Wtorek
20.01.2026

| **6,00 ZŁ** w tym 5% VAT

Legnica | Lubin

panorama legnicka

www.legnica.naszemiasto.pl

Nr 3



FOT. PIOTR KRZYŻANOWSKI

FOTORELACJA

TO BYŁ BAL NA PONAD 150 PAR! WIELKA STUDNIÓWKA V LO W LEGNICY

str. 10-11

ZAPOWIEDŹ

W piątek i niedzielę legnicki 34. Finał Wielkiej Orkiestry Świątecznej Pomocy

Zbieramy pieniądze na diagnostykę i leczenie chorób przewodu pokarmowego u dzieci **str. 8**



FOT. PIOTR KRZYŻANOWSKI

KOMUNIKACJA



FOT. PIOTR KRZYŻANOWSKI

Jest zielone światło na rozbudowę odcinka A4 koło Legnicy

Przebudowa autostrady rozpocznie się od trasy Krzyżowa - Krzywa o długości 14 kilometrów **str. 3**

SPORT

Miedź Legnica przegrała sparing z Chrobrym Głogów. Poszuka formy w Turcji **str. 18**

LEGNICA

Co się dzieje z Jarmarkiem Staroci? Czy lutowa edycja się odbędzie? Ratusz i organizatorzy przedstawiają swoje racje **str. 6**

LEGNICA

Poradnia Chirurgii Naczyniowej. To nowa poradnia, otwarta w legnickim szpitalu **str. 5**

Nr ISSN 1234-5393
Nr indeksu 272655

eprasa.pl 71f9b965c8



FOT. PIOTR KRZYŻANOWSKI

LEGNICA

Dwie osoby nie żyją. Zabił je czad?

Policja pod nadzorem prokuratury wyjaśnia przyczyny i okoliczności śmierci dwóch mieszkańców jednej z kamienic przy ulicy Głogowskiej. Wstępnie ustalono, że przyczyną zgonu jest zatrucie czadem. Nie żyje dwóch mężczyzn w wieku 60 lat i 63 lat. Policjanci zatrzymali trzy osoby, które w czasie tragedii były w mieszkaniu. W momencie zatrzymania były nietrzeźwe.

Na miejscu tragedii były prowadzone czynności pod nadzorem prokuratora.

- Czujniki zainstalowane w mieszkaniu zarejestrowały obecność tlenku węgla, jednak to, czy doszło do śmierci w wyniku zaczadzenia będzie ustalone w toku dalszych czynności - przekazuje kom. Jagoda Ekiert z legnickiej komendy.

Jak informuje Komenda Miejska Straży Pożarnej w Legnicy, w mieszkaniu gdzie zmarli mężczyźni, odnotowano bardzo wysokie stężenie tlenku węgla. Przekraczało ono 200 ppm. Pomieszczenia wywietrzono, a poziom ppm spadł do 90.

PK

Miasto wesprze ogródki działkowe

Edyta Golisz
Legnica

Legnicki ratusz ogłasza nabór wniosków w tegorocznej edycji programu „Ogrodowe miasto. Sięgnij po wsparcie", skierowanego do organizacji i stowarzyszeń prowadzących rodzinne ogrody działkowe.

Jak informuje legnicki magistrat, program umożliwia uzyskanie dotacji pokrywającej do 50% kosztów związanych z budową lub modernizacją infrastruktury ogrodowej.

Wsparcie finansowe może zostać przeznaczone m.in. na:

budowę i modernizację budynków oraz budowli,

ogrodzenia, aleje i drogi ogrodowe,

place zabaw i świetlice,

hydrofornie, sieci wodociągowe i energetyczne,

inne urządzenia znajdujące się na terenie rodzinnych ogrodów działkowych, przeznaczone do wspólnego użytku i zapewniające prawidłowe funkcjonowanie ogrodu.

- Każde stowarzyszenie może w danym roku złożyć jeden wniosek o dotację, a realizacja zadania musi zakończyć się do końca roku budżetowego. Do rozliczenia kwalifikują się wyłącznie koszty poniesione po podpisaniu umowy o udzielenie wsparcia - tłumaczy Grzegorz Koczubaj, rzecznik prezydenta Legnicy.

Szczegółowe informacje dotyczące programu oraz formularz wniosku dostępne są na stronie Biuletynu Informacji Publicznej Urzędu Miasta Legnicy: https://um.bip.legnica.eu/uml/tablica-ogloszen/ogloszenia-zwykle/37553,Ogloszenie-o-naborze-wnioskow.html

- Zachęcamy uprawnione podmioty do skorzystania z możliwości pozyskania środków na rozwój i modernizację ogrodów działkowych w Legnicy - mówi Grzegorz Koczubaj.

Uwaga, wnioski można składać do końca stycznia.



FOT. POLICJA

AUTOSTRADA A4

Kierowca zaproponował policjantom... 100 euro „na śniadanie"

W minioną środę rano policjanci z jaworskiej drogówki na autostradzie A4 zatrzymali do kontroli kierującego pojazdem ciężarowym Scania. Powodem interwencji było niezastosowanie się do znaku B-26, zakazującego wyprzedzania przez pojazdy ciężarowe.

W trakcie kontroli doszło do kolejnego złamania przepisów. Kierowca, 35-letni obywatel Ukrainy, nie włączał tachografu. Mężczyzna został poinformowany o nałożeniu mandatów karnych o łącznej wysokości 3000 zł oraz punktach karnych.

Kierujący wyciągnął pieniądze i próbował włożyć policjantowi do ręki banknoty, mówiąc, że da 100 euro, aby policjanci kupili sobie śniadanie i żeby obyło się bez mandatu. Funkcjonariusze od razu zatrzymali mężczyzne, a banknoty zabezpieczyli jako dowód w sprawie.

Kierowca usłyszał już zarzut usiłowania wręczenia łapówki w zamian za odstąpienie od czynności. Grozi mu do 10 lat więzienia.

TEL. 573 845 562/PONIEDZIAŁKI I ŚRODY, GODZ. 14-18

Skorzystaj z bezpłatnego telefonu porad prawnych dla dolnośląskich seniorów

Aby skorzystać z bezpłatnej porady prawnej wystarczy zadzwonić pod nr 573 845 562, a po odsłuchaniu komunikatu wcisnąć cyfrę „1". Z Telefonicznego Punktu Porad Prawnych mogą korzystać osoby, które ukończyły 60. rok życia i mieszkają w woj. dolnośląskim. Dyżury - w poniedziałki i środy, w godz. 14-18. Celem Telefonicznego Punkt Porad Prawnych dla seniorów jest m.in. zapewnienie możliwości uzyskania porady osobom starszym, także seniorom, których nie stać na opłatę porady. Chodzi też o wspieranie mieszkańców wsi, skąd trudniej dostać się do prawnika. To także troska o ludzi chorych, niepełnosprawnych, potrzebujących pomocy prawnej. Telefoniczny Punkt Porad Prawnych jest inicjatywą Fundacji Przyszłość.

ZGŁOŚ AWARIĘ/USTERKĘ W MIEŚCIE: (76) 729 99 95

Legnicki Telefon Pierwszego Kontaktu

Pod numerem telefonu (76) 729 99 95 mieszkańcy Legnicy mogą zgłaszać różnorodne usterki i awarie związane z infrastrukturą komunalną.

Zgłosić będzie można:
- uszkodzone latarnie;
- uszkodzone ławki;
- uszkodzone elementy placów zabaw;
dziury i ubytki w drogach;
- porzucone wraki pojazdów;
- rozrzucone śmieci;
- dzikie wysypiska.

Zgłoszenia będą przekazywane do odpowiednich służb, co ma zagwarantować szybkie i skuteczne reakcje, a docelowo podnieść jakość życia w Legnicy.

ZDJĘCIE DNIA



FOT. PIOTR KRZYŻANOWSKI

Jezioro Kunickie zamarzło. Tafla lodu osiąga grubość nawet 15 centymetrów. Tymczasem morsy z Legnicy miały ogromną ochotę zanurzyć się w lodowatej wodzie. Uczestnicy morsowania musieli więc najpierw piłą spalinową i siekierą wykuć miejsce wolne od lodu. A potem ponad 30 odważnych weszło do wody Jeziora Kunickiego w Ośrodku Wypoczynkowym Skibińscy Kunice. Po lodowatej kąpieli był tort, kanapki, ciasta i kiełbaski, pierogi, krokiety z grilla. Legnickie morsy spotykają się w tym miejscu w każdą niedzielę o godzinie 12. Piotr Krzyżanowski

panorama legnicka
Nakład do 1000 egz.

SZEF REDAKCJI LOKALNEJ: **Mateusz Różański, m.rozanski@gazeta.wroc.pl;** BIURO OGŁOSZEŃ: **Michał Jarema, tel. 514 800 870, michal.jarema@polskapress.pl;**
PRENUMERATA: **tel. 71 727 62 37;** DRUK: **Polska Press Oddział Poligrafia, 41-203 Sosnowiec Milowice, ul. Baczyńskiego 25a.** WYDAWCA **Polska Press Sp. z o.o. ul. Domaniewska 45, 02-672 Warszawa, tel. 22 201 44 00, fax: 22 201 44 10.**
PREZES ZARZĄDU POLSKA PRESS GRUPY **Zenon Nowak**. PREZES MAKROREGIONU **Robert Glinkowski**. PROJEKT GRAFICZNY **Tomasz Bocheński**

POLSKA PRESS GRUPA

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

eprasa.pl 71f9b965c8

KOMUNIKACJA PROJEKT MA BYĆ ZREALIZOWANY W LATACH 2027-2029

Rozbudowa A4. Zaczną od węzła Krzyżowa

Jerzy Wójcik
Wrocław

Jest decyzja środowiskowa. Można przebudowywać 14 kilometrów A4 - od węzła Krzyżowa do węzła Krzywa.

Przebudowa dolnośląskiego odcinka autostrady A4 powoli staje się faktem. 13 stycznia Regionalny Dyrektor Ochrony Środowiska we Wrocławiu wydał decyzję, która ustala środowiskowe uwarunkowania dla pierwszego planowanego do rozbudowy odcinka Krzyżowa - Legnica tej ważnej trasy. Kolejna decyzja ma być wydana jeszcze w tym kwartale. Co to oznacza?



FOT. KRZYSZTOF KAPICA/ ZDJĘCIE ILUSTRACYJNE

Rozbudowa A4 Krzyżowa - Legnica (35 km) podzielona będzie na dwa odcinki

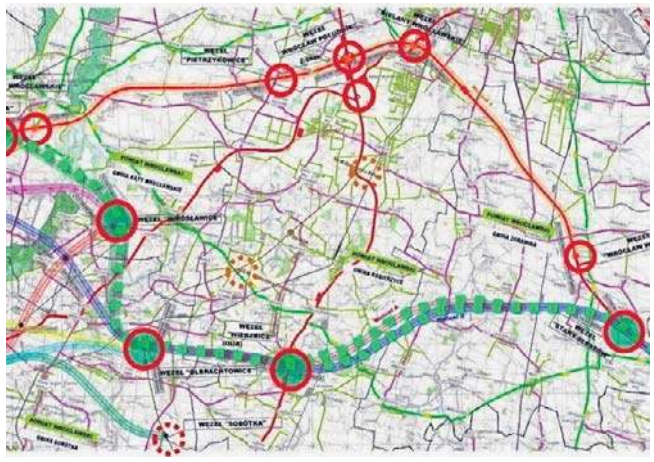
Odnowiona A4 śladem z lat 30. XX wieku

Dolnośląska autostrada A4 szykuje się do przebudowy. To zadanie podzielone na wiele lat i z pewnością mocno skomplikuje życie kierowcom, zanim pojadą nową, komfortową drogą. W ostatnich dniach potwierdzono, że na podwrocławskim fragmencie droga poprowadzi tzw. nowym korytarzem.

Ale warto pamiętać, że na większości dolnośląskiego fragmentu A4 będzie przebudowywana w starym śladzie, czyli w istniejącym już korytarzu. Został on wytyczony jeszcze w latach 30. XX wieku, tuż przed budową tej potężnej inwestycji drogowej.

Już ponad dwa lata temu Generalna Dyrekcja Dróg Krajowych i Autostrad (zarządca drogi), zdecydowała, że w okolicach Legnicy i Bolesławca autostrada A4 pobiegnie tym śladem, którym prowadzi aktualnie. W październiku 2023 r. złożono dwa wnioski o wydanie decyzji środowiskowych dla rozbudowy ok. 35-kilometrowego fragmentu autostrady A4 od Krzyżowej do Legnicy.

- Rozbudowa trasy jest podzielona na dwa zadania: pierwsze o długości ok. 14 km, które rozpoczyna się za węzłem Krzyżowa i kończy za węzłem Krzywa oraz drugie o długości ok. 21 km rozpoczynające się za węzłem Krzywa i kończące przed węzłem Legnica Południe - wyjaśnia Generalna Dyrekcja Dróg Krajowych i Autostrad. - Mamy już pierwszą decyzję środowiskową, na pierwsze zadanie, drugą planujemy uzyskać w I kwartale 2026 r. - dodaje zarządca drogi.



Od węzła Wrocław Wschód - Kąty Wrocławskie A4 pójdzie nowym śladem

Budowa naprzemienna

Co to oznacza dla użytkowników A4? Kiedy ruszą prace i jak bardzo skomplikują one życie kierowcom na obecnej drodze?

Generalna dyrekcja tłumaczy, że rozbudowę A4 rozpocznie od wybudowania nowej jezdni, która będzie przebiegać naprzemiennie - na północ i południe - od obecnego śladu A4 na odcinku Krzyżowa - Krzywa.

- Następnie ruch zostanie przełożony na nową jezdnię, jednak zanim to nastąpi, przebudujemy węzły drogowe i wybudujemy nowe obiekty inżynierskie. Następnie rozbierzemy starą nawierzchnię i wybudujemy drugą, nową jezdnię. Rozbudowa uwzględnia lokalne uwarunkowania i odsunięcie od zabudowy mieszkaniowej Krzyżowej i Szczytnicy - wyjaśniają drogowcy.

Rozbudowa trasy Krzyżowa - Legnica jest podzielona na dwa zadania: pierwsze o długości ok. 14 km i drugie o długości ok. 21 km.

A4 pomiędzy Krzyżową a Legnicą zostanie przebudowana tak, aby spełniała wszystkie wymogi dotyczące bezpieczeństwa ruchu drogowego. Zadanie planowane jest do realizacji w formule Projektuj i buduj w latach 2027-2029. Inwestycja wpisana jest do Rządowego Programu Budowy Dróg Krajowych do 2030 r. (z perspektywą do 2033 r.).

Od Krzyżowej do węzła Wrocław Wschód

Są też decyzje dotyczące przebiegu całego, przeznaczonego do przebudowy odcinka A4 na Dolnym Śląsku. Czyli od Krzyżowej po węzeł Wrocław Wschód.

Na odcinku od Krzyżowej przez Legnicę do Kostomłotów autostrada A4 będzie rozbudowywana w istniejącym śladzie. Oznacza to dobudowę trzeciego pasa ruchu w każdą stronę wraz z pasem awaryjnym, bez zmiany podstawowego przebiegu drogi. Projekt zakłada prędkość do 140 km/h i wzmocnioną nawierzchnię, przystosowaną do dużego ruchu ciężkiego.

- W 2026 r. planujemy dla tego odcinka złożyć wniosek o decyzję o środowiskowych uwarunkowaniach - mówi Magdalena Szumiata, rzeczniczka wrocławskiego oddziału GDDKiA.

Inaczej będzie w rejonie Wrocławia. Tam obecna A4 nie zostanie rozbudowana do 6 pasów dla ruchu tranzytowego. Zachowa obecny układ czterech pasów (po dwa w każdą stronę), ale zmieni swoją rolę. Po oddaniu nowej trasy A4, która pójdzie nowym śladem na odcinku Wrocław Wschód Kąty Wrocławskie, „stara A4" stanie się drogą obsługującą głównie ruch lokalny i regionalny, a w przyszłości będzie drogą wojewódzką.

Agnieszka Hajnowska nowym szefem MOPS

Edyta Golisz
Legnica

MOPS nie miał dyrektora od sierpnia ub. roku, gdy ze stanowiska odwołany został Jerzy Konopski. Agnieszka Hajnowska od 2005 r. pełniła funkcję kierownika Działu Świadczeń w MOPS.



FOT. MIASTO LEGNICA

Agnieszka Hajnowska zastąpiła na stanowisku dyrektora MOPS Jerzego Konopskiego

Agnieszka Hajnowska odpowiadała dotąd za całokształt procesu przyznawania i realizacji świadczeń, nadzór nad dokumentacją oraz koordynację pracy zespołów MOPS. Nowa dyrektorka posiada bogate doświadczenie w zakresie usług opiekuńczych, kontroli jakości świadczeń oraz rozliczeń finansowych.

- Gratulujemy objęcia stanowiska i życzymy wielu sukcesów oraz satysfakcji w realizacji zadań na rzecz mieszkanek i mieszkańców Legnicy - napisał w swoich mediach społecznościowych Maciej Kupaj, prezydent Legnicy.

W komunikacie urzędu miejskiego czytamy: Agnieszka Hajnowska konsekwentnie budowała swoją karierę zawodową w strukturach pomocy społecznej, przechodząc kolejne etapy pracy administracyjnej, co pozwoliło jej dobrze poznać zarówno realia funkcjonowania instytucji, jak i potrzeby osób korzystających ze wsparcia Ośrodka. Agnieszka Hajnowska dysponuje szeroką wiedzą z zakresu prawa socjalnego, prawa pracy, administracji publicznej oraz zarządzania. Jest absolwentką Uniwersytetu Wrocławskiego oraz studiów podyplomowych z zakresu prawa socjalnego i organizacji pomocy społecznej. Objęcie stanowiska dyrektorki MOPS w Legnicy ma zapewnić ciągłość działań, stabilność organizacyjną oraz dalszy rozwój lokalnego systemu pomocy społecznej.

Nowa pani dyrektor zastąpiła na stanowisku szefa legnickiego MOPS Jerzego Konopskiego, który kierował placówką przez 16 lat. Został odwołany ze stanowiska w sierpniu ub. roku przez władze Legnicy. Przyczyn odwołania ratusz nie podał do publicznej wiadomości.



FOT. POLICJA

LEGNICA

Zaginął. Jego zwłoki znaleziono koło torów w Rzeszotarach

36-letni Legniczanin ostatni raz kontaktował się z rodziną w poniedziałek (12.01). Potem ślad po nim zaginął. Był poszukiwany przez bliskich i policję. Niestety, mężczyzna nie żyje.
W środę (14 stycznia) po południu, w podlegnickich Rzeszotarach, w pobliżu torów kolejowych, znaleziono ciało mężczyzny. Zmarły został zidentyfikowany jako zaginiony Marcin S.
Śledztwo w tej sprawie prowadzi legnicka policja, pod nadzorem Prokuratury Rejonowej w Legnicy. EG

eprasa.pl 71f9b965c8

Bliski finał procesu adwokata. Sprawa toczy się już od 8 lat!

Edyta Golisz
Legnica

Zbigniew K., na którym ciąży 14 zarzutów, m.in. wyłudzenia od klientów 1,8 mln zł, usłyszy wyrok w swojej sprawie 9 lutego, zapewnia sąd.

Oskarżonego Zbigniewa K. nie było 12 stycznia na rozprawie w Sądzie Okręgowym w Legnicy. Przedstawił zwolnienie lekarskie. I choć złożył wniosek o przesunięcie terminu rozprawy, sędzia Andrzej Szliwa nie zgodził się na to.

Mowę końcową wygłosiła więc prokurator Celina Kurzydło, która domaga się dla mecenasa Zbigniewa K. 2 lat pozbawienia wolności w zawieszeniu na 5 lat, grzywny w wysokości 50 tys. zł, nawiązki na Fundusz Pomocy Pokrzywdzonym oraz Pomocy Postpenitencjarnej w wysokości 10 - letniego zakazu wykonywania zawodu adwokata i radcy prawnego oraz naprawienia szkód.

Na kolejnej rozprawie - prawdopodobnie już ostatniej - której termin sędzia Andrzej Szliwa wyznaczył na 9 lutego 2026 r., mowy końcowe będą mogli wygłosić: oskarżony mecenas Zbigniew K. oraz zasiadające z nim na ławie oskarżonych: Elżbieta W., dyrektorka ds. administracyjno - finansowych kancelarii Zbigniewa K. i Dorota Ś., główna księgowa.

Pani prokurator w mowie końcowej zażądała dla Elżbiety W. takiego samego wymiaru kary jak dla Zbigniewa K., z wyjątkiem zakazu wykonywania zawodu adwokata i radcy prawnego, ponieważ Elżbieta W. nie jest prawniczką. Natomiast dla księgowej Doroty Ś. zażądała 1 roku pozbawienia wolności w zawieszeniu na 2 lata.


FOT. EDYTA GOLISZ

Sędzia Andrzej Szliwa nie zgodził się na przesunięcie terminu styczniowej rozprawy

Prowadzący sprawę sędzia Andrzej Szliwa zapowiedział, że po wygłoszeniu mów końcowych, na tej samej rozprawie 9 lutego, sąd ogłosi wyrok. Będzie to „historyczna" chwila, ponieważ sprawa, w której mecenas Zbigniew K. jest głównym oskarżonym, trwa w sądzie od 2018 r. Legnicki adwokat ma postawionych 14 zarzutów, dotyczących m.in. przywłaszczenia ok. 1 mln 800 tys. zł, na szkodę 163 osób, m.in. klientów kancelarii oraz oszustw, usiłowania oszustw, posługiwania się fałszywymi dokumentami itp. Kancelaria Zbigniewa K. była niegdyś jedną z największych dolnośląskich kancelarii, specjalizujących się m.in. w odzyskiwaniu odszkodowań i wierzytelności.

Mecenas K. był zawieszony w prawach do wykonywania zawodu, ale został przywrócony do pełnienia obowiązków.

We wrześniu ub. roku dobiegł końca inny proces mecenasa Zbigniewa K., w którym adwokat został uniewinniony, ponieważ - zdaniem sądu - faktycznie wręczył koledze po fachu nie łapówkę, a... leki na potencję.

REKLAMA 0011464457

Prezydent Miasta Legnicy

ogłasza przetarg ustny nieograniczony dotyczący sprzedaży nieruchomości gruntowej.

Przedmiotem oferty przetargowej jest nieruchomość położona w Legnicy przy: ul. Poziomkowa nr 5, obręb Górka, działka nr: 153/14 o powierzchni 0,1419 ha, KW nr LE1L/00102395/6

Cena wywoławcza 220.000,00 zł + pod. VAT. Wadium 44.000,00 zł.

Przetarg odbędzie się 20.02.2026 r. o godz. 13.00 w Wydziale Aktywności Lokalnej i Promocji Miasta Legnica, Rynek 19.

Szczegółowych informacji na temat ww. nieruchomości udziela Wydział Gospodarki Nieruchomościami – Ewa Zając, tel. 767212-300 oraz organizacji przetargu - Wioletta Mazur, tel. 767212-310. Pełne ogłoszenie zamieszczono na www.legnica.eu. w Biuletynie Informacji Publicznej oraz wywieszono na tablicy ogłoszeń Urzędu Miasta Legnica, Pl. Słowiański 8.

REKLAMA 0011464501

Wójt Gminy Ruja
informuje,
iż w siedzibie Urzędu Gminy w dniu 20 stycznia 2026 r. został wywieszony wykaz nieruchomości przeznaczonej do oddania w najem: lokal użytkowy położony w Rui nr 18a o pow. 7,65 m².

REKLAMA 0011464500

GMINA RUJA

Wójt Gminy Ruja informuje, iż w dniu 20.01.2026 r. w siedzibie Urzędu Gminy Ruja zostało podane do publicznej wiadomości ogłoszenie o I przetargu ustnym nieograniczonym na sprzedaż nieruchomości położonych w granicach działek: nr **64/2** obr. **Rogoźnik** o pow. 0,0397 ha, nr **303/6** obr. **Ruja** o pow. 0,0740 ha, nr **82/1** obr. **Usza** o pow. 0,3106 ha.

AUTOREKLAMA

strefa AGRO

Grunt to biznes.
strefaagro.pl

Szukają właścicieli skradzionych rzeczy

Edyta Golisz
Legnica

Mszyna dopisania, hulajnoga, wkręty, słoiki z jakimiś substancjami, plecak, metalowy wózek, eklektronarzędzia. Do kogo to należy?

Komenda Powiatowa Policji w Jaworze opublikowała zdjęcia rzeczy zabezpieczonych 5 stycznia br. na ul. Dąbrowskiego, które są przedmiotem postępowania w sprawie m.in. kradzieży z włamaniem do piwnic i komórek.

Zobacz zdjęcia, które publikujemy w naszej galerii na legnica.naszemiasto.pl. Może któryś z przedmiotów należy do ciebie?

Policjanci ujawnili w czasie prowadzonych czynności metalowy wózek z wieloma przedmiotami, w tym elektronarzędziami oraz innymi skradzionymi rzeczami.

Jeżeli rozpoznajesz te przedmioty jako swoją własność i zgłosiłeś ich zaginięcie w tym okresie, jaworska policja prosi o kontakt.

Gdzie można się zgłaszać?

- do Komendy Powiatowej Policji w Jaworze, pokój nr 39, Wydział Dochodzeniowo-Śledczy, funkcjonariusz mł.asp. Kamil Fajkiela

- telefonicznie - nr 47 87 45 286



FOT. POLICJA

Wśród odzyskanych przedmiotów jest stara maszyna do pisania, możliwe, że dla kogoś to cenna pamiątka

Chojnów inwestuje w obronę cywilną

Redakcja
Legnica

W ramach Rządowego Programu Ochrony Ludności i Obrony Cywilnej, do miasta trafił specjalistyczny sprzęt o wartości ponad 1,2 mln zł.

W ramach doposażenia obrony cywilnej dla Chojnowa zakupiono głównie sprzęt. Oto pełna lista:

1. Mobilny agregat prądotwórczy o mocy 275 kVA - 220 kW - 159 875,40 zł
2. Mobilny agregat prądotwórczy o mocy 200 kVA - 158 055,00 zł
3. Mobilna stacja uzdatniania wody SAS2500 wyd. 500-1000 l/h - 129 150,00 zł
4. Koparko - ładowarka - 488 310,00 zł
5. Wywrotka- miejski samochód ciężarowy - 159 777,00 zł
6. Wózek podnośnikowy elektryczny - 51 352,50 zł
7. Przyczepa samochodowa - 29 991,00 zł
8. Przemysłowe osuszacze powietrza - 3 szt. - 4 867,11 zł
9. Rękawy przeciwpowodziowe - 200 m - 13 468,50 zł
10. Zestaw urządzeń radiowych do centrali sterowania syrenami - 6492,61 zł

Ponadto zorganizowano szkolenie zasadnicze z zakresy OLiOC dla pracowników urzędu i jednostek podległych - 46 osób - 22 500,00 zł; wydano też ulotki edukacyjne, które w przystępny sposób wyjaśniają zasady zachowania się w obliczu zagrożeń.- 2715 szt. - 2 671,56 zł.

Sprzęt i szkolenia w razie zagrożenia pozwolą na samodzielne i skuteczne działanie lokalnych służb.



FOT. MIASTO CHOJNÓW/FB

Do Chojnowa trafił m.in. wózek podnośnikowy

eprasa.pl 71f9b965c8

LEGNICA CZYM DOKŁADNIE BĘDZIE SIĘ ZAJMOWAĆ NOWA PORADNIA, KIEDY WARTO SIĘ DO NIEJ ZGŁOSIĆ?

W szpitalu Poradnia Chirurgii Naczyniowej

Edyta Golisz
Legnica

19 stycznia rozpoczęła oficjalnie działalność Poradnia Chirurgii Naczyniowej w Wojewódzkim Szpitalu Specjalistycznym w Legnicy.

- Nowa poradnia to ważny krok w rozwoju opieki specjalistycznej nad osobami z chorobami naczyń, zarówno tętniczymi, jak i żylnymi - informuje Wojewódzki Szpital Specjalistyczny w Legnicy.

Poradnia Chirurgii Naczyniowej mieści się na I piętrze Wojewódzkiego Szpitala Specjalistycznego, w obrębie Poradni Specjalistycznych.

Czym dokładnie będzie się zajmować nowa poradnia, kiedy warto się do niej zgłosić, jacy lekarze będą tam przyjmować?

Poradnia zapewni kompleksową opiekę ambulatoryjną, obejmującą m.in.:

diagnostykę i leczenie chorób naczyń obwodowych, oraz zaburzeniami żylnymi i limfatycznymi, ranami trudno gojącymi się i owrzodzeniami, bólami nóg o podłożu naczyniowym, potrzebą oceny ryzyka przed zabiegami kardiologicznymi lub ortopedycznymi, konieczności kontroli po zabiegach naczyniowych.

aorty, żył głębokich oraz zaburzeń hemodynamicznych,

kwalifikację do zabiegów chirurgicznych i endowaskularnych oraz opiekę po procedurach naczyniowych,

konsultacje w zakresie żylaków, niedokrwienia kończyn oraz przewlekłych chorób tętnic,

kontrole po zabiegach naczyniowych i prowadzenie leczenia utrwalającego.

Poradnia nawiązała współpracę z doświadczonym zespołem chirurgów naczyniowych, radiologów, fizjoterapeutów oraz pielęgniarek, specjalizujących się w opiece nad pacjentami z chorobami układu naczyniowego.

Kiedy warto się zgłosić do legnickiej Poradni Chirurgii Naczyniowej?

Z konsultacji skorzystają m.in. pacjenci z: podejrzeniem lub rozpoznaniem przewlekłego niedokrwienia kończyn (chromanie przestankowe), tętniakami i innymi poszerzeniami naczyń, żylakami, obrzękami nóg oraz pielęgniarek, specjalizujących się w opiece nad pacjentami z chorobami układu naczyniowego. Lekarze przyjmujący w Poradni Chirurgii Naczyniowej:



FOT. TOMASZ GOLA

W nowej poradni pomoc uzyskają m.in. osoby z bólami nóg o podłożu naczyniowym

REJESTRACJA I KONTAKT:

Niezbędne jest skierowanie do poradni chirurgii naczyniowej, kod 1530
rejestracja telefoniczna - nr 76 721 17 35
mailowa: rej.por.chir.naczyniowej@szpital.legnica.pl (odpowiedzi na e-maile udzielane są każdego dnia rano - przed rozpoczęciem pracy rejestracji - oraz po jej zakończeniu).
on-line: https://mpi.szpital.legnica.pl/mpi/app/#/login

- dr n. med. Maciej Malinowski - specjalista chirurgii naczyniowej,
- dr n. med. Krzysztof Jacyna - specjalista chirurgii naczyniowej,
- dr n. med. Marcin Merenda - specjalista chirurgii naczyniowej,
- dr n. med. Piotr Barć - specjalista chirurgii naczyniowej.

REKLAMA 0011464455

Prezydent Miasta Legnicy

ogłasza przetarg ustny nieograniczony dotyczący sprzedaży nieruchomości gruntowej.

Przedmiotem oferty przetargowej jest nieruchomość położona w Legnicy przy: ul. Poziomkowa nr 1F, obręb Górka, działka nr 153/13 o powierzchni 0,0995 ha wraz z 1/6 udziału w działce nr 153/9 o powierzchni 0,1061 ha. KW nr LE1L/00102394/9 i KW nr LE1L/00101550/4

Cena wywoławcza 194.000,00 zł + pod. VAT. Wadium 38.000,00 zł.

Przetarg odbędzie się 20.02.2026 r. o godz. 12.30 w Wydziale Aktywności Lokalnej i Promocji Miasta, Legnica, Rynek 19.

Szczegółowych informacji na temat ww. nieruchomości udziela Wydział Gospodarki Nieruchomościami – Ewa Zając, tel. 76/72-12-300 oraz organizacji przetargu – Wioletta Mazur, tel. 76/72-12-310. Pełne ogłoszenie zamieszczono na www.legnica.eu w Biuletynie Informacji Publicznej oraz wywieszono na tablicy ogłoszeń Urzędu Miasta Legnica, Pl. Słowiański 8.

REKLAMA 0011464448

Prezydent Miasta Legnicy

ogłasza przetarg ustny nieograniczony dotyczący sprzedaży nieruchomości gruntowej.

Przedmiotem oferty przetargowej jest nieruchomość położona w Legnicy przy: ul. Poziomkowa nr 1E, obręb Górka, działka nr 153/11 o powierzchni 0,1084 ha wraz z 1/6 udziału w działce nr 153/9 o powierzchni 0,1084 ha. KW nr LE1L/00101549/4 i KW nr LE1L/00101550/4

Cena wywoławcza 224.000,00 zł + pod. VAT. Wadium 44.000,00 zł.

Przetarg odbędzie się 20.02.2026 r. o godz. 12.00 w Wydziale Aktywności Lokalnej i Promocji Miasta, Rynek 19.

Szczegółowych informacji na temat ww. nieruchomości udziela Wydział Gospodarki Nieruchomościami – Ewa Zając, tel. 76/72-12-300 oraz organizacji przetargu – Wioletta Mazur, tel. 76/72-12-310. Pełne ogłoszenie zamieszczono na www.legnica.eu w Biuletynie Informacji Publicznej oraz wywieszono na tablicy ogłoszeń Urzędu Miasta Legnica, Pl. Słowiański 8.

REKLAMA 0011464441

Prezydent Miasta Legnicy

ogłasza przetarg ustny nieograniczony dotyczący sprzedaży nieruchomości niezabudowanej położonej w Legnicy przy Al. Czerwonych Maków

Przedmiotem oferty przetargowej jest nieruchomość położona w Legnicy przy Al. Czerwonych Maków, działka nr 614/10 o powierzchni 848 m², obręb Przybków. KW LE1L/00104580/4.

Cena wywoławcza 230.000,00 zł + pod. VAT. Wadium 46.000,00 zł.

Przetarg odbędzie się 20.02.2026 r. o godz.10.00 w Wydziale Aktywności Lokalnej i Promocji Miasta, ul. Rynek 19.

Szczegółowych informacji na temat ww. nieruchomości udziela Wydział Gospodarki Nieruchomościami – Ewa Zając, tel. 76 72 12 300 oraz organizacji przetargu - Wioletta Mazur, tel. 76 72 12 310. Pełne ogłoszenie zamieszczono na www.legnica.eu. w Biuletynie Informacji Publicznej oraz wywieszono na tablicy ogłoszeń Urzędu Miasta Legnica, Pl. Słowiański 8.

REKLAMA 0011464443

Prezydent Miasta Legnicy

ogłasza przetarg ustny nieograniczony dotyczący sprzedaży nieruchomości gruntowej.

Przedmiotem oferty przetargowej jest nieruchomość położona w Legnicy przy: ul. Poziomkowa nr 1C, obręb Górka, działka nr: 153/4 o powierzchni 0,0842 ha wraz z 1/6 udziału w działce nr 153/9 o powierzchni 0,1061 ha. KW nr LE1L/00101544/9 i KW nr LE1L/00101550/4

Cena wywoławcza 174.000,00 zł + pod. VAT. Wadium 34.000,00 zł.

Przetarg odbędzie się 20.02.2026 r. o godz. 11.00 w Wydziale Aktywności Lokalnej i Promocji Miasta Legnica, Rynek 19.

Szczegółowych informacji na temat ww. nieruchomości udziela Wydział Gospodarki Nieruchomościami – Ewa Zając, tel. 767212-300 oraz organizacji przetargu - Wioletta Mazur, tel. 767212-310. Pełne ogłoszenie zamieszczono na www.legnica.eu. w Biuletynie Informacji Publicznej oraz wywieszono na tablicy ogłoszeń Urzędu Miasta Legnica, Pl. Słowiański 8.

REKLAMA 0011464438

Prezydent Miasta Legnicy

ogłasza przetarg ustny nieograniczony dotyczący sprzedaży nieruchomości gruntowej

położonej w Legnicy przy ul. Wielogórskiej obręb Przybków, działka nr: 988/2 o powierzchni 0,1008 ha KW nr LE1L/00108285/4

Cena wywoławcza 190.000,00 zł + pod. VAT. Wadium 38.000,00 zł.

Przetarg odbędzie się 20.02.2026 r. o godz. 10.30 w Wydziale Aktywności Lokalnej i Promocji Miasta Legnica, ul. Rynek 19.

Szczegółowych informacji na temat ww. nieruchomości udziela Wydział Gospodarki Nieruchomościami – Ewa Zając, tel. 76 72 12 300, oraz organizacji przetargu - Wioletta Mazur, tel. 76 72 12 301. Ogłoszenie zamieszczono na www.legnica.eu. w Biuletynie Informacji Publicznej oraz wywieszono na tablicy ogłoszeń Urzędu Miasta Legnica.

REKLAMA 0011464445

Prezydent Miasta Legnicy

ogłasza przetarg ustny nieograniczony dotyczący sprzedaży nieruchomości gruntowej.

Przedmiotem oferty przetargowej jest nieruchomość położona w Legnicy przy: ul. Poziomkowa nr 1D, obręb Górka, działka nr: 153/8 o powierzchni 0,1260 ha wraz z 1/6 udziału w działce nr 153/9 o powierzchni 0,1061 ha. KW nr LE1L/00101552/8 i KW nr LE1L/00101550/4

Cena wywoławcza 224.000,00 zł + pod. VAT. Wadium 44.000,00 zł.

Przetarg odbędzie się 20.02.2026 r. o godz. 11.30 w Wydziale Aktywności Lokalnej i Promocji Miasta Legnica, Rynek 19.

Szczegółowych informacji na temat ww. nieruchomości udziela Wydział Gospodarki Nieruchomościami – Ewa Zając, tel. 767212-300 oraz organizacji przetargu - Wioletta Mazur, tel. 767212-310. Pełne ogłoszenie zamieszczono na www.legnica.eu. w Biuletynie Informacji Publicznej oraz wywieszono na tablicy ogłoszeń Urzędu Miasta Legnica, Pl. Słowiański 8.

eprasa.pl 71f9b965c8

REKLAMA 0011463537

Prezydent Miasta Legnicy
Plac Słowiański 8, 59-220 Legnica

Legnica dnia 13.01.2026 r.

PAB.6740.301.2025.VII

OBWIESZCZENIE
PREZYDENTA MIASTA LEGNICY

Na podstawie art. 11d ust. 5 ustawy z dnia 10 kwietnia 2003 r. *o szczególnych zasadach przygotowania i realizacji inwestycji w zakresie dróg publicznych* (tekst jednolity Dz.U. z 2024 r., poz. 311) oraz art. 49 ustawy z dnia 14 czerwca 1960 r. *Kodeks postępowania administracyjnego* (tekst jednolity: Dz.U. z 2025 r., poz. 1691),

zawiadamiam
o wszczęciu postępowania administracyjnego
w sprawie wydania decyzji o zezwoleniu na realizację
inwestycji drogowej,

na wniosek Zarządcy Drogi – Prezydenta Miasta Legnicy z dnia 30.12.2025 r., z siedzibą w Legnicy, Plac Słowiański 8, reprezentowanego przez pełnomocnika Alana Grabowskiego wszczęto postępowanie administracyjne w sprawie wydania **decyzji o zezwoleniu na realizacje inwestycji drogowej pod nazwą: „Przebudowa wraz z rozbudową ul. Iwaszkiewicza w Legnicy (droga powiatowa nr 2178D), budowa kanału technologicznego oraz przebudowa kanalizacji deszczowej i oświetlenia ulicznego".**

Wykaz działek zlokalizowanych w liniach rozgraniczających teren inwestycji przechodzących pod pas drogowy – zajęcie stałe:

- **1930**, **1055/21, 1265/5, 1847, 1265/26** - (z podziału działki nr 1265/25), **1298, 1841/6, 1058/5, 1895, 1312/1** - (z podziału działki nr 1312), **1842/4**, **1301/3, 1302/1, 9/12**

obręb 026201_1.0038 Piekary Osiedle.

Wykaz działek położonych poza liniami rozgraniczającymi teren inwestycji, z których korzystanie będzie ograniczone – zajęcie czasowe:

- **1265/27** - (z podziału działki nr 1265/25), **obręb 026201_1.0038 Piekary Osiedle.**

Zgodnie z art. 49 § 2kpa, wskazuję dzień **20 stycznia 2026 r**. - data ukazania się obwieszczenia na tablicy ogłoszeń, na stronie internetowej Biuletynu Informacji Publicznej Urzędu Miasta Legnicy, jako ten, w którym nastąpiło publiczne obwieszczenie.

W związku z powyższym informuję, stosownie do przepisu art. 49 *Kpa*, że niniejsze zawiadomienie po upływie 14 dni od dnia publicznego ogłoszenia, tj. od daty ukazania się obwieszczenia na tablicy ogłoszeń, na stronie internetowej Biuletynu Informacji Publicznej Urzędu Miasta Legnicy, uważa się za dokonane ze skutkiem prawnym z dniem **3 lutego 2026 r.**

Jednocześnie informuję, iż strony mogą się zapoznać z wnioskiem oraz z materiałami dotyczącymi przedmiotowej sprawy w Urzędzie Miasta Legnicy, plac Słowiański 8 (biuro obsługi klienta na parterze) w godzinach pracy Urzędu, oraz składać ewentualne uwagi i wnioski w terminie 7 dni od daty doręczenia niniejszego obwieszczenia.

REKLAMA 0011463642

Legnicka Spółdzielnia Mieszkaniowa w Legnicy przy ul. Gwiezdnej 8

ogłasza

przetarg na uzyskanie prawa odrębnej własności do lokali mieszkalnych:

Mieszkanie przy ul. **Biegunowej 12 m. 14** o pow. użytkowej **44,75** m², 2 pokoje, kuchnia, łazienka z w.c., przedpokój – IV piętro – cena mieszkania **243.700,00** zł.

Przedmiotem przetargu będzie jednorazowa wpłata na działalność statutową LSM

– cena wywoławcza **3.000** zł + cena mieszkania.

Przetarg odbędzie się **3.02.2026 r.** o godz. **10.00** w biurze Spółdzielni, pokój 104.

Bliższych informacji udziela dział członkowsko-mieszkaniowy LSM, pok. 2, tel. 76/723 09 90 wew. 151.

Oferowany do przetargu lokal mieszkalny można oglądać **2.02.2026 r.** w godz. **10.00-10.30**.

Przetarg może być unieważniony bez podania przyczyny.

Osobie wygrywającej przetarg wpłacone wadium zostanie zaliczone na poczet wkładu budowlanego. Pozostałym osobom wadium zostanie zwrócone.

Przetarg może zostać unieważniony bez podania przyczyny.

Co się dzieje z Jarmarkiem Staroci? Wymiana oświadczeń ratusza i TPL

Edyta Golisz
Legnica

W styczniu Jarmark Staroci, który gromadzi w Rynku kilkuset handlowców z regionu, a nawet kraju i przyciąga tysiące odwiedzających oraz kupujących, został odwołany. Jaki będzie jego los?



FOT. PIOTR KRZYŻANOWSKI

Jarmark Staroci organizowany jest w Legnicy od 2003 roku



FOT. AUTOR

Problem publicznie pojawił się 11 stycznia. W tym dniu prezes Towarzystwa Miłośników Legnicy PRO LEGNICA Agnieszka Pacanowska -Cholewińska powiedziała nam: - Z przyczyn organizacyjnych jutrzejszy Jarmark Staroci zostaje odwołany, aktualnie prowadzimy prace nad zmianami organizacyjnymi oraz nowym regulaminem, ten w lutym powinien się odbyć.

Wokół odwołania jarmarku, który miał się odbyć 12 stycznia pojawiło się wiele komentarzy i nieporozumień. W ostatnich dniach w tej sprawie ukazały się dwa oświadczenia - urzędu miejskiego i organizatora Jarmarku Staroci, czyli Towarzystwa Przyjaciół Legnicy ProLegnica.

Oto treść oświadczenia legnickiego magistratu:

Jarmark Staroci w lutym odbędzie się zgodnie z tradycją. To ważny element miejskiego kalendarza, dlatego już dziś Miasto Legnica zaprasza mieszkańców oraz wystawców do udziału w wydarzeniu w przyszłym miesiącu.

Liczymy na to, że organizatorem jarmarku będzie TML PRO Legnica. Jeśli jednak dotychczasowy Organizator - TML ponownie nie będzie w stanie go przygotować, miasto zapewni organizację wydarzenia, tak aby jarmark mógł się odbyć zgodnie z planem.

W tej sprawie zaprosiliśmy przedstawicieli TML PRO Legnica na spotkanie i czekamy na wyjaśnienie sytuacji. O kolejnych ustaleniach będziemy informować na bieżąco. Liczymy na pozytywne zakończenie tej sprawy.

Po oświadczeniu ratusza głos zabrało TM:

W związku z pojawiającymi się publikacjami i komentarzami dotyczącymi braku styczniowej edycji Jarmarku Staroci, Towarzystwo Miłośników Legnicy pro Legnica przedstawia swoje stanowisko.

Towarzystwo Miłośników Legnicy nie zwlekało i nie zwleka z dopełnianiem formalności związanych z organizacją Jarmarku Staroci. Od dłuższego czasu prowadzimy rozmowy i uzgodnienia dotyczące zmian organizacyjnych, które mają wpływ na sposób przygotowania wydarzenia oraz jego ramy formalne.

Prowadzone prace mają na celu uwzględnienie zmian administracyjnych, które wpływają m.in. na sposób składania wniosków, zakres odpowiedzialności organizatora, aspekty bezpieczeństwa wydarzenia oraz zapisy regulaminu, które muszą być spójne z obowiązującymi i planowanymi rozwiązaniami. Proces ten obejmuje uzgodnienia prowadzone na kilku poziomach, z udziałem Urzędu Miasta, Zarządu Dróg Miejskich oraz Towarzystwa Miłośników Legnicy.

TML: Towarzystwo Miłośników Legnicy nie zwlekało i nie zwleka z dopełnianiem formalności związanych z organizacją Jarmarku.

W toku tych ustaleń konieczne było uwzględnienie dodatkowych kwestii formalnych, co wpłynęło na wydłużenie procesu uzyskania wymaganych decyzji administracyjnych. W konsekwencji nie było możliwe uzyskanie pozwolenia na organizację jarmarku w styczniowym terminie.

Mając na uwadze odpowiedzialność wobec kupców, wystawców i odwiedzających, podjęliśmy decyzję o czasowym wstrzymaniu wydarzenia do momentu ustalenia i zatwierdzenia jasnych zasad organizacyjnych oraz nowego regulaminu.

Jarmark Staroci od lat jest ważnym elementem życia miasta i zależy nam na jego kontynuacji w stabilnej, przejrzystej formule. Jednocześnie apelujemy o rzetelność w przekazywaniu informacji oraz unikanie niepotwierdzonych interpretacji w przestrzeni internetowej.

O terminie kolejnej edycji poinformujemy po zakończeniu trwających uzgodnień - czytamy w stanowisku TML.

Jarmark Staroci organizowany jest przez Towarzystwo Miłośników Legnicy „PRO LEGNICA" od września 2003 r. Początkowo w imprezie brało udział 20-30 wystawców, jarmark sukcesywnie się rozwija i obecnie w zależności od pogody liczba wystawców biorących udział dochodzi do ponad 200 stoisk.

Mamy nadzieję, że strony dojdą do porozumienia w sprawach organizacyjno - formalnych i Jarmark Staroci powróci na stałe do kalendarza comiesięcznych wydarzeń w naszym mieście.

eprasa.pl 71f9b965c8

Więził kobietę przez cztery lata. Usłyszy wyrok

Grażyna Szyszka, EGO
Legnica

W legnickim sądzie kończy się proces w głośnej sprawie oprawcy z podgłowskich Gaików. Mężczyzna więził swoją ofiarę i znęcał się nad nią.


FOT. TVP 3

Oskarżony nie wyraził skruchy i nie miał wyrzutów sumienia

Dobiega końca proces w szokującej sprawie z Gaików pod Głogowem, gdzie w jednym z zabudowań gospodarczych oprawca miał przez 4 lata więzić, wielokrotnie gwałcić i bić i 32- letnią dziś kobietę. Jeszcze w styczniu przed Sądem Okręgowym w Legnicy może zapaść wyrok w tej sprawie. Mateuszowi J. (37 .l) grozi do 30 lat więzienia.

Dramat, który przez kilka lat rozgrywał się w centrum małej wsi w gminie Jerzmanowa, zszokował całą Polskę. Do czynów, o które Mateusz J. został oskarżony, miało dochodzić od lipca 2020 roku do 27 sierpnia 2024 r. Od półtora roku mężczyzna przebywa w areszcie.

Proces ruszył w czerwcu 2025 roku. Na świadków wezwano w sumie 35 osób. Zeznawała m.in. matka i siostra ofiary, a także matka oskarżonego.

- Ojciec Mateusza J. ze względu na stan zdrowia odmówił zeznań - informuje Liliana Łukasiewicz, rzeczniczka Prokuratury Okręgowej w Legnicy.

W czasie całego procesu oskarżony utrzymywał, że wszystko, co działo się w przydomowej komórce odbywało się za zgodą Małgorzaty. Mężczyzna nie wyraził skruchy i nie miał żadnych wyrzutów sumienia.

Na wolności Mateusz J. popełni podobne przestępstwo?

Według opinii biegłych psychiatry i psychologa, Mateusz J. w momencie popełnienia przestępstwa był poczytalny. Nie jest on upośledzony, a w krytycznym czasie nie był chory psychicznie.

- Biegli stwierdzili też, że Mateusz J. posiada cechy psychopatyczne o głęboko zaburzonej osobowości. Wykazuje postawę skrajnie egocentryczną i egoistyczną, a pokrzywdzoną traktował całkowicie przedmiotowo i instrumentalnie. Oskarżony zupełnie nie liczy się uczuciami innych osób - informuje o wynikach opinii specjalistów Liliana Łukasiewicz, rzeczniczka Prokuratury Okręgowej w Legnicy.

Biegli dodali, iż istnieje duże prawdopodobieństwo, że oskarżony, gdy wyjdzie na wolność popełni podobne przestępstwo.

Mowy końcowe stron zaplanowano na 21 stycznia i być może wówczas Mateusz J. usłyszy wyrok.

Ofiara nie brała udziału w procesie

Sama pokrzywdzona nie brała udziału w procesie. Przed sądem była przesłuchana tylko raz, podczas postępowania przygotowawczego. Zrobiono to w odpowiednich warunkach i w pokoju z udziałem psychologów. Nie przesłuchiwano jej ponownie, aby oszczędzić jej kolejnej traumy.

Po tym, jak sprawa wyszła na jaw Małgorzata trafiła pod opiekę specjalistycznego ośrodka.

Pochodząca z Leszna kobieta nie utrzymuje kontaktu z rodziną. Nie ma też praw do dwójki dzieci, które urodziła jeszcze przed poznaniem Mateusza J. Wychowuje je jej matka.

Przypomnijmy: Horror kobiety miał trwać cztery lata. Małgorzata z Leszna poznała swojego kata przez internet w 2019 roku i przyjechała do Mateusza J., ale zamiast do domu trafiła do ciemnej i zimnej komórki. Tam kobieta była bita, gwałcona, zastraszana i głodzona. Gdy w sierpniu 2024 roku trafiła do głogowskiego szpitala z urazem barku, odważyła się wreszcie wołać o pomoc. Po tym, jak sprawa wyszła na jaw rodzice mężczyzny oraz sąsiedzi twierdzili, że nic nie widzieli i nic nie słyszeli.

Po aresztowaniu Mateusz J. złożył wyjaśnienia, ale nie przyznał się do winy. Najpierw usłyszał zarzut pozbawienia wolności połączony ze szczególnym udręczeniem. Jednak w lutym ubiegłego roku Prokuratura Okręgowa w Legnicy zmieniła mężczyźnie zarzuty na surowsze. Jest on oskarżony o przestępstwo znęcania się nad drugim człowiekiem ze szczególnym udręczeniem za co grozi od 5 do 30 lat więzienia.

Rozdają ciepłe napoje, jedzenie i ubrania

Piotr Krzyżanowski
Legnica

Osoby w kryzysie bezdomności czy uzależnione mogą liczyć w Legnicy m.in. na spotkania, podczas których otrzymują ciepłe posiłki czy ubrania.


FOT. PIOTR KRZYŻANOWSKI

W każdy poniedziałek i wtorek bezdomni mogą uzyskać wsparcie Kościoła Zielonoświątkowego „Anastasis”

Spotkania dla bezdomnych organizuje Kościół Zielonoświątkowy „Anastasis” w Legnicy, w ramach programu Coffee House Legnica. Odbywają się w każdy poniedziałek o godz. 17.30 „pod chmurką” - na Alei Platanowej (róg ulic Pocztowej i Libana) i w każdy wtorek, także o godz. 17.30, w budynku przy ul. Pobożnego 7A, wejście od ul. Przeskok. - Spotkania są skierowane do osób będących w kryzysie bezdomności czy uzależnionych. Są legnicką częścią większego programu Coffee House. Celem programu jest wyjście do osób potrzebujących, motywowanie ich do do zmiany życia, ale też pomoc czysto praktyczna. Zapraszamy na ciepłe posiłki, napoje, słodycze. W mrozy rozdajemy bezpłatnie odzież: kurtki, czapki, szaliki. Zapraszamy wszystkich potrzebujących na nasze spotkania - mówi Marta Lechendro, która wraz z mężem Arkadiuszem prowadzi Coffee House Legnica oraz Jadłodzielnię. Placówka ta znajduje się na styku ulic Chrobrego i Przeskok. Osoby potrzebujące mogą korzystać z niej przez całą dobę.

REKLAMA 0011463089

GPI.6840.19-34.2025

BURMISTRZ PRZEMKOWA
ogłasza

I ROKOWANIA na sprzedaż:

1) lokalu mieszkalnego położonego w Przemkowie przy ul. Nowej 5/1 na działce oznaczonej numerem geodezyjnym 548/1 o powierzchni 107 m², KW LE1G/00035225/8.
Powierzchnia użytkowa lokalu: **30,95 m²**
Cena wywoławcza: **45.000,00 zł**
Zaliczka: **2.250,00 zł**

2) lokalu mieszkalnego położonego w Przemkowie przy ul. Zamkowej 3/4 na działce oznaczonej numerem geodezyjnym 523 o powierzchni 720 m², KW LE1G/00031469/2.
Powierzchnia użytkowa lokalu: **20,18 m²**
Cena wywoławcza: **48.000,00 zł**
Zaliczka: **2.400,00 zł**

Rokowania odbędą się w dniu 20 lutego 2026 r. o godz. 9.00 (ul. Nowa 5/1), **9.30** (ul. Zamkowa 3/4) w siedzibie Urzędu Miejskiego w Przemkowie przy ul. Plac Wolności 25 – sala sesyjna (pokój nr 27).

Uczestnicy rokowań powinni wpłacić zaliczkę najpóźniej do dnia **16 lutego 2026 r.** na konto Urzędu Miejskiego w Przemkowie nr 67 1610 0048 2000 0500 0101 0015 w SGB-Bank S.A. Przemków z podaniem położenia lokalu w tytule wpłaty oraz złożyć pisemne zgłoszenie udziału w rokowaniach.

Pełną informację dotyczącą nieruchomości oraz rokowań zawiera ogłoszenie wywieszone na tablicy ogłoszeń w siedzibie Urzędu Miejskiego w Przemkowie przy ul. Plac Wolności 25 oraz na stronie internetowej Biuletynu Informacji Publicznej Urzędu Miejskiego w Przemkowie (https://umprzemkow.bip.gov.pl zakładka: Przetargi - sprzedaż).

Dodatkowe informacje można uzyskać w pokoju nr 30 tut. Urzędu lub telefonicznie 76 83 20 480.

Burmistrz Przemkowa zastrzega sobie prawo odwołania rokowań z ważnych powodów oraz prawo zamknięcia rokowań bez wybrania nabywcy nieruchomości.

BURMISTRZ
Jerzy Szczupak

REKLAMA 0011459126



Stacja demontażu pojazdów | Czarkowo 16 | 64-125 Poniec

eprasa.pl 71f9b965c8





FOT. PIOTR KRZYŻANOWSKI

Nadchodzi 34. Finał WOŚP. Sprawdź program: co będzie się działo w piątek i niedzielę

Piotr Krzyżanowski
Legnica

Legnica przygotowuje się na najgorętszy weekend stycznia. W piątek i niedzielę miasto po raz kolejny zagra z Wielką Orkiestrą Świątecznej Pomocy. Zobacz zdjęcia z WOŚP 2025.

Tegoroczny, 34. Finał WOŚP, odbywa się pod hasłem wsparcia diagnostyki i leczenia chorób przewodu pokarmowego u najmłodszych pacjentów. i zapowiada się wyjątkowo intensywnie - z koncertami, licytacjami, atrakcjami dla całych rodzin oraz wydarzeniami sportowymi. Szczegóły poniżej.

Organizatorem 34. Finału WOŚP w Legnicy jest Fundacja Queen Scarlet, a koordynacją całego przedsięwzięcia zajmują się dwa sztaby: Sztab nr 2285, prowadzony przez ZHP 21 we współpracy z Fundacją Queen Scarlet, oraz Sztab nr 5576, prowadzony przez Organizację Harcerską Pro Mundi.

Koncertowy piątek – 23 stycznia

Finałowe granie rozpocznie się w piątek, 23 stycznia, koncertem w Sali Koncertowej Spiżarnia. Start o godz. 19:00.

Na scenie wystąpią: Gabriel Fleszar, Kebz, Royal Beggars, BSK.

Podczas tego wydarzenia zaplanowano także WOŚP-owe aukcje, a wejście możliwe będzie za wrzut do puszki.

Wielki finał w Galerii Piastów – 25 stycznia

Kulminacja 34. Finału WOŚP w Legnicy odbędzie się w niedzielę, 25 stycznia, w Galerii Piastów. Atrakcje rozpoczną się już od godz. 10:00, a występy sceniczne i licytacje wystartują o godz. 13:00.

W programie m.in.: występy artystyczne: GO FIT, Gold Art, grupy taneczne MCK, Diamond Dance, Bractwo Rycerskie, występy dzieci i młodzieży, w tym Miejskie Przedszkole nr 6 w Legnicy oraz Państwowa Szkoła Muzyczna I stopnia im. W. Lutosławskiego z Bolesławca, Legnicka Spółdzielnia Komediowa - stand-up / impro, licytacje na żywo.

Dodatkowe atrakcje

W Galerii Piastów na uczestników czekać będą także strefa VR i gamingu (wirtualna rzeczywistość, konsole i sprzęt retro), pokazy druku 3D i robotyki LEGO, atrakcje dla dzieci: malowanie twarzy, tatuaże brokatowe, warsztaty plastyczne, gry zręcznościowe, Just Dance, Akademia Piotrusia Pana, strefa zdrowia: analiza składu ciała, porady dietetyczne, pomiary ciśnienia i cukru, badania wzroku, nauka pobierania krwi (fantom), pierwsza pomoc i test higieny rąk UV, bazarek z domowymi ciastami, rękodziełem i gadżetami.

Imprezy towarzyszące

W ramach finału odbędą się również:

- XII Legnicki Bieg i Marsz z Serduszkiem, nurkowanie na „Delfinku", morsowanie.
- O godz. 20:00 tradycyjnie zaplanowano „Światełko do nieba".
- Dodatkowo, od 19 do 23 stycznia, w legnickich szkołach średnich odbędą się minifinały WOŚP.

Zachęcamy i zapraszamy, by być częścią tego wydarzenia. Wszyscy gramy z WOŚP!





eprasa.pl 71f9b965c8





ZDJĘCIA PIOTR KRZYŻANOWSKI

Spotkanie Przyjaciół Fundacji ESPA. Przyjechało 280 osób



Piotr Krzyżanowski
Legnica

W Hotelu Qubusp odbyła się 17 stycznia Gala Fundacji ESPA. Fundacja działa już 34 lata, wspiera rodziny zastępcze i organizuje pomoc humanitarną tam, gdzie jest najbardziej potrzebna.

Misją fundacji jest wzmacnianie rodzin, wspieranie dzieci oraz tworzenie warunków do bezpiecznego i stabilnego rozwoju. Działa w oparciu o cztery filary: edukację, społeczność, partnerstwo i aktywizację. Pomoc humanitarna to jeden z kluczowych obszarów działalności ESPA. Działania opierają na zasadach humanitaryzmu, bezstronności, neutralności i niezależności, dbając o to, aby pomoc była mądra, dobrze zaplanowana i realnie wspierająca.

Fundacja realizuje działania pomocowe w Polsce oraz poza jej granicami. Wspiera zarówno partnerów zagranicznych, jak i organizacje oraz instytucje działające lokalnie. Siedziba fundacji to Nowa Wieś Legnicka 40.







eprasa.pl 71f9b965c8

LEGNICA FOTORELACJA PIOTRA KRZYŻANOWSKIEGO Z BALU W SALI KRYSZTAŁOWEJ PRZY UL KAWALERYJSKIEJ, GD

Studniówka 2026 V Liceum Ogólnoksz











Oficjalną część studniówki rozpoczął oczywiście uroczysty polonez

eprasa.pl 71f9b965c8

ZIE BAWIŁO SIĘ PONAD TRZYSTA OSÓB

tałcącego





Studniówka to często przegląd trendów modowych, w tym uczesania, makijażu i oczywiście ubioru







Dyrektor Piotr Niemiec życzył maturzystom dobrej zabawy i powodzenia na egzaminach





eprasa.pl 71f9b965c8

ŚLEDZTWO W SPRAWIE NIELEGALNEGO BOTOKSU, ZABIEGÓW NA TWARZY I...

Dobiega końca wielomiesięczne śledztwo w sprawie jednego z salonów piękności w Świdnicy. Czy dochodziło tam do nielegalnych zabiegów medycznych poprawiających urodę, w tym wstrzykiwania botoksu? Nie chodzi tylko o twarz czy szyję, ale także o sferę intymną. Mowa o zabiegach z zakresu ginekologii estetycznej. Śledczy sprawdzają, czy salon szkolił też lekarzy.

Adrianna Szurman

Zawiadomienie o przestępstwach, których miała się rzekomo dopuszczać właścicielka jednego z salonów wykonujących zabiegi z zakresu medycyny estetycznej i ginekologii estetycznej w Świdnicy, wpłynęło do śledczych kilka miesięcy temu. O sprawie Prokuraturę Rejonową w Świdnicy zaalarmowała anonimowa osoba, która rozmawiała także z naszą redakcją. Kobieta przed laty była pielęgniarką na oddziale położniczym. Kiedy założyła własną firmę, miała wykonywać zabiegi bez uprawnień, a co więcej - szkolić lekarzy.

Jak mówi nasz rozmówca, kobieta która przed laty praktykowała jako pielęgniarka na oddziale położniczym, niezgodnie z prawem wykonuje dziś zabiegi z zakresu medycyny estetycznej oraz ginekologii estetycznej. Bo mogą je wykonywać tylko lekarze. Mowa m.in. o używaniu nici chirurgicznych, wstrzykiwaniu toksyny botulinowej zwanej botoksem (jad kiełbasiany), a także powiększaniu piersi i penisów oraz tzw. zabiegach o shot (Orgasm Shot).

To małoinwazyjny zabieg ginekologii estetycznej polegający na wstrzyknięciu osocza bogatopłytkowego pobranego z krwi pacjentki, w okolice łechtaczki i pochwy w celu poprawy libido, zwiększenia wrażliwości i łatwiejszego osiągania orgazmu. Powiększanie wyglądu i funkcji prącia nazywane jest też urologią estetyczną, polega na pogrubieniu i wydłużeniu (subtelnym) najczęściej z użyciem kwasu hialuronowego (wypełniacze) lub własnego tłuszczu pacjenta. Na stronie Centrum Medycznego DCG Wrocław czytamy, że do takich zabiegów kwalifikują lekarze i lekarze je przeprowadzają.



FOT. ARCHIWUM

- Śledztwo dotyczy narażenia klientów przez jeden z gabinetów medycyny estetycznej na bezpośrednie niebezpieczeństwo utraty życia lub ciężkiego uszczerbku na zdrowiu - informuje świdnicka prokuratura

Śledztwo ws. narażenia życia i zdrowia

- To śledztwo dotyczy narażenia klientów przez jeden z gabinetów medycyny estetycznej na bezpośrednie niebezpieczeństwo utraty życia lub ciężkiego uszczerbku na zdrowiu. Chodzi o udzielanie bez uprawnień świadczeń zdrowotnych polegających na leczeniu, rozpoznawaniu chorób, podawaniu produktów leczniczych. A wszystko dla osiągnięcia korzyści majątkowych. I to jest kwalifikowane zarówno z Kodeksu Karnego jako przestępstwo, jak i z Ustawy o zawodzie lekarza i dentysty (Art 58 ust. 1 i 2). Sprawdzamy, czy były to zabiegi, co do których trzeba mieć uprawnienia jakie posiada lekarz czy dentysta - tłumaczy Marek Rusin, prokurator rejonowy w Świdnicy.

Jednocześnie podkreśla, że nie może na razie podać więcej szczegółów dla dobra toczącego się postępowania, bo śledczy nadal gromadzą dowody i prowadzą przesłuchania.

- Do tej pory przesłuchaliśmy ponad 30 klientów tego gabinetu, ale to nie są wszystkie osoby, które były klientami, a które musimy przesłuchać. Mogę dodać, że 3/4 przesłuchań za nami. Znamy relacje tych osób i po uzyskaniu wszystkich protokołów, prokurator podejmie decyzję o powołaniu biegłych z zakresu medycyny sądowej. Odpowiedzą nam na konkretne pytania dotyczące tego, czy zabiegi w każdym konkretnym przypadku narażały klienta na utratę życia i zdrowia, czy doszło do naruszenia ustawy o zawodzie lekarza, czy wykonywane tam zabiegi wymagały uprawnień takich, jak ma lekarz i dentysta - wylicza prokurator Rusin.

Zaznacza również, że na razie nie potwierdzono powiększenia penisów i piersi.

- Ale podkreślam, że nie wszyscy klienci już zeznawali w tej sprawie - zaznacza Rusin.

Ile kosztowały zabiegi w świdnickim salonie i co było w ofercie?

Z materiałów , które dotarły do naszej redakcji wynika, że w salonie modelowano piersi (uniesienie piersi nićmi, nadanie im objętości kwasem hialuronowym lub polimlekowym). Za taki zabieg trzeba było zapłacić od 3500 zł do 4500 zł.

Za modelowanie twarzy kwasem polimlekowym i ostrzyknięcie botoksem płaciło się 2200 zł, za twarz i szyję 2000 zł. Płatności można było rozłożyć na raty. W ofercie gabinetu były również szkolenia dla lekarzy z zakresu: modelowania ust, kwasu polimlekowego, hydroksyapatytu wapnia, wolumetrii twarzy, osocza i fybryny, botoksu, nici PDO, COG, stosowaniea hialuronidazy, bisotymulatorów tkankowych, modelowania biustu i pośladków, ginekologii estetycznej.

Z MATERIAŁÓW , KTÓRE DOTARŁY DO NASZEJ REDAKCJI WYNIKA, ŻE W SALONIE MODELOWANO PIERSI. ZA TAKI ZABIEG TRZEBA BYŁO ZAPŁACIĆ DO 4500 ZŁ.

- Kiedy będziemy dysponować opinią biegłych, będziemy wiedzieli, czy doszło do narażenia pacjentów i czy stawiać zarzuty, czy nie. Każdy przypadek jest inny -zastrzega prokurator.

Czy pielęgniarki mogą wstrzykiwać botoks?

W Polsce od dawna toczy się dyskusja na temat medycyny estetycznej i tego, kto może wykonywać tego typu zabiegi.

Sprawa budzi wiele emocji w branży. Do tych kwestii we wrześniu ub. roku odniosła sięprezeska Naczelnej Rady Pielęgniarek i Położnych na branżowym portalu beautyrazem.pl:

- W ostatnich latach coraz więcej osób po kosmetologii wybiera studia pielęgniarskie lub położnicze, aby po ich ukończeniu wykonywać zabiegi estetyczne. Muszę rozczarować osoby, którym się wydaje, że nabywają uprawnień w tym zakresie - niestety pomimo ukończonych studiów nie posiadają uprawnień jako pielęgniarki lub położne do wykonywania tych zabiegów - mówi Mariola Łodzińska, prezes Naczelnej Rady Pielęgniarek i Położnych. Powołany został jednak roboczy zespół ds. uregulowań związanych z medycyną estetyczną. - Jeśli będą wypracowane rozwiązania umożliwiające pewne zabiegi to za uregulowaniem tych kwestii powinny iść także zmiany w kształceniu podyplomowym - zaznacza prezes NRPiP - pisze portal.

W kwietniu ub. roku Ogólnopolska Inicjatywa Zaawansowanej Praktyki Pielęgniarskiej (OIZPP) wypracowała stanowisko w obronie kompetencji pielęgniarek w zakresie medycyny estetycznej i przekazało wnioski do Ministerstwa Zdrowia.

Czytamy w dokumencie opublikowanym na stronie OIZPP: „Wyrażamy zdecydowany sprzeciw wobec argumentacji ograniczającej możliwość wykonywania zabiegów z zakresu tzw. medycyny estetycznej wyłącznie do przedstawicieli zawodu lekarza, co pozostaje w oczywistej sprzeczności z obowiązującymi rozwiązaniami prawnymi i praktyką w większości krajów rozwiniętych. Postulujemy zaprzestanie marginalizacji zawodu pielęgniarki poprzez nieuzasadnione ograniczanie jej kompetencji i uprawnień. Tego rodzaju sytuacja odbiera Polkom prawo do szerokiego i przystępnego cenowo dostępu do zabiegów z zakresu medycyny estetycznej, co jest sprzeczne z nowoczesnymi standardami opieki obowiązującymi w krajach rozwiniętych. (...) Reasumując, tylko w trzech krajach takich jak Niemcy, Francja i Hiszpania zabiegi w zakresie medycyny estetycznej są zarezerwowane dla lekarzy. Warto jednak zaznaczyć, że we Francji i Niemczech zakres kompetencji pielęgniarek, w tym zakładanie kaniuli, pobieranie krwi oraz iniekcji są wykonywane pod nadzorem lekarza (często potrzebne jest skierowania lekarza lub lekarze sami wykonują iniekcje)w przeciwieństwie do Polski, w ramach swoich kompetencji zawodowych, zarówno w środowisku szpitalnym, jak i ambulatoryjnym. W Polsce pielęgniarki są odpowiedzialne za wykonywanie wielu procedur medycznych, takich jak zakładanie kaniuli, pobieranie krwi czy iniekcje. W kontekście medycyny estetycznej, pielęgniarki mają odpowiednią wiedzę i umiejętności do przeprowadzania takich zabiegów, jak iniekcje botoksu, mezoterapii czy wypełniaczy. W Polsce jednak napotykają na ograniczenia prawne, mimo że ich kompetencje w tym zakresie są wystarczające (...)".

Do sprawy będziemy wracać.

eprasa.pl 71f9b965c8

10 NAJPOPULARNIEJSZYCH STACJI

TELE PANORAMA

Program telewizyjny

DRAMAT OBYCZAJOWY SOBOTA TVP 1 21:25

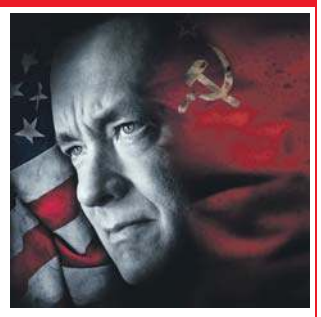
Idź pod prąd



Druga połowa lat 70. XX wieku. Kilku nastolatków z Ustrzyk Dolnych, na czele z charyzmatycznym i zbuntowanym uczniem zawodówki, Siczką, zainspirowani usłyszanym w zagranicznej radiostacji zespołem Sex Pistols, postanawiają grać punk rocka. Wysyłają do Radia Wolna Europa list z prośbą o więcej „muzyki wolnych ludzi" na antenie. List zostaje odczytany w audycji na żywo, a stacja zaczyna emitować cotygodniowy program dotyczący punka. Chłopcy nie mają pojęcia o tym, jak wielką rzecz zapoczątkuje ta audycja i jak wielkie, mroczne moce wyruszą przeciwko nim. List odczytany w Wolnej Europie zostaje zauważony przez przedstawicieli PRL-owskiego aparatu represji. Oficer SB, Jerzy Majak, przesłuchując Siczkę, daje do zrozumienia, że na terenie jego gminy żadnego „punka" nie będzie. Niezrażony Siczka wraz z kolegami tworzy punkrockowy zespół KSU oraz przeszczepia na grunt zapyziałej gminy elementy londyńskiej „kultury punk". Nagle, część grzecznej dotąd młodzieży przekłuwa agrafkami policzki, nosi żyletki, łańcuchy, irokezy. Majak uruchamia akcję pod kryptonimem „Żyletka", mającą na celu rozpracowanie zespołu. Siczka i chłopcy stają się ogólnopolskimi gwiazdami i celem prześladowań SB. W rolach głównych: Ignacy Liss, Maciej Piotrowski, Piotr Głowacki.

THRILLER PIĄTEK TV 4 22:00

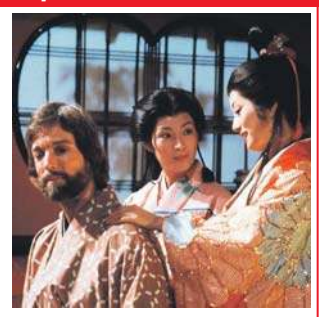
Most szpiegów



Pełen dramatyzmu thriller rozgrywający się na tle historycznych wydarzeń. Rok 1957, trwa zimna wojna. W Nowym Jorku zostaje oskarżony o szpiegostwo niepozorny malarz Rudolf Abel (Mark Rylance). Dowody wskazują, że jest radzieckim agentem. Jego obrony podejmuje się idealista James B. Donovan (Tom Hanks), który stara się przekonać sąd, że jego klient nie zdradził z powodów finansowych, lecz działał z przekonania: nie brał za dostarczone informacje wynagrodzenia. Po długiej batalii Donovan, który w międzyczasie zostaje przez media i bliskich napiętnowany jako pomocnik komunistów, wywalcza dla klienta wyrok 30 lat więzienia (groziła mu kara śmierci). Abel zgadza się też na współpracę z CIA. Tymczasem w Moskwie zostaje aresztowany młody pilot amerykańskiego szpiegowskiego samolotu. Rząd zaczyna się zastanawiać nad wymianą go na Abela.Steven Spielberg w dobrej formie! „Most szpiegów" to, mimo pozornie wolno toczącej się akcji, porywające połączenie kina szpiegowskiego, thrillera i kina przygodowego.

SERIAL HISTORYCZNY PIĄTEK, SOBOTA TVN 23:20

Szogun



Znakomity serial kostiumowy według powieści Jamesa Clavella. „Szogun" z 1980 roku opowiada historię angielskiego nawigatora okrętowego Johna Blackthorne'a (Richard Chamberlain), rzuconego na niegościnną ziemię XVII-wiecznej Japonii. Różnice kulturowe są początkowo nie do pokonania, tym bardziej, że dumny John żyje w przekonaniu o wyższości swej rasy i religii. Stopniowo jednak zdobywa się na odrobinę pokory, co pomaga mu przeżyć, a nawet zrobić karierę podczas walk o tron Szoguna, o który stara się feudalny władca Toranaga (Toshiro Mifune). Poza wojną mamy tu również międzykulturowy wątek miłosny oraz mnóstwo smaczków obyczajowych (jedną z pierwszych rzeczy, do jakich Japończycy zmuszają dumnego nawigatora, jest kąpiel, przed którą ten się bardzo broni). „Szogun" wyraźnie inspirował twórców „Ostatniego samuraja", ale przerasta go przynajmniej o głowę. Serial można oglądać w piątki i w soboty na antenie TVN.

RELACJA NIEDZIELA TVN 22:00



34. Finał WOŚP

Hasło tegorocznej akcji to „Zdrowe brzuszki naszych dzieci". Podczas finału w Warszawie wystąpią: Lanberry, Łydka Grubasa, Igo, Nocny Kochanek, LemON, LOR, Happysad, Dżem, Ich Troje, Myslovitz, Hel'enine Oči i Tabu. Relacje w TVN, TVP 1 i TVP 2. W piątek w TVN 7 o 22:05 „Fenomen", dokument, w którym Jurek Owsiak zdradza, jak zrodził się pomysł powołania Orkiestry.

SPEKTAKL TEATRALNY PONIEDZIAŁEK TVP 1 20:30



Dzień listopadowy

Kameralny dramat na podstawie prozy Jarosława Iwaszkiewicza. Opowieść o trudnej relacji syna (Olaf Lubaszenko) i matki (Ewa Wiśniewska). Przyzwyczajonego do samotności mężczyznę niespodziewanie odwiedza matka. Wizyta staje się okazją do konfrontacji i szczerej rozmowy. To historia ludzi, którzy pragną być kochani, lecz sami nie potrafią ofiarować miłości.

WTOREK 20 Stycznia

TVP 1

7.00 Msza święta na Jasnej Górze **7.30** Kościół z bliska **8.00** Serwis Info **8.25** Zaraz wracam (68) **9.05** Ranczo (63) **10.05** Komisarz Alex (76) **11.05** Ojciec Mateusz (51) **12.00** Serwis Info **12.10** Agrobiznes **12.35** Magazyn rolniczy **12.55** Kultowe wyspy Oceanu Indyjskiego: Malediwy – serial dok. **14.00** Wichrowe wzgórze (341)

15.00 Serwis Info – magazyn
15.15 Reporterzy – magazyn
15.35 Gra słów. Krzyżówka
16.05 Dziedzictwo (809) – serial obyczaj. Turcja
17.00 Teleexpress
17.30 Jaka to melodia?
18.10 Klan (4637) – telenowela Polska
18.45 Akacjowa 38 (790) – serial obyczaj. Hiszpania
19.30 19.30
19.55 Pytanie dnia
20.25 Zaraz wracam (69) – serial obyczaj. Polska
20.55 (L) Piłka nożna: LM UEFA: 7. kolejka fazy ligowej: Inter Mediolan – Arsenal FC
23.05 Alive: Dramat w Andach ★★★★ – film USA/Kanada 1993 Reż. Frank Marshall, wyk. Ethan Hawke, Josh Hamilton, Sam Behrens W 1972 roku lecący do Chile samolot z grupą urugwajskich rugbistów rozbił się w Andach. Wstrząsająca, prawdziwa historia.
1.15 Wykrywacz kłamstw
1.40 Wypisz, wymaluj... miłość ★★★ – komedia romantyczna USA/Kanada/Australia 2013

TVP 2

5.30 M jak miłość (1675) **6.20** Moja Jerozolima – reportaż **6.50** Barwy szczęścia (3297) – serial obyczaj. Polska **7.30** Pytanie na śniadanie – magazyn **11.55** Rosół polski – magazyn **12.35** Koło fortuny – teleturniej **13.15** Miłość i nadzieja (377) – serial obyczaj. Turcja **14.05** Va banque – teleturniej **14.35** Na sygnale (823) – serial obyczaj. Polska

15.05 La Promesa – pałac tajemnic (310) – telenowela
16.00 Koło fortuny – teleturniej
16.35 Familiada – teleturniej
17.20 Panna młoda (1) – serial obyczaj. Turcja 2024
18.15 Va banque – teleturniej
18.50 Jeden z dziesięciu – teleturniej
19.25 Barwy szczęścia (3297, 3298) – serial Polska
20.40 Kulisy „M jak miłość"
20.55 M jak miłość (1903) – serial Polska
21.55 Na sygnale (825) Wiesława wyznaje synowej, że podejrzewa Zdzisia o zdradę. Nieświadoma, że tak naprawdę od kilku dni nie mieszka wcale z mężem, tylko ze szwagrem.
22.25 Magazyn Ekspresu Reporterów
23.30 Pokot – dramat kryminalny ★★★ Polska/Niemcy/Czechy/Szwecja/Słowacja/Francja 2017 Reż. Agnieszka Holland, Kasia Adamik, wyk. Agnieszka Mandat, Wiktor Zborowski, Jakub Gierszał
1.50 Furia – dramat wojenny USA/Chiny 2014 ★★★★

Polsat

5.25 Telezakupy TV Okazje – program reklamowy **6.00** Nowy dzień – magazyn **8.30** Malanowski i Partnerzy – serial fabularno-dokumentalny **9.30** Trudne sprawy: Gazownik – serial fabularno-dokumentalny **11.35** Gliniarze – serial fabularno-dokumentalny **14.40** Dlaczego ja? (1427): Utajona ciąża – serial fabularno-dokumentalny Polska

15.50 Wydarzenia
16.15 Pogoda
16.20 Interwencja – magazyn
16.30 Na ratunek 112 (907) – serial fab.-dok.
17.00 Gliniarze (1068) – serial fabularno-dokumentalny
18.00 Pierwsza miłość (4136) – serial Polska
18.50 Wydarzenia
19.15 Gość „Wydarzeń"
19.55 Anioły i demony ★★★ – thriller USA/Włochy 2009 Reż. Ron Howard, wyk. Tom Hanks, Ewan McGregor, Stellan Skarsgård Profesor Robert Langdon, specjalista od symboli, zostaje wplątany w walkę Kościoła z sektą Iluminatów. Na dodatek okazuje się, że przejęli oni niezwykle groźną próbkę antymaterii... Ron Howard ponownie wg Dona Browna.
22.55 Pierwszy śnieg – dramat ★★★ kryminalny W. Bryt./USA/Szwecja/Jap./Chiny 2017 Reż. Tomas Alfredson, wyk. Michael Fassbender, Rebecca Ferguson
1.25 Terrorysta – film sensacyjny ★★★ W. Bryt. 2012

TVN

5.00 Nauka jazdy **5.40** Uwaga! **5.55** Ukryta prawda – serial fabularno-dokumentalny **6.50** Kuchenne rewolucje: Bar „Chicken Flow", Łapy **7.45** Dzień Dobry TVN **11.25** Kuchenne rewolucje: „Bar na Szybkiej", Wrocław **13.35** Kartoteka (7) – serial fabularno-dokumentalny Polska 2016 **14.40** Ukryta prawda (1596, 1597) – serial fabularno-dokumentalny Polska 2024

16.50 Kuchenne rewolucje Magda Gessler jedzie do łódzkiej dzielnicy Bałuty, gdzie Tomasz prowadzi pizzerię „Hot Devil Pizza". Lokal przytłacza zaniedbanym wnętrzem, a mężczyzna od dawna boryka się z problemami finansowymi.
17.55 Detektywi (209) Z należącego do Piotra Sikory hotelu znika młody bokser. Okazuje się, że ktoś groził chłopakowi. Dziewczyna zaginionego twierdzi, że Patryk chciał zrezygnować z boksu.
19.00 Fakty
19.32 34. Finał WOŚP – relacja
19.55 Uwaga! – magazyn
20.10 Doradca smaku: Briam – warzywa zapiekane po grecku – magazyn
20.15 Na Wspólnej (4148) – serial Polska
20.55 Tenet – film akcji USA/W. ★★★★ Bryt. 2020 Reż. Christopher Nolan, wyk. John David Washington, Robert Pattinson, Elizabeth Debicki
0.05 Powrót Batmana – film fantasy USA/W. Bryt. 1992 ★★★★

TVN 7

6.40 Szkoła **8.40** Ukryta prawda **11.45** W-11 Wydział Śledczy **13.55** Detektywi **14.55** Zapukaj do moich drzwi (21) **16.00** Sąd rodzinny **17.00** Tajemnice miłości **18.00** Zagadki losu **19.00** Ukryta prawda **20.00** ★★★★ Dar – thriller USA/Australia/Chiny 2015, reż. Joel Edgerton, wyk. Jason Bateman, Rebecca Hall **22.20** ★★★ Matrix: Rewolucje – film sf USA 2003, reż. Larry Wachowski, Andy Wachowski, wyk. Keanu Reeves, Carrie-Anne Moss **1.00** ★★★★ Gremliny rozrabiają – film sf USA 1984

TVP Kultura

9.00 Modrzejewska (6) **10.35** ★★★ Ceremonia pogrzebowa – dramat W. Bryt./Polska 1984 **12.20** Oni wszyscy byli w Montreux **13.25** Mody Polskie **14.05** Wydarzenie aktualne **14.55** ★★★ Kocie ślady – film krym. Polska 1971 **16.30** Modrzejewska (7) **18.00** 20 x 20 Lat TVP Kultura **18.30** Niepojęte **18.50** Opera paryska **20.00** Teatr TV: Nie do obrony – spektakl Polska 1976 **21.45** ★★★★ Gusta i guściki – komediodramat Fr. 2000 **23.50** Tamte lata, tamte dni

TVP Sport

6.10 Piłka nożna **8.35** Biatlon: PŚ kobiet w Ruhpolding **10.05** Biegi narciarskie: PŚ kobiet w Oberhofie **11.20** Magazyn skrótów Ligi Mistrzów UEFA **16.45** Reportaż **17.20** Studio **17.50 (L)** Piłka ręczna: ME mężczyzn w Danii, Norwegii i Szwecji: Polska – Włochy **20.10** Studio **20.55 (L)** Piłka nożna: Liga Mistrzów UEFA: Inter Mediolan – Arsenal FC **23.30** Sportowy wieczór **0.00** Piłka ręczna: ME mężczyzn w Danii, Norwegii i Szwecji: Polska – Włochy

TV 4

5.30 Telezakupy TV Okazje**6.00** Strażnik Teksasu (19, 20) **7.55** Bogaty dom – biedny dom **8.55** Policjantki i policjanci (270, 271) **10.55** Na ratunek 112 **11.55** Trudne sprawy **14.55** Ktoś tu kłamie? **15.55** Łowcy skarbów. Kto da więcej **18.00** Policjantki i policjanci (1341, 1342) **20.00** Uroczysko (163, 164) **21.00** Sprawiedliwi – wydział kryminalny (965) **22.00** Sprawiedliwi. Trójmiasto (82) – serial krym. Polska **23.05** ★★ Obrońca – film sens. USA/W. Bryt./Niemcy/Rum. 2004 **1.00** Love Island. Wyspa miłości **2.00** Hardkorowy lombard

TV Trwam

13.30 Msza św. **14.30** Ojcostwo – polecam **15.00** „Dziewica Orleańska" wg Jana Matejki **16.10** Jestem mamą **16.25** Przyroda w obiektywie **16.40** Zdrowie z Bożej apteki **17.00** Wierzę w Boga **17.30** Burza w okręgu krakowskim **18.15** Rozmowy niedokończone **19.30** Każdy maluch to potrafi **19.45** Modlitwa z udziałem dzieci **20.00** Informacje **20.20** Różaniec **21.00** Apel Jasnogórski **21.40** Polski punkt widzenia **22.00** Solidarność – narodziny wolności **22.15** Polskie ślady w Ziemi Świętej **23.05** Maria Okońska

TV Puls

6.00 Nash Bridges (54, 55) **8.00** Kobra – oddział specjalny (10, 11) **10.00** Zbuntowany anioł (257, 258) **11.55** Wspaniałe stulecie (18, 19) **13.50** Lombard. Życie pod zastaw (423, 424) **15.50** Ranczo (64, 65) **18.00** Lombard. Życie pod zastaw (921, 922) **20.00** ★★ Porwanie – thriller USA 2011 **22.10** ★★★ Snake Eyes: Geneza G.I. Joe – film akcji USA 2021 **0.25** ★★★ G.I. Joe: Czas Kobry – film sens. USA/Czechy 2009 **2.40** Dzielnica strachu (404) **3.40** Lombard. Życie pod zastaw (917)

★★★★★ koniecznie ★★★★ zdecydowanie tak ★★★ możesz ★★ nie musisz ★ zdecydowanie nie **(L)** na żywo

DVB T stacje dostępne w naziemnej telewizji cyfrowej

eprasa.pl 71f9b965c8

ŚRODA 21 Stycznia

TVP 1

7.00 Msza święta na Jasnej Górze **7.30** Rodzina (nie od) święta **8.00** Serwis Info **8.20** Zaraz wracam (69) **9.00** Ranczo (64) **10.00** Komisarz Alex (77) **11.00** Ojciec Mateusz (52) **12.00** Serwis Info **12.10** Agrobiznes, Agropogoda **12.40** Rok w ogrodzie extra **12.55** Kultowe wyspy Oceanu Indyjskiego **14.00** Wichrowe wzgórze (342)

15.00 Serwis Info – magazyn
15.15 Reporterzy – magazyn
15.35 Gra słów. Krzyżówka
16.05 Dziedzictwo (810) – serial obyczaj. Turcja
17.00 Teleexpress
17.30 Jaka to melodia?
18.10 Klan (4638) – telenowela
18.45 Akacjowa 38 (791) – serial obyczaj. Hiszpania
19.30 19.30
19.55 Pytanie dnia
20.30 Zaraz wracam (70) Nocą w pensjonacie radnej Magdy dochodzi do dramatycznych scen. Krzysztof przy wsparciu wójta i Walczaka obezwładnia i aresztuje agresywnego Kawiora. W sklepie Wiktorii Kinga rozpoczyna swoją pierwszą zmianę.
21.10 Pianista – dramat Fr./Niem./Pol./W. Bryt./USA 2002 ★★★★★ Reż. Roman Polański, wyk. Adrien Brody, Thomas Kretschmann, Frank Finlay
23.45 Tatarak – dramat obyczaj. Polska 2009 ★★★★ Reż. Andrzej Wajda, wyk. Krystyna Janda, Jan Englert, Julia Pietrucha
1.20 Wykrywacz kłamstw

TVP 2

5.30 M jak miłość (1676) **6.20** Mozaika żydowska. Magazyn kulturalno-religijno-społeczny **6.50** Barwy szczęścia (3298) **7.30** Pytanie na śniadanie **11.50** Gwiazdorska kuchnia Ani **12.30** Koło fortuny – teleturniej **13.15** Panna młoda (1) – serial obyczaj. Turcja **14.05** Va banque – teleturniej **14.35** Na sygnale (824) – serial obyczaj. Polska

15.05 La Promesa – pałac tajemnic (311) – telenowela
16.00 Koło fortuny – teleturniej
16.35 Familiada – teleturniej
17.20 Panna młoda (2) – serial obyczaj. Turcja
18.15 Va banque – teleturniej
18.50 Jeden z dziesięciu – teleturniej
19.25 Barwy szczęścia (3298, 3299) – serial Polska
20.40 Przepis dnia – magazyn
20.55 Na dobre i na złe (977) – serial obyczaj. Polska
21.55 Na sygnale (826, 827) Zespół doktora Vicka tym razem trafia na starszą pacjentkę, która cierpi na depresję po utracie męża i ma w dodatku zakrzepicę. A Róża z Romkiem muszą pomóc samotnemu ojcu, który stracił nagle w domu przytomność.
22.55 Peaky Blinders (25) – serial gangsterski W. Bryt.
0.00 Usłane różami ★★★ – komedia Francja 2020 Reż. Pierre Pinaud
1.40 Davos. Wojna szpiegów (1) – serial krym. Niemcy/Szwajcaria 2023
2.35 Tajemnica Matterhornu

Polsat

5.25 Telezakupy TV Okazje – program reklamowy **6.00** Nowy dzień – magazyn **8.30** Malanowski i Partnerzy – serial fabularno-dokumentalny **9.30** Trudne sprawy – serial fabularno-dokumentalny **11.35** Gliniarze – serial fabularno-dokumentalny **14.40** Dlaczego ja? (1428): Odnaleziona – serial fabularno-dokumentalny Polska 2025

15.50 Wydarzenia
16.15 Pogoda
16.20 Interwencja – magazyn
16.30 Na ratunek 112 (908)
17.00 Gliniarze (1069)
18.00 Pierwsza miłość (4137) – serial Polska
18.50 Wydarzenia
19.15 Gość „Wydarzeń”
20.00 Wszystko o moim starym ★★★ – komedia USA 2023 Reż. Laura Terruso, wyk. Robert De Niro, Sebastian Maniscalco, Kim Cattrall
21.55 Randka na weselu ★★★ – komedia USA 2016 Reż. Jake Szymanski, wyk. Zac Efron, Adam Devine, Anna Kendrick Mike i Dave, dwaj bracia, słyną ze szczeniackich wygłupów, które psują każdą rodzinną uroczystość. Gdy zostają zaproszeni na wesele siostry na Hawajach, rodzice stawiają warunek: muszą pojawić się w towarzystwie dziewczyn.
0.00 Jutro będzie futro ★★★ – komedia USA 2010 Reż. Steve Pink
2.20 Nasz nowy dom

TVN

5.05 Nauka jazdy – program rozrywkowy Polska 2018 **5.40** Uwaga! **5.55** Ukryta prawda **6.50** Kuchenne rewolucje **7.45** Dzień Dobry TVN **11.25** Kuchenne rewolucje: „Stacja Kościelniki”, Kościelniki Górne **13.35** Kartoteka (8) – serial fabularno-dokumentalny Polska **14.40** Ukryta prawda (1598, 1599) – serial fabularno-dokumentalny Polska 2024

16.50 Kuchenne rewolucje Magda Gessler jedzie do Tarnowa, gdzie Janusz, zwany Janim, otworzył lokal „Jani Sushi”. Niestety, mężczyzna zbankrutował. Jego partnerka oddaliła widmo zniknięcia lokalu z mapy miasta.
17.55 Detektywi (210) Do zespołu detektywów dołącza Paweł Drawicz, były policjant. Razem z Maciejem Dęboszem rozpoczyna poszukiwania mężczyzny, którego zaginięcie zgłasza narzeczona.
19.00 Fakty
19.32 34. Finał WOŚP – relacja
19.55 Uwaga! – magazyn
20.10 Doradca smaku: Łazanki z modrą kapustą – magazyn
20.15 Na Wspólnej (4149) – serial Polska
20.55 Nieobecni (5, 6) – serial krym. Polska
23.00 Troja – film przygodowy ★★★★ USA/W. Bryt./Malta 2004 Reż. Wolfgang Petersen, wyk. Brad Pitt, Eric Bana, Orlando Bloom
2.20 Anatomia piękna

TVN 7

6.40 Szkoła **8.40** Ukryta prawda **11.45** W-11 Wydział Śledczy **13.55** Detektywi **14.55** Zapukaj do moich drzwi (22) **16.00** Sąd rodzinny **17.00** Tajemnice miłości **18.00** Zagadki losu **19.00** Ukryta prawda **20.00** ★★★ Droga powrotna – film USA/Kan. 2020, reż. Gavin O'Connor, wyk. Ben Affleck, Al Madrigal **22.20** ★★★ Zimowa opowieść – dramat USA 2014, reż. Akiva Goldsman, wyk. Colin Farrell, Jennifer Connelly **0.45** ★★★ Sylwester w Nowym Jorku – komedia rom. USA 2011 **3.00** Pogromcy chaosu

TV 4

6.00 Strażnik Teksasu (21, 22) **7.55** Bogaty dom – biedny dom **8.55** Policjantki i policjanci (272, 273) **10.55** Na ratunek 112 **11.55** Trudne sprawy **14.55** Ktoś tu kłamie? **15.55** Łowcy skarbów. Kto da więcej – reality show **18.00** Policjantki i policjanci (1342, 1343) – serial Polska **20.00** Uroczysko (165, 166) – serial krym. Polska **21.00** Sprawiedliwi – wydział kryminalny (966) – serial krym. Polska **22.00** Sprawiedliwi. Trójmiasto (83) – serial krym. Polska **23.05** ★★★★ Nikita – film sens. Fr./Wł. 1990 **1.30** Love Island. Wyspa miłości

TVP Kultura

10.30 ★★★ Kocie ślady – film Polska 1971 **12.05** Opera paryska **13.05** Niepojęte **13.25** Studio Kultura – niedziela z... **14.20** ★★★ Ogłoszenie matrymonialne – kom. Pol. 1972 **15.25** ★★★ Kontrakt – film Pol. 1980 **17.30** Przygody psa Cywila (1) **18.10** Którędy po sztukę **18.30** Informacje kulturalne **18.50** Reżyserzy **19.45** WTEM **20.00** ★★★ Ostoja – dramat Irl./Pol. 2012 **21.40** Scena muzyczna **22.20** ★★★ Licencja na zabijanie – film sens. W. Bryt./Mek./USA 1989

TV Trwam

11.10 Mateczniki polskości **11.25** Jestem mamą **12.20** Człowiek przebaczenia i pojednania ks. Michał Rapacz **13.00** Słudzy Boga i człowieka. Aniołowie **13.30** Msza święta **14.30** GRH Żandarmeria **15.00** Brygada Świętokrzyska **16.10** Na zdrowie **16.30** Podobni do ewangelicznego siewcy **17.00** Po stronie prawdy **18.15** Rozmowy niedokończone **19.30** Opowieści biblijne **20.00** Informacje **20.20** Różaniec **21.00** Apel Jasnogórski **21.40** Polski punkt widzenia **22.00** Przetrwaliśmy

TVP Sport

8.15 Piłka ręczna: ME mężczyzn: Polska – Włochy **10.05** Biatlon: PŚ kobiet w Ruhpolding **10.55** Piłka nożna: Górnik Zabrze – Widzew Łódź **13.00** Boks: Kamil Bednarek – Evander Castillo **15.20** Piłka ręczna: ME mężczyzn w Danii, Norwegii i Szwecji: Polska – Włochy **17.10** Pełnosprawni **17.45** Piłka nożna: LM UEFA: Inter Mediolan – Arsenal FC **19.55** Retransmisja **21.55** Boks: M. Spencer – M. Mayer **22.45** Sportowy wieczór **23.10** Magazyn skrótów LM UEFA

TV Puls

6.00 Nash Bridges (55, 56) **8.00** Kobra – oddział specjalny (11, 12) **10.00** Zbuntowany anioł (259, 260) **11.55** Wspaniałe stulecie (19, 20) **13.50** Lombard. Życie pod zastaw (425, 426) – serial obyczaj. Polska **15.50** Ranczo (65, 66) – serial kom. Polska **18.00** Lombard. Życie pod zastaw (922, 923) **20.00** ★★★ Nocny łowca – film akcji Kan. 2018 **22.05** ★★★ Jestem zemstą – film sens. USA 2016 **23.50** ★★★ Węgiel – thriller Fr./Belg. 2017 **2.00** Dzielnica strachu (405)

★★★★★ koniecznie ★★★★ zdecydowanie tak ★★★ możesz ★★ nie musisz ★ zdecydowanie nie **(L)** na żywo

DVB T stacje dostępne w naziemnej telewizji cyfrowej

CZWARTEK 22 Stycznia

TVP 1

7.00 Msza święta na Jasnej Górze **7.30** Pełnia wiary **8.00** Serwis Info **8.20** Zaraz wracam (70) **9.00** Ranczo (65) **10.00** Komisarz Alex (78) **11.00** Ojciec Mateusz (53) **12.00** Serwis Info **12.10** Agrobiznes, Agropogoda **12.35** Magazyn rolniczy **12.55** Kultowe wyspy Oceanu Indyjskiego: Seszele – serial dok. **14.00** Wichrowe wzgórze (343)

15.00 Serwis Info – magazyn
15.15 Reporterzy – magazyn
15.35 Gra słów. Krzyżówka
16.05 Dziedzictwo (811) – serial obyczaj. Turcja
17.00 Teleexpress
17.30 Jaka to melodia?
18.10 Klan (4639) – telenowela Polska
18.45 Akacjowa 38 (792) – serial obyczaj. Hiszpania
19.30 19.30
19.55 Pytanie dnia
20.30 Zaraz wracam (71) Eligiusz Czapla podpisuje rezygnację ze stanowiska burmistrza. Obowiązki gospodarza Polskiego Pola przejmuje Walczak.
21.10 Ojciec Mateusz (434) Pączek z ostrym bólem żołądka trafia do szpitala. Policjanci zajmują się sprawą potrącenia kobiety. Dla Dagmary dochodzenie ma wymiar osobisty, gdyż jej matka zginęła w podobnych okolicznościach.
22.10 Sprawa dla reportera
23.10 Z ludu na królewski dwór: Czy żyli długo i szczęśliwie?
0.10 Wykrywacz kłamstw

TVP 2

5.25 M jak miłość (1677) **6.15** Operacja zdrowie – magazyn **6.50** Barwy szczęścia (3299) – serial obyczaj. Polska **7.30** Pytanie na śniadanie – magazyn **11.50** Podróż po jeden uśmiech **12.30** Koło fortuny – teleturniej **13.15** Panna młoda (2) – serial obyczaj. Turcja **14.05** Va banque – teleturniej **14.35** Na sygnale (825) – serial obyczaj. Polska

15.05 La Promesa – pałac tajemnic (312) – telenowela
16.00 Koło fortuny – teleturniej
16.35 Familiada – teleturniej
17.20 Panna młoda (3) – serial obyczaj. Turcja
18.15 Va banque – teleturniej
18.50 Jeden z dziesięciu – teleturniej
19.25 Barwy szczęścia (3299, 3300) – serial Polska
20.45 Tak to leciało! – teleturniej
21.45 Morderstwa na Cote Bleue ★★★ – film kryminalny Francja 2024 Reż. Marjolaine de Lecluse, wyk. Jean-Pierre Foucault, Garance Thénault Młoda policjantka wraca na pewien czas do pracy w rodzinnej Prowansji, aby wspierać owdowiałą matkę. Ma poprowadzić śledztwo w sprawie mężczyzny, który został zepchnięty z mostu.
23.30 Chłopiec w pasiastej piżamie ★★★★ – dramat W. Bryt./USA 2008 Reż. Mark Herman, wyk. Asa Butterfield, Vera Farmiga, David Thewlis
1.10 Lepsza połowa (21)

Polsat

5.25 Telezakupy TV Okazje – program reklamowy **6.00** Nowy dzień – magazyn **8.30** Malanowski i Partnerzy – serial fabularno-dokumentalny **9.30** Trudne sprawy: Samotność Weroniki – serial fabularno-dokumentalny **11.35** Gliniarze – serial fabularno-dokumentalny **14.40** Dlaczego ja? (1429): Tata, mama i ja – serial fabularno-dokumentalny Polska

15.50 Wydarzenia
16.15 Pogoda
16.20 Interwencja – magazyn
16.30 Na ratunek 112 (909)
17.00 Gliniarze (1070) W lesie znaleziono ciała małżeństwa parającego się kradzieżami, którego ostatnim celem było złupienie willi pod miastem. Tropy prowadzą śledczych do broni wykorzystanej lata temu w gangsterskich porachunkach.
18.00 Pierwsza miłość (4138) – serial Polska
18.50 Wydarzenia
19.15 Gość „Wydarzeń”
19.55 Mamma Mia! – komedia muzyczna USA/W. Bryt./Niemcy 2008 ★★★★ Reż. Phyllida Lloyd, wyk. Meryl Streep, Amanda Seyfried, Pierce Brosnan
22.20 Mój chłopak się żeni ★★★ – komedia romantyczna USA 1997 Reż. P.J. Hogan, wyk. Julia Roberts, Dermot Mulroney, Cameron Diaz
0.45 Karma – thriller USA 2015 ★★ Reż. Diane Bell
2.35 Nasz nowy dom

TVN

5.00 Uwaga! **5.15** Nauka jazdy **5.40** Uwaga! **5.55** Ukryta prawda **6.50** Kuchenne rewolucje: Restauracja „Gold”, Starogard Gdański **7.45** Dzień Dobry TVN **11.25** Kuchenne rewolucje: Restauracja „Garnuszek”, Łodygowice **13.35** Kartoteka (9) – serial fabularno-dokumentalny **14.40** Ukryta prawda (1600, 1601) – serial fabularno-dokumentalny

16.50 Kuchenne rewolucje
17.55 Detektywi (211) Detektywi pomagają komisarz Kyzioł, która dowodziła jednostką specjalną rozpracowującą pewnego przestępcę. Podczas obławy zginął policjant. Komisarz Kyzioł chce wiedzieć, kto jest kretem.
19.00 Fakty
19.32 34. Finał WOŚP – relacja
19.55 Uwaga! – magazyn
20.10 Doradca smaku
20.15 Na Wspólnej (4150) – serial Polska
20.55 Kuchenne rewolucje Podobno każdy jest kowalem swego losu, bywa jednak, że za młot musi chwycić Magda Gessler. Tak było w Starej Kuźni w Magnuszewie w 2011 roku, tak jest i w roku 2024. Co się stało, że sukces sprzed lat jest porażką?
22.00 Słodki listopad ★★★ – melodramat USA 2001 Reż. Pat O'Connor, wyk. Keanu Reeves, Charlize Theron, Jason Isaacs
0.35 Mission: Impossible – Protokół duchów ★★★★ – film sensacyjny USA 2011

TVN 7

6.40 Szkoła **8.40** Ukryta prawda **11.45** W-11 Wydział Śledczy **13.55** Detektywi **14.55** Zapukaj do moich drzwi (23) **16.00** Sąd rodzinny **17.00** Tajemnice miłości **18.00** Zagadki losu **19.00** Ukryta prawda **20.00** ★★★ Przychodzi facet do lekarza – komedia Fr./Belg. 2014, reż. Dany Boon, wyk. Dany Boon **22.25** ★★ Miss agent II: Uzbrojona i urocza – komedia sens. USA 2005, reż. John Pasquin, wyk. Sandra Bullock **0.50** ★★★ Fred Claus, brat świętego Mikołaja – komedia USA 2007 **3.15** SOS. Ekipy w akcji **4.15** Dorota was urządzi

TV 4

5.30 Telezakupy TV Okazje **6.00** Strażnik Teksasu (23, 24) **7.55** Bogaty dom – biedny dom **8.55** Policjantki i policjanci (274, 275) **10.55** Na ratunek 112 **11.55** Trudne sprawy **14.55** Ktoś tu kłamie? **15.55** Łowcy skarbów. Kto da więcej – reality show **18.00** Policjantki i policjanci (1343, 1344) – serial obyczaj. Polska **20.00** Uroczysko (167, 168) **21.00** Sprawiedliwi – wydział kryminalny (967) – serial krym. Polska **22.00** Sprawiedliwi. Trójmiasto (84) – serial krym. Polska **23.00** ★★★ Lęk wysokości – horror Fr. 2009 **0.50** Love Island. Wyspa miłości

TVP Kultura

9.40 ★★★ Ogłoszenie matrymonialne – kom. Pol.1972 **10.40** ★★★ Kontrakt – film Pol. 1980 **12.45** Reżyserzy **13.40** Rozmowy (nie)wygodne **14.35** Nie będąc – jestem. Krzysztof Kamil Baczyński **15.40** ★★★ Dzień czwarty – film Pol. 1984 **17.10** Przygody psa Cywila (2) **17.55** Mody Polskie **18.35** Niepojęte **18.55** Belmondo Wspaniały **20.00** ★★★ Nauczyciel – komedia Fr. 2017 **21.55** Witajcie w krainie Lyncha **23.05** ★★★ Ostoja – dramat Irl./Pol. 2012

TV Trwam

13.05 Mateczniki polskości **13.30** Msza święta **14.30** Stanisław Ledóchowski i jego twórczość **16.10** Z wędką nad wodę w Polskę i świat **16.35** Sól Ziemi **17.15** Muzyczne chwile **17.30** Odpowiedzialni za Kościół **18.15** Rozmowy niedokończone **19.30** Każdy maluch to potrafi **19.45** Modlitwa z udziałem dzieci **20.00** Informacje **20.20** Różaniec **21.00** Apel Jasnogórski **21.40** Polski punkt widzenia **22.00** Głos serca (92) **22.45** Zniewolenie **23.00** János Esterhazy. Niewymazana historia

TVP Sport

10.05 Biatlon: PŚ mężczyzn w Ruhpolding **10.55** Piłka nożna: KGHM Zagłębie Lubin – Legia Warszawa **13.00** Olimpijskie sukcesy Justyny Kowalczyk **15.05** Zawody siłaczy: LM Strongman: Węgry **16.05** Piłka nożna: LM UEFA: Inter Mediolan – Arsenal FC **18.10 (L)** Biatlon: PŚ mężczyzn w Nowym Mieście na Morawach **20.10** Magazyn skrótów LM UEFA **21.50** Sportowy wieczór **22.30** Ring TVP Sport **23.30** Boks: Kamil Bednarek – Evander Castillo

TV Puls

6.00 Nash Bridges (56, 57) **8.00** Kobra – oddział specjalny (12, 13) **10.00** Zbuntowany anioł (261, 262) **11.55** Wspaniałe stulecie (20, 21) **13.50** Lombard. Życie pod zastaw (427, 428) **15.50** Ranczo (66, 67) **18.00** Lombard. Życie pod zastaw (923, 924) **20.00** ★★ Straszny film 2 – komedia USA/Kan. 2001 **21.55** ★★★ Jak dogryźć mafii – komedia sens. USA 2017 **23.50** ★★★ Nic do oclenia – komedia Fr./Belg. 2010 **2.00** Dzielnica strachu (407) **3.00** Lombard. Życie pod zastaw (919)

★★★★★ koniecznie ★★★★ zdecydowanie tak ★★★ możesz ★★ nie musisz ★ zdecydowanie nie (L) na żywo

DVB T stacje dostępne w naziemnej telewizji cyfrowej

eprasa.pl 71f9b965c8

PIĄTEK 23 Stycznia

TVP 1

7.00 Msza święta na Jasnej Górze **7.30** Agape blisko Ciebie **8.00** Serwis Info **8.20** Okrasa łamie przepisy **9.00** Ranczo (66) **10.00** Komisarz Alex (79) – serial krym. **11.00** Ojciec Mateusz (54) – serial krym. **12.00** Serwis Info **12.10** Agrobiznes, Agropogoda **12.35** Magazyn rolniczy **12.50** Świat tętniący życiem **14.00** Wichrowe wzgórze (344)

15.00 Serwis Info – magazyn
15.15 Reporterzy – magazyn
15.35 Gra słów. Krzyżówka
16.05 Dziedzictwo (812)
– serial obyczaj. Turcja
17.00 Teleexpress
17.30 Jaka to melodia?
18.10 Klan (4640)
– telenowela Polska
18.45 Akacjowa 38 (793)
– serial obyczaj. Hiszpania
19.30 19.30
19.55 Pytanie dnia
20.30 Zaraz wracam (72)
– serial obyczaj. Polska
21.10 Komisarz Alex (273)
Skłócona z ojcem Sara dowiaduje się, że zamierza on zapisać majątek swojej opiekunce. Zjawia się w jego domu i strzela do śpiącego mężczyzny. Świadkiem jest obserwujący rezydencję gangster Bogacki.
22.10 Sekielski wieczorową porą
23.15 Strzępy – dramat obyczaj.
★★★★ Polska 2022
Reż. Beata Dzianowicz, wyk. Michał Żurawski, Grzegorz Przybył, Agnieszka Radzikowska
1.05 Pianista – dramat Fr./Niem./
★★★★★ Pol./W. Bryt./USA 2002

TVP 2

5.25 M jak miłość (1678) **6.20** Anna Dymna – spotkajmy się **6.50** Barwy szczęścia (3300) **7.30** Pytanie na śniadanie – magazyn **11.50** Operacja zdrowie – magazyn **12.30** Koło fortuny – teleturniej **13.15** Panna młoda (3) – serial obyczaj. Turcja 2024 **14.05** Va banque – teleturniej **14.35** Na sygnale (826) – serial obyczaj. Polska 2025

15.05 La Promesa – pałac tajemnic (313) – telenowela
16.00 Koło fortuny – teleturniej
16.35 Familiada – teleturniej
17.20 Panna młoda (4)
Hancer negocjuje z Cihanem warunki ślubu. Mukadder jest oburzona. Prawnik Cihana przygotowuje umowę ślubną.
18.15 Va banque – teleturniej
18.50 Jeden z dziesięciu
19.25 Barwy szczęścia (3300, 3301) – serial Polska
20.45 Postaw na milion
21.45 To jest grane
– program muzyczny
22.25 Śmierć nadejdzie jutro
★★★ – film sensacyjny W. Bryt./USA/Hiszp./Islandia 2002
Reż. Lee Tamahori, wyk. Pierce Brosnan, Halle Berry, Toby Stephens
James Bond zostaje schwytany podczas akcji w Korei Północnej. Traci licencję na zabijanie i zostaje zawieszony, ponieważ szefowie MI6 podejrzewają, że mógł zdradzić. Musi udowodnić, że jest niewinny.
0.50 Usłane różami
★★★ – komedia Francja 2020
2.35 Akacjowa 38 – serial obycz.

Polsat

5.25 Telezakupy TV Okazje – program reklamowy **6.00** Nowy dzień – magazyn Polska 2026 **8.00** Halo tu Polsat – magazyn **11.30** Gliniarze – serial fabularno-dokumentalny Polska 2025, wyk. Arkadiusz Krygier, Tomasz Skrzypniak, Ewelina Ruckgaber **14.40** Dlaczego ja? (1430) – serial fabularno-dokumentalny Polska 2025

15.50 Wydarzenia
16.15 Pogoda
16.20 Interwencja – magazyn
16.30 Na ratunek 112 (910)
Natalia jest ratowniczką medyczną. Pewnego dnia ma wyjątkowo trudny dyżur. Ostatnią poszkodowaną osobą, której ratownicy udzielają pierwszej pomocy, jest nastolatka, która przedawkowała narkotyki.
17.00 Gliniarze (1071)
Śledczy prowadzą sprawę zabójstwa instruktora strzelectwa. Podejrzanym jest mąż jednej z jego kursantek, z którą miał romans. Pojawiają się jednak tropy nielegalnego handlu bronią.
18.00 Pierwsza miłość (4139)
– serial Polska
18.50 Wydarzenia
19.15 Gość „Wydarzeń”
19.55 Disco Star – program rozrywkowy
21.45 Więzień labiryntu
★★★ – film sf W. Bryt./USA 2014
Reż. Wes Ball, wyk. Dylan O'Brien, Kaya Scodelario, Thomas Brodie-Sangster
0.10 Strzelec wyborowy – film
★★★ sensacyjny USA 2021

TVN

5.00 Nauka jazdy **5.40** Uwaga! **5.55** Ukryta prawda **6.50** Kuchenne rewolucje: Pizzeria „Familijna”, Żerków **7.45** Dzień Dobry TVN **11.20** Kuchenne rewolucje: Restauracja „Trzy smaki”, Czeladź **13.30** Kartoteka (10) – serial fabularno-dokumentalny Polska 2016 **14.35** Ukryta prawda (1602) – serial fabularno-dokumentalny Polska 2024

15.40 Studio Mistrzostw Świata
16.00 (L) Loty narciarskie: Mistrzostwa Świata w Oberstdorfie:
1. konkurs indywidualny na skoczni HS 235 – 1. seria
17.00 Studio Mistrzostw Świata
17.10 (L) Loty narciarskie: Mistrzostwa Świata w Oberstdorfie:
1. konkurs indywidualny na skoczni HS 235 – 2. seria
18.00 Studio Mistrzostw Świata
18.25 Ukryta prawda (1676)
19.00 Fakty
19.27 34. Finał WOŚP – relacja
19.50 Uwaga! – magazyn
20.00 Harry Potter i kamień filozoficzny – film fantasy W. Bryt./USA 2001
★★★★
Reż. Chris Columbus, wyk. Daniel Radcliffe, Rupert Grint, Emma Watson
Rodzice Harry'ego Pottera zginęli gdy miał rok, teraz wychowują go antypatyczni wuj i ciotka. Ale w 11 urodziny wszystko się zmienia...
23.20 Szogun (1) – serial USA/Japonia 1980
Wyk. Richard Chamberlain
0.55 Kuba Wojewódzki

TVN 7

6.40 Szkoła **8.40** Ukryta prawda **11.45** W-11 Wydział Śledczy **13.55** Detektywi **14.55** Zapukaj do moich drzwi (24) **16.00** Sąd rodzinny **17.00** Tajemnice miłości **18.00** Zagadki losu **19.00** Ukryta prawda **20.00** ★★★ Zostańmy przyjaciółmi – komedia rom. USA/Niemcy/Kan. 2005, reż. Roger Kumble, wyk. Ryan Reynolds **22.05** Fenomen **0.05** ★★★★ Kolory miłości – dramat Kan. 2021, reż. Bradley Walsh, wyk. Jessica Lowndes **2.00** Żyjąc z potworem **3.00** SOS. Ekipy w akcji **4.00** Usterka **4.40** Dorota was urządzi

TVP Kultura

9.00 Pan wzywał, Milordzie? (5) **10.05** Jak to się mówi, czyli Kasia u Bralczyka **10.45** Ludwig van Beethoven – IX Symfonia d-moll op. 125 **12.10** Belmondo Wspaniały **13.15** Kulturalni **14.05** Dobre strony **14.25** Na kredyt **15.10** ★★★★ Spokój – dramat Polska 1980 **16.50** Bielsko-Biała. Polska Stolica Kultury **18.30** Informacje kulturalne **18.50** Karnawały **20.00** ★★★★ Birdy – dramat USA 1984 **22.10** Tygodnik kulturalny **23.05** Scena muzyczna **23.40** ★★★ Nauczyciel – komedia Fr. 2017

TVP Sport

8.55 Biegi narciarskie: PŚ kobiet w Oberhofie **10.05** Biatlon: PŚ w Nowym Mieście na Morawach **11.25** Piłka nożna: Pogoń Szczecin – Jagiellonia Białystok **13.30** Ring TVP Sport **14.25 (L)** Biegi narciarskie: PŚ w Goms **15.45** Reportaż **16.20** Magazyn skrótów LM UEFA **18.10 (L)** Biatlon: PŚ kobiet w Nowym Mieście na Morawach **20.20 (L)** Piłka wodna: ME mężczyzn w Belgradzie **22.00** Sportowy wieczór **22.40** Biatlon: PŚ kobiet w Nowym Mieście **0.05** Boks: Jean Pascal – Michał Cieślak

TV 4

5.30 Telezakupy TV Okazje **6.00** Strażnik Teksasu (25, 26) **7.55** Bogaty dom – biedny dom **8.55** Policjantki i policjanci (276, 277) **10.55** Na ratunek 112 **11.55** Trudne sprawy **14.55** Ktoś tu kłamie? **15.55** Łowcy skarbów. Kto da więcej – reality show **18.00** Policjantki i policjanci (1344, 1345) **20.00** Gwiazdy kabaretu – program rozrywkowy **22.00** ★★★★ Most szpiegów – thriller USA/Niemcy/Indie 2015, reż. Steven Spielberg, wyk. Tom Hanks, Mark Rylance **1.00** STOP Drogówka **2.00** Love Island. Wyspa miłości **3.05** Interwencja

TV Trwam

11.25 Głos Polski **11.35** Natura et Homo **12.20** Głos serca (92) **13.05** Don Hoppe **13.30** Msza święta **14.30** Drzwi do lasu **15.00** Modlitwa w Godzinie Miłosierdzia **15.20** Mocni w wierze **16.10** Natura obiektywnie **16.40** Zniewolenie **16.55** Ulmowie. Świadectwo sprawiedliwych **17.30** Łączy nas historia **18.15** Westerplatte młodych **19.00** Warto zauważyć... **19.30** Brat Franciszek **20.00** Informacje **20.20** Różaniec **21.00** Apel Jasnogórski **21.40** Polski punkt widzenia **22.00** Cierpliwa ufność

TV Puls

6.00 Nash Bridges (57, 58) **8.00** Kobra – oddział specjalny (13, 14) **10.00** Zbuntowany anioł (263, 264) **11.55** Wspaniałe stulecie (21, 22) **13.50** Lombard. Życie pod zastaw (429, 430) **15.50** Ranczo (67, 68) – serial kom. Polska **18.00** Lombard. Życie pod zastaw (924, 925) – serial obyczaj. Polska **20.00** ★★ Po własnych śladach – film krym. USA/W. Bryt./Jap./Kan. 2018 **22.05** ★★★★ Długi pocałunek na dobranoc – thriller USA 1996 **0.35** ★★★ Przyspieszenie – film akcji USA 2019

★★★★★ koniecznie ★★★★ zdecydowanie tak ★★★ możesz ★★ nie musisz ★ zdecydowanie nie **(L)** na żywo

DVB T stacje dostępne w naziemnej telewizji cyfrowej

SOBOTA 24 Stycznia

TVP 1

7.00 Msza święta na Jasnej Górze **7.40** Rok w ogrodzie **8.05** Rok w ogrodzie extra **8.20** Pełnosprawni **8.55** Ranczo (67) **9.55** Komisarz Alex (80) **10.55** Ojciec Mateusz (55) **11.50** ★★★ Kowboj – western USA 1958, reż. Delmer Daves, wyk. Jack Lemmon, Anna Kashfi **13.25** Dobre strony **13.55** Życie na biegunach: Ludzie – serial dok.

15.05 Tajemnice kultowych seriali
W tym odcinku – szlakiem pancernych i psa.
16.05 Dziedzictwo (813)
– serial obyczaj. Turcja
17.00 Teleexpress
17.35 Żona dla Polaka: Toronto – reality show
18.40 Jaka to melodia?
19.30 19.30
19.55 Pytanie dnia
20.25 Krew z krwi (3)
Carmen, która była świadkiem strzelaniny na terenie kontenerów Bronka, dostaje informację, że znaleziono tam ciało mężczyzny. Nie wiadomo, czy to Franek, bo twarz jest zmasakrowana. Carmen opada z sił.
21.25 Idź pod prąd – dramat
★★★ obyczaj. Polska 2024
Reż. Wiesław Paluch, wyk. Ignacy Liss, Maciej Piotrowski, Igor Paszczyk
23.20 Siedem sióstr
★★★ – film sensacyjny USA/W. Bryt./Francja/Belgia 2017
Reż. Tommy Wirkola, wyk. Noomi Rapace, Glenn Close
1.30 Strzępy – dramat obyczaj.
★★★★ Polska 2022

TVP 2

5.15 Barwy szczęścia (3298, 3299) – serial Polska **6.25** M jak miłość (1902) – serial Polska **7.30** Pytanie na śniadanie – magazyn **11.30** Górna półka smaku – magazyn **12.10** Postaw na milion – teleturniej Polska 2025 **13.05** Panna młoda (4) – serial obyczaj. Turcja 2024 **14.00** Familiada – teleturniej **14.35** Koło fortuny – teleturniej

15.15 Szansa na sukces. Opole 2025: Małgorzