 2018, wyk. John Cho
19.00 Ghost Rider 2 – thriller **FILM** s.f., USA/DEA 2011
21.00 Jaś i Małgosia: łowcy czarownic – film fantasy, Niemcy/USA 2013
22.50 Duchy w Wenecji – krym., **FILM** USA/Wlk. Bryt./Włochy 2023
0.55 Fala zbrodni (37, 38) – serial sensacyjny, Polska
2.55 Ślad (93, 94) – serial krym.
4.55 Na ratunek 112 (972, 973)

HBO

- 9.35** Happy Feet: Tupot **FILM** małych stop – film animowany, Australia/USA 2006
11.20 Happy Feet: Tupot **FILM** małych stop 2 – film animowany, Australia 2011
13.00 Parachute – dramat **FILM** obyczajowy, USA 2023
14.55 Dusza idealna **FILM** – komediodramat, Fr. 2025
16.25 Kłopski kontratakują **FILM** – film animowany, USA 2013
18.00 Bez hitu – komedia, **FILM** Niemcy 2025
20.00 Tajny agent – dram. krym., **FILM** Brazylia/Fr./Meksyk 2025
22.35 Droga Anglio (3, 4)
0.35 Dom dobry – dramat **FILM** obyczajowy, Polska 2025
2.25 Frendo – horror, USA/**FILM** Luksemburg/Wlk. Bryt. 2025

WARNER TV

- 6.40** Pierdziółki na chirurgii (1) – serial obycz., USA 2013
7.35 Prawo Agaty 3 (6-8)
10.35 Bajer z Bel-Air 5 (16, 17)
11.35 Tropielecie 5 (3) – krym.
12.35 Teraz albo nigdy! 4 (6, 7)
14.30 Bajer z Bel-Air 5 (16-19)
16.30 Pierdziółki na chirurgii (1, 2) – serial obyczajowy
18.15 Czary-mary – film **FILM** familijny, USA 1993
20.15 Akademia policyjna 4: Patrol obywatelski – komedia, USA 1987
22.00 Uznany za niewinnego **FILM** – film kryminalny, USA 1990
0.30 Batman i Robin – film **FILM** przyg., USA/Wlk. Bryt. 1997
3.00 Obywatel Kane – dramat **FILM** obyczajowy, USA 1941
5.25 Cudotwórcy 2 (3) – kom.

ALE KINO+

- 6.30** Polska z góry 5 (4) – dok.
7.00 Wolna krowa
7.35 Nadzieja – dramat **FILM** sensacyjny, Pol./Niem. 2006
9.45 Granchester 10 (3, 4)
11.45 Detektyw Foyle 3 (2)
13.45 Prawo ojca – dram. obycz., **FILM** Fr./Belgia/Japonia 2024
15.50 Złota dama – film biograf., **FILM** Wielka Brytania 2015
18.10 Detektyw Foyle 3 (3)
20.10 Podwójna gra
FILM – thriller, USA 2005
22.35 Byliśmy żołnierzami **FILM** – dramat wojenny, Niemcy/USA 2002, wyk. Mel Gibson
1.15 Black Sands 2 (7, 8)
3.15 Minuta ciszy (1) – obycz.
4.20 Wspaniałe kilka minut
5.00 Kruk. Szeptu słychać po zmroku (1) – serial krym.

CANAL+ FILM

- 15.35** Saga „Zmierch”:
FILM Księżyc w nowiu – film fantasy, Australia/USA 2009, wyk. Kristen Stewart, Robert Pattinson
17.45 Hollywood Buzz – mag.
18.10 Być kochaną – dramat **FILM** obyczajowy, Norwegia/Szwecja 2024
19.55 Łapu capu – rozr., Pol. 2026
20.00 Nie ma duchów **FILM** w mieszkaniu na Dobrej – film obyczajowy, Pol. 2025
21.30 Niedoszła panna młoda **FILM** – komediodramat, Wielka Brytania/USA 2024
23.20 Miasteczko Shelby Oaks **FILM** – horror, Belgia/USA 2024
0.50 Father Mother Sister **FILM** Brother – komediodramat, Wlk. Bryt./USA/Włochy 2025

SCIFI

- 6.00** Orphan Black: Echa (5) – serial s.f., Kanada 2023
7.00 SurrealEstate (5, 6) – serial grozy, USA 2021
9.00 Izombie 2 (10, 11)
11.00 Czardziejki 6 (14-17)
15.00 Izombie 2 (12, 13) – serial grozy, USA 2015-2016
17.00 Czardziejki 6 (18-21) – serial fantasy, USA 2004
21.00 Akademia Crookhaven (7, 8) – serial przygodowy
23.00 Zwierzak – komedia, USA **FILM** 2001, wyk. Rob Schneider
1.00 Crackodol – horror **FILM** s.f., USA 2023
2.55 Izombie 2 (10, 11) – serial grozy, USA 2015-2016
5.00 Orphan Black: Echa (5)

PARAMOUNT NETWORK

- 9.25** Pingwiny z Madagaskaru 2 (4) – serial animowany
10.00 Cast Away: Poza światem – dramat przygodowy, USA 2000
13.00 Czardziejki 6 (17, 18) – serial fantasy, USA 2004
14.55 Ostatnie wakacje **FILM** – komedia, USA 2006
17.20 Terminator: Genisys **FILM** – film sens., USA/Kan. 2015
20.00 Pan i pani Smith **FILM** – komedia sens., USA 2005
22.30 Świat w ogniu – film sensacyjny, USA/Wielka Brytania/Portugalia 2019
0.55 Człowiek w ogniu **FILM** – dramat sensacyjny, USA/Wielka Brytania 2004

FX

- 10.00** Agenci NCIS (2) – sens.
10.55 CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas (18) – krym.
11.50 CSI: Kryminalne zagadki Miami (5, 6) – serial krym.
13.45 Castle (14) – serial krym.
14.40 Lucifer (11) – serial krym.
15.35 CSI: Kryminalne zagadki Miami (7, 8) – serial krym.
17.25 Z archiwum X (3, 4) – s.f.
19.15 FBI 6 (5) – serial kryminalny
20.10 CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku (7) – krym.
21.05 Zabójcze umysły (7)
22.00 Matlock 2 (11) – krym.
22.55 Królestwo niebieskie **FILM** – dramat historyczny, USA/Hiszp./Wlk. Bryt. 2005
1.55 Z archiwum X (4) – s.f.

FILMBOX+ ONE

- 7.45** Agatha Christie: Kryminalne zagadki (17)
9.50 Vera 13 (2) – serial krym.
11.50 Zagadki kryminalne nowej panny Fisher (2)
12.50 Agatha Christie: Kryminalne zagadki (18)
15.00 Strażnik Teksasu (15, 16)
17.05 Vera 13 (3) – serial krym.
18.55 Poirot (3) – krym., Wlk. Bryt.
20.00 Jestem najlepsza. **FILM** Ja, Tonya – dram. biograf., Wielka Brytania/USA 2017
22.40 Oddział Delta 2 – film **FILM** sensacyjny, USA 1990
0.55 Płonąca palupaka – dramat **FILM** sensacyjny, USA 2004
3.40 Rozmowy nocą – kom. **FILM** romant., Polska 2008

CANAL+ SERIALE

- 9.50** Afryka z góry 2 (2) – dok.
10.50 Naruto 6 (16-21) – anime
13.50 Łapu capu – rozr., Pol. 2026
14.10 Byłem królem – dok., Pol.
16.15 Wszystko, czego nie zdążyliśmy powiedzieć (1-3) – serial komediowy, Fr.
18.05 Łapu capu – rozr., Pol. 2026
18.25 The Office PL 5 (10-12)
20.00 Kłangor (5, 6) – krym., Pol.
21.50 Making of CANAL+
22.00 Django (8) – serial przyg.
22.55 Prosta sprawa (4) – krym.
0.00 The Walking Dead: Dead City 3 (5, 6) – serial grozy
1.45 Making of CANAL+
1.55 Sortownia (5, 6)
3.35 Twardzielki (7) – dok., Pol.
4.05 Chwile szczęścia (5, 6)

CANAL+ 360

- 13.00** Porzucone konstrukcje (5) – serial dokum., Wlk. Bryt.
14.00 Zholowani: ciężarówk w opalach 7 (6) – dok.
15.00 Okrety wojenne (3) – dok.
16.00 Sung Kang – szybki i dociekliwy (4) – dok.
16.50 Straż graniczna USA 4 (2) – serial dokumentalny, USA
18.00 Okrety wojenne (1) – dok.
18.55 Zholowani: ciężarówk w opalach 7 (4) – dok.
19.50 Straż graniczna USA 4 (3) – serial dokumentalny, USA
21.00 Moscow Noir (8) – krym.
22.00 13 posterunek 2 (1, 2) – serial komediowy, Polska
23.00 Porzucone konstrukcje (6) – serial dok., Wlk. Bryt.

TLC	TLC
8.00 Mega-sknerzy	
9.00 Wiza na miłość: dalsze losy 9 – reality show, USA	
11.00 Wiza na miłość – oczami bohaterów 6	
13.00 Moje paranoje: 10 lat później	
14.00 Moje paranoje	
15.00 Wiza na miłość: znowu do wzięcia. Między sporami – reality show	
16.00 Kilogramy zbędnej skóry 3	
17.00 Skórce na ratunek (2)	
18.00 Wiza na miłość: dalsze losy 9 (9) – reality show	
20.00 Ciało, w którym żyje	



21.00 Premiera: ER: Caught On Camera (8) – serial dok.
22.00 Skórce na ratunek 7: Niewyobraźalny ból – dok.
23.00 Moje koszarne stopy
0.00 Dr Pryszczyla 5
1.00 Ciało, w którym żyje
2.00 ER: Caught On Camera (8) – serial dokumentalny
3.00 Skórce na ratunek 7

POLSAT CAFÉ
7.30 Przyjaciółki (78) – obycz.
8.30 Drugie życie sukni ślubnej. Second Chance Dresses (36)
9.00 Hell's Kitchen – Piekielna Kuchnia (69, 70) – reality show, Pol.
12.30 Oszukane (23, 24)
14.30 Bogaty dom – biedny dom (51, 52)
16.30 Hell's Kitchen – Piekielna Kuchnia (58)
18.00 Nasz nowy dom (283, 284) – reality show
20.00 Kolacja w ciemno (91)
21.05 Więzienie kobiet (25, 26) – serial dokum.



22.00 Rolniczy (30) – serial dokumentalny, Pol. 2026
23.00 Gry małżeńskie (138, 139) – reality show, Polska 2023-2024
1.05 Więzienie kobiet (6-9) – serial dokumentalny, Polska 2022
3.00 Zdrady (70-72) – serial paradokumentalny, Polska

TVN STYLE
5.05 Tu jest pięknie (4) – rozr.
5.45 Kuchenne rewolucje (6) – pr. rozr., Polska 2023
6.45 Londyńska rewolucja Magdy Gessler – reportaż
7.45 Dzień Dobry TVN – mag.
11.20 Teraz one (5, 4) – pr. rozr.
12.25 Ugotowani (12) – pr. kulin.-rozrywk., Polska
13.25 Kuchenne rewolucje (8, 7) – pr. rozr., Pol. 2023
15.35 Ugotowani 13 (7) – pr. kulin.-rozrywk., Polska
16.40 Babski biznes (3) – rozr.
17.40 Kuchenne rewolucje (11, 12, 1) – pr. rozr., Polska



20.50 Bitwa o gości (3)
21.50 Jestem z Polski (5) – serial dokum., Pol. 2022
22.50 Hotel Paradise 13 (37)
23.45 EuroPOLKI studentki (2) – pr. rozr., Polska 2023
0.45 Egzotyckie wakacje na każdą kieszeń. Dubaj – pr. rozr., Pol. 2019
1.45 Kto tu mieszka? (7)

DISCOVERY CHANNEL
8.00 Wybuchowy program
9.00 Gorączka złota: złoty szlak: Złoto z Karoliny
10.00 Budowa na końcu świata: Dom na ranczo
11.00 Klan z Alaski
12.00 Fani czterech kółek 18 (7): Ford P100
13.00 Napi instynkt przetwiania: Elita
15.00 Złomowisko PL 11 (7)
16.00 Gorączka złota 16
17.00 11 września: dni, które wstrząsnęły światem 2 (2)
18.00 Przystanek Bieszczady 2 (2)



19.00 Złomowisko PL 6 (4-6)
22.00 W oku cyklonu: Łowcy burz (1)
23.00 Co się robi w Halloween?
0.00 Fani czterech kółek
1.00 Hot rod w Kindiga
2.00 Eurotruckerzy (8)
3.00 Łowcy staroci (19)
4.00 Zoom na architekturę

TVP HISTORIA
11.00 Attenborough i jurajski potwór morski – dok., Wlk. Bryt.
12.00 Wszystkie kolory świata (22)
13.00 Kroniki Hitlera (9)
14.00 Stawka większa niż życie (18) – wojenny, Pol.
15.00 Sensacje XX wieku
17.20 Wojenne dziewczyny 4 (43) – serial hist., Pol. 2021
18.15 Fake czy historia?
19.00 Taka była telewizja
20.00 Falszerzy. Powrót sfory (5) – sens., Pol. 2006
20.55 Zapomniana granica Europy – film dokum.



21.55 Deyna. Geniusz do zatracenia – dok.
23.00 Sensacje XX wieku
0.55 Encyklopedia II wojny światowej: Spalić Londyn, część 1 – dok.
1.25 Falszerzy. Powrót sfory (5) – sens., Pol. 2006
2.15 Wojenne dziewczyny 4 (43) – serial hist., Pol. 2021

FOKUS TV
12.00 Broń w hollywoodzkich filmach (6) – dok.
12.30 Niezwykłe megakonstrukcje ZSRR (8) – serial dokum.
13.00 Poszukiwacze historii (2, 3): Bitwa pancerna pod Gostycynem; Ur z Wydrzy
14.00 Okręt wojenny – życie w Royal Navy (2) – dok.
15.00 Premiera: Poszukiwacze złota w Australii (4) – serial dokum., Australia
16.00 Dorwać tuńczyka (9, 10) – serial dok., USA
18.00 Rolnicy. Podlasie (17, 18) – serial dokum.



20.00 Galileo 34 (25)
21.00 Broń, która zmieniła świat (3) – dok., Australia
22.00 Polowanie na Hitlera (5, 6) – serial dokum., USA
0.00 Starożytni kosmici (6) – serial dokumentalny
1.00 Rolnicy. Podlasie (20-23) – serial dok., Pol.
5.00 Kolowrotek (1, 2) – mag.

METRO
5.55 Na Wspólnej (754) – obycz.
7.25 Szpital (983-985) – paradok.
10.25 Siedzia Anna Maria Wesółowska (515, 516)
12.25 Szkoła (667) – paradok., Pol.
14.35 Brzydula (181, 182) – kom.
14.35 Drugie serce (10) – telen.
15.35 Druga szansa 2 (3) – obycz.
16.45 The Floor – teleturniej, Pol.
18.00 Złomowisko PL 6 – dok.
19.00 Kartoteka 9 (13, 14)
21.05 Kryminalni (2, 3) – krym.
23.15 Hannibal 3 (7) – serial krym.
0.15 Zbrodnie z pierwszych stron gazet – serial dokum.
1.15 Szpital (949) – paradok., Pol.
2.15 Szkoła (674) – paradok., Pol.
3.15 Nowa Maja w ogrodzie 3
4.15 Szpital (948) – paradok., Pol.

ZOOM
8.00 Strażnik Teksaś (14, 15)
10.00 Kobra – oddział specjalny (4, 5) – serial sens., Niemcy
12.05 Bitwa o palety 2
13.15 Wojny magazynowe: Kanada – reality show, Kan.
14.25 Wojciech Cieljowski – boso przez świat
16.50 Sensacje XX wieku – hist.
19.00 Kobra – oddział specjalny 24 (11, 12) – sens.
21.00 CSI: Kryminalne zagadki Miami 9 (3, 4) – serial krym.
23.00 Milf manor – mamuski rządzą – reality show, USA
0.00 Magia nagości. Polska 5
1.15 Magia nagości. Dania
1.55 Kabaretowe przeboje 3
5.20 I love Kabaret EXTRA

FOOD NETWORK
10.55 Rodzinne przepisy Joanny 3 – magazyn kulin.
12.00 Rodzinne przepisy Joanny 12
13.25 Magda gotuje! Internet
13.10 Dziecięce mistrzostwa wypieków – telet. kulin.
14.10 Nieprawdopodobne: Halloween – magazyn kulin.
15.10 Rozdrażnić tytanów 4
16.15 Kuchenne rewolucje – rozr.
17.15 Upiorne ciasta
17.50 Halloween Top 20 – dok.
18.50 Uczta w hotelu grozy
19.50 Pyszne miejscówki – mag.
20.50 100 kucharzy – reality show
21.55 Akcja: Restauracja!
22.55 Posiekani – teleturniej kulin.
23.55 Kto pokona Bobby'ego Flaya – reality show

DISCOVERY SCIENCE
6.00 Zwykłe rzeczy – niezwykłe wynalazki
8.00 Autostrada spotkań z UFO
11.00 Kosmiczna mapa skarbów
13.00 Podziemne sekrety
15.00 Tajemnice ładowania na Księżycu
18.00 Zwykłe rzeczy – niezwykłe wynalazki
21.00 Śladami Wielkiej Stopy: Gniazdo; Czerwone Ślepa w ciemności – serial dokum.
23.00 Zaginione miejsca
1.00 Tajemnice ładowania na Księżycu: Zamach na Armstronga; Zaginione taśmy; Hollywoodzki spiszek
4.00 Podziemne sekrety

NATIONAL GEOGRAPHIC
12.00 Egipt: Miejsce pełne tajemnic: Tajemnice zapisane w kościach (1)
13.00 Złapać przemytnika (10)
14.00 Złapać przemytnika
15.00 Katastrofa w przestworzach: Raport specjalny
16.00 Klucz do przepowiedni
17.00 Egipt: Miejsce pełne tajemnic
18.00 Czarnobyl: Świadkowie tragedii: Prawda – serial dok.
19.00 Droga do wyzwolenia
20.00 Katastrofa w przestworzach: Nadmierna prekoskość
20.55 Maszyny wagi ciężkiej
23.00 Uwaga, katastrofa! – dok.
0.00 Katastrofa w przestworzach

BBC EARTH
13.30 Siedem światów, jedna planeta: Kulisy – film dok.
14.35 W okowach mrozu 9 – dok.
15.35 Życie na pustkowiu: powroty 3 – serial dokum.
16.35 Juliusz Cezar: narodziny dyktatora: Najwyższy kapłan
17.40 Siedem światów, jedna planeta: Kulisy – film dok.
18.45 Lodowe miasto: Życie na krawędzi – serial dokum.
19.45 Lucy Worsley i zagadki historii: rewolucja amerykańska – serial dokum.
20.55 W okowach mrozu 11 – serial dokumentalny
21.55 W okowach mrozu 12
22.55 Juliusz Cezar: narodziny dyktatora – serial dokum.

WP
12.00 Komisarz Cassandra: Zbrodnie w Alpach 8 (3)
14.00 Pokochaj lub sprzedaj Vancouver 3: Talia & Travis
16.00 Pokochaj lub sprzedaj Quebec – reality show, Kan.
16.55 Pogoda
17.00 Niepójte: Strefa tajemnic
18.00 Niepójte: Strefa tajemnic 2 – serial dokum.
19.05 Makłowicz w podróży
20.05 Policjanci w akcji 2 (8)
21.00 Policjanci z sąsiedztwa 6
21.55 Pogoda
22.00 Mistrzowie Kabaretu 10
23.00 Mistrzowie Kabaretu 2
0.00 Mistrzowie Kabaretu 4
1.00 Mistrzowie Kabaretu 17

NOWA TV
8.30 Więzienie – serial dokum.
9.55 Wypasiona kuchnia – rozr.
10.00 Ojciec Brown 2 (17, 18)
12.00 Śmierć pod palmami 3 (2, 3) – serial krym., Wlk. Bryt.
14.00 Świat według Kiepskich (467, 468) – serial kom., Polska
15.00 Świat według Bunchy 9 (211) – serial komediowy, USA
15.30 Świat według Bunchy 10 (212-216) – serial komediowy
18.00 Całkiem nowe lata miodowe (9) – serial kom.
18.30 Miodowe lata (60-62)
21.00 Zdrady (88) – paradok., Pol.
22.00 Ślad (38, 39, 109) – krym., Pol.
1.00 Lowca pedofilów – dok.
3.00 TV okazje

HGTV HOME & GARDEN
13.50 Odlotowy ogród – mag.
14.25 Mieszkanie na miarę 2
16.30 Polowanie na ogród 8
18.10 Dobrze zrobione w domu – magazyn poradnikowy
18.20 Zgłoś remont 11 – pr. rozr.
19.15 Weekendowa metamorfoza – pr. rozrywk.
20.15 Pouklądani 2 – pr. rozrywk.
21.10 Dorota was urządzi! – rozr.
22.40 House Hunters – Poszukiwacze domów 6 – program rozrywkowy
23.10 House Hunters – Poszukiwacze domów 7 – program rozrywkowy
0.45 Poszukiwacze domów: Australia – serial dokum.

TRAVEL CHANNEL
6.00 Nowe życie na Karaibach – program rozrywkowy
8.05 Niezwykłe Stany Prokopa – program rozrywkowy
10.10 Kobieta na krańcu świata – serial dokumentalny
12.25 Ciężarówka przez Stany – program rozrywkowy
14.45 Smukły świat z Pascalem
16.50 Wino w roli głównej – dok.
18.50 Małżeństwo w dżungli – serial dokumentalny
20.55 Bimbrownicy – serial dok.
23.05 Kobieta na krańcu świata – serial dokumentalny
0.50 Wino w roli głównej – dok.
1.50 Bimbrownicy – serial dok.
4.55 Dziwne potrawy – dok.

NATIONAL GEOGRAPHIC WILD
8.00 Małpie wojny – film dokum.
9.00 Niezwykły dr Pol
12.00 Królestwo drapieżników
13.00 Olsniwająca Ameryka
14.00 Dorastanie w świecie zwierząt: Słoniatko – dok.
15.40 Jak przeżyć na Alasce
16.00 Olsniwająca Ameryka
17.00 Sekretne życie pingwinów: Siła umysłu
18.00 Tajemnice dzikiej Azji
19.00 Stworzone, by przetrwać
20.00 Niszczycielskie żywioły 2
21.00 Niezwykły dr Pol
2.00 Olsniwająca Ameryka
3.00 Dorastanie w świecie zwierząt: Słoniatko – dok.
4.00 Jak przeżyć na Alasce

POLSAT WIASAT HISTORY
11.15 Naziści: korzenie zła
12.15 II wojna światowa: cena imperium
16.35 Wojna światowa: 1914-1945
17.40 Człowiek: najważniejsza broń II wojny światowej
18.45 Najważniejsze wydarzenia II wojny światowej w kolorze
19.50 Kuba Rozpruwacz: krwawe spaliny (3) – krym.
21.00 Tajne bazy nazistów 4
22.10 Sekretne życie rzymskich cesarzy – film dokumentalny
23.20 Naziści: korzenie zła
0.20 II wojna światowa: cena imperium

CANAL+ KUCHNIA
13.45 Kolacja z Gavinem Rossdale'em: Selma Blair
14.40 ABC gotowania – kuchnia meksykańska – mag. kulin.
15.45 Kucharskiego pomysłu na kuchnię – mag.
16.45 Jamie Oliver: 5 składników – mag. kulin.
18.40 Włoskie życie Sophie Grigson – serial dokum.
19.45 Jakubiak rozgrzywa Tajlandię i Kambodżę
20.15 Top Chef 22 – reality show
21.15 Ziemia, ogień i smak – dok.
22.10 Kolacja z Gavinem Rossdale'em – serial dok.

CANAL+ DOMO
12.10 Wielkie projekty 21 – dok.
13.05 Generalna odbudowa
14.05 Po pierwsze: lokalizacja!
16.00 Pogotowie remontowe: Wiśka – mag. poradnikowy
16.30 Pogotowie remontowe: Wiśka 2 – mag.
17.00 Adres: rezydencje marzeń
18.00 Ucieczka na wieś 23 – dok.
19.00 Wielkie projekty 21 – dok.
20.00 Daleko od miasta 15 – dok.
21.00 Po pierwsze: lokalizacja! Tomasz Pagowski.
22.00 Remont u Ciebie 10 – mag.
22.30 Daleko od miasta 17 – dok.
22.55 Przekopimy Ci ogródek

SUPER POLSAT
10.30 SuperLudzie 2 – serial dok.
11.30 Świat według Kiepskich (438-441) – serial kom., Polska
13.25 Farma – reality show, Polska
14.25 Hell's Kitchen – Piekielna Kuchnia 4 – reality show, Pol.
15.55 Ninja Warrior Polska
17.50 Świat według Kiepskich (458, 459, 577, 578) – kom.
20.00 Ziemia – serial dokum.
21.00 Człowiek z Toronto
FILM – komedia sens., USA 2022
23.25 Ani słowa więcej
FILM – komediodramat, USA 2013
1.10 Świat według Kiepskich (366-370) – serial kom., Polska

TVP Kobieta
13.00 Na dobre i na złe (626)
14.00 Tańcząca ze światem – Maroko – magazyn
14.30 Rosół polski – mag. kulin.
15.00 Rodzinka.pl (110) – kom.
15.30 Ojciec Mateusz 18 (231, 232) – serial kryminalny
17.25 Podróż z Agatą Christie i sir Davidem Suchetem
18.30 Sanatorium miłości 8
19.30 Panna młoda (31) – obycz.
20.30 Złoty chłopak (258) – obycz.
21.30 La Promessa – pałac tajemnic (349) – serial obycz.
22.30 Baby boom, czyli Kogel Mogel 5 – komedia, Pol. 2024

PLANETE+
12.30 Niezwykłe podróże koleją 6: Korea Południowa
13.40 Gustave Eiffel. Marzenia ze stali – film dokumentalny
14.45 Krajobrazy świata – dok.
15.50 360° Świat bez granic 11
16.55 Świat z góry – serial dokum.
18.00 Dokąd dzisiaj? 4 – dok.
18.40 Jak oligarchowie korumpują Zachód – dok.
20.00 1874. Narodziny impresjonizmu – film dok.
22.00 Czas dobrej śmierci – dok.
23.10 Zniewoleni. Rodzina w pułapce strachu – dok.
0.20 360° Świat bez granic 11

TVP DOKUMENT
16.05 Cukrzyca, słońce rachunek – film dok., Francja 2020
17.05 Podróż z Agatą Christie i sir Davidem Suchetem
18.05 Sanatorium miłości 7
19.05 Bruce Willis – bohater kina akcji – film dokum., Fr.
20.10 Porajmos. Zapomniany Holocaust – film dok., Pol.
21.05 Subtropikalne Królestwo Słońca – film dokumentalny
22.10 Barbara Włodarczyk zaprasza – magazyn
22.20 Dzień, w którym Islandia stanęła w miejscu – dok.
23.20 Miasto gniewu – serial dok.

TVP SPORT 10.20 Piłka nożna: Puchar Niemiec – 2. runda: BVB – Werder Brema 12.25 Piłka nożna: STS PP: Siarka – Lech (live) 14.35 Piłka nożna: Mistrzostwa świata 2026 – podsumowanie ćwierćfinałów 15.15 Pelnosprawni 15.45 Boks: KnockOut Boxing Night 46 w Zakopanem: F. Czerkaszyn – O. Diaz 16.45 Kamera TVP Sport 17.25 Piłka nożna: STS PP: Puszcza Niepolomice – Wisła Płock (live)	EUROSPORT 1 7.00 Kolarstwo: Wyścig Paryż-Roubaix 8.30 Curling: Mistrzostwa Europy – Ostrawa 2026: Włochy – Niemcy (live) 11.30 Kolarstwo: Wyścig Paryż-Roubaix 12.30 Snooker: Turniej English Open – mecz finałowy: A. Carter – M. Williams 14.30 Kolarstwo: Wyścig Paryż-Roubaix 16.00 Wspinaczka: Zawody World Series w Koprze – prowadzenie – finały 17.30 Curling: ME – Ostrawa 2026: Włochy – Niemcy	POLSAT SPORT 1 6.00 Siatkówka mężczyzn: TAURON Liga 8.30 Siatkówka mężczyzn: TAURON Liga 11.00 Siatkówka mężczyzn: TAURON Liga 14.00 Tenis: Turniej ATP w Bazylei – mecz 2. rundy gry pojedynczej (live) 16.00 Tenis: Turniej ATP w Bazylei – mecz 2. rundy gry pojedynczej (live) 17.20 Siatkówka kobiet: TAURON Liga Kobiety – mecz: PGE Budowlani Łódź – MOYA Radomka Radom (live)	TVP ABC 10.20 Przygody Bolka i Lolka 10.45 Reksio 11.05 Pająk Lucas 2 11.35 Pszczółka Maja 12.00 Strażak Sam 10 12.25 Domisie 13.00 Cześć, czy mogę Cię zjeść? 13.20 Oktonauci 13.50 Opowiadania z piaskownicy 14.05 Nawet nie wiesz, jak bardzo Cię kocham 14.35 Bazarolinka 14.45 Oli i Luna 15.15 Al-chemik 15.35 Lassie i przyjaciele	MINIMINI+ 4.38 Detektyw Łodyga 5 5.05 Bardzo małe stworzonka 6.05 Moje urodziny 6.10 Dora i przyjaciele 6.39 Dora poznaje świat 7 7.33 Kicia Kocia 8.30 Cloudy & Stormy 9.05 Bing 10.00 Pszczółka Maja 2 11.25 Baczne oczka 11.55 Marta mówi 12.50 Moje urodziny 12.59 Marta mówi 14.00 Basia 2 15.10 Kicia Kocia 15.36 Kicia Kocia 2	TVN 24 7.30 Rozmowa Piaseckiego 8.00 Serwis informacyjny, Prognoza pogody 10.00 Serwis informacyjny, Prognoza pogody 11.00 Serwis informacyjny, Prognoza pogody 12.00 Serwis informacyjny, Prognoza pogody 14.00 Serwis informacyjny, Prognoza pogody 15.00 15 na żywo – mag. inf. 16.00 Fakty po południu 18.00 Tak jest – pr. publicyst. 19.15 Serwis informacyjny 19.30 Fakty po Faktach 20.00 Kropka nad i – pr. publ.
20.25 Piłka nożna: STS PP – 2. runda: Lechia Gdańsk – Jagiellonia (live) 23.00 Sportowy wieczór 23.30 Piłka nożna: Puchar Niemiec – 2. runda: Bayern – 1. FC Magdeburg 1.35 Piłka nożna: STS Puchar Polski – mecz 2. rundy: Puszcza – Wisła Płock	19.00 Curling: Mistrzostwa Europy – Ostrawa 2026: Niemcy – Holandia (live) 22.00 Biegi górskie: GT World Series – Muju 22.30 Kolarstwo: Wyścig Paryż-Roubaix 0.00 Snooker: Turniej English Open – mecz finałowy: A. Carter – M. Williams	20.20 Siatkówka mężczyzn: TAURON Liga – mecz: PGE Projekt Warszawa – Aluron CMC Warta Zawiercie (live) 23.00 Siatkówka mężczyzn: TAURON Liga – mecz: PGE GieK Skra Belchatów – GKS Katowice 1.00 Boks	16.05 Ricky Zoom 16.35 44 Koty 2 16.45 44 Koty 17.05 Dino Ranczo 17.30 Super Wings 18.00 Underdog 18.30 The Garfield Show 19.00 Dollina Muminków 3 19.20 Sir Mysz 19.30 Tyciaki	15.55 44 Koty 17.20 Staś i fajna Babcia 17.50 Moje urodziny 17.57 Staś i fajna Babcia 18.40 Dora poznaje świat 7 19.35 Kicia Kocia 20.11 Kicia Kocia 2 20.25 Mały Charlie 21.36 Zouk 22.04 Trojczki	20.30 Czarno na białym 21.00 Polska i świat 22.00 Szkło kontaktowe 23.00 Dzień po dniu 0.25 Biznes – pr. publicyst. 0.45 Fakty po Faktach 1.20 Kropka nad i – pr. publ. 1.50 Tak jest – pr. publicyst. 2.50 Nowa Maja w ogrodzie 3.10 Akademia ogrodnika
CANAL+ SPORT 11.20 Piłka nożna: PKO BP Ekstraklasa – mecz: Jagiellonia Białystok – Wisła Płock 14.35 Premier League Netbusters 14.30 Premier League Review 15.40 Piłka nożna: Liga hiszpańska: Atletico – Deportivo La Coruna 18.00 Hola LaLiga 19.25 Premier League Netbusters 20.00 Premier League Stories (10) 20.30 Football Office (3) 22.10 Premier League Review 23.10 Boks: BKFC Fight Night: Clearwater 0.15 Ekstraklasa po godzinach	EUROSPORT 2 12.30 Kolarstwo: Wyścig dookola Flandrii 14.30 FIA World Endurance Championship: Wyścig 6-godzinny w Sao Paulo 16.30 Kolarstwo: Wyścig dookola Flandrii 18.00 Snooker: Turniej English Open 20.00 Wspinaczka: Zawody World Series w Guiyang 21.00 Wspinaczka: Zawody World Series w Guiyang 22.00 Narciarstwo alpejskie: Zawody PS w Sölden 23.00 Narciarstwo alpejskie: Zawody Pucharu Świata w Sölden – 2. przejazd slalomu giganta mężczyzn	POLSAT SPORT 2 6.00 Piłka nożna: Liga czeska 8.30 Koszykówka mężczyzn: EuroCup – mecz: WKS Śląsk Wrocław – Tofas Bursa 11.00 Piłka nożna: Liga holenderska 13.30 Tenis: Turniej ATP w Wiedniu – mecz 2. rundy (live) 15.30 Tenis: Turniej ATP w Wiedniu – mecz 2. rundy (live) 18.35 Piłka ręczna mężczyzn: Liga Mistrzów – mecz: ORLEN Wisła Płock – Nantes (live) 20.35 Piłka ręczna mężczyzn: LM – mecz: Industria Kielce – Kolstad Handball (live) 23.00 Piłka ręczna mężczyzn: LM – mecz: Wisła Płock – Nantes 1.00 Sporty walki: FEN	NICKELODEON 8.40 Harmidom 6 9.10 Harmidom 9 9.40 Harmidom 8 10.05 SpongeBob 10.35 SpongeBob 10.35 SpongeBob 11.00 SpongeBob 11.00 SpongeBob 11.30 SpongeBob 11.30 Kanciastoporty 7 11.50 Grzmotomocni: Tajniacy 12.20 Niebezpieczny Oddział 2 12.50 Niebezpieczny Henryk 5 13.20 SpongeBob 13.50 Kanciastoporty 14 13.50 Kanciastoporty 13 14.20 Harmidom 8	TELETOON+ 8.19 Kumple z dżungli – na ratunek! 8.45 Gadający Tom i przyjaciele 3 9.22 Było sobie życie 9.51 Ki i Hi w Królestwie Pandy 10.21 Angelo rządzi 10.51 Siostry 2 11.25 Polly Pocket 6 12.18 Charlotte i trzy muszkieterki 12.47 Kumple z dżungli na ratunek! 3 13.14 Kumple z dżungli – na ratunek! 13.40 Polly Pocket 6 14.23 Dinus i Lusja 14.50 Siostry 3 15.20 Polly Pocket 6	TVP info_ TVP INFO 15.45 Panorama 16.00 Dzień w godzinę 17.00 Teleexpress 17.15 Teleexpress Extra 17.35 Panorama 17.42 Wykrzywacz kłamstw 18.00 Panorama 18.30 Kontrapunkt 19.30 Program informacyjny 19.30 20.18 Bez trybu. Justyna Dobrosz-Oracz 21.00 Kwiatki polskie 21.45 Panorama 22.10 Oko na świat 22.30 Program informacyjny 19.30 22.45 112. Magazyn kryminalny 23.00 Wydarzy się jutro
CANAL+ SPORT 2 9.00 Tenis: Turniej WTA w Tokio – mecz 2. rundy gry pojedynczej (live) 11.15 Tenis: Turniej WTA w Tokio – mecz 2. rundy gry pojedynczej 13.30 Tenis: Turniej WTA w Tokio – mecz 2. rundy 15.45 Tenis: Turniej WTA w Tokio – mecz 2. rundy 18.00 Tenis: Turniej WTA w Tokio – mecz 2. rundy 20.15 Tenis: Turniej WTA w Tokio – mecz 2. rundy 22.30 Tenis: Turniej WTA w Tokio – mecz 2. rundy 0.45 Tenis: Turniej WTA w Tokio – mecz 2. rundy	ELEVEN SPORTS 1 11.40 Najlepsze gole Bayernu Monachium 12.00 Piłka nożna: Liga portugalska – mecz: Gil Vicente FC – FC Porto 14.00 Formula 1: Grand Prix USA 16.00 Piłka nożna: Liga włoska – mecz: Roma – Cagliari Calcio 17.55 Full Impact Serie A (8) 18.25 Piłka nożna: Liga włoska: AC Milan – Bologna FC (live) 20.40 Piłka nożna: Liga włoska: AC Monza – SSC Napoli (live) 22.50 Full Impact Serie A (8) 23.25 Podróż do świata Calcio 0.00 Olympique Lyon – Między legendą a teraźniejszością – film dokumentalny	POLSAT SPORT 3 6.00 Tenis: Turniej ATP w Bazylei – mecz 1. rundy 8.30 Tenis: Turniej ATP w Wiedniu – mecz 1. rundy 11.00 Short track: Zawody World Tour w Vancouver – 2. dzień 12.00 Curling: ME – Ostrawa 2026 – mecz: Polska – Czechy (live) 15.30 Handball Arena 16.30 Magazyn koszykarski 17.30 Tenis: Turniej ATP w Bazylei – mecz 2. rundy (live) 20.35 Piłka ręczna mężczyzn: LM – mecz: Paris Saint-Germain HB – Aalborg Handbold (live) 23.00 Tenis: Turniej ATP w Bazylei – mecz 2. rundy 1.00 Sporty walki: Babilon MMA	NICK JR. 8.20 Wszyscy razem, śladem Blue! 2 8.50 Barabapapa i jego rodzinka 9.20 Barabapapa i jego rodzinka 2 9.40 Pan Krokodyl 2 10.35 Świnka Peppa 8 10.50 Santiago z morza 11.15 Dora 4 11.45 Zwierzęce zagadki 12.20 Rubble i jego ekipa 3 12.50 Psi Patrol 6 13.40 Świnka Peppa 3 13.55 Barabapapa i jego rodzinka 14.25 Barabapapa – szczęśliwa rodzinka 14.45 Barabapapa i jego rodzinka 2	DISNEY JUNIOR 8.00 Spidey i superkumple 3 8.30 Jej Wysokość Zosia: Królewska Szkoła Magii 2 9.00 Klub Myszki Miki Plus 10.00 Blue 2 11.00 Jej Wysokość Zosia: Królewska Szkoła Magii 2 11.30 Psia Brygada 3 12.00 Spidey i superkumple 3 12.30 Blue 13.30 Klub Myszki Miki Plus 14.00 Superkoty 3 14.30 Jej Wysokość Zosia: Królewska Szkoła Magii 15.00 Iron Man i super ekipa 15.30 Spidey i superkumple 3 16.00 Blue 2 17.00 Klub Myszki Miki Plus	POLSAT NEWS 10.00 W rytmie dnia 12.50 Wydarzenia 12:50 13.30 W rytmie dnia 15.30 Sport 15.50 Wydarzenia 15:50 16.30 Punkt widzenia Jankowskiego 18.00 Punkt widzenia Szubartowicza 19.15 Gość „Wydarzeń” 19.50 Debaty Gozdry 21.50 Wydarzenia wieczorne 22.30 Dzień na świecie 23.30 Obraz dnia 0.00 Punkt widzenia Jankowskiego 1.25 Punkt widzenia Szubartowicza
CANAL+ SPORT 5 11.10 Premier League Netbusters 11.45 Piłka nożna: Liga hiszpańska – mecz: Atletico Madryt – RC Deportivo La Coruna 14.00 Turbokozak (5) 15.15 Football Office (3) 17.00 Żużel: MetalGas 2, Ekstraliga 20.00 Żużel: PGE Ekstraliga – mecz: ORLEN OIL Motor Lublin – Stelmet Falubaz Zielona Góra 22.50 Strongman 0.00 Piłka nożna: PKO BP Ekstraklasa – mecz: Jagiellonia Białystok – Wisła Płock 2.30 Ligmistrzowie historie (3)	ELEVEN SPORTS 2 12.00 Piłka nożna: Puchar Niemiec – mecz 2. rundy: Rot-Weiß Essen – RB Lipsk 14.00 Piłka nożna: Liga włoska – mecz: Torino – Como 1907 16.00 Piłka nożna: Puchar Niemiec – mecz 2. rundy: Borussia Dortmund – Werder Brema 18.00 Podróż do świata Calcio 18.25 Piłka nożna: Liga włoska – mecz: Venezia FC – Inter Mediolan (live) 20.40 Piłka nożna: Liga włoska: Genoa CFC – Juventus (live) 22.55 Historie Serie A 23.30 Ligue 1 Show (9)	POLSAT PLAY 7.00 Dorwać tuńczyka 9.05 Wojny magazynowe 15 10.05 Gwiazdy lombardu 11.00 Hardkorowy lombard 14.00 Polacy za granicą 16.00 Złomiarze 18.50 Poszukiwacze historii 20.00 Zawód gлина 21.00 Złomiarze 22.00 Wieżenie 23.00 Zawód gлина 0.05 Łowca pedofiliów 1.10 Wieżenie 2.05 Złomiarze 3.05 Starożytni kosmici 5.00 Starożytni kosmici 14	TVN TURBO 11.15 Wojny samochodowe 12.15 Naprawy nie do naprawy 13.00 Zawodowi handlarze 14.30 Wojny samochodowe 16.30 Jeździć, obserwować 18.00 Raport Turbo 18.15 Zawodowi handlarze 19.00 Naprawy nie do naprawy 19.45 Co tu się odjechało? 20.15 Jeździć, obserwować 21.00 Wojny samochodowe 22.00 Raport Turbo 22.15 Z drugiej ręki 23.00 Duda kontra Szafranski 23.45 Mobilni mechanicy 0.30 Naprawy nie do naprawy	TVS 16.50 Wydział kryminalny Kitzbühel 17.50 Doktor z alpejskiej wioski – nowy rozdział 18.50 Doktor Kleist – lekarz rodzinny 19.50 Kino TVS: Rosamunde Pilcher – Wiatr nad morzem – melodramat, Niemcy/Austria 2007, reż. Thomas Herrmann 21.50 Kino TVS: Rosamunde Pilcher: Zagle miłości – film obyczaj., Niemcy/Austria 2005 23.35 Doktor z alpejskiej wioski – nowy rozdział	TRWAM TV TRWAM 17.00 Po stronie prawdy 18.05 Informacje dnia 18.15 Rozmowy niedokończone 19.20 Odnależcie siebie 19.30 Bóg z nami 20.00 Informacje dnia 20.20 Zozaniec 20.50 Myśląc Ojczyzna 21.00 Apel Jasnogórski 21.20 Informacje dnia 21.40 Polski punkt widzenia 22.00 Przetrawiliśmy 22.30 Służba całemu życiu... Rzecz o Eugeniuszu Wróble – film dokumentalny, Polska 2020, reż. Adam Turula

OCEAN'S 8 • SARAH PAULSON

Dotarła na szczyt!

W kinie zwykle gra role drugoplanowe, za to w serialach błyszczy w centrum wydarzeń. Jako pierwsza zdobyła w ciągu jednego roku pięć najważniejszych nagród aktorskich, w tym Emmy i Złoty Glob!

Zachwyca delikatną urodą i fantastycznym warsztatem aktorskim.

➔ OCEAN'S 8 CZ 29.10
godz. 21.00 TVN 7

Niektórzy żartobliwie twierdzą, że w ostatnich latach trudno znaleźć amerykański serial, w którym by nie zagrała. Jest w tym tylko odrobina przesady, bo rzeczywiście Sarah Paulson pojawia się w kilku produkcjach rocznie. Co najważniejsze, za każdym razem tworzy postaci, o których trudno zapomnieć.

Odwaga w genach

Nieustępliwość, odwagę i konsekwencję w dążeniu do celu zawdzięcza mamie. To właśnie Catharine Gordon pokazała jej, że w życiu czasami trzeba zaryzykować. Tak jak ona, gdy po rozwodzie z ojcem Sarah zdecydowała się opuścić bezpieczną Tampę na Florydzie i przenieść się z dwójką dzieci do Nowego Jorku. Nie знаła tam nikogo, ale wierzyła, że miasto da więcej możliwości jej pociechom. Pracowała na dwa kelnerskie etaty w słynnej restauracji Sardi's i cieszyła się z pierwszych artystycznych sukcesów córki.

A te przyszły bardzo szybko. Na profesjonalnej scenie teatralnej Sarah zadebiutowała już w wieku 12 lat w spektaklu off-broadwayowskim, a jako 18-latką została pierwszą dublerką do roli Tess w sztuce Wendy Wasserstein „The Sisters Rosensweig” na Broadwayu.



W „Ocean's 8”, w którym wystąpiła z Sandra Bullock i Rihanną, wcieliła się w Tammy, ekspertkę od logistyki i zaopatrzenia.

W tym samym roku po raz pierwszy stanęła przed kamerą – w jednym z odcinków serialu „Prawo i porządek”.

Potem były kolejne, większe i mniejsze role w filmach i serialach, ale prawdziwy przełom nastąpił dopiero w 2012 roku. Rola Lany Winters, dziennikarki uwięzionej w zakładzie psychiatrycznym w „American Horror Story: Asylum”, zachwyła widzów i krytyków. Ta kreacja przyniosła jej pierwszą nominację do nagrody Emmy i na stałe połączyła jej nazwisko z Ryanem Murphym. Owocem ich współpracy był późniejszy megahit „American Crime Story: Sprawa O.J. Simpsona” z 2016 roku, w którym Paulson zagrała prokuratorkę Marcie Clark – i została obsypana nagrodami.

Najważniejsze serce

Z podobną odwagą, z jaką prowadzi karierę, Sarah Paulson postępuje też w życiu prywatnym. W wywiadach podkreśla, że unika jednoznacznego zdefiniowania swojej seksualności. – Jest płynna – zaznacza. – Zakochuję się w człowieku, a nie w jego płci. Przez lata spotykała się z mężczyznami.

Była nawet zaręczona z dramaturgiem Tracym Lettsem. Ale kiedy poznała starszą o 18 lat koleżankę po fachu, Cherry Jones, jej serce mocniej zabiło. Ich związek trwał pięć lat, a od rozstania w 2009 roku pozostają w przyjaznej relacji.

Holland Taylor, znaną m.in. z serialu „Dwóch i pół”, Paulson poznała w 2005 roku na jednym z przyjęć. Pomyślała wtedy, że nowa znajoma jest „najpiękniejszą kobietą, jaką kiedykolwiek widziała”, ale w tamtym czasie jej serce należało do Cherry. Dekadę później wpadły na siebie przy okazji akcji charytatywnej i... do dzisiaj są razem. Choć początkowo komentowano dzielącą panie ponad trzydziestoletnią różnicę wieku, dziś są jedną z ulubionych hollywoodzkich par.

Po trudnych początkach kariery i zawirowaniach w życiu osobistym ostatnie lata przyniosły jej ogromne uznanie, stabilizację i status jednej z najciekawszych aktorek swojego pokolenia. Pewnie jeszcze nieraz będziemy oglądać jej fantastyczne kreacje. Może nie tylko w serialach?

HANNA MIŁKOWSKA

W „Ratched” – mrocznym prequelu kultowego „Lotu nad kukułczym gniazdem” – zagrała tytułową rolę.
NETFLIX



Finał

Robert słyszy od ojca, że wciąż ma teczki na nieżyjącego już tatę Adama, który donosił do SB na swoich kolegów.

CZAS NIEDOKONANY

Nierozliczona przeszłość

➔ CZAS NIEDOKONANY
CZ 29.10 godz. 22.25 TVP 1

Czasy współczesne. Zuzanna (Agnieszka Mandat) opowiada synowi (Piotr Trojan) o historii rodziny jego ojca (Roman Frankl). Adam słyszy, że Benedykt był dzieckiem Holokaustu – widział, jak Niemcy zabrali jego matkę, a potem sam był ukrywany... Podczas imprezy zorganizowanej mimo

ogłoszenia pandemii Robert Rojek (Karol Dziuba) przedstawia Adamowi swojego ojca, Jacka (Piotr Cyrwus). Brok jednak nie chce podać mu ręki i żąda, by przeprosił Zuzannę za zabójstwo jej brata, Tádka (Mikołaj Matczak) – tylko wtedy będą mogli dalej robić interesy. Ale Jacek odmawia, powołując się na wyrok sądu, który go uniewinnił.

BD

FOT. TVP, TV Puls

REKLAMA

KOSZMARNĄ NOC

Szpital grozy

➔ KOSZMARNĄ NOC CZ
29.10 godz. 20.00 TV PULS

Nocny dyżur w szpitalu zamienia się w walkę o przetrwanie. Madison Taylor (Nicky Whelan) przypadkiem staje się świadkiem zbrodni popełnionej przez dwóch skorumpowanych policjantów. Postrzelona trafia do szpitala, gdzie powinna być bezpieczna. Tymczasem mordercy ruszają jej śladem, gotowi

zrobić wszystko, by na zawsze ją uciszyć. W opustoszałych korytarzach rozpoczyna się śmiertelna gra w kotka i myszkę. Czy porucznik Wakes (Bruce Willis) zdąży z pomocą? W jednego z bezwzględnych policjantów wcielił się były mistrz mieszanych sztuk walki (MMA), Tito Ortiz. Tym razem jednak jego przeciwnikiem nie jest zawodowy wojownik, lecz przerażona kobieta. **MAM**



Porucznik Wakes (Bruce Willis) chce pomóc Madison (Nicky Whelan).

KolagenCito

- świadomy wybór dla Twojego organizmu

To prosty sposób na wzbogacenie codziennego jadłospisu o kolagen i witaminę C. Zadbaj o siebie każdego dnia z KolagenCito!

Dlaczego KolagenCito – ponieważ zasługujesz na to co najlepsze! KolagenCito to produkt wzbogacony, który łączy kolagen z witaminą C. Witamina C pomaga w prawidłowej produkcji kolagenu w celu zapewnienia prawidłowego funkcjonowania kości, chrząstek, dziąseł, skóry oraz naczyń krwionośnych. Dodatkowo witamina C pomaga w prawidłowym funkcjonowaniu układu odpornościowego oraz w ochronie komórek przed stresem oksydacyjnym. KolagenCito doskonale wpisuje się w codzienny styl życia osób, które

cenią świadome wybory żywieniowe. Wybierając KolagenCito, stawiasz na znane składniki oraz wygodę codziennego stosowania. Wystarczy 3 pastylki dziennie. Niezależnie od stylu życia, KolagenCito może być wygodnym wyborem dla osób, które chcą wzbogacić swoją dietę. Wybierz KolagenCito – produkt stworzony z myślą o nowoczesnych osobach. Wprowadź KolagenCito do swojej codziennej diety i przekonaj się, jak łatwo zadbać o wartościowe składniki każdego dnia.



DOSTĘPNY
W APTEKACH
I ZIELARNIACH

Kupisz w aptekach i sklepach zielarskich.

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

TVP 1	TVP 2	POLSAT
<p>4.55 Wykrywacz kłamstw – pr. publicyst., Pol. 2025-2026</p> <p>5.15 Pytanie dnia – program publicystyczny, Polska 2026</p> <p>5.35 Reporterzy – magazyn reporterów</p> <p>5.45 Oko na świat – magazyn, Polska 2024-2026</p> <p>6.10 Akacyjowa 38 (971) – telenowela, Hiszpania 2018</p> <p>7.00 Transmisja mszy świętej z Sanktuarium Matki Bożej na Jasnej Górze</p> <p>7.30 Dobre historie: Ochronka bałucka – magazyn, Polska 2021-2026</p> <p>8.00 Serwis Info – program informacyjny, Polska</p> <p>8.10 Pogoda Info</p> <p>8.30 Zaraz wracam 3 (165) – serial obyczajowy, Pol. 2026</p> <p>9.05 Ranczo 4 (43): Agent – serial obyczajowy, Polska 2009</p> <p>10.05 Komisarz Alex 3 (39) – serial kryminalny, Polska 2013</p> <p>11.00 Ojciec Mateusz 24 (304) – serial kryminalny, Pol. 2020</p> <p>12.00 Serwis Info – pr. inf., Polska</p> <p>12.10 Agrobiznes – magazyn rolniczy</p> <p>12.30 Agropogoda</p> <p>12.35 To się opłaca – magazyn</p> <p>13.00 Natura w Jedyńce: David Attenborough: Tajemniczy świat dźwięków (2/3) – film dokum., Wielka Brytania</p> <p>14.00 Splątane losy (77) – serial obyczajowy, Turcja 2024</p> <p>15.00 Serwis Info – program informacyjny, Polska</p> <p>15.10 Reporterzy – magazyn reporterów</p> <p>15.35 Gra słów. Krzyżówka – teleturniej, Polska 2019-2026</p> <p>16.00 Dziedzictwo (1060) – serial obyczajowy, Turcja 2020</p> <p>17.00 Teleexpress, Pogoda</p> <p>17.25 Jaka to melodia? – teleturniej muzyczny</p> <p>18.05 Klan (4765) – telenowela, Polska 2026 (patrz obok)</p> <p>18.40 Akacyjowa 38 (988) – telenowela, Hiszpania 2018</p> <p>19.30 Program informacyjny 19.30</p> <p>19.55 Pytanie dnia – program publicystyczny, Polska 2026</p> <p>20.10 Sport, Pogoda</p> <p>20.30 Ojciec Mateusz 35 (458): Crisi fidei – serial kryminalny, Polska 2026 (patrz obok)</p> <p>21.25 Sprawa dla reportera – pr. Elżbiety Jaworowicz</p> <p>22.25 Czas niedokonany (8-ost.) – serial sensacyjny, Polska 2024 (patrz obok)</p> <p>23.25 Gra z Cieniem 2 (21) – serial kryminalny, Polska 2026</p> <p>0.20 Życzenie śmierci – film sensacyjny, USA 2018, reż. Eli Roth. Szanowany lekarz (Bruce Willis) zamierza samodzielnie ukarać winnych napaści na jego rodzinę. Staje się bezwzględny mścicielem. 115 min</p> <p>2.15 Magazyn Ekspresu Reporterów</p> <p>3.15 Sprawa dla reportera</p> <p>4.05 Film dokumentalny ▶ 4.50</p>	<p>4.30 Na dobre i na złe (965): Powiew miłości – serial obyczajowy, Polska 2025</p> <p>5.30 M jak miłość (1870) – serial obyczajowy, Polska 2025</p> <p>6.20 Operacja zdrowie (90) – magazyn medyczny, Polska 2026</p> <p>6.55 Barwy szczęścia (3429) – serial obyczajowy, Polska 2026</p> <p>7.30 Pytanie na śniadanie – pobudka – magazyn, Polska 2026</p> <p>7.55 Pytanie na śniadanie</p> <p>11.45 Jędrzenie ma znaczenie (33) – magazyn kulinarny, Polska 2026</p> <p>Twórcy sprawdzają, jak mrożenie, gotowanie i smażenie wpływają na bezpieczeństwo żywności. Wyjaśniają, dlaczego nawet krótkie zostawienie jedzenia na blacie może skończyć się zatruciem. 40 min</p> <p>12.25 Koło fortuny – teleturniej, Polska 2026</p> <p>13.15 Panna młoda (235) – serial obyczajowy, Turcja 2024</p> <p>14.05 Va banque – teleturniej, Polska</p> <p>14.35 Na sygnale (945): Oddech smoka – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2026</p> <p>15.05 La Promesa – pałac tajemnic (509) – serial obyczajowy, Hiszpania 2024</p> <p>16.00 Koło fortuny – teleturniej, Polska 2026</p> <p>16.35 Familiada – teleturniej</p> <p>17.20 Panna młoda (236) – serial obyczajowy, Turcja 2024</p> <p>Derya próbuje zrozumieć, co Beyza robi w salonie Yoncy. Swatka wypytuje o Silę. Hancer i Cihan zajmują się Gururem. Yonca ostro traktuje Beyzę i Gülsüm. 55 min</p> <p>18.15 Va banque – teleturniej, Polska</p> <p>18.50 Jeden z dziesięciu – teleturniej</p> <p>19.25 Barwy szczęścia (3429) – serial obyczajowy, Polska 2026</p> <p>19.55 Domowe patenty 3 (2) – magazyn poradnikowy, Polska 2026</p> <p>20.05 Barwy szczęścia (3430) – serial obyczajowy, Polska 2026 (patrz obok)</p> <p>20.40 Postaw na milion – telet.</p> <p>21.40 Super Gary. Gotuj z Bosacką! 2 (4) – magazyn kulinarny, Pol. (patrz obok)</p> <p>22.20 Europa da się lubić – nowe pokolenie (8) – program rozrywk., Polska</p> <p>23.20 SOR (2) – serial obycz., Polska</p> <p>0.00 Obwiniony – dramat obyczajowy, Wielka Brytania 2023, reż. Philip Barantini, wyk. Lauryn Ajufo, Nitin Ganatra, Chaneil Kular, Frances Tomelty (patrz obok)</p> <p>1.40 Rodzinka.pl (320) – serial komediowy, Polska 2026</p> <p>2.15 Peaky Blinders 3 (16) – serial kryminalny, Wlk. Bryt.</p> <p>3.20 Serial</p> <p>3.55 Rodzinka.pl – serial komediowy, Pol. 2026 ▶ 4.20</p>	<p>4.55 Disco Gramy – program muzyczny, Polska 2026</p> <p>5.40 Telezakupy TV Okazje</p> <p>6.00 Nowy dzień z Polsat News – pr. inform.</p> <p>8.20 Trudne sprawy (1128) – serial paradokumentalny, Polska 2022</p> <p>9.20 Dlaczego ja? (955-957) – serial paradokumentalny, Polska 2019</p> <p>12.20 Gliniarze. Śląsk (41): Ramię w ramię – serial kryminalny, Polska 2026</p> <p>13.20 Gliniarze (1026, 1027): Dla ciebie, synu: Złoto – serial paradok., Polska 2025</p> <p>15.30 Wydarzenia 24</p> <p>15.50 Pogoda</p> <p>15.55 Gliniarze (1257): Pod stołem – serial paradokumentalny, Polska 2026</p> <p>Natalia i Kuba wyjaśniają okoliczności zabójstwa 58-latk. Podejrzanie pada na syna denata z poprzedniego małżeństwa, ten jednak ma alibi. Detektywi docierają też do szmeranego właściciela lombardu. 60 min</p> <p>16.55 Gliniarze. Śląsk (42): Cena milczenia – serial kryminalny, Polska 2026</p> <p>Ginie młody motocyklista. Niebawem kolejny fan jednoślada wpada w śmiertelną pułapkę. Na jaw wychodzi mroczna tajemnica z przeszłości. Detektywi muszą powstrzymać mściciela przed kolejną egzekucją. 65 min</p> <p>18.00 Pierwsza miłość (4275) – serial obyczajowy, Polska 2026</p> <p>Oskar jako nowy prezes Wexler Development postanawia przejąć kluczowego klienta, którego Kalina zdobyła dla firmy. Hubert mimo ograniczonych środków nie zamierza rezygnować z podróży poślubnej. 50 min</p> <p>18.50 Wydarzenia</p> <p>19.15 Gość „Wydarzeń” – program publicystyczny</p> <p>19.30 Sport, Pogoda</p> <p>19.55 Milionerzy – teleturniej, Polska 2026</p> <p>20.30 Nasz nowy dom (381) – reality show, Polska 2026 (patrz obok)</p> <p>21.40 Zdrada (9) – serial kryminalny, Polska 2023 (patrz obok)</p> <p>22.55 W jak morderstwo – komedia kryminalna, Polska 2021, reż. Piotr Mularuk, wyk. Anna Smołowik, Paweł Domagała, Szymon Bobrowski, Piotr Adamczyk (patrz obok)</p> <p>Scenariusz filmu powstał na podstawie powieści Katarzyny Gacek, która jest również współautorką scenariusza. 135 min</p> <p>1.10 Kapitan Phillips – dramat biograficzny, USA 2013, reż. Paul Greengrass</p> <p>4.05 Kabaretowa Ekstraklasa (119) – program rozrywkowy, Polska 2017</p>

TVN	DVB T2	TV PULS	DVB T2	TVN 7	DVB T2
<p>5.40 Uwaga! – magazyn reporterów</p> <p>5.55 Ukryta prawda (1520) – serial paradokumentalny, Polska 2023</p> <p>6.50 Kuchenne rewolucje (5) – program rozrywk., Pol. 2025</p> <p>7.45 Dzień Dobry TVN – magazyn</p> <p>11.20 Doradca smaku (36) – magazyn kulinarny, Polska 2026</p> <p>11.25 Kuchenne rewolucje (9, 7) – program rozrywkowy, Pol. Hot Devil Pizza funkcjonuje w Łodzi od dwunastu lat. Lokal jest zaniedbany i pusty. Właściciel ma problemy finansowe. Jego przyjaciel wpadł na pomysł, by poprosić o pomoc Magdę Gessler. 135 min</p> <p>13.40 Ukryta prawda (1682, 1683) – serial paradokumentalny, Polska 2025 Agnieszka zmagą się z ciężką sytuacją rodzinną, ponieważ jej 15-letnia córka Iga potrzebuje pilnie przeszczepu nerki od ojca, Darka. Mężczyzna jednak nie pojawia się na zaplanowanej operacji. 125 min</p> <p>15.45 Młode giny (69) – serial kryminalny, Polska 2026 (patrz obok)</p> <p>16.50 Szpital św. Anny (173) – serial obyczajowy, Polska 2026 Pogotowie lotnicze rusza po podtopionego chłopaka. W helikopterze jego stan się pogarsza. Pacjentka Maćka Bilewicz dostaje urojeni oraz gwałtownych objawów neurologicznych. 65 min</p> <p>17.55 Detektywi (374) – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2026 Katarzyna i Paweł natrafiają na nekrolog strażaka, który wcześniej pojawił się w ich biurze. W domu matki zmarłego dochodzi do włamania i kobieta zostaje ranna. Detektywi chcą ustalić, czego szukano. 65 min</p> <p>19.00 Fakty</p> <p>19.35 Sport, Pogoda</p> <p>19.55 Uwaga! – magazyn reporterów</p> <p>20.15 Na Wspólnej (4303) – serial obyczajowy, Polska 2026</p> <p>20.50 The Floor – teleturniej, Polska 2026 (patrz obok)</p> <p>21.30 Kuchenne rewolucje (9) – pr. rozr., Polska (patrz obok)</p> <p>22.40 Teściowie 3 – komedia, FILM Polska 2025, reż. Jakub Michałczuk</p> <p>0.20 Zbliżenie. Mówię Wam podcast (4) – pr. rozr., Polska</p> <p>1.15 CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 12 (1) – serial kryminalny, USA 2011, wyk. Ted Danson, Marg Helgenberger</p> <p>2.15 Uwaga! – mag. reporterów</p> <p>2.35 Down the road 4 (2) – serial dokumentalny, Polska</p> <p>3.35 Nauka jazdy 5 (17) – pr. rozr.</p> <p>4.10 Zamieszkać na plaży 7 (14) – program rozrywk., USA 2020</p> <p>4.40 Jak to jest zrobione? (9) – serial dokum., Kanada 2007</p>	 <p>15.45 KRYMINALNY</p> <p>Młode giny (69) Iwona wzywa policjantów do szpitala tuż przed operacją, podczas której ma oddać nerkę ojcu. Ten nie stawiał się na oddziale. Kobieta nie wierzy, że zrezygnował, bo dopiero co odbudowali relację. Śledczy ustalają, że kiedyś porzucił on rodzinę, a później spędził wiele lat w więzieniu. 65 min</p>  <p>20.50 TELETURNIEJ</p> <p>The Floor Stu uczestników z całej Polski rywalizuje, wykorzystując spryt, refleks oraz strategię. Podczas pojedynków z różnych dziedzin gracze odgadują, co przedstawia wyświetlacz, i przejmują pola rywali. Zwycięzca trzech pojedynków z rzędu zyskuje przywileje. Gospodarzem jest aktor Mikołaj Roznerski (zdj.). 40 min</p>	<p>6.00 Policjanci z Miami (17, 18): Rytuały przejścia; Labirynt – serial kryminalny, USA 1985</p> <p>8.00 Kobra – oddział specjalny (2, 3): Odrzutowiec; Były – serial sensacyjny, Niemcy 2012</p> <p>10.00 Zaklinaczka duchów 3 (62) – serial fantasy, USA 2008 (patrz obok)</p> <p>11.00 Kotka (62) – telenowela, Meksyk 2014 Esmeralda odzyskuje przytomność. Fela ostrzega Mercedes, by nie pozwalała Lorenzie wychodzić z dziećmi. Monica przekonuje Lorenz, że Gisela jest złą kobietą. 60 min</p> <p>12.00 Nie igraj z aniołem (193) – serial obyczajowy, Meksyk 2008 Córka Any Julii ma być dawcą szpiku dla Eduardita. Reynald przyjmuje ofertę pracy. W dniu ślubu Marichuy i Juana Miguela Patricia prosi przyszłego zięcia, by uczynił jego córkę szczęśliwą. 60 min</p> <p>13.00 Wspaniałe stulecie (35) – serial kostiumowy, Turcja 2013-2014</p> <p>14.00 Rodzinny interes (28): Zareczynowy pierścionek – serial obyczajowy, Polska 2019</p> <p>15.00 Lombard. Życie pod zastaw 12 (626, 627) – serial obyczajowy, Polska 2023</p> <p>17.00 Rodzinny interes (29): Superfura – serial obyczajowy, Polska 2019 Dawid marzy o przejeździe jednym z naprawianych samochodów. Nie potrafi oprzeć się pokusie. Mimo że Ryszard i Wojtek nie wyrażają zgody, chłopak postanawia „pożył” sobie auto. 60 min</p> <p>18.00 Lombard. Życie pod zastaw 19 (1052, 1053) – serial obyczajowy, Polska 2026 Mocno zauważa przed lombardem humanoidalnego robota G1 uciekającego przed nastolatkami. Słyszając jego wołanie o pomoc, ukrywa go i wzywa policję. 120 min</p> <p>20.00 Czwartki z Bruce'em Willisem: Koszmarna noc – thriller, USA 2019, reż. Matt Eskandari, wyk. Nicky Whelan, Bruce Willis, Tito Ortiz (patrz obok)</p> <p>22.05 Zły porucznik – film sensacyjny, USA 2009, reż. Werner Herzog, wyk. Nicolas Cage, Eva Mendes, Val Kilmer, Xzibit (patrz obok)</p> <p>0.20 Pan Brooks – thriller, USA 2007, reż. Bruce A. Evans</p> <p>3.00 Dzielnica strachu 3 (102): Pani od polskiego – serial kryminalny, Polska 2022</p> <p>4.00 Tak! Jest świat 11 – program informacyjny, Pol.</p> <p>4.35 Menu na miarę (2) – program kulinarny, Polska 2011</p> <p>5.00 Dzielnica strachu 3 (105): Sto jeden trupów – serial kryminalny, Polska 2022</p>	 <p>10.00 FANTASY</p> <p>Zaklinaczka duchów 3 (62) Melinda (Jennifer Love Hewitt, zdj.) zajmuje się sprawą opętania przez ducha swojego niewdziadanego od lat ojca, byłego prokuratora. Nawiedza go szukająca zemsty zjawia Paula Eastmana, niesłusznie oskarżonego o skazanie go za morderstwo. 60 min</p>  <p>20.00 THRILLER</p> <p>Koszmarna noc Madison (Nicky Whelan, zdj.) przypadkowo zostaje postrzelona przez dwóch skorumpowanych policjantów, którzy wcześniej zamordowali śledczego. Ciężko ranna trafia na oddział szpitalny jako jedyny świadek zbrodni staje się celem morderców, którzy chcą ją ucyścić. Wzywa na pomoc por. Wakesa (Bruce Willis, zdj.). 125 min</p> <p>22.05 SENSACYJNY</p> <p>Zły porucznik Zmagający się z nagłymi policjant Terence McDonagh (Nicolas Cage, zdj.) ma wyjaśnić zagadkę zabójstwa senegalskich imigrantów. By wydobyc zeznania, porucznik przekracza swoje uprawnienia. 135 min</p>	<p>5.20 Ten moment (17): Coming Out – serial paradokumentalny, Polska 2015-2016</p> <p>5.55 Szkoła (550-552) – serial paradokumentalny, Polska 2018</p> <p>8.45 Ukryta prawda (1418, 1603, 1604) – serial paradokumentalny, Polska</p> <p>11.50 W-11 – Wydział Śledczy (779-781) – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2011</p> <p>13.55 Detektywi (158): Casanova nie żyje – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2025 (patrz obok)</p> <p>15.00 Szpital św. Anny (163) – serial obyczajowy, Polska 2026 Na SOR trafia 16-latek potrącony przez koleję. Chłopak nagle dostaje silnego bólu brzucha. Gośka rozpoznaje skręt jelita. 60 min</p> <p>16.00 Szpital (907) – serial paradokumentalny, Polska 2019 (patrz obok)</p> <p>17.00 Sędzia Anna Maria Wesołowska (587): Tulipan – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2011 Tomasz Karolkiewicz zostaje oskarżony o zamordowanie Marzeny Małek przy użyciu noża. Dodatkowo wyłudził on dużą sumę pieniędzy od koleżanki ofiary, Nadii. Grozi mu dożywocie. 60 min</p> <p>18.00 Rozwód. Walka o wszystko (38): Rozwód z obokajowcem – serial paradokumentalny, Polska 2020 Marta poznała Ahmeda podczas wakacyjnego wyjazdu do Tunezji. Początkowo namiętność i miłość zastąpiło coraz silniejsze wrażenie, że partner ją ogranicza. 60 min</p> <p>19.00 Ukryta prawda (1792) – serial paradokumentalny, Polska 2026 Kinga proponuje dostawcy Filipowi, żeby razem zjedli pizzę. On odmawia, gdyż ma dziewczynę. Ta niebawem zarzuca mu zdradę i kończy ich znajomość. 60 min</p> <p>20.00 Hotel Paradise 13 (38) – reality show, Polska 2026</p> <p>21.00 Ocean's 8 – komedia kryminalna, USA 2018, reż. Gary Ross, wyk. Sandra Bullock, Cate Blanchett, Anne Hathaway (patrz obok) Kobięca odsłona słynnej serii zapoczątkowanej w 2001 r. Odtwórczyni głównej roli w jednej ze scen mówiła po niemiecku. Aktorka spędziła w tym kraju większość swojego dzieciństwa. 145 min</p> <p>23.25 Taskmaster (9) – program rozrywkowy, Polska 2026</p> <p>0.25 Transformers: Wiek zagłady – film s.f., USA/Chiny 2014, reż. Michael Bay</p> <p>3.45 Hotel Paradise 13 (37) – reality show, Polska 2026</p> <p>4.35 Usterka 13 (13) – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2020</p>	 <p>13.55 FAB-DOKUM.</p> <p>Detektywi (158) Gabriela Holeccka prosi śledczych o sprawdzenie mężczyzny, z którym się spotyka. Podczas ich ostatniej randki nagle pojawił się nieznajomy i żądał od niego zwrotu pieniędzy. W życiu prywatnym Kasia Kowalik (zdj.) i Roman Łabaj cieszą się swoim szczęściem. 65 min</p>  <p>16.00 PARADOKUM.</p> <p>Szpital (907) Do doktor Gajdy (Kaja Sosnowska, zdj.) trafia 33-latek z trzema synami. Najmłodszego zatruli się lekami. Kobieta sama opiekuje się chłopcami, dlatego jest przemęczona. Wstydy się do tego przyznać przed współpracującym partnerem. Tymczasem lekarz mówi pacjentce, że zasła w ciążę i urodzi... bliźnięta. 60 min</p> <p>21.00 KOM. KRYM.</p> <p>Ocean's 8 Debbie (Sandra Bullock, zdj.), profesjonalna złodziejka, jest gotowa zrealizować największy skok w swoim życiu. Zamierza zdobyć naszyjnik o wartości 150 mln dol. Komplety ekipę ekspertek. 145 min</p>

TVP3	TVP3	D&T	TVP POLONIA	TV 4	D&T	puls	PULS 2	D&T	TVP rozrywka	TVP ROZRYWKI	TTV HD	D&T						
12.00 Telekurier – mag., Polska	12.30 Okrasa łamie przepisy	13.00 Agrobiznes – mag.	13.30 Bez trybu. Justyna Dobrosz-Oracz – publ.	14.20 Poznaj region – cykl fel.	14.30 Program informacyjny 14.30	15.00 Koronka do Miłosierdzia Bożego – pr. religijny	15.20 Serwis Info Dzień – inf.	15.30 Program lokalny	19.30 Z indeksem w rękę (16) – magazyn	19.45 Kryminalna siódemka	20.00 Dziennik regionów	20.13 Gość Regionów – publ.	20.30 Telekurier – mag., Polska	21.00 Program lokalny	22.00 Dziennik regionów			
12.10 Nad rozlewiskiem... (10, 11) – obycz., Pol. 2012	13.50 Jerzy Popiełuszko. Posłaniec prawdy	15.20 Dobre strony – cykl fel.	15.35 Słownik polsko@polski (699) – talk-show, Polska	16.00 Tamte lata, tamte dni	16.30 Barwy szczyścia (3403)	17.00 Telexpress	17.20 Gra słów. Krzyżówka	17.50 Telexpress Extra – inf.	18.15 Tańcząca ze światem – Tunezja (9) – magazyn	18.45 Panorama	19.20 Niezwykłe miejsca	19.30 Program informacyjny 19.30	19.55 Pytanie dnia – pr. publ.	20.10 Sport, Pogoda				
6.00 Strażnik Teksasu (15, 16) – serial sensacyjny	7.55 Bogaty dom – biedny dom (114) – reality show	8.55 Policjantki i Policjanci (711-173) – serial obycz.	11.55 Na ratunek 112 (1040, 1041) – paradok.	12.55 Trudne sprawy (835-837) – paradok., Pol.	15.55 Trudne sprawy II (1395) – serial paradokumentalny	16.55 Łowcy skarbów. Kto da więcej? (557)	18.00 Policjantki i Policjanci (1478, 1479) – obycz., Pol.	20.05 Uroczysko (296) – krym.	20.40 Sprawiedliwi – Wydział Kryminalny (1075) – krym., Pol. 2026									
12.00 Lwia Straż – serial anim.	13.00 Nowe przygody Kubusia Puchatka – serial animowany	13.35 Smerfy – serial anim.	14.00 Baranek Shaun 6	14.35 Marta mówi – anim.	15.00 Miraculous: Biedronka i Czarny Kot 6 – anim.	16.00 Patryk Rozgwiazda Show – serial animowany	17.00 SpongeBob Kanciastoparty 9 – serial anim.	18.00 Pingwiny z Madagaskaru – serial animowany	19.00 Kacze opowieści – serial animowany	20.00 Lombard. Życie pod zastaw 19 (1042) – serial obyczajowy, Polska 2026								
6.10 Zakochać się w Polsce (21) – magazyn	6.45 Gra słów. Krzyżówka	7.15 Okrasa łamie przepisy	8.20 Familiada – teleturniej	8.55 Va banque – teleturniej	9.25 Kolo fortuny – telet., Pol.	10.05 Makłowicz w podróży	10.45 Postaw na milion	12.35 Familiada – teleturniej	13.15 U Pana Boga w Królowym Moście (4) – serial obycz., Polska	14.05 Pan Mama (27, 28) – serial kom., Polska 2025	15.15 Program rozrywkowy	15.25 Europa da się lubić – nowe pokolenie (7)	16.25 Kabaretomania (37)	17.25 Va banque – teleturniej				
6.00 24 godziny – mag. inf.	7.05 Sport	7.10 Express – pr. inform.	7.35 Defacto 13 (14, 15)	8.30 Kartoteka 9 (30)	9.35 Kartoteka 10 (1)	10.35 Detektywi (147, 369)	12.35 Zakup w ciemno 5 (37)	13.35 Zakup w ciemno 8 (35)	14.35 Nic do zgłoszenia 4 (8)	15.35 Złomowisko PL 10 (5)	16.45 Express – pr. inform.	16.58 Pogoda, Sport	17.05 Nauka jazdy 6 (18)	17.40 Idź na całość 3 (8) – rozr.	18.40 Gogglebox. Przed telewizorem 20 (9)	19.45 Express, Pogoda – inf.	20.05 Zakup w ciemno 8 (36)	21.45 Express, Pogoda – inf.

OBYCAJOWY	OBYCAJOWY	KRYMINALNY	BIOGRAFICZNY	BIETURNIEJ	REALITY SHOW
22.30 Złoty chłopak (271) Ferit jest rozdarty między Seyran a Diyar. Obecność pierwszej z nich na kolacji komplikuje sytuację. Suna i Abidin chcą odebrać Korhanom posiadłość. 60 min 23.30 Kryminalna siódemka 23.55 Panorama 0.25 Program informacyjny 19.30 1.15 Dziennik regionów 1.40 Dziedzictwo (925) – serial obycz., Turcja 2020 2.30 Bez trybu. Justyna Dobrosz-Oracz – publ. 3.20 Program informacyjny 19.30 TVP 3 jest wspólnym pasmem programowym lokalnych stacji telewizyjnych: Białostok, Bydgoszcz, Gdańsk, Katowice, Kraków, Lublin, Łódź, Poznań, Rzeszów, Szczecin, Warszawa, Wrocław	20.25 Ranczo 4 (43) – Pol. 2009 Po ślubie z Wioletką policjant Stasiak stara się, by do ich związku nie wkładał się rutyna. Do wsi zostają dostarczone komputery. Lucy nadzoruje ich promocyjną sprzedaż i montaż. 55 min 21.20 Polonia 24 Tygodnik 22.25 Ekstradycja 2 (7) – sens. 23.20 Panorama 23.50 Klucz wileński – dok. 1.00 Rodzinka.pl (299) – kom. 1.30 Program informacyjny 19.30 1.55 Pytanie dnia – pr. publ. 2.05 Sport, Pogoda 2.15 Ojciec Mateusz 27 (343, 344) – serial krym. 3.50 Polacy światu	21.40 Sprawiedliwi. Trójmiasto (192) Szreder i Pietras prowadzą śledztwo po zamachu na Barabasza i Siwego, w którym giną ciężarna kobieta i jeden z napastników. Drugiemu udaje się uciec. 65 min 22.45 Opowieści o zbrodni 2 (4) – dok. 23.10 Pan i władca: FILM Na krancu świata – dramat przyg., USA 2003, wyk. Russell Crowe 2.20 Love Island. Wyspa miłości (39) 3.25 Lubie disco! (289) – muz. 4.25 Top 10 – lista przebojów – pr. muz. 5.30 Telezakupy TV Okazje	21.00 Megan Leavey FILM USA 2017 Megan (Kate Mara, zdj.) wstępuje do marynarki wojennej. Przechodzi szkolenie z psem Rękem. Razem trafiają do Iraku, gdzie obaj wydają się stoć. Pewnego dnia dochodzi do tragedii. 135 min 23.15 Robin Hood: Początek FILM – przyg., USA/Hongkong/Chorwacja 2018 1.20 Lombard. Życie pod zastaw 2 (77, 78) – obycz. 3.20 Niesamowite! (15) – serial dokumentalny, Pol. 4.00 Lombard. Życie pod zastaw 7 (328) – obycz. 5.00 Lombard. Życie pod zastaw 11 (585) – obycz.	18.00 Kolo fortuny – Pol. Uczestnicy programu kręcą kółem, a następnie typują litery, które według nich mogą znajdować się w hasle. Ten, kto odgadnie jako pierwszy, zatrzymuje wygraną w rundzie. 40 min 18.40 Okrasa łamie przepisy 19.45 Jaka to melodia? 20.20 The Voice Comeback Stage Powered by Orange (19) – widowisko 20.30 Do śmiechu! (79, 31) 22.20 Malicki & Laskowski. The Best of (8) 23.00 Postaw na milion 0.55 Kolo fortuny – telet., Pol. 2.10 Malicki & Laskowski. The Best of (7)	22.00 Życie na kredycie 9 (17, 18) – Polska 2026 Perypetie Polaków zmagających się z drożyzną. Przedsiębiorcy prowadzący lodziarnie nad morzem mają problemy finansowe. Bartek spłaca długi i pożyczki nagleżące do rodziny. 60 min 23.00 Damy i wieśniaczki. PL 11 (1) – fab.-dok., Pol. 0.00 Down the road (4) – serial dokumentalny, Pol. 1.00 Kanapowiczynie 3 (9) – pr. rozrywk., Pol. 2026 2.00 Dobra robota 3 (1) – dok. 2.35 Osadzone. Blok F (25, 26) – serial paradok. 3.40 Zakup w ciemno 5 (33) – reality show, Pol. 2025

TVP3	TVP3 PROGRAMY LOKALNE	TVP HD	TVP KULTURA	antena ANTENA HD	TV 6
BIĄŁOSTOK 17.30 Mikrokosmosy 18.05 Życie po 18.15 Turbo Podlasie 18.30 Obiektyw 18.50 Gość „Obiektywu” 19.00 Sport, Pogoda 19.10 Płyna sprawa 19.20 Białostocka szkoła reportażu 21.00 Panorama łomżyńska 21.20 Gość „Obiektywu” 21.30 Obiektyw BYDGOSZCZ 17.30 Biznes to biznes 18.15 Spotkania z ekologią 18.30 Zbliżenia 19.00 Rozmowa dnia 19.20 Woda bydgoska 21.00 Rozmowa dnia 21.20 Ekspert ZUS odpowiada 21.30 Zbliżenia 21.45 Sport, Pogoda GDĄŃSK 17.30 Reportaż TVP Gdańsk 17.50 Pin do kultury 18.15 Czyżewskiego 42 18.30 Panorama 19.00 Wiatrak 21.00 Na 2 kontakty 21.15 Czyżewskiego 42 21.30 Panorama KATOWICE 17.16 Zdarzyło się 17.31 Papyn pyto 17.45 Mikrokosmosy 18.15 Protokół rozbieżności 18.30 Aktualności 18.55 Pogoda, Sport 19.10 Gramy dla was 21.15 Protokół rozbieżności 21.30 Aktualności 21.51 Sport KRAKÓW 17.05 Prosto z lasu 17.15 Turystyczna jazda 17.32 Twarze teatru 18.10 Magazyn medyczny 18.30 Kronika 18.55 Tematy dnia 19.18 Kronika kulturalna 21.03 Wykrywców kłamstw 21.21 Bezpiecznie 21.30 Kronika 21.45 Tematy dnia LUBLIN 17.55 Historie niezapisane 18.10 Agrowieści 18.30 Panorama lubelska 18.59 Halo, seniorzy! 21.02 Nie taki internet straszny 21.15 Gość „Panoramy” 21.30 Panorama lubelska	ŁÓDŹ 17.30 Reportaż 17.45 Sport po Łódzku 18.15 Na wschód od Łodzi 18.30 Łódzkie wiadomości dnia 18.50 Sport, Pogoda 19.00 Kulturalnie po Łodzi i regionie 19.15 Świat na cztery łapy 21.00 Zapraszamy do nas 21.30 Łódzkie wiadomości dnia POZNAŃ 17.30 Teleskop 17.45 Wspólne popołudnie 18.30 Teleskop 18.54 Rozmowa dnia 19.05 Wieś to tylko liczba 21.02 Wykrywców kłamstw 21.30 Teleskop RZESZÓW 17.30 Świat na cztery łapy 17.45 Rzeszowskie lekcje architektury 18.00 Ostatni mistrzowie 18.13 Z życia regionu 18.30 Aktualności 18.58 Z życia regionu 19.15 Stacja Rzeszów Główny 21.00 Wykrywców kłamstw 21.30 Aktualności SZCZECIN 17.30 Raport naukowy 17.55 Calkiem niezła historia 18.05 Pełnosprawni 18.30 Kronika 18.52 Wokół nas 19.00 Polskie ślady 21.00 Wokół nas 21.08 Z indeksem w rękę 21.20 Idzie weekend 21.30 Kronika 21.50 Rozmowa dnia WARSZAWA 17.37 Skarby Kół Gospodyń Wiejskich. Przepis na bliskość 18.00 Zawsze na temat 18.30 TKW 18.42 Kurier Mazowiecki 19.04 Reagujemy 21.00 Zawsze na temat 21.30 Kurier Warszawy i Mazowsza WROCŁAW 17.14 Szlachetne zdrowie 17.28 Wrocław się zmienia 17.37 Energia bez mitów 17.48 Z Unią na Ty 18.02 Interwencja 18.30 Fakty 18.58 Rozmowa „Faktów” 19.11 Dobra Energia 21.02 W swoim czasie 21.16 Rozmowa „Faktów” 21.30 Fakty	8.55 Ojciec Mateusz 8 (97, 98) 10.45 Gra słów. Krzyżówka 11.20 Na sygnale (878, 879) 12.25 Ojciec Mateusz 15 (190) 13.20 Komisarz Alex 14 (135) 14.15 Ranczo 8 (99, 100) – obycz. 16.10 Tańcząca ze światem – Tunezja – magazyn 16.40 Pociąg do Polski (8) – dok. 17.10 Okrasa łamie przepisy 17.45 Makłowicz w podróży 18.20 Ojciec Mateusz 3 (39) 19.20 Ranczo 5 (56) – obycz., Pol. 20.10 Rodzinka.pl (308, 309) – serial komedijowy, Polska 21.25 Komisarz Alex 25 (316) 22.20 Point Break: Na fali FILM – film sensacyjny, USA/Niemcy/Chiny 2015 0.25 W sieci zła – thriller, USA FILM 1998, reż. Gregory Hoblit	12.15 Reżyserzy (10) – serial dok. 13.35 Czerdziesiątka (6) 14.40 Janio Woźniak – dramat FILM obyczajowy, Polska 1993 16.35 Blisko, coraz bliżej (11) 18.00 Kulturalni – magazyn kult. 18.55 Rawhide 4 (89) – przyg. 20.00 Czwartkowy klub filmowy – magazyn filmowy 20.05 Na ostrzu szpady FILM – przyg., Fr./Niem./Wł. 1997 22.25 Hała odłotów (206) 23.25 Niepokonany – film FILM sensacyjny, Francja 1983 1.30 Śmierć jak kromka chleba – dramat społeczny, Polska 1994 3.40 Hała odłotów (206) FILM obycz. – cykl felietonów 4.50 Podróże z historią (49) 5.25 Teledyski – magazyn muz.	12.05 Lombard Chicago: Wszystko pod zastaw (18) – serial dokumentalny 12.30 Wojny kontenerowe (1) – serial dokumentalny, USA 13.00 Kławska Wypsy Dębów 6 (19) – reality show, USA 14.00 Australijscy poszukiwawcy złota 7 (16, 17) – dok., Australia 16.00 Unforgettable: Zapisane w pamięci 3 (4) – krym. 17.00 Zakazana miłość (14) – telen., Turcja 2008-2010 18.00 77 TV 6 (3, 4) – pr. rozr., Pol. 20.00 MisMatch (4) – serial krym. 21.10 Detektywi Candice: Niezawodny instykt 7 (6, 7) – serial kryminalny, Fr. 23.35 Bathazar: Sledczy fenomen 4 (8) – krym., Fr.	6.00 Wiewienie (179, 180) – dok. 6.55 Policjanci i Policjanci (867, 868) – serial obycz. 8.55 48h. Zaginięci (187-191) – serial kryminalny, Polska 13.55 Policjanci i Policjanci (1279) – serial obycz., Polska 14.55 Uroczysko (203, 204) – serial kryminalny, Polska 16.00 Strażnik Teksasu (1, 2, 17, 18) – serial sens. 20.00 CSI: Kryminalne zagadki Miami (58, 59) – krym., USA 22.00 Mentalista (22) – serial kryminalny, USA 2009 23.00 Kłowsanka – czarna komedia, Polska 2010 1.05 Kości (205, 206) – krym. 3.05 Krejpi patrol 5 (4) – krym. 3.35 Septagón (31, 32) – krym. 5.45 Telezakupy TV Okazje

BBC FIRST	ROMANCE TV	COMEDY CENTRAL	TVN FABUŁA
10.00 Ojciec Brown 8 (6, 7) 12.00 Shakespeare i Hathaway: Prywatni detektywi 2 (5, 6) – krym. 14.00 Zbrodnie Saint-Pierre (9) 14.55 Śmierć z dala od palm 2 (1) – serial kryminalny, Wielka Brytania 2024 16.05 Tajemnice Brokenwood 10 (4) – krym., Nowa Zelandia 2021 18.00 Morderstwa w Midsomer 14 (4) 19.55 Śmierć pod palmami 15 (5) – serial kryminalny 21.00 Line of Duty – Wydział wewnętrzny 5 (1, 2) 23.30 Po powodzi 2 (4) – krym. 0.30 Koroner 2 (5) – serial krym.	15.20 Szkoła nad morzem: Pod jednym dachem – komediodramat, Niemcy 2025, reż. Miguel Alexandre 17.05 Katie Fforde: Miłość w Nowym Jorku – melodramat, Niemcy 2014 19.00 Górski lekarz (290) 20.00 Inga Lindström: Na zawsze Vickerby – film obycz., Niemcy 2007 21.55 Tego tydzień brakowało! FILM – komedia, Niemcy 2024 23.50 Górski lekarz (290) 0.45 Inga Lindström: Na zawsze Vickerby – film obycz., Niemcy 2007 2.40 Zakochana w Panu Niani FILM – film obycz., USA 2023	8.55 Hoży doktorzy (5, 6) 9.55 Przyjaciele 7 (17-20) 11.55 Teoria wielkiego podrywku 4 (5-10) – kom. 14.30 Dwóch i pół 8 (8-11) 16.30 Przyjaciele 7 (21-24) 18.30 Hoży doktorzy (7, 8) 19.30 Teoria wielkiego podrywku 4 (5-10) – kom. 22.00 The Office PL 4 (3, 4) 23.05 Comedy Club 7 (1, 2) 0.00 Miasteczko South Park 10 (8) 0.30 Miasteczko South Park 11 (2, 8, 10) 2.00 Śmieszniej nie będzie 3 (17, 18) – program rozrywk. 3.00 Miasteczko South Park 8 (5, 14)	9.50 Młode giny (39) – krym. 10.55 Magda M. (9) – obycz., Pol. 11.55 Zapukaj do moich drzwi (154, 155) – telen., Turcja 13.55 Młode giny (40) – krym. 14.55 Detektywi (692, 693) 16.05 Na Wspólnej (146, 147) 17.10 Player One – film s.f., USA/Indie 2018 20.00 Interstellar – film s.f., USA/Wielka Brytania/Kan. 2014 23.30 Wyzwanie dla kumpla: Idzie wiosna – komedia, USA 2023 1.40 Ciche miejsce: Dzień pierwszy – horror s.f., USA 2024, reż. Michael Sarnoski 3.45 Dziewczyny z Hollywood 3 (16) – rozr.

STOPKLATKA

- 6.00 Kabaretowe hity (4)
6.50 Wojciech Ciejrowski – boso przez świat
7.55 Robert Makłowicz (128, 207) – mag. kulin.
9.50 Wojny magazynowe: Kanada 2 (21, 22)
11.00 Aukcja w ciemno 3 (10, 11) – serial dok., USA
12.00 Katastrofy w przestworzach (2, 3, 4) – serial dok., Kan.
15.00 Zażądaj. Będzie się działo 2 (13, 14) – obycz., Pol.
17.00 Katastrofy w przestworzach (1)
18.05 Wojny magazynowe: Kanada 2 (23, 24)
19.10 Aukcja w ciemno 3 (12, 13) – serial dok., USA



20.00 3:10 do Yumy – USA
FILM 2007, reż. James Mangold
Zagrożony bankrutem farmer Dan Evans wspólnie z ochotnikami konwojuje do więzienia Bena Wade'a (Russell Crowe, zdj.). Ścigając ich kompani przestępcy, którzy planują go odbić. 160 min

- 22.40 Konwój – film
FILM sensacyjny, USA 1978, wyk. Kris Kristofferson
0.55 Kochanie, chyba cię zabiłem – czarna komedia, Polska 2014
2.55 Jestem mordercą – thriller, Polska 2016, wyk. Mirosław Haniszewski
5.35 Nie mów tak do mnie – film krótkometraż., Pol.

POLSAT 2

- 5.50 Wydarzenia
6.30 Pielegniarki (19) – serial parodokumentalny, Polska
7.30 Na ratunek 112 (1087, 1088) – paradok.
7.50 Sekrety rodziny (227-229) – paradok., Pol.
11.30 Trudne sprawy (950) – serial parodokumentalny
12.35 Więzienie (74-77) – dok.
14.30 Świat według Kiepskich (539-543) – serial komediowy, Pol.
17.00 Komisarz Mama (19) – serial kryminalny, Polska
18.00 Dlaczego ja? (1510, 1511) – serial parodokumentalny, Polska
20.00 Gliniarze (1076, 1006) – serial parodok., Pol.



22.00 Bracia (4) – Polska 2023
Małgorzata odkrywa, że Jerzy od lat prowadził podwójne życie, a jej brat pomagał mu ukrywać związek z Aleksandrą. Renata, wbrew postanowieniom, spotyka się z Adamem. 60 min

- 23.00 Ślad (32, 33) – krym., Pol.
1.00 Zdrady (149) – serial parodokumentalny, Polska
2.05 Wydarzenia
2.50 Interwencja – mag.
3.00 Ewa gotuje (467, 468) – magazyn kulinarny
4.00 SuperLudzie (8) – dok.
5.10 Drwale i inne opowieści Bieszczad (111) – serial dok., Pol.
5.30 Telezakupy TV Okazje

TVP SERIALE

- 5.55 Rodzinka.pl (183) – kom.
6.25 Na sygnale (565, 566) – serial fabularno-dokum.
7.35 Ojciec Mateusz 9 (115) – serial kryminalny, Polska
8.30 Komisarz Alex 12 (147)
9.25 Rodzinka.pl (184) – kom.
9.55 Klan (1531) – telen., Pol.
10.30 Ranczo 4 (52) – obycz.
11.20 Ojciec Mateusz 35 (457)
12.15 Felicita (19, 20) – obycz.
13.30 Ojciec Mateusz 2 (20, 21) – krym., Pol. 2009
15.30 Komisarz Alex 12 (148) – serial kryminalny, Polska
16.20 Na sygnale (567, 568) – serial fabularno-dokum.
17.25 Ranczo 5 (54, 55) – obycz.
19.30 Ojciec Mateusz 2 (22) – serial kryminalny, Polska



20.25 Komisarz Alex 26 (328) – Polska 2026
Krzysztof Partyka zostaje zastrzelony z łuku. Zespół Ganczara rozpoczyna śledztwo w środowisku miłośników gier fabularnych. Grupa, do której należał zamordowany, skrywa wiele tajemnic. 65 min

- 21.30 Ranczo 5 (56, 57) – serial obyczajowy, Polska 2011
23.25 Ojciec Mateusz 2 (23) – serial kryminalny, Polska
0.20 SOR (1, 2) – serial obycz.
1.45 Ekstradycja (4, 5) – sens.
3.50 Wojenne dziewczyny 2 (26) – serial hist., Pol. 2018
4.35 Klan (1531) – telen., Pol.
5.05 Zaraz wracam 3 (164) – serial obycz., Pol. 2026

KINO POLSKA

- 6.30 Bolek i Lolek (3, 4)
6.50 Przygody Myszy (11, 12) – serial anim.
7.15 Polska Kronika Filmowa – serial dokum.
7.40 Zwierzęta Wajraka 3 (8, 9) – serial dokum., 2022
8.45 Moja – film krótkometr.
9.00 Syn szczęścia – film krótkometrażowy, 2024
9.35 Quo vadis (1, 2-ost.) – film – dramat hist., 2001
13.10 Stara baśń – film kostiumowy, 2003
15.45 Papierowe małżeństwo – komedia obyczajowa, Polska/Wielka Brytania 1991
17.25 Cztery pancerni i pies (5, 6) – serial wojenny



20.00 Seksmisja – 1983, reż. Juliusz Machulski
Maks (Jerzy Stuhr, zdj.) i Albert (Oliger Łukasiewicz, zdj.) budzą się z hibernacji po wojnie nuklearnej. Jako ostatni meczownicy na świecie mają zostać poddani przymusowej operacji zmiany płci. 160 min

- 22.40 Co lubią tygrysy – komedia obyczajowa, 1989, wyk. Krzysztof Kowalewski
0.10 Dług – dramat sensacyjny, 1999
2.40 Obudź się – dramat obyczajowy, 2022
4.25 Pan Kleks w kosmosie (1/2) – film przygodowy, Pol./Czechosłowacja 1988

AXN

- 6.00 CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 3 (4, 5) – krym., USA/Kanada
7.35 Agenci NCIS 12 (4, 5)
9.25 Castle 2 (14, 15) – krym.
11.25 Detektyw Monk 2 (4, 5)
13.20 Agenci NCIS 12 (6, 7)
15.10 FBI: Most Wanted 3 (19, 20) – serial kryminalny
17.10 CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 10 (23) – krym., USA/Kanada
18.10 CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 11 (1) – serial kryminalny, USA/Kanada 2010, wyk. Laurence Fishburne, George Eads
19.10 Castle 2 (16, 17) – krym.
21.05 FBI 6 (12) – serial krym.



22.00 Agenci NCIS 20 (6)
Ekipa odkrywa ciało jednego z agentów NCIS. Okazuje się, że dorabiał jako haker, przekierowując środki od korporacji na cele charytatywne. Agenci proszą Kasię o udział w tajnej operacji. 60 min

- 23.00 CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 10 (23) – krym., USA/Kanada
23.45 CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 11 (1) – serial kryminalny, USA/Kanada 2010, wyk. Laurence Fishburne
0.45 Castle 2 (16, 17) – krym.
2.40 FBI 6 (12) – serial krym.
3.40 Agenci NCIS 20 (6)
4.35 FBI: Most Wanted 2 (8)

CANAL+ PREMIUM

- 7.10 Larger than Life: Złota era boysbandów – dok.
8.45 Fuks – komedia
FILM sensacyjna, Polska 1999
10.10 Łąpu capu – pr. rozr., Pol.
10.15 Być Kochaną – dramat
FILM obyczajowy, Norwegia/Szwecja 2024
12.00 Benek – komediodramat, Polska 2007
13.40 Co ukrywa Elon Musk? – film dok., Niem. 2025
15.10 Saga „Zmierzczeni” – film fantasy, USA 2010
17.10 Hollywood Buzz – mag.
17.40 Balony – film krótkometr.
18.10 Łąpu capu – pr. rozr., Pol.
18.15 Pompeje – film katastrof.
FILM Kanada/Niemcy/USA 2014



20.00 Uciekinier – Wielka Brytania/USA 2025
Ameryka rządzi medialna korporacja, a większość ludzi żyje w nędzy. Ben (Glen Powell, zdj.) bierze udział w reality show, w którym stawka jest jego życie. 130 min

- 22.10 Bracia pod ostrzałem – film sens., Kolumbia/USA/Wielka Brytania 2026
23.55 Baw się dobrze – komedia s.f., Niemcy/USA 2025
2.05 Pojedynek – thriller wojenny, Polska/Irlandia/Ukraina 2026

13 ULICA

- 8.40 Agenci NCIS: Los Angeles 14 (11, 12) – sens.
10.25 Bez śladu 4 (19, 20) – krym.
12.15 Metoda Wagnera (9)
14.15 Kobra – oddział specjalny (5, 6) – sens.
16.25 Agenci NCIS: Los Angeles 14 (13, 14) – sens.
18.15 Bez śladu 4 (21, 22) – krym.
20.00 Metoda Wagnera (10)
22.00 Królowie ulicy – thriller, USA 2008
0.15 Prawo i porządek (Toronto): Zbrodniczy zamiar (9)
1.15 Morderstwo w Ramatuelle – film kryminalny, Francja 2022
3.15 Agenci NCIS: Los Angeles 14 (12) – sens.
4.15 Kobra – oddział specjalny (3, 4) – sens.

POLSAT FILM

- 6.05 Górale (189-191) – dok.
7.30 Doktor Martin (35) – serial obycz., Wlk. Bryt.
8.30 Przyciążki (293, 294) – serial obycz., Polska 2025
10.25 Świat według Kiepskich (142, 143, 60-62, 208, 172) – serial komediowy, Polska
14.25 Zycie Pi – dramat przyg., USA/Tajwan/Wlk. Bryt. 2012
16.55 Patrz, jak kręca – kom. FILM krym., USA/Wlk. Bryt. 2022
19.00 Zabij mnie, Kochanie – kom. romant., Polska 2023
21.00 Gdzie śpiewają raki – dramat obycz., USA 2022
23.30 Egzorcysta papieża – horror, USA/Wielka Brytania/Hiszpania 2023
1.50 Ślad (73, 95, 96) – krym.
4.50 Na ratunek 112 (973, 974)

HBO

- 12.55 Ostatni strzelec – dramat
FILM biograf., Wlk. Bryt./Ir. 2023
14.35 Kung Fu Panda 4 – film anim., Chiny/USA 2024
16.10 Czas krulka – dramat
FILM obycz., Wielka Brytania 2025
17.50 Wartość sentymentalna – dramat psychologiczny, Norwegia/Niemcy/Dania 2025, wyk. Renate Reinsve
20.00 Milion sposobów, jak zginąć na Zachodzie – western kom., USA 2014
21.55 Tajemnica cmentarza dla zwierząt (1) – dok.
23.00 Morderstwa w Austin (2) – film dokumentalny, USA
0.00 Kac Vegas 3 – komedia, USA 2013
1.40 Czarne bractwo – film biograficzny, USA 2018

WARNER TV

- 6.05 Prawo Agaty 3 (8-10)
8.55 Bajer z Bel-Air 5 (18, 19)
9.55 Tropiciel (3) – serial krym.
10.25 Pionierzy na chirurgii (1) – serial obycz., USA 2013
11.25 Teraz albo nigdy! (4, 7)
12.20 Teraz albo nigdy! (1)
13.30 Bajer z Bel-Air 5 (18-21)
15.30 Pionierzy na chirurgii (2, 3) – serial obyczajowy
17.20 Raport Pelikana – film sensacyjny, USA 1993
20.10 Sok z zuka – horror komediowy, USA 1988
22.00 Pat Garrett i Billy Kid – western, USA/Meksyk 1973, wyk. James Coburn
0.20 Chłopcy z ferajny – dram. gangsterski, USA 1990
3.15 Rzekła tajemnic – dramat sensacyjny, USA 2003

ALE KINO+

- 8.55 Wolna krowa
9.30 Grantchester 10 (5, 6)
11.30 Detektyw Foyle 3 (3)
13.30 Exodus – dramat
FILM obyczajowy, Szwecja 2023
15.35 Monster – dramat psychologiczny, Jap. 2023
18.10 Detektyw Foyle 3 (4)
20.10 Bandyci – western, USA
FILM 2001, wyk. Colin Farrell
22.10 Pamięć – dramat obycz., FILM Meksyk/USA 2023
0.20 Córkę dancingu – musical, Polska 2015
2.15 Minuta ciszy (2) – obycz.
3.25 Warsaw Story – film krótkometr., Pol.
4.00 Pan młody – krótkometr.
4.25 Przybłęzieli
5.00 Kruk. Szept słycać po zmroku (2) – serial krym.

CANAL+ FILM

- 13.40 Wszyscy święci – film obyczajowy, Polska 2002
15.00 Brat – film obyczajowy, Polska 2025, wyk. Agnieszka Grochowska
16.35 Cudowne życie – komediodramat, Francja/Kanada 2025
18.15 Niania w Nowym Jorku – komedia romantyczna, USA 2007
19.55 Łąpu capu – rozr., Pol. 2026
20.00 To był zwykły przypadek – dramat obyczajowy, Iran/Francja/Luksemburg 2025
21.40 Dobry chłopiec – obycz., Polska/Wielka Brytania 2025
23.30 Bad Man – komedia sensacyjna, USA 2025
1.10 Stiller – dramat obycz., FILM Szwajcaria/Niemcy 2025

SCIFI

- 6.00 Orphan Black: Echa (6) – serial s.f., Kanada 2023
7.00 SurrealEstate (7, 8)
9.00 Izombie 2 (12, 13)
11.00 Czarodziejki 6 (18-21)
15.00 Izombie 2 (14, 15) – serial grozy, USA 2015-2016
17.00 Czarodziejki 6 (22, 23) – serial fantasy, USA 2004
19.00 Czarodziejki 7 (1, 2) – serial fantasy, USA 2004
21.00 Krwawy rejs (3, 4) – serial grozy
23.05 The Ark 2 (7, 8) – serial s.f.
1.05 Arktyczny Armagedon – film katastrof., USA 2023
3.00 Izombie 2 (12, 13) – serial grozy, USA 2015-2016
5.00 Orphan Black: Echa (6)

PARAMOUNT NETWORK

- 9.25 Policjanci grupa pościgowa 22 (8) – dok.
10.25 Pingwiny z Madagaskaru 2 (5) – serial animowany
10.55 Pokój Marvinna – dramat psychologiczny, USA 1996
13.00 Czarodziejki 6 (19, 20)
15.00 Pingwiny z Madagaskaru 2 (6) – serial animowany
15.30 Czy leci z nami pilot? – komedia, USA 1980
17.30 Pan i pani Smith – komedia sens., USA 2005
20.00 Huragan – dramat obyczajowy, USA 1999
23.10 Barbarzyńcy – horror, FILM USA/Bulgaria 2022
1.05 Fatalne zauroczenie – thriller, USA 1987

FX

- 9.00 FBI 6 (5) – serial kryminalny
10.00 Agenci NCIS (3) – sens.
10.55 CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas (19) – krym.
11.50 CSI: Kryminalne zagadki Miami (7, 8) – serial krym.
13.45 Castle (15) – serial krym.
14.40 Lucifer (12) – serial krym.
15.35 CSI: Kryminalne zagadki Miami (9, 10) – serial krym.
17.25 Z archiwum X (4, 5) – s.f.
19.15 FBI 6 (6) – serial kryminalny
20.10 CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku (8) – krym.
21.05 Zabójcze umysły (8)
22.00 Zakłamanie 2 (7) – obycz.
23.10 Dzień Niepodległości – film s.f., USA 1996
2.15 Z archiwum X (5) – s.f.

FILMBOX+ ONE

- 7.45 Agatha Christie: Kryminalne zagadki (18)
9.50 Vera 13 (3) – serial krym.
11.50 Zagadki kryminalne nowej panny Fisher (3)
12.50 Agatha Christie: Kryminalne zagadki (19)
15.00 Strażnik Teksasu (17, 18)
17.05 Vera 14 (1) – serial krym.
18.55 Poirot (4) – krym., Wlk. Bryt.
20.00 Ostatni legion – dramat historyczny, Fr./Słowacja/Wielka Brytania 2007
22.10 Missisipi w ogniu – dramat krym., USA 1988
1.00 Poltergeist – horror, FILM USA/Kanada 2015
3.00 Szczęki 4: Zemsta – thriller, USA 1987

CANAL+ SERIALE

- 9.50 Łąpu capu – rozr., Pol. 2026
9.55 ABBA. Wbrew wszystkiemu (1) – dok.
10.50 Naruto 6 (19-21) – anime
12.20 Piękna kłakwa kwietna
13.00 Cat's Eyes (1, 2) – przyg.
15.05 Agentki (3, 4) – dok., Pol.
16.45 Making of CANAL+
16.50 Captain Tsubasa (10-12)
18.05 Łąpu capu – rozr., Pol. 2026
18.15 13 posterunek 2 (13-15)
20.00 True Beauty (1) – obycz.
21.20 Lovely Runner (1) – obycz.
22.30 Wywiad z wampirem (3, 4) – serial fantasy, USA
0.10 Miłość i seks w Dubaju
1.10 Twardzielki (10) – dok.
1.45 Making of CANAL+
1.55 Sortownia (7, 8)

CANAL+ 360

- 13.00 Porzucone konstrukcje (6) – serial dok., Wlk. Bryt.
14.00 Zholowani: ciężarówki w opalach 7 (7) – dok.
15.00 Okręty wojenne (4) – dok.
16.00 Sung Kang – szybki i dociekliwy (5) – dok.
16.55 Straż graniczna USA 4 (3)
18.00 Okręty wojenne (2) – dok.
18.55 Zholowani: ciężarówki w opalach 7 (5) – dok.
19.50 Straż graniczna USA 4 (4)
21.00 Futbolowa gorączka. Bitwa o Premier League (3) – serial dok., Wlk. Bryt.
22.00 13 posterunek 2 (3, 4) – serial komediowy, Polska
23.00 Porzucone konstrukcje (7) – serial dok., Wlk. Bryt.



TLC
9.00 Wiza na miłość: dalsze losy 9 – reality show, USA
11.00 Kobiety plus size. Mroczne oblicze Pearlade – film dokum.
12.00 Niepokonani (7) – dok.
13.00 Siostry wielkiej wagi 3
15.00 Wiza na miłość: znowu do wzięcia. Między sporalami – reality show
16.00 Kilogramy zbedny skóry 3
17.00 Skórce na ratunek (3)
18.00 Wiza na miłość: dalsze losy 9 (10) – reality show
20.00 Premiera: Wspólne życie XXL 2 (6)



21.00 Premiera: Podwójne życie żon (7) – serial dok.
22.00 Premiera: Siostry wielkiej wagi 7 (3)
23.00 Pogromcy guzów
0.00 Dr Pryszczyla 5
1.00 Wspólne życie XXL 2 (6)
2.00 Podwójne życie żon (7)
3.00 Siostry wielkiej wagi 7 (3) – serial dokumentalny

POLSAT CAFÉ
6.00 Demakijaż (54, 55, 59) – program rozrywk., Pol.
7.30 Przyjaciółki (79, 80) – serial obcy, Pol. 2016
9.30 Hell's Kitchen (71, 72) – reality show, Pol. 2023
12.30 Oszukane (25, 26) – serial paradokumentalny
14.30 Bogaty dom – biedny dom (53, 54) – reality show, Polska 2020-2021
16.30 Hell's Kitchen – Piekelnia Kuchnia (59) – reality show, Pol. 2016
18.00 Nasz nowy dom (285, 286) – reality show, Polska 2023



20.00 Kolacja w ciemno (92) – pr. rozrywk., Pol. 2025
21.05 Wzięcie kobiet (27, 28) – serial dokum.
22.00 Ambulans (2) – dok., Pol.
23.00 Gry małżeńskie (140, 141) – reality show
1.05 Wzięcie kobiet (10-13) – serial dok., Pol.
3.00 Zdrady (73-75) – paradok.

TVN STYLE
5.15 Tu jest pięknie (3) – pr. rozrywk., Pol. 2017
5.45 Kuchenne rewolucje (9) – pr. rozr., Polska 2023
6.45 Love the Look (5) – magazyn poradnikowy
7.45 Dzień Dobry TVN – mag.
11.20 Poukładani 2 (2) – pr. rozrywk., Pol. 2026
12.20 Ugotowani (13) – pr. kulin., rozrywk., Polska
13.25 Kuchenne rewolucje (11, 10) – pr. rozr., Polska
15.35 Ugotowani 13 (8) – pr. kulin., rozrywk., Polska
16.40 Babski biznes (4) – pr. rozrywk., Pol. 2026



18.45 Kuchenne rewolucje (2-4) – pr. rozr., Pol. 2024
20.50 Zgłosz remont: spełniamy marzenia (1)
21.50 Jestem z Polski (1)
22.50 Hotel Paradise 13 (38)
23.45 EuroPOLKI studentki (3) – pr. rozr., Polska 2023
0.45 Odkryj niezwykłą Japonię – pr. rozr., Polska

DISCOVERY CHANNEL
6.00 Fani czterech kółek 15: Volvo Amazon 122
7.00 Jak to jest zrobione? (6)
8.00 Wybuchowy program
9.00 Gorączka złota: złoty szlak: Samorodki z Gór Skalistych
10.00 Budowa na końcu świata: Pływający zamek
11.00 Klan z Alaski
12.00 Fani czterech kółek 18 (8): Alfa Romeo GTV
13.00 Nagi instykt przetrwania: Elita
15.00 Złomowisko PL 11 (8)
16.00 Gorączka złota 16



21.00 Premiera: Gorączka złota 17 – dok., USA 2026
23.00 Premiera: Akta ekspedycji 2
0.00 Fani czterech kółek
1.00 Hot rod wg Kindiga
2.00 Eurotruckerzy (9)
3.00 Wojny starożytności (20)
4.00 Zoom na architekturę
5.00 Fani czterech kółek

TVP HISTORIA
11.15 Ex Libris – magazyn
11.40 Jerolim – budowniczości świętego miasta – dok.
12.45 Wszystkie kolory świata 3 (3)
14.00 Polskie drogi (1) – serial wojenny, Polska 1976, wyk. Karol Strasburger, Kazimierz Kaczor
15.35 Sensacje XX wieku
17.30 Wojenne dziewczyny 4 (44) – serial hist., Pol. 2021
18.20 Wzrost w ciemności – film dokumentalny, Pol.
19.15 Dyrigenci – reportaż
19.30 Flesz historii (785)



20.00 Falszerze. Powrót sfory (6) – sens., Pol. 2006
20.50 Zapomniane karty historii (3) – serial dok.
21.55 On wierzył w Polskę
22.45 Sensacje XX wieku
0.40 Encyklopedia II wojny światowej
1.15 Falszerze. Powrót sfory (6) – sens., Pol. 2006

FOKUS TV
12.00 Broń w hollywoodzkich filmach (7) – dok.
12.30 Niezwykłe megalokacje ZSRR (9) – serial dokum.
13.00 Poszukiwacze historii (4, 5)
14.00 Okręt wojenny – życie w Royal Navy (3) – dok.
15.00 Premiera: Poszukiwacze złota w Australii (5)
16.00 Dorwać tuńczyka (11, 12) – serial dok., USA
18.00 Rolnicy. Podlasie (19, 20) – serial dokum.
20.00 Galileo 34 (26) – program popularnonaukowy



21.00 Poszukiwacze historii (9-11, 1)
23.00 Premiera: Sekrety ludzkich zoo – film dok.
0.00 Starożytni kosmici (7) – serial dokumentalny
1.00 Rolnicy. Podlasie (24-27) – serial dok., Pol.
5.00 Kolowrotek (3, 4) – magazyn wędkarski

METRO
5.55 Na Wspólnej (755) – obycz.
7.25 Szpital (986-988) – paradok.
10.25 Sedzia Anna Maria Wesołowska (517, 518)
12.25 Szkoła (668) – paradok., Pol.
13.25 Brzydula (183, 184) – kom.
14.35 Drugie serce (11) – telen.
15.35 Druga szansa (4) – obycz.
16.45 The Floor – teleturniej, Pol.
18.00 Złomowisko PL 6 – dok.
19.00 Kartoteka 9 (15, 16)
21.05 Kryminalni (4, 5) – krym.
23.15 Kuba Wolejowicz
0.25 Zbrodnie z pierwszych stron gazet – serial dokum.
1.25 Szpital (950) – paradok., Pol.
2.25 Szkoła (675) – paradok., Pol.
3.25 Nowa Maja w ogrodzie 3
4.25 Szpital (949) – paradok., Pol.

ZOOM
6.00 MacGyver 7 (3, 4) – sens.
8.00 Strażnik Tekساسu 4 (15, 16)
10.00 Kobra – oddział specjalny (6, 6) – serial sens., Niemcy
12.05 Bitwa o palety 2
13.15 Wojny magazynowe: Kanada – reality show, Kan.
14.25 Wojciech Ciejrowski – bosy przez świat
16.50 Sensacje XX wieku – hist.
19.00 Kobra – oddział specjalny 24 (12, 13) – sens.
21.00 CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku (17, 18)
23.00 Magia nagości. Czechi i Słowacja – pr. rozrywk.
0.25 Magia nagości 7 – pr. rozr.
1.30 Magia nagości 4 – pr. rozr.
2.45 I love Kabaret – pr. rozr., Pol.

FOOD NETWORK
10.40 MasterChef – pr. rozrywk.
12.05 Z gruntu zdrowo – mag.
13.10 Dziecięce mistrzostwa wypieków – telet. kulin.
14.10 Dziecięce mistrzostwa wypieków: Halloween
15.10 100 kucharzy – reality show
16.15 Kuchenne rewolucje – rozr.
17.15 Upiorne ciasta
17.45 Nieprawdopodobne: Halloween – magazyn kulin.
18.40 Uczta w hotelu grozy
19.40 Pyszne miejscówki – mag.
20.40 Mistrzostwa w halloweenowych wypiekach – reality show
22.50 Posiekani – teleturniej kulin.
23.50 Kto pokona Bobby'ego Flaya – reality show

DISCOVERY SCIENCE
8.00 Autostrada spotkań z UFO
11.00 Kosmiczna mapa skarbów: Smocze kły: Wyspa skarbow – serial dokum.
13.00 Podziemne sekrety
15.00 Misja SpaceX – powrót z kosmosu – film dok., USA
17.00 The Ocean Race: Żeglarska obsesja (1) – dok.
18.00 Zwykłe rzeczy – niezwykłe wynalazki
21.00 Jak to jest zrobione?
23.00 Jak to jest zrobione – samochody marzeń 2
1.00 Misja SpaceX – powrót z kosmosu – film dok., USA
3.00 The Ocean Race: Żeglarska obsesja (1) – dok.
4.00 Podziemne sekrety

NATIONAL GEOGRAPHIC
13.00 Grecja: Miejsce pełne tajemnic
15.00 Katastrofa w przestworzach: Raport specjalny
16.00 Tajemnicze wyspy
17.00 Egipt: Miejsce pełne tajemnic: Legenda Kleopatry
18.00 Krwawe pieniądze: Tajemnicze rzadziej gospodarki (1) – film dokum.
19.00 Droga do wyzwolenia: Niemcy – serial dokumentalny
20.00 Katastrofa w przestworzach: Poza kontrolą – dok.
21.00 Superfabryki – serial dok.
22.00 Mega Metro
23.05 Katastrofy pod lupą
0.00 Katastrofa w przestworzach: Raport specjalny

BBC EARTH
12.30 Lodowe miasto: Życie na krawędzi – serial dokum.
13.35 Ekspedycja: orka (1) – dok.
14.40 W okowach mrozu 9 – dok.
15.35 Życie na pustkowiu: powroty 3 – serial dokum.
16.35 Fenomeny współczesnego życia 3 – serial dokum.
17.35 Ekspedycja: orka (1) – dok.
18.45 Lodowe miasto: Życie na krawędzi – serial dokum.
19.45 Planeta zmian 2 (2) – dok.
20.55 W okowach mrozu 12
22.55 Bezsennosc: australijska rewolucja Michaela Mosleya – serial dokum.
0.00 Bakteriofagi: szansa na życie – film dokumentalny
1.10 Ekspedycja: orka – film dok.

WP
11.00 Wariaci za kierownicą 5
12.00 Komisarz Cassandra: Zbrodnie w Alpach 9 (1)
14.00 Pokochaj lub sprzedaj Vancouver 3: Alice & Jim
16.00 Pokochaj lub sprzedaj 6
16.50 Pogoda
17.00 Niepojęte: Strefa tajemnic
18.00 Niepojęte: Strefa tajemnic 2 – serial dokum.
19.00 Makłowicz w podróży
20.00 Policjanci z sąsiedztwa 6
21.55 Pogoda
22.00 Mistrzowie Kabaretu 13
23.00 Kabaretowy śmiech grupowy – pr. rozr., Pol. 2021
0.00 Mistrzowie Kabaretu 11
1.00 Mistrzowie Kabaretu 6

NOWA TV
8.30 Więzienie – serial dokum.
9.55 Wypasiona kuchnia – rozr.
10.00 Ojciec Brown 2 (18, 19)
12.00 Śmierć pod palmami 3 (3, 4) – serial krym., Wlk. Bryt.
14.00 Świat według Kiepskich (469, 470) – serial kom., Polska
15.00 Świat według Bundy'ch 10 (214-219) – serial komediowy
18.00 Kalkiem nowe lata miodowe (10) – serial kom.
18.30 Miodowe lata (63-65)
21.00 Zdrady (89) – paradok., Pol.
22.00 Ślad (39, 40, 110) – krym., Pol.
1.00 Lokow podołków – dok.
3.00 TV okazje
3.50 Wehikuł czasu
4.00 Daleko od noszy (132, 133)

HGTV HOME & GARDEN
12.55 Nowe życie w starym domu 7 – program rozrywk.
13.55 Odlotowy ogród – mag.
14.25 Dobre zrobione w domu
14.35 Mieszkanie na miarę
16.35 Polowanie na ogród 8
18.15 Weekendowa metamorfoza – pr. rozrywk.
20.05 Dorota was urządził! – rozr.
21.35 Poukładani 2 – pr. rozrywk.
22.30 House Hunters – Poszukiwacze domów 7 – program rozrywkowy
0.00 House Hunters – Poszukiwacze domów 8 – program rozrywkowy
0.35 Poszukiwacze domów: Australia – serial dokum.

TRAVEL CHANNEL
6.00 Nowe życie w Meksyku
8.05 Kobieta na krańcu świata – serial dokumentalny
10.25 Niezwykłe Stany Prokopa
14.35 Wzrost kontra jedzenie
15.10 Kobieta na krańcu świata – serial dokumentalny
17.30 Rodzina na camping – serial dokumentalny
19.30 Ciężarówka przez Stany – program rozrywkowy
21.50 Górskie potwory – dok.
23.55 Kobieta na krańcu świata – serial dokumentalny
1.40 Niezwykłe Stany Prokopa – program rozrywkowy
3.40 Rodzina na camping – serial dokumentalny

NATIONAL GEOGRAPHIC WILD
8.00 Planeta ptaków – film dok.
9.00 Niezwykły dr Pol
12.00 Królestwo drapieżników
13.00 Olsniwająca Ameryka
14.00 Dorastanie w świecie zwierząt: Małe licoony – dok.
15.00 Jak przeżyć na Alasce
16.00 Olsniwająca Ameryka
17.00 Planeta słoń – film dokum.
18.00 Tajemnice dzikiej Azji
19.00 Stworzone, by przetrwać
20.00 Niezwykłe życie 3
21.00 Niezwykły dr Pol
2.00 Olsniwająca Ameryka
3.00 Dorastanie w świecie zwierząt: Małe licoony – dok.
4.00 Jak przeżyć na Alasce
5.00 Olsniwająca Ameryka

POLSAT VIASAT HISTORY
12.05 II wojna światowa: cena imperium: Tysiąc słońc
13.10 Hitler i jego władza
16.30 1945: dni, które zmieniły świat: Koniec Trzeciej Rzeszy
17.35 Człowiek: najważniejsza broń II wojny światowej
18.45 Najważniejsze wydarzenia II wojny światowej w kolorze
19.50 Czarna śmierć: pacjent zero – serial dokumentalny
21.00 Tajne bazy nazistów 4
22.10 Starożytność Pompej – tajemnicze Oplontis – dok.
23.15 Należać: korzenie zła
0.10 II wojna światowa: cena imperium: Tysiąc słońc

CANAL+ KUCHNIA
14.40 ABC gotowania – kuchnia meksykańska – mag. kulin.
15.45 Kucharskiego pomysłu na kuchnię – mag.
16.45 Jamie Oliver: 5 składników – mag. kulin.
17.45 Jamie Oliver nad Morzem Śródziemnym – serial dok.
18.40 Włoskie życie Sophie Grigson – serial dokum.
19.45 Jakubiak boryczy się z Malte
20.40 Poza Bali: podróż do serca Indonezji – serial dokum.
21.20 Ziemia, ogień i smak – dok.
22.10 Kolacja z Gavinem Rossdale'em – serial dok.

CANAL+ DOMO
12.10 Wielkie projekty 21 – dok.
13.05 Generalna odbudowa
14.05 Po pierwsze: lokalizacja!
15.00 Po pierwsze: lokalizacja! – Nowa Zelandia – dok.
16.00 Tomasz Pagowski. Remont u Ciebie 10 – mag.
17.00 Adres: rezydencje marzeń – serial dokumentalny
18.00 Ucieczka na wies 23 – dok.
19.00 Wielkie projekty 21 – dok.
20.00 Daleko od miasta 15 – dok.
21.00 Po pierwsze: lokalizacja! – Nowa Zelandia – dok.
22.00 Monty Don – ogrody nad Renem – serial dokum.

SUPER POLSAT
10.30 SuperLudzie
11.25 Świat według Kiepskich (442-444, 353) – serial kom.
13.25 Farma – reality show, Polska
14.25 Hell's Kitchen – Piekelnia Kuchnia – reality show, Pol.
16.15 Ninja Warrior Polska
18.15 Świat według Kiepskich (460, 461, 579) – serial kom.
20.00 Złomiarze – serial dokum.
21.00 Lot skazanych – film
FILM sensacyjny, USA 1997
23.20 Ktoś całkiem obcy
FILM – thriller, USA 2007
1.35 Świat według Kiepskich (371-374) – serial kom., Polska

TVP KOBIECI
14.00 Gwiazdorska kuchnia Ani 2 – magazyn kulinarny
14.30 Operacja zdrowie – mag.
15.00 Rodzinka.pl (111) – kom.
15.30 Ojciec Mateusz 18 (233, 234) – serial kryminalny
17.25 Podróż z Agatą Christie i sir Davidem Suchetem: Hawaje – serial dokumentalny
18.30 Zona dla Polaka. Toronto
19.30 Panna młoda (32) – obycz.
20.30 Złoty chłopak (259) – obycz.
21.30 La Promesa – pałac tajemnic (350) – serial obycz.
22.30 Czysta nocna – horror, Polska 2024, wyk. Maciej Damiecki

PLANETE+
12.30 Niezwykłe podróże koleją 6: Poludniowe Włochy
13.40 Jak budowano Watykan. Kraj świętego miasta
14.45 Krąprazby świata – dok.
15.50 360° Świat bez granic 11
16.55 Świat z góry – serial dokum.
17.55 Dokąd dzisiaj? 4 – dok.
18.35 Jak oligarchowie korumpują Zachód – dok.
19.45 Oceń tego sprzedawcę. Terror pięciu gwiazdek – film dokumentalny
20.50 Wielka rewolucja RNA
22.00 Pułapki ludzkiego mózgu (1) – film dokumentalny

TVP DOKUMENT
16.05 Szczepionki i ludzie – dok.
17.05 Podróż z Agatą Christie i sir Davidem Suchetem
18.05 Sanatorium miłości 8
19.05 Sztuka walki Zbigniewa Herberta – film dokum., Pol.
20.10 Mumie Egiptu. W poszukiwaniu nieśmiertelności
21.10 Warszawa: Miasto podzielone – film dok., Pol.
22.30 Barbara Włodarczyk zaprasza – magazyn
22.35 Kim Jo Dzong. Czerwona księżniczka – film dok., Fr.
23.40 Miasto gniewu – serial dok.

TVP SPORT 8.15 Piłka nożna: STS Puchar Polski: Lechia Gdańsk – Jagiellonia Białystok 10.20 Piłka nożna: Puchar Niemiec – 2. runda: Bayern – 1. FC Magdeburg 12.25 Piłka nożna: STS PP: Avia Świdnik – Radomiak (live) 14.40 Lekkoatletyka: Maraton we Frankfurcie 15.30 Niezwykłe historie Białe-Czerwonych 16.00 Piłka nożna kobiet: Mistrzostwa Świata U-20 – Polska 2026 – podsumowanie 16.45 Kamera TVP Sport	EUROSPORT 1 8.30 Snooker: Shenzhen Open – mecz finałowy: Wu Yize – Yuan Sijun 10.30 Kolarstwo: Wyścig Liege-Bastogne-Liege 12.30 Snooker: Shenzhen Open – mecz finałowy: Wu Yize – Yuan Sijun 14.00 Curling: Mistrzostwa Europy – Ostrawa 2026: Niemcy – Szkocja (live) 17.00 Curling: Mistrzostwa Europy – Ostrawa 2026: Niemcy – Holandia 19.00 Wspinaczka: Zawody World Series w Guiyang – speed par – finały	POLSAT SPORT 1 6.00 Siatkówka kobiet: TAURON Liga Kobiet: Budowlani – Radomka 8.30 Siatkówka mężczyzn: TAURON Liga – mecz: PGE GieK Skra Bełchatów – GKS Katowice 11.00 Siatkówka mężczyzn: TAURON Liga – mecz: PGE Projekt Warszawa – Warta 14.00 Tenis: Turniej ATP w Bazylei – 2. runda (live) 16.00 Tenis: Turniej ATP w Bazylei – 2. runda (live) 17.20 Siatkówka mężczyzn: TAURON Liga – mecz: AZS Olsztyn – ZAKSA (live)	TVP ABC 10.45 Reksio 11.05 Pajak Lucas 2 11.35 Pszczółka Maja 12.30 Strażak Sam 10 12.25 Domisie 13.00 Szkoła z Kleksem Bystrzakiem 13.20 Oktonauci 13.50 Opowiadania z piaskownicy 14.05 Nawet nie wiesz, jak bardzo Cię Kocham 14.35 Bązgrolinka 14.45 Oli i Luna 15.15 Al-chemik 15.35 Lassie i przyjaciele 16.05 Ricky Zoom	MINIMINI+ 5.05 Bardzo male stworzonka 6.10 Dora poznaje świat 7 7.33 Kicia Kocia 8.30 Cloudy & Stormy 9.05 Bing 10.00 Pszczółka Maja 2 11.25 Baczne oczka 11.55 Marta mówi 12.50 Moje urodziny 12.59 Marta mówi 14.00 Basia 2 15.10 Kicia Kocia 2 15.55 44 Koty 17.20 Staś i fajna Babcia 17.50 Moje urodziny 17.57 Staś i fajna Babcia	TVN 24 7.00 Serwis informacyjny, Prognoza pogody 7.30 Rozmowa Piaseckiego 8.00 Serwis informacyjny, Prognoza pogody 10.00 Serwis informacyjny, Prognoza pogody 11.00 Serwis informacyjny, Prognoza pogody 12.00 Serwis informacyjny, Prognoza pogody 14.00 Serwis informacyjny, Prognoza pogody 15.00 15 na żywo – mag. inf. 16.00 Fakty po południu 18.00 Tak jest – pr. publicyst. 19.15 Serwis informacyjny
17.25 Piłka nożna: STS Puchar Polski: Polonia Warszawa – Korona Kielce (live) 20.25 Piłka nożna: STS Puchar Polski – mecz 2. rundy: Odra Opole – Śląsk (live) 23.00 Sportowy wieczór 23.30 Piłka nożna kobiet: Liga Mistrzyń UEFA – mecz: HB Koge – FC Barcelona	20.00 Snooker: Shenzhen Open – mecz finałowy: Wu Yize – Yuan Sijun 21.00 Jeździectwo: Zawody PS w Waszyngtonie 22.00 Curling: ME – Ostrawa 2026: Niemcy – Szkocja 0.00 Snooker: Shenzhen Open – mecz finałowy: Wu Yize – Yuan Sijun	20.20 Siatkówka mężczyzn: TAURON Liga – mecz: Resovia – Energa Trefl Gdańsk (live) 23.00 Siatkówka mężczyzn: TAURON Liga – mecz: PGE Projekt Warszawa – Aluron CMC Warta Zawiercie 1.00 Boks	16.35 44 Koty 17.05 Dino Ranczo 17.30 Super Wings 18.00 Underdog 18.30 The Garfield Show 19.00 Dolina Muminków 3 19.20 Sir Mysz 19.35 Tylicki 19.50 Czytanie przed snaniem	18.15 Sylvanian Families 18.40 Dora poznaje świat 7 19.35 Kicia Kocia 2 20.25 Mały Charlie 21.36 Zouk 22.04 Trojaczki 22.45 Polly Pocket 6 23.24 Przyjaciel pies 0.17 Szmakowe Królestwo 0.43 Dziny Lew Eryk 5	19.30 Fakty po Faktach 20.00 Kropka nad i – pr. publ. 20.30 Czarne na białym 21.00 Polska i świat 22.00 Szkoła kontaktowe 23.00 Dzień po dniu 0.25 Biznes – pr. publicyst. 0.45 Fakty po Faktach 1.20 Kropka nad i – pr. publ. 1.50 Tak jest – pr. publicyst.
CANAL+ SPORT 11.20 Piłka nożna: PKO BP Ekstraklasa: Śląsk – Włoczek 13.45 Premier League Stories (10) 14.20 Hala LaLiga 15.45 Piłka nożna: Liga hiszpańska – mecz: Celta Vigo – Betis 18.00 Turbokozak (5) 19.15 Premier League Stories (10) 20.00 Premier League: The Big Interview (11) 20.30 LaLiga Show 21.00 Jej Wysokość Premier League 22.45 Hala LaLiga 0.15 Turbokozak (5) 1.20 Premier League: The Big Interview (11)	EUROSPORT 2 12.30 Kolarstwo: Wyścig Paryż-Roubaix 14.30 FIA World Endurance Championship: Wyścig Lone Star Le Mans 16.30 Kolarstwo: Wyścig Paryż-Roubaix 18.00 Snooker: Shenzhen Open 20.00 Wspinaczka: Zawody World Series w Chongqing – speed par mieszanych – finały 21.00 Golf: VidantaWorld Mexico Open – 1. runda (live) 0.00 Wspinaczka: Zawody World Series w Chongqing – speed par mieszanych – finały 1.00 Wspinaczka: Zawody World Series w Chongqing – speed par – finały	POLSAT SPORT 2 6.00 Piłka ręczna mężczyzn: LM – mecz: Wisła Płock – Nantes 8.30 Koszykówka mężczyzn: EuroCup – mecz: WKS Śląsk Wrocław – Tofas Bursa 11.00 Piłka ręczna mężczyzn: LM: Industria Kielce – Kolstad 13.30 Tenis: Turniej ATP w Wiedniu – mecz 2. rundy gry pojedynczej (live) 15.30 Tenis: Turniej ATP w Wiedniu – mecz 2. rundy (live) 17.30 Tenis: Turniej ATP w Bazylei – mecz 2. rundy (live) 20.00 Tenis: Turniej ATP w Bazylei – mecz 2. rundy (live) 23.00 Piłka ręczna mężczyzn: LM – mecz: Wisła Płock – Nantes 1.00 Sporty walki: FEN	NICKELODEON 8.10 SpongeBob Kanciastopory 9 8.40 Harmidom 8 9.10 Harmidom 9 9.40 Harmidom 2 10.05 SpongeBob Kanciastopory 12 10.35 SpongeBob Kanciastopory 13 11.00 SpongeBob Kanciastopory 10 11.30 SpongeBob Kanciastopory 11 11.50 Grzmotomocni: Tajniacy 12.20 Niebezpieczny Oddział 2 12.50 Niebezpieczny Henryk 5 13.20 SpongeBob Kanciastopory 10 14.20 Harmidom 2	TELETOON+ 8.19 Kumble z dżungli – na ratunek! 8.45 Gadający Tom i przyjaciele 3 9.22 Było sobie życie 9.51 Ki i Hi w Królestwie Pandy 10.12 Angelo rzadzi 10.51 Siostro 2 11.25 Polly Pocket 6 12.18 Charlotte i trzy muszkieterki 12.47 Kumble z dżungli na ratunek! 3 13.14 Kumble z dżungli – na ratunek! 13.40 Polly Pocket 6 14.23 Dinuś i Lusja 14.50 Siostro 3 15.20 Polly Pocket 6	TVP info_ TVP INFO 15.30 Serwis Info Dzień 15.45 Panorama 16.00 Dzień w godzinie 17.00 Teleexpress 17.15 Teleexpress Extra 17.35 Panorama 17.42 Wykrywacz kłamstw 18.00 Panorama 18.30 Kontrapunkt 19.30 Program informacyjny 19.30 20.18 Niebezpieczne związki 21.00 Kwiatki polskie 21.45 Panorama 22.10 Oko na świat 22.30 Program informacyjny 19.30 22.45 112. Magazyn kryminalny 23.00 Wydarzy się jutro
CANAL+ SPORT 2 9.00 Tenis: Turniej WTA w Tokio – mecz 2. rundy (live) 11.15 Tenis: Turniej WTA w Tokio – mecz 2. rundy 13.30 Tenis: Turniej WTA w Tokio – mecz 2. rundy 15.45 Tenis: Turniej WTA w Tokio – mecz 2. rundy 18.00 Tenis: Turniej WTA w Tokio – mecz 2. rundy 20.15 Tenis: Turniej WTA w Tokio – mecz 2. rundy 22.30 Tenis: Turniej WTA w Tokio – mecz 2. rundy 0.45 8 wspaniałych (2) 2.30 Tenis: Turniej WTA w Tokio – mecz ćwierćfinałowy gry pojedynczej (live)	ELEVEN SPORTS 1 11.00 Podróż do świata Calcio 11.35 Najlepsze gole Borussia Dortmund 12.00 Piłka nożna: Liga portugalska – mecz: CD Santa Clara – SL Benfica 14.00 Formula 1: Grand Prix USA 16.00 Piłka nożna: Liga włoska – mecz: Genoa CFC – Juventus 17.55 Bundesliga Weekly (10) 18.25 Piłka nożna: Liga włoska – mecz: Frosinone Calcio – US Lecce (live) 20.40 Piłka nożna: Liga włoska: Fiorentina – Atalanta BC (live) 22.50 Ligue 1 Preview (9) 23.25 Full Impact Serie A (8) 0.00 Historie Serie A	POLSAT SPORT 3 8.30 Tenis: Turniej ATP w Wiedniu – mecz 2. rundy 11.00 Łyżwiarstwo figurowe: Grand Prix Francji 13.00 Piłka ręczna mężczyzn: LM – mecz: Wisła Płock – Nantes 14.00 Curling: Mistrzostwa Europy – Ostrawa 2026 – mecz: Polska – Hiszpania (live) 17.00 Łyżwiarstwo figurowe: Grand Prix Francji 18.35 Piłka ręczna mężczyzn: LM – mecz: GOG – Sporting (live) 20.35 Piłka ręczna mężczyzn: LM – mecz: Aarhus – Barca (live) 23.00 Tenis: Turniej ATP w Bazylei – mecz 2. rundy 1.00 Sporty walki: Babilon MMA	NICK JR. 8.20 Wszyscy razem, śladem Blue! 2 8.50 Barabapapa i jego rodzinka 9.20 Barabapapa i jego rodzinka 2 9.40 Pan Krokodyl 2 10.35 Świnka Peppa 8 10.50 Santiago z móż 11.15 Dora 4 11.45 Zwierzęce zagadki 12.20 Rubble i jego ekipa 3 12.50 Psi Patrol 7 13.40 Świnka Peppa 3 14.35 Barabapapa i jego rodzinka 14.55 Barabapapa – szczęśliwa rodzinka 14.45 Barabapapa i jego rodzinka 2	DISNEY JUNIOR 8.00 Spidey i superkumple 4 8.30 Jej Wysokość Zosia: Królewską Szkoła Magii 9.00 Klub Myszki Miki Plus 10.00 Blue 2 11.00 Jej Wysokość Zosia: Królewską Szkoła Magii 11.30 Psia Brygada 3 12.00 Spidey i superkumple 4 12.30 Blue 13.00 Klub Myszki Miki Plus 14.00 Superkoty 3 14.30 Jej Wysokość Zosia: Królewską Szkoła Magii 15.00 Iron Man i super ekipa 15.30 Spidey i superkumple 4 16.00 Blue 2 17.00 Klub Myszki Miki Plus	POLSAT NEWS 10.00 W rytmie dnia 12.50 Wydarzenia 12:50 13.30 W rytmie dnia 15.30 Sport 15.50 Wydarzenia 15:50 16.30 Punkt widzenia Jankowskiego 18.00 Punkt widzenia Szubartowicza 19.15 Gość „Wydarzeń” 19.50 Debaty Gozdry 21.50 Wydarzenia wieczorne 22.30 Dzień na świecie 23.30 Obraz dnia 0.00 Punkt widzenia Jankowskiego 1.25 Punkt widzenia Szubartowicza
CANAL+ SPORTS 11.15 Premier League Stories (10) 11.55 1 na 1 Extra 12.45 Wysoki Pressing 14.30 Piłka nożna: PKO BP Ekstraklasa: Legia – Lech 17.00 Żużel: Metalikas 2. Ekstraliga 20.00 Żużel: PGE Ekstraliga: Unia Leszno – Gezet Stal Gorzów 22.50 Premier League Stories (10) 23.25 Premier League: The Big Interview (11) 0.00 Piłka nożna: PKO BP Ekstraklasa – mecz: Pogoń Szczecin – Radomiak Radom	ELEVEN SPORTS 2 12.00 Piłka nożna: Puchar Niemiec – mecz 2. rundy: Bayer 04 Leverkusen – 1. FC Nürnberg 14.00 Piłka nożna: Liga włoska – mecz: Milan – Bologna FC 16.00 Piłka nożna: Puchar Niemiec – 2. runda: Bayern – 1. FC Magdeburg 18.00 Formula 1: Grand Prix USA 20.00 Piłka nożna: Liga włoska: Venezia FC – Inter Mediolan 22.00 Full Impact Serie A (8) 22.40 Bundesliga Weekly (10) 23.20 Ligue 1 Show (9) 0.00 Piłka nożna: Liga francuska – mecz: Monaco – Lille OSC	POLSAT PLAY 9.05 Wojny magazynowe 15 10.05 Gwiazdy lombardu 11.00 Hardkorowy lombard 14.00 Polacy za granicą 16.00 Złomiarze 18.05 Poszukiwane historie 20.05 Drwale i inne opowieści Bieszczadu 22.00 Górale 22.30 Rolnicy – Tak się żyje u nas na wsi 23.00 Polacy za granicą 0.10 Łowca pedofili 1.10 Wzięcie 2.05 Złomiarze 3.10 Starożytni kosmici	TVN TURBO 12.15 Naprawy nie do naprawy 13.00 Zawodowi handlarze 14.30 Wojny samochodowe 16.30 Jeździć, obserwować 18.00 Raport Turbo 18.15 Duda kontra Szafranski 19.00 Ciężarówka przez pół świata 20.00 Co tu się odejchało? 20.30 Uwaga! Oszust: Szciana z ogłoszenia 21.00 Kupione, zrobione, sprzedane 22.00 Raport Turbo 22.15 Jeździć, obserwować 23.00 Wojny samochodowe	TVP 17.50 Doktor z alpejskiej wioski – nowy rozdział 18.50 Doktor Kleist – lekarz rodzinny 19.50 Kino TVS: Rosamunde Pilcher: Dziedzictwo miłości – melodramat, Niemcy 2007, reż. Dieter Kehler 21.50 Kino TVS: Rosamunde Pilcher: Mgła nad zamkiem Kilrush – melodramat, Niemcy/Austria 2007 23.35 Doktor z alpejskiej wioski – nowy rozdział	TV TRWAM 18.05 Informacje dnia 18.15 Rozmowy niedokończone 19.25 Rodzinny Ogród 20.00 „Zoolożyciel „Królestwo Stworzenia” 20.00 Informacje dnia 20.20 Rozdanie 20.50 Głos Polski 21.00 Apel Jasnowojski 21.20 Informacje dnia 21.40 Polski punkt widzenia 22.00 Głos serca 22.45 Opowiedzieć tak! 23.00 „Fakty i komentarze o Janie Pawle II – film dokumentalny, Polska 2024

Najlepszy czas na peeling to wieczór, bo przez noc cera ma czas na regenerację i ukojenie ewentualnych podrażnień.

I ZMĘCZENIE ZNIKA Z TWARZY...

Peeling odświeża cerę

Poszarzały koloryt, oznaki stresu i zmęczenia? Umiejętne złuszczenie naskórka pomoże przywrócić skórze promienny wygląd. Tylko potraktuj ją bardzo delikatnie.

Z wiekiem naturalny proces złuszczenia naskórka wydłuża się. Wtedy warto go kontrolować i regularnie stosować peelingi. Odblokowują pory, oczyszczają skórę i przywracają jej blask.

Postaw na umiar

• Złuszczenie pomaga skórze, ale pod warunkiem, że nie przesadzisz z częstotliwością zabiegów. Potrzebny jest tu umiar, ponieważ zbyt intensywne ścieranie naskórka może osłabić mechanizmy

obronne cery, wystawić ją na ryzyko podrażnień, m.in. na odwodnienie.

• Oczyszczanie peelin-
giem warto wykonywać np. raz w tygodniu. Ważne jest też dopasowanie kosmetyku do typu cery.

Wypróbuj enzymy

• Popularne peelin-
gi z drobinami mogą niepotrzebnie naruszyć naskórek i go podrażnić, zwłaszcza gdy cera jest sucha, dojrzała, wrażliwa lub z wypryskami. A poza tym skóra nie przepada

za mechanicznym złuszczeniem. Dlatego dobrym rozwiązaniem są peelingi oparte na złuszczających enzymach.

• Enzymy (np. papaina, bromelaina czy aktynidyna) są bezpieczne i polecane do większości typów cery. Delikatnie rozpuszczają martwe komórki naskórka. Kosmetyk wystarczy nałożyć na twarz, omijając okolice oczu i ust, i zmyć po kilku minutach. Zwykle nie trzeba go rozmasowywać, co doceni skóra wrażliwa oraz naczynkowa.

Pokochaj kwasy

• Koją się z mocnymi zabiegami w gabinecie, ale preparaty do domowych kuracji zawierają kwasy w dużo niższych stężeniach. Stosuje się je w kuracji według zaleceń producenta.

• Kwasy (np. migdałowy, glikolowy, laktobionowy lub ich miksy) działają głęboko. Nie tylko złuszczają, ale też nawilżają i pobudzają produkcję kolagenu. Dzięki temu skóra staje się gładka i jędrniejsza. Peelingi kwasowe dobieraj do typu cery.



CZAS NA GLINKĘ

Dobrze zbiera zanieczyszczenia i odświeża cerę. Do skóry tłustej wybierz glinę zieloną, a do wrażliwej, suchej i dojrzałej – białą lub różową. Rozrób ją przegotowaną wodą lub hydrolatem i nie pozwól jej całkowicie zaschnąć.

NA PÓŁCE

Pod powiekę

Płatki pod oczy Lift Up Skin, Kimoco, działają liftingująco i intensywnie pielęgnują. Formuła z kolagenem i kompleksem hialuronowym poprawia wygląd delikatnej skóry.

• ok. 12 zł (2 szt.)

Superwsparcie

Peptydowa kuracja do włosów Efekt Push Up, Tołpa, zawiera kompleks protein zwiększający objętość pasm. Odżywia je i wzmacnia, tak że wyglądają jakby ich było więcej.

• ok. 35 zł (100 ml)

Siła ukojenia

Głęboko nawilżający krem-maska Hydro Care, Bandi, sprawdzi się i jako maska i jako całonocny krem. Dla cery wymagającej intensywnego nawilżenia oraz ukojenia.

• ok. 69 zł (50 ml)

Dla wygładzenia

Szampon wygładzający Sleek & Shine, Garnier Fructis, dyscyplinuje włosy niesforne i puszące się. Nadaje pasmom miękkość, gładkość i intensywny blask.

• ok. 18 zł (400 ml)

Odżywczy peeling

Peeling cukrowo-olejowy Marula, Isana, działa jak wygładzający rytuał piękna. Delikatnie usuwa martwy naskórek i pozostawia wrażenie miękkiej skóry. Wegański.

• ok. 17 zł (230 g)



Jak dbamy o siebie?

„W kobiecym interesie: 4 pokolenia Polek o zdrowiu kobiet i dbaniu o siebie” – tak nazywa się najnowszy raport Gedeon Richter poświęcony kobiecemu zdrowiu. Co pokazały badania przeprowadzone we wrześniu tego roku?

- Aż 49 proc. Polek przyznaje, że często odkłada siebie i swoje potrzeby, również te zdrowotne, na później.

- Jednocześnie przyznajemy, że naszą główną motywacją do dbania o zdrowie staje się chęć zachowania sprawności, samodzielności i niezależności (51 proc.).

- Na nasze obecne podejście do profilaktyki zdrowotnej mają duży wpływ doświadczenia wyniesione z rodzinnego domu (choć go nie przesądzają). Jeśli nasza mama lub opiekunka regularnie chodziła np. do gineko-

loga, i my będziemy skłonne o tym pamiętać.

- W kobiecym podejściu do zdrowia intymnego zaszła zmiana pokoleniowa. Dawniej powodem pierwszej wizyty u ginekologa była zwykle planowana lub występująca ciąża. Dziś jest nim najczęściej profilaktyka.

- Niemal połowa Polek poleca sobie lekarzy lub miejsca badań.

- Niestety, nie wszystkie kobiety regularnie odwiedzają gabinet ginekologiczny. Ponad 67 proc. badanych było u ginekologa w ciągu ostatnich dwóch lat, ale prawie 18 proc. ma za sobą ponad trzyletnią przerwę od ostatniej wizyty, a prawie 3 proc. nie było u ginekologa nigdy.

- Cały raport z badania znajdziesz na stronie:

WWW.ZDROWA-ONA.PL

Najczęściej z wizyt ginekologicznych i badań korzystają kobiety w wieku 30–59 lat.



REKLAMA

Życie jest **pełne chwil**, które potrafią zapierać dech w piersiach. **Pneumokokowe zapalenie płuc** nie powinno być jedną z nich.

Pfizer Polska Sp. z o.o. ul. Żwirki i Wigury 16B, 02-092 Warszawa, Kapitał zakładowy 33.860.000 zł. KRS 0000022310 Sąd Rejonowy dla m.st. Warszawy. NIP 5213115586. BDO 000189470.

Masz 65 lat lub więcej?

Ochrona przed **pneumokokowym zapaleniem płuc** to coś więcej niż ochrona przed infekcją.^{1,3}

Mniej hospitalizacji. Większa sprawność. Mniej powikłań.^{1,3*}

To także **troska o zdrowie, samodzielność**

i codzienne życie na dłużej.^{*2,4}

Porozmawiaj z lekarzem lub farmaceutą o szczepieniu przeciw pneumokokom.

Zaszczep się już dziś!

Dowiedz się więcej na
www.pneumokokowezapaleniepluc.pl



* Korzyści odnoszą się do obserwowanego zmniejszenia ryzyka wybranych zdarzeń chorobowych oraz ich następstw, które mogą wpływać na funkcjonowanie pacjenta.

- Centers for Disease Control and Prevention (CDC). Pneumococcal Disease Symptoms and Complications. Aktualizacja: 25.02.2026. Dostęp: 18.09.2026. <https://www.cdc.gov/pneumococcal/signs-symptoms/index.html>
- Restrepo MI, Reyes LF. Pneumonia as a cardiovascular disease. *Respirology*. 2018;23(3):250-259. doi:10.1111/resp.13233. PMID:29325222. Dostęp: 18.09.2026. <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/29325222/>
- Dulfer EA, Serbée MJV, Dirkx KKT, Schaars CF, Wertheim HFL, de Jonge MI, Cremers AJH. Cardiovascular events after invasive pneumococcal disease: a retrospective cohort study. *International Journal of Infectious Diseases*. 2024;147:107185. doi:10.1016/j.ijid.2024.107185. Dostęp: 18.09.2026. [https://www.ijidonline.com/article/S1201-9712\(24\)00256-X/fulltext](https://www.ijidonline.com/article/S1201-9712(24)00256-X/fulltext)
- Huang M, Romdhani H, Xie J, Song Y, Lee S, Liu D, Elbasha E, Mohanty S, Rowen D, Kelly MS. P-654. Health-related Quality of Life Associated with Pneumococcal Disease – A Global Targeted Literature Review and Meta-Analysis. *Open Forum Infectious Diseases*. 2025;12(Suppl 1):ofae631.851. doi:10.1093/ofid/ofae631.851. Dostęp: 18.09.2026. https://academic.oup.com/ofid/article/12/Supplement_1/ofae631.851/7987829

JAK DOBRZE WIEDZIEĆ, ŻE...

Poranne rytuały wydłużają życie

Jaki ranek, taki cały dzień – głosi porzekadło. Pewne nawyki mogą dodać wigoru, poprawić samopoczucie i... zapewnić dłuższe życie!

Sposób, w jaki rozpoczynamy dzień, ma wpływ na zdrowie i samopoczucie. Ale nie tylko. Naukowcy zauważają, że odpowiednie poranne nawyki mogą wydłużyć życie nawet o ponad 20 lat. Pomagają w regulowaniu rytmu dobowego, cyklu snu i czuwania, a tym samym wpływają na działanie hormonów i metabolizm w ciągu dnia.

Jeszcze w łóżku

- Warto budzić się o tej samej porze każdego dnia.

To konkretny sygnał dla organizmu, że skończył się sen i czas na działanie. Według naukowców dla lepszego funkcjonowania układu krążenia, trawienia, a także radzenia sobie ze stresem w ciągu dnia ważne jest nie tylko to, ile godzin się śpi, ale też regularne godziny kładzenia się spać i wstawania rano.

Tuż po wstaniu

- Po nocy organizm jest odwodniony, potrzebuje uzupełnienia płynów. Szklanka wody wypijana

na czczo uzupełni te braki. Następnie 5–10 minut porannej gimnastyki pobudzi krążenie, doda energii. Wystarczy kilka prostych ćwiczeń: skrętów tułowia, skłonów, krążeń biodrami, ramionami, przysiadów.

Pierwsza godzina

- Zacznij od ścielenia łóżka. Zdaniem naukowców to drobne zadanie porządkuje domowe otoczenie i daje poczucie spełnienia już na początku dnia. Myjąc zęby, uśmiechnij się do siebie w lustrze

Przeciąganie się działa jak stretching, a gdy jest się rozluźnionym łatwiej wstać z łóżka.



ŚNIADANIE

To paliwo na resztę dnia, wspiera też metabolizm i koncentrację, sprzyja lepszej kontroli masy ciała i parametrów zdrowotnych. Najlepiej zjeść je w ciągu godziny od przebudzenia. Dobry skład to: pełne ziarna + białko + nabiał (opcjonalnie) + warzywa/owoce.

– warto rozpoczynać dzień od „wyprodukowania” hormonów szczęścia. Nawet jeśli zrobisz to na siłę, efekt będzie pozytywny.

Ćwiczenie somatyczne

- Wykonuj je co rano. Polega na rytmicznym opukiwaniu kolejnych partii ciała (klatki piersiowej, ramion, tułowia, nogi aż do stóp) luźno zaciśniętą pięścią. Taka praktyka poprawia napięcie nerwu błędnego, pomaga pozbyć się zmęczenia, zwiększa odporność na stres.

NA PÓŁCE

Na odporność

Immunofort to wieloskładnikowy lek ziołowy, który wzmacnia odporność organizmu. Wskazany jest szczególnie dla osób ze skłonnością do infekcji górnych dróg oddechowych.



• ok. 15 zł (125 g)

Włosy gęste i pełne vitalności

Odpowiednie dawki składników (takich jak aminokwasy, biotyna, cynk, krzem) w Nawłosa nie wspierają dobrą kondycję włosów i skóry głowy, odpowiedzialnej za osadzenie cebulek włosowych.



• ok. 20 zł (30 szt.)

Dobre dla gardła

Cukierki Czarny Bez firmy Reutter z ekstraktem i koncentratem czarnego bzu i witaminą C – smaczna profilaktyka spadku odporności organizmu i infekcji gardła.



Dostępne w aptekach i zielarniach.

• ok. 11 zł (50 g)

Przy hemoroidach

Szukasz naturalnego ratunku na hemoroidy? Wypróbuj nowość Procto-Zac Herbal. To innowacyjna receptura kremu łącząca polifenole z oliwek, dziurawiec i ekstrakt z kasztanowca.



• ok. 32 zł (50 ml)

Cukier poszybował w górę?

Zuccarin zmniejsza wchłanianie węglowodanów. Zawarty w tabletkach ekstrakt z liści morwy białej pomaga utrzymać w normie poziom cukru we krwi a chroń dba o stężenie tłuszczów.



• ok. 66 zł (60 tabl.)

Czupryna pod czapką

Dni coraz zimniejsze, na naszych głowach pojawiają się czapki. Wbrew pozorom, ich noszenie nie powoduje łysienia. Ale może sprzyjać pogorszeniu kondycji włosów i skóry głowy.

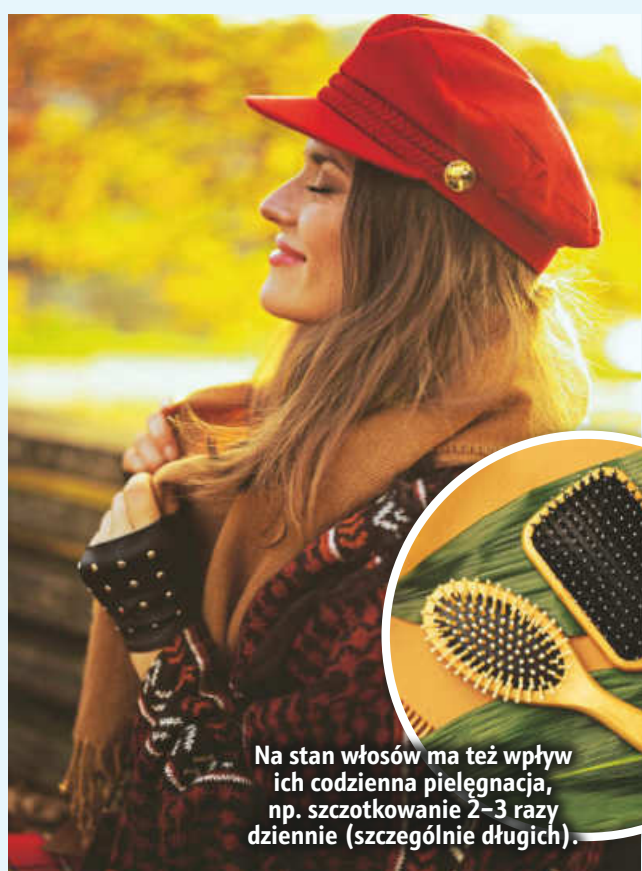
- Gdy czapka jest zbyt ciasna, trze o włosy. Skutkuje to elektryzowaniem się, łamliwością i rozdławianiem końcówek. W skrajnych przypadkach długotrwały, mocny ucisk może wywołać tzw. łysienie z pociągania (trakcyjne).

- Sztuczny, nieprzewodny materiał (jak poliester, akryl) to większe ryzyko nadmiernego pocenia się skóry głowy i pobudzenia gruczołów łojowych do produkcji sebum.

- Ciepło i wilgoć pod czapką tworzą idealny „efekt cieplarniany” dla rozwoju grzybów z rodzaju *Malassezia*, odpowiedzialnych za łupież oraz łojotokowe zapalenie skóry.

- Aby uniknąć tych skutków, kupuj czapki z naturalnych, pozwalających skórze oddychać i ograniczających elektryzowanie się włosów tkanin (bawełny, wełny merino). Dbaj o właściwy rozmiar – czoło i skronie nie mogą być uciskane. Regularnie pierz czapkę, ponieważ gromadzą się na niej pot, sebum i bakterie. Nigdy nie zakładaj czapki na mokre lub choćby wilgotne włosy – wilgoć dociśnięta materiałem niszczy strukturę włosa i sprzyja podrażnieniom skóry.

- Dodatkowo, dla wzmocnienia włosów możesz sięgnąć po suplementy diety z aminokwasami, biotyną, cynkiem. Wszystko to są składniki, które mają na nie korzystny wpływ – np. wzmacniają strukturę pasm i przyspieszają ich wzrost, bo odżywiają komórki w mieszkcu włosowym.



Na stan włosów ma też wpływ ich codzienna pielęgnacja, np. szczotkowanie 2-3 razy dziennie (szczególnie długich).

REKLAMA

BOGATY SKŁAD – GĘSTE WŁOSY

NAWŁOSAN

Zadbaj o piękne i gęste włosy!

Suplement diety NAWŁOSAN zawiera starannie dobraną kombinację 7 składników o kompleksowym działaniu na kondycję włosów - zawiera **aminokwasy**, takie jak L-metionina i cysteina, które zwiększają odporność włosów i paznokci oraz wspomagają ich wzrost. Preparat zawiera także **witaminy**, m.in. B7, czyli biotynę, która pomaga zachować zdrowe włosy i skórę oraz **minerały** (cynk, krzem oraz siarkę organiczną MSM, zwaną potocznie „minerałem piękna”, która wpływa pozytywnie na włosy i paznokcie). Jednym słowem bogaty skład ważny dla gęstych włosów.

Wystarczy 1 tabletkę dziennie!



ODŻYWIENIE TWOICH WŁOSÓW

epresa.pl 60c3c758f3

SimplyYou
Poland

Zawsze lepiej powiedzieć dziecku: „Rozumiem, że się boisz”, niż: „Nie ma się czego bać”.



WAŻNE ROZMOWY

0 bezpieczeństwie dzieci

Co mogą zrobić rodzice, dziadkowie i inne bliskie osoby, by wesprzeć je w kryzysowej sytuacji? Podstawą jest spokojna rozmowa, wysłuchanie i zrozumienie młodego człowieka.

Stres i poczucie zagrożenia w związku z atakami, do których doszło w ostatnim czasie w szkołach na Mazowszu, dotknęły nas wszystkich. Ale najbardziej dzieci, które nagle straciły poczucie bezpieczeństwa we własnych szkołach. Jak im pomóc w tej sytuacji?

Najpierw pytaj

Psychologowie są zgodni: trzeba rozmawiać. Jednak rozmowa nie powinna być wykładem czy listą komend: „uważaj na siebie”, lecz dialogiem. Zaczynij od pytań:

„Co myślisz na temat tego, co się stało?” „Co mówią koledzy?” „Czy czegoś obawiasz się szczególnie?”. Gdy tego się dowiesz, możesz zdementować fałszywe informacje, które krążą wśród młodzieży, nie „nakręcając” dodatkowo strachu.

Mów, co robić

Najlepszym antidotum na lęk jest informacja, co zrobić w razie ewentualnego zagrożenia. Ta wiedza chroni przed paniką jak tarcza. Wy tłumacz dziecku, jakie konkretne zasady

bezpieczeństwa obowiązują w jego szkole i czemu one służą. Komu może zgłosić, że coś je zaniepokoiło.

Skorzystaj ze wsparcia

Widzisz, że córka, syn, wnuk, siostrzeniec potrzebuje pomocy, a ty nie wiesz, jak jej udzielić? Zadzwoń pod numer 800 100 100.

To specjalna infolinia dla rodziców, opiekunów i bliskich, którzy martwią się o bezpieczeństwo dzieci. Możesz też zachęcić młodego człowieka, by zadzwonił do Dziecięcego Telefonu

Program „Rodzina rodzinie”

To największy w historii Polski program pomocy humanitarnej. Realizuje go od 10 lat Caritas Polska. Program objął blisko 60 tysięcy rodzin w Syrii, Palestynie, Libanie i Ukrainie. Tych, które w regionach konfliktów zbrojnych, w dramatycznych warunkach zmagają się ze skrajną biedą i ekstremizmem. Ale zdecydowały się nie uciekać, zostały na własnej ziemi. Dzięki programowi Caritas mogą opłacić czynsz, mają jedzenie, leki. Tam gdzie jest wojna, nie ma zakładów pracy. Dlatego Caritas pomaga też rodzinnym mikrobiznesom. Troska o bezpieczny dom nie zna granic. Wspierając program „Rodzina Rodzinie”, dajemy drugiemu człowiekowi szansę na przetrwanie i godne jutro.

Zaufania Rzecznika Praw Dziecka. Pod numerem 800 12 12 12 dyżurują psycholodzy i pedagodzy, którzy odpowiedzą m.in., jak reagować na agresję rówieśniczą. Może też skorzystać z pomocy Telefonu Zaufania Fundacji Dajemy Dzieciom Siłę pod numerem 116 111. Może tam zadzwonić, napisać wiadomość albo porozmawiać na czacie na stronie: 116111.pl.

SORAYA LANE „OSTATNIA CÓRKA”

Kręte ścieżki, którymi prowadzi serce

Londyn, czasy współczesne, dom Hope, niedawno zmarłej kobiety, która prowadziła przed laty dom dla samotnych matek. Mia oddaje prawowitym właścicielkom należące do nich pamiątki. Teraz przyszedł czas na pudełko należące do samej Hope i na to, by poznać historię jej życia. Ulice Paryża, rok 1938. Kiedy Hope spotyka Gusa, czuje, że znalazła bratnią duszę. Jednak gdy planują razem wymarzoną przyszłość, staje się jasne, że ojciec Gusa nie pozwoli na

ich związek. Wbrew jego woli Gus obiecuje Hope, że kiedy wróci ze szkolenia wojskowego, będą razem. Hope wraca do Londynu, skrywając tajemnicę, która zmieni jej życie. Wkrótce otrzyma druzgocącą wiadomość i jej nadzieja na szczęśliwą przyszłość zgaśnie. Czy ta historia zainspiruje Cię do podążania za głosem serca? „Ostatnia córka” to finałowa część bestsellerowej serii obyczajowej „Utraczone córki”. Emocjonująca podróż w czasie do Paryża i Londynu

nu w przededniu II wojny światowej.

Wydawnictwo Albatros

Soraya Lane

Nowozelandzka pisarka, która zyskała międzynarodową sławę dzięki poruszającym powieściom obyczajowym i historycznym. Zanim poświęciła się pisaniu, ukończyła studia prawnicze. Jej znakiem rozpoznawczym są pełne emocji sagi rodzinne z tajemnicą w tle, zwłaszcza znakomita seria „Utraczone córki”.



POMÓŻ RODZINOM STANĄĆ NA WŁASNYCH NOGACH!



Od 10 lat Caritas Polska wspiera rodziny dotknięte wojną, ubóstwem i kryzysami humanitarnymi. W ramach programu Rodzina Rodzinie pomoc otrzymało już blisko 60 000 rodzin w Syrii, Libanie, Palestynie i Ukrainie oraz ponad 2 000 drobnych przedsiębiorców. Dzięki grantom na rozwój małych firm zdolni do pracy mieszkańcy Syrii i Zachodniego Brzegu biorą życie we własne ręce i sami zapewniają swoim rodzinom utrzymanie. Prowadząc własną działalność, odzyskują godność i poczucie bezpieczeństwa. Mogą zostać u siebie i budować przyszłość we własnej ojczyźnie, bez konieczności emigracji.

**Pomóż rodzinom
odzyskać niezależność.
Przekaż darowiznę
i wesprzyj rozwój rodzinnych
mikroprzedsiębiorstw.**



STRONA

dokonaj wpłaty
na stronie
caritas.pl/rodzina



KONTO

wpłać dowolną kwotę
na konto **PL 77 1160 2202**
0000 0000 3436 4384
z dopiskiem **Rodzina7**



TELEFON

zrób przelew
BLIK na telefon
+48 668 070 000
o tytule **Rodzina7**

PRZYDATNE W DOMU



Aromatyczna słodycz
Jeżyki Korzenne to chrupiące ciastka w czekoladzie, inspirowane smakiem przypraw korzennych. Łączą słodycz polewy z wyrazistą, „zimową” nutą przypraw. Dobrze pasują do kawy, herbaty, świetne jako szybka przekąska w ciągu dnia.

■ Goplana, ok. 6,90 zł/140 g

Na pierogi i nie tylko
Mąka pszenna Krupczątka ma lekko ziarnistą strukturę, nadaje się np. na pierogi. Pomaga uzyskać elastyczne ciasto, które łatwo się wałkuje

i dobrze trzyma farsz. Sprawdza się też do klusek, domowego makaronu i wielu wypieków.

■ Marysia, ok. 2,99 zł/1 kg



Pyszny i zdrowy
Makaron fusilli z linii Niski Indeks Glikemiczny, stworzony z pszenicy durum, mąki łubinowej oraz błonnika owsianego, jest bogatszy w białko i błonnik. To dobry wybór m.in. dla osób, które chcą kontrolować skoki glukozy.

■ Polmak, 8,29 zł/250 g



Jesienny tercet

Czekolada, miód i orzechy – kuszą, otulają i chrupią tak, że humor od razu się poprawia. W chłodne dni sprawdzają się idealnie: rozgrzewają, pachną intensywnie, a smakują najlepiej, gdy za oknem pogoda w kratkę.

Bezowy orzechowiec

SKŁADNIKI: ● 6 białek ● 400 g cukru ● po 75 g migdałów i orzechów laskowych mielonych ● 125 g orzechów laskowych bez skórki ● 180 g masła

PRZYGOTOWANIE:

1. Ubij 4 białka z 175 g cukru. Dodaj mielone migdały i orzechy, wymieszaj. Włóż masę do rękawa cukierniczego. Wyciśnij na

blachę z pergaminem dwa koła (śr. 21 cm). Piecz ok. 15-20 minut w 180°C.

2. Orzechy laskowe, upraż i posiekaj. Skarmelizuj 125 g cukru z 3 łyżkami wody. Dodaj orzechy, chwilę smaż razem. Przełóż na pergamin, a kiedy karmel stwardnieje, orzechy rozdrobnij w malakserze. Masło utrzyj, wymieszaj z 50 g orzechowego

krokantu. Z 100 g cukru i 4 łyżek wody ugotuj syrop. Resztę białek ubij. Pianę z białek połącz z syropem, a potem dodaj do kremu. Bezowe blaty przełóż kremem i resztą krokantu. Schładzaj 2 godziny. Udekoruj według uznania.

Czas przygotowania: 45 minut
Porcje: 12 Stopień trudności: **średni**

Karmelowo-czekoladowa tarta

SKŁADNIKI: ● po 200 g batoników orzechowo-czekoladowych oraz śmietany 30% ● po 100 g masła i mąki ● 280 g cukru ● 2 jajka ● 1 łyżeczka proszku do pieczenia ● 2 łyżki kakao ● 250 g fistaszków ● 50 g masła orzechowego ● 300 g białej czekolady ● 150 g słodkiego mleka skondensowanego ● 2 polewy czekoladowe

PRZYGOTOWANIE:

1. Utrzyj masło z 80 g cukru i jajkami. Wmieszaj mąkę

z proszkiem, kakao i 100 g posiekanych batonów. Ciasto przełóż do tortownicy (26 cm) z pergaminem. Piecz 25 minut w 180°C.

2. Resztę cukru skarmelizuj, dodaj ze śmietaną, 200 g fistaszków i krem orzechowy. Gotuj 5 minut. Masę rozprowadź na spodzie.

3. Białą czekoladę połam, rozpuść w mleku. Rozsmaruj na karmelu, schłódź. Tartę ozdób polewą, resztą fistaszków i batonów.



Czas przygotowania: 90 minut
Porcje: 16 Stopień trudności: **średni**

Migdałowy kołacz z miodem

SKŁADNIKI: ● 4 jajka ● 100 g płynnego miodu ● 1 łyżka oleju kokosowego ● 250 g maślanej ● 100 g mąki migdałowej ● 300 g mielonych migdałów ● 1 łyżeczka proszku do pieczenia ● 1 jabłko ● 200 g jeżyn

PRZYGOTOWANIE:

1. Jajka zmiksuj z miodem na kremową, puszystą masę. Rozpuść olej kokosowy. Dodaj go razem z maślaną do masy jajecznej i dobrze wymieszaj.

2. Połącz w miseczce mąkę migdałową, mielone migdały i proszek do pieczenia.

Mieszanę przesiej na masę jajeczną. Wymieszaj i przełóż do tortownicy (26 cm) z papierem do pieczenia. Wyrównaj wierzch. **3.** Piekarnik rozgrzej do 180°C. Jabłko umyj, pokrój na cząstki, usuń gniazdo nasienne. Potem cząstki pokrój w plasterki. Jeżyny opłucz, osusz. Owoce rozłóż na cieście. Piecz ok. 50-60 minut. Ostudź, wstaw na godzinę do lodówki. Ostrożnie wyjmij z formy i pokrój na kawałki.

Czas przygotowania: 75 minut
Porcje: 12
Stopień trudności: łatwy



Stracciatella z wiśniami

SKŁADNIKI: ● 8 jajek ● 450 g cukru ● po 200 g mąki i masła ● 1 łyżeczka proszku do pieczenia ● po 100 g miodu i gorzkiej czekolady ● 1 l + 2 łyżki śmietany 36% ● 800 g mascarpone ● 750 g mrożonych wiśni ● 200 g płatków migdałowych ● 6 op. zagęstnika do śmietany ● 4 cukry waniliowe

PRZYGOTOWANIE:

1. Wiśnie rozmroź. Jajka utrzyj z 250 g cukru. Wsyp mąkę z proszkiem, zmiksuj. Ciasto podziel na 2 części. Każdą rozsmaruj na blasze (30 x 30 cm) z pergaminem.

Piecz 10 minut w 160°C. Masło stop z resztą cukru, miodem i 2 łyżkami śmietany. Wmieszaj migdały. Masę rozłóż na plackach. Piecz jeszcze przez 10 minut.

3. Ubij 1 l śmietany z cukrami waniliowymi i zagęstnikami. Wmieszaj mascarpone, posiekaną czekoladę i wiśnie. Placki pokrój na kwadraty o boku 5 cm. Połowę ułóż w formie. Wyłóż krem, przykryj resztą kwadratów. Schłódź.

Czas przygotowania: 50 minut
Porcje: 36
Stopień trudności: trudny

Wyjątkowy tort w paski

SKŁADNIKI: ● 1 kg mąki orkiszowej ● 350 g orzechów włoskich ● 2 op. proszku do pieczenia ● 600 g bananów ● 720 ml mleka ● 360 ml oleju ● 640 ml miodu ● 100 g kakao ● 2 łyżki octu owocowego ● 200 ml sosu czekoladowego

PRZYGOTOWANIE:

1. Połącz 500 g mąki, 1 proszek do pieczenia i 200 g posiekanych orzechów. Banany zblenduj ze 120 ml mleka, 180 ml oleju i 180 ml miodu. Połącz z suchymi składnikami. Tortownicę (26 cm) z papierem napelnij ciastem.

Piecz 40 minut w 180°C. Podziel na 2 blaty.

2. Połącz 400 ml miodu, 600 ml mleka, 180 ml oleju i ocet. Połącz z kakao, resztą mąki i proszku. Przełóż ciasto do drugiej tortownicy z pergaminem. Piecz przez 45 minut w 180°C. Podziel na 2 blaty.

3. Resztę orzechów skarmelizuj w 60 ml miodu. Blaty, przełóż sosem czekoladowym. Tort ozdób orzechami.

Czas przygotowania: 110 minut
Porcje: 24
Stopień trudności: średni



Kto odnajdzie perły królowej?

Gdyby to była bajka,
zaczęlibyśmy: Za
górami, za lasami...
Jednak te duchy,
skarby i sekrety mamy
na wyciągnięcie ręki.
Na naszym Mazowszu.

Malowniczy Liw. W pięknej
okolicy, pośród nieskalanej
przyrody stoi średniowieczny
zamek. Miejsce na ciekawy
i... leniwy weekend.





Na obu zamkach odbywają się efektowne i bogate w atrakcje dla turystów turnieje rycerskie.



Cudownie meandrujący Liwiec jest jedną z piękniejszych rzek Polski. Zachwyci nas.



Bardzo dobrze zachowane ruiny zamku w Czersku (zamekczersk.pl).

Wyprawę po przygody zaczniemy w okolicach Węgrowa, w dolinie pięknie meandrującej tu rzeki Liwiec. Jest niczym rzucona bez ładu i składu wstążka. Dawno, dawno temu stanął nad nią słusznych rozmiarów zamek....

Zewsząd otaczały go rozlewiska, więc był trudny do zdobycia. Dzisiaj, gdy podjedziemy na parking przy samych murach, trudno w to uwierzyć.

Piękny duch nieukoiony

Zamek w Liwie kusi przebogata zbrojownią, ciekawymi wystawami czasowymi i widokiem z wieży na dolinę Liwca (liw-zamek.pl). To miejsce na całodniową wycieczkę rodzinną. Odwiedzimy też pobliską Sowią Górę, by podziwiać dolinę Liwca i urządzić sobie piknik.

A na nim, oczywiście, opowieści o duchach. Niektórzy zaklinają się, że widzieli błakającą się Żółtą Damę. Przydomek dostała od pięknej sukni w tym kolorze. Podobno za życia została zdradzona. Snuje się, szukając sprawiedliwości...

Dobre duchy szlacheckie

Przenieśmy się w czasie i przestrzeni jeszcze dalej na wschód, za Siedlce; do Dąbrowy. Jakież to sielskie miejsce. Trudno się zatem dziwić, że w przepięknej okolicy powstało Muzeum Ziemiaństwa.

Tu też możemy spędzić wyjątkowy dzień. Trochę na zwiedzaniu pięknego dworku Dobrzyńskich (muzeumdabrowa.pl), trochę na spacerach i biesiadowaniu. Relaks w atmosferze istic... szlacheckiej.

Duch królowej Polski

Teraz zajrzyjmy do Czerska, na południe od Warszawy. Stoją tu zachowane ruiny dużego zamku książąt mazowieckich. Z czasów, gdy Mazowsze było samodzielnym i potężnym księstwem.

Najsławniejszą panią w Czersku była sama królowa Bona. Tak znienawidzona przez możnowładców, że przyklejona jej łatka trucieli trzyma się jej do dziś.

To dobre miejsce na wyprawę po skarb. Oczywiście Bony. Po śmierci męża trafiła do Czerska, ale i stąd musiała w pośpiechu uciekać. Według legendy nie zdążyła zebrać pereł z naszyjnika, gdy ten się rozerwał! Poszukajmy, bo klejnotów nikomu nie udało się odnaleźć!

23.10.1947 – W STAROGARDZIE GDAŃSKIM URODZIŁ SIĘ KAZIMIERZ DEYNA

Legenda wśród legend

Złoty medalista olimpijski z Monachium (1972) i srebrny z Montrealu (1976) wystąpił w reprezentacji Polski 97 razy, strzelił 41 goli (wg statystyki PZPN). Na MŚ w RFN w 1974 roku zajął z drużyną trzecie miejsce. Mimo „żelaznej kurtyny” w latach siedemdziesiątych chyba każdy piłkarski kibic na świecie wiedział, kim jest Deyna. Jednym tchem wymienia go z takimi legendami futbolu jak Franz Beckenbauer czy Johan Cruyff. Holender zawsze wspominał dawnego rywala z szacunkiem. Mówił m.in.: „Ktoś taki jak on potrafił kilkoma genialnymi podaniami

pchnąć do przodu nie tylko swoją drużynę, ale i futbol”.



24.10.1956 – PREMIERA SERIALU „WOJNA DOMOWA”

Z gazety na ekran

Serialową rodzinę Jankowskich, ich sąsiadów i znajomych, bardzo szybko polubili widzowie. Co ciekawe, scenariusz serialu Jerzego Gruzy nawiązywał do drukowanych w „Przekroju” popularnych felietonów Miry Michałowskiej – pisarki, dziennikarki i tłumaczki. Publikowała je jako Maria Zientarowa.



23.10.1957 – w Krakowie urodził się Adam Nawalka.

24.10.1948 – w Łodzi urodził się Marek Siudym.

25.10.1952 – doświadczalna stacja telewizyjna Instytutu Łączności nadała w Warszawie pierwszy po wojnie polski program telewizyjny.

26.10.1965 – królowa Elżbieta II odznaczyła członków grupy The Beatles Orderem Imperium Brytyjskiego.

27.10.1991 – w Polsce odbyły się pierwsze po upadku komunizmu w pełni demokratyczne wybory.

28.10.1999 – Leszek Cichy jako pierwszy Polak zdobył Koronę Ziemi – wspiął się na najwyższe szczyty wszystkich kontynentów.

29.10.1944 – urodziła się Magdalena Zawadzka.



Baran 21.3 – 20.4

MIŁOŚĆ Szczerłość przyciągnie życzliwych ludzi. Baran zyska wsparcie, gdy o nie poprosi. **PRACA** Wybierz jedno ważne zadanie. Doprowadź je do końca bez rozpraszania się. **ZDROWIE** Uporządkuj rytm snu. Ogranicz korzystanie z telefonu wieczorem i kładź się wcześniej.



Byk 21.4 – 21.5

MIŁOŚĆ Zaprosz bliską Ci osobę na romantyczną kolację. Rozmowa o planach zbliży Was do siebie. **PRACA** Sprawdź rachunki oraz subskrypcje. Mała korekta da Ci poczucie kontroli. **ZDROWIE** Zadbaj o wygodę w domu – miękką pościel lub cichy kąpiel na kawę.



Bliźnięta 22.5 – 21.6

MIŁOŚĆ Odezwiij się do kogoś, z kim łączyły Cię wspólne pasje. Rozmowa może odnowić ważną więź. **PRACA** Bliźnięta świetnie wypadną w rozmowach i prezentacjach. Notuj pomysły, nim Ci umkną. **ZDROWIE** Rób przerwy między spotkaniami. Chwila ciszy uspokoi oddech.



Rak 22.6 – 22.7

MIŁOŚĆ Magia rodzinnych wspomnień obudzi czułość. Zaplanuj dyskusję bez dawnych uraz. **PRACA** Zaufaj intuicji przy trudnych kontaktach. Pomagaj tam, gdzie naprawdę warto. **ZDROWIE** Postaw na rozgrzewającą zupę. Ulubione przyprawy dodadzą Ci energii.



Lew 23.7 – 23.8

MIŁOŚĆ Zabierz partnera lub przyjaciółkę na film. Śmiech rozładuje napięcia. **PRACA** Pokaż projekt, który długo dopracowywałaś. Lew ma okazję, by teraz zabłysnąć. **ZDROWIE** Dodaj sobie pewności zmianą stylu. Wybierz mocny akcent w makijażu lub ubraniu.



Panna 24.8 – 23.9

MIŁOŚĆ Oferuj pomoc, ale najpierw zapytaj, czy jest potrzebna. Unikniesz nadmiernej kontroli. **PRACA** Podziel duże zadanie na trzy etapy. Przy każdym określ zamierzony cel. **ZDROWIE** Jedz regularnie, nawet w intensywny dzień. Wieczorem wybierz stretching lub książkę.



Waga 24.9 – 23.10

MIŁOŚĆ Singielka może zabłysnąć na kameralnym spotkaniu. Nie odkładaj potrzeb na później. **PRACA** Przygotuj listę by do negocjacji. Ustal warunki współpracy bez poczucia winy. **ZDROWIE** Postaw na harmonię w wyglądzie. Ulubiony zapach poprawi Ci samopoczucie.



Skorpion 24.10 – 23.11

MIŁOŚĆ Wieczorny spacer pomoże oczyścić atmosferę. Zaufanie buduj rozmową, nie domysłami. **PRACA** Zajmij się dokumentami, budżetem lub strategią. Skorpion wyczuje ukryte ryzyka. **ZDROWIE** Wybierz pilates albo pływanie. Ruch uspokoi emocje i rozładuje napięcie.



Strzelec 24.11 – 22.12

MIŁOŚĆ Zaproponuj wspólną aktywność zamiast rutyny. Pasa może przyciągnąć nową znajomość. **PRACA** Szkolenia i kontakty zagraniczne pozwolą Ci się rozwinąć oraz poszerzyć horyzonty. **ZDROWIE** Dynamiczny marsz po pracy wzmocni mięśnie ud i bioder.



Koziorożec 23.12 – 20.1

MIŁOŚĆ Nie bierz rodzinnych ustaleń wyłącznie na siebie. Poproś bliższych o konkretną pomoc. **PRACA** Zaplanuj budżet projektu. Porozmawiaj z przełożoną o mierzalnym celu. **ZDROWIE** Pozwól sobie na regenerację. Ciepła kąpiel, olejek i sweter to sposób na jesień.



Wodnik 21.1 – 19.2

MIŁOŚĆ Mów szczerze, ale bez zbytniego chłodu. Wysłuchaj drugiej strony do końca. **PRACA** Zaproponuj nowy sposób komunikacji w zespole. Twoje świeże spojrzenie usprawni zadania. **ZDROWIE** Ustaw przypomnienia wspierające dobre nawyki, jak domowy trening.



Ryby 20.2 – 20.3

MIŁOŚĆ Nie zgaduj, co ktoś miał na myśli. Zadawaj proste pytania. **PRACA** Teksty, grafika i pomoc klientom przyniosą satysfakcję. Ryby powinny łączyć intuicję z praktyką. **ZDROWIE** Im mniej bodźców wieczorem, tym lepiej. Zapisuj każdego ranka sny i własne emocje.

Od 23 października do 29 października 2026

HOROSKOP

Telefony głównych stacji telewizyjnych: TVP 1, TVP 2, TVP Info – 22 547 44 50, TVP Polonia – 22 387 54 21, Polsat – 22 514 52 50, TVN – 22 856 61 61, TV 4 – 22 715 92 50, TVN 7 – 22 856 61 61

Bauer Media Group
Adres redakcji:
ul. Motorowa 1,
04-035 Warszawa,
tel. 22 517-01-54

Redaktor naczelna: Marta Lubartowska **Redaktor zarządzająca:** Magdalena Adamcio **Hub Rozrywki i TV:** Red. zarządzająca: Anita Nawrocka **Planner:** Adam Piosik **Koordynator:** Dorota Skalska
Redaktorzy: Andrzej Czapski, Bogumiła Deka, Ewa Gassen-Piekarska, Marzena Juraczko, Joanna Kolałowska, Paulina Miluska, Hanna Miłkowska, Maciej Misiorny, Joanna Pasztelańska, Mirosław Piwowarek **Hub Poradniki:** Red. zarządzająca: Monika Bobowska **Hub Graficzny:** Dyrektor: Robert Latek **Lider:** Mirosław Orzechowski **Koordynator:** Marcin Makarewicz
Graficy: Edyta Ciuchta, Dominika Krasnicka-Walinowicz, Sławomir Kozłowski, Agnieszka Głewicka, Małgorzata Porębska, Piotr Piórkowski **Hub Fotoedytor:** Lider: Agata Zasada
Koordynatorzy: Emil Przygodzki, Magdalena Wojno **Fotoedytorzy:** Magdalena Dąbek-Makowska, Ludmiła Jeruchimowicz, Anna Jurczewska, Grzegorz Lech, Karolina Liżewska, Mirela Tafińska **Sekretariat:** Aleksandra Kominek **Serwis TV:** AKPA Polska Press **Wydawnictwo Bauer Sp. z o.o., Sp. j., Warszawa:** Tomasz Namysł **Członkowie Zarządu:** Andrzej Chojnowski, Marek Lasota **Director, Publishing Management/Dyrektor Pionu Wydawniczego:** Marek Lasota **Dyrektor produkcji:** Piotr Orecko **Publisher/Wydawca:** Justyna Hałas
Biurowe Reklamy: ul. Motorowa 1, 04-035 Warszawa **Dyrektor Biura Reklamy:** Izabela Sarnecka **Dyrektor Segmentu Pism Telewizyjnych:** Aneta Rym-Gaika, Aneta.Rym@bauer.pl, www.bauer.pl/reklama/ **Kolportaż:** Dyrektor ds. Dystrybucji i Obsługi Klienta Piotr Ludwicki **Druk:** Bauer Print Ciechanów Sp. z o.o., Sp. j.
Copyright: Wydawnictwo Bauer Sp. z o.o., Sp. j., Warszawa. Wydawnictwo jest członkiem Polskiej Izby Wydawców. Tele Tydzień jest objęty badaniami Polskich Badań Czytelnictwa. Rozpowszechnianie wszelkich materiałów redakcyjnych bez zgody Wydawcy jest zabronione. Redakcja nie ponosi odpowiedzialności za treść reklam i ogłoszeń w granicach wskazanych w ust. 2 art. 42 ustawy Prawo prasowe oraz za zmiany w programie telewizyjnym wprowadzone przez stacje po oddaniu pisma do druku. Wydawca ostrzega P.T. Sprzedawców, że sprzedaż aktualnych i archiwalnych numerów czasopisma po innym cenie niż wydrukowana na okładce, jest działaniem na szkodę Wydawcy i skutkuje odpowiedzialnością sądową.

96 TELETYDZIEŃ

Prenumerata krajowa i zagraniczna: czytelnia.pl, e-mail: prenumerata@bauer.pl, tel.: 67 210 86 05, 67 354 16 05.

Wszelkie skargi, reklamacje i pytania dotyczące publikowanych reklam należy kierować na adres: reklama@bauer.pl

Fotorealistyczne obrazy w tym wydaniu, które zostały wygenerowane lub zmodyfikowane przy użyciu sztucznej inteligencji, oznaczamy następującym symbolem:

zaślepia- jący gniew	▼	„Wichro- we ...”, film	▼	strzęp waty	▼	Edgar Allan ..., poeta, nowelista	▼	niepokój, niepew- ność	▼	... Gierszał, aktor	▼	niełot z rzędu kazuarów	▼	144 sztuki	▼	legenda Himala- jów
▶	5			flara		z Beata Kozidrak	▶					owoc łopianu	▶	2		
wybiera się za morze		cyrkowa scena	▶	▼				zostawia- ne na parkingu	▶					sport walki		dba o szcze- góły
▶			6		... Morgen- stern	Krystyna ..., aktorka		wzmianka prasowa		zapatrz- na w gnat		do wy- ciągania urobku	▶			
reguła, norma		kompan Portosa	wodoro- węglan sodu		James ..., „Olbrzym”			▼					nagranie dźwięku		obwódka	
ojciec	▶	▼	▼	7			dopływ Warty	▶		1			metal z grupy platynow- ców	▶		
▶				krewny po kądzeli	▶					czesne lub cło	▶					
jadalnia dla załogi statku	przezna- czony do utylizacji	▶					persymo- na, śliwo- daktyl	▶					odcień	▶	3	
▶		4		za kruchtą	▶					strona problemu	▶					

1	2	3	4	5	6	7	Wpisz rozwiązanie
---	---	---	---	---	---	---	------------------------------

oszlony otwór w ścianie	▼	napisał „Iliadę”	▼	budy- niowa do karpatki	▼	obóz harcerzy	▼	napój z elektro- litami	▼	... mo- czanowa	▼	do wyrobu chałwy	▼	rechoczą w nim żaby	▼	państwo	▼
kolor munduru	▶	▼				kontroler, rewident	▶		3								
nad ustami	▶			porcela- nowa na zupe	▶					gorąca strefa		puszka rogowa u krowy		państwo z Raba- tem		prawy dopływ Jeniseju	
▶					2	niewzru- szona podstawa		..., zwany pożąda- niem”, dramat	▶								
reżyser „Bożego Ciała”	spiekota		typ spod ciemnej gwiazdy	Tomasz ..., „Zimna wojna”	▶			oprawa obrazu	▶				6	kształt jajka		sasiad Turcji	
▶	▼		▼	nad kolanem	pierwsza do udzielenia	▶						na głowie zubra	▶				
domowy pył		zarozu- mialec	▶	▼				browarnik	▶								
▶				4	fan sportu	▶						surowa dla recydy- wisty	▶			1	
..., Ogrodnik, aktor		intruz w śliwce	▶					5	Tomasz ..., „Listy do M. 5”	▶							

1	2	3	4	5	6	Wpisz rozwiązanie
---	---	---	---	---	---	------------------------------

CHWILA NA RELAKS

krzyżówka

klamie jak z nut	okulary narciarza	usuwany mydłem	▼	objaw nadkwasoty żołądka	▼	".... smaku", program kulinarny	nie wierzy w obja- wienie	▼	ustrój za Iwana Groźnego	Kate „Rzeź”	▼	persona- lia	▼	tura, runda
▶	▼		3	wojsko chana	▶				straż	▶				
aprobata		leży odłogiem	▶			... Axer, reżyser teatralny		8				kolce do wspī- naczki zimā		w niej wykłady
▶				popis diwy	▶				gatunek foki	▶				▼
zwojnica		posag	jaszczur- ka lub wāż	▶		11	sterta	▶				rzadki ssak z Konga		rozkaz dla psa
▶				okragly, kruchy placek		typ muzyki		czarny koń	restaura- cja, kawiarnia	▶			▼	4
skrywa twarz	... Sheen, aktor		ponoć ma wielkie oczy	siekierka w kuchni	▶				załoga, zespół	▶				
oszustwo						wycinka lasu		doku- menty sądowe				pozycja w jodze		niejedna w talii
▶				ischias	▶		9	płynna substan- cja	turecka potrawa		miejski ogród z alejkami		▼	▼
adwento- wa msza		5				rowerzy- sta	▶							
materiał na kapcie		rzeka w Hadesie		bawoł indyjski	▶			sztylet na lufie karabinu			ogromny kamień		futerał	
▶				tkanina na garnitury		pogłos		pysk charta	▶			10	▼	
Anna „Rodzina Polaniec- kich”	▶				▼						na dziurze			
był nim św. Józef	przywóz towarów z zagran- icy		lubi długo pospać	czyta dialogi filmowe		wyróżnia punka	▶			7	„Wielki ...” z No- wickim		krw dzika	likwidacja
▶						zmora debiutan- ta		wymarły nielot		tkanka kości	▶			▼
amery- kański kuzyn wilka		ma pięć elektrod	▶		6				wawrzyn		paragon		grozi w upalny dzień	
		syn Dedala	▶				w Izbie Lordów	przepych, zbytek	▶					▼
▶	12			etap dziejów	▶						gotowana w czajniku			
Jerzy „Wodzirej”		Olivia zagrała Elżbietę II	▶			1		rzadki okaz	▶				2	
▶						... Żmi- jewski, „Ojciec Mateusz”	▶				blacha praczki	▶		

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

Wpisz
rozwiązanie

**CHWILA
NA RELAKS**



JBL

ZESKANUJ KOD
ABY UZYSKAĆ
WIĘCEJ
INFORMACJI



**EKSTREMALNE BRZMIENIE
WSPÓLNYCH CHWIL!**

PODKRĘĆ NASTRÓJ GDZIEKOLWIEK JESTEŚ.

Porządny powód do radości

Korzystaj z GONET.TV w najlepszej cenie i ciesz się mnóstwem kanałów telewizyjnych, tysiącami filmów oraz serialami od pierwszego odcinka dzięki najdłuższej funkcji oglądania wstecz. Oglądaj ulubione programy na telefonie, tablecie lub komputerze albo poczuć w domu prawdziwie kinową atmosferę przed telewizorem.

Wypróbuj ją bez zobowiązań tylko za 1 zł.

ODKRYJ NOWE KANAŁY

FILMAX
Café

TVC^{SUPER}

TVC reality

PIXELTV

POWER TV

NUTA
GOLD

NUTA.TV^{HD}

Śzlagier
TV



Wypróbuj za 1 zł

Potem GONET.TV może być Twój już za 15.99 zł.
Zamów bez zobowiązań na www.gonet.tv



160+
TV stacji



3000+
filmów
i seriali



Najdłuższe
oglądanie
wstecz



Na każde
urządzenie



GONET.TV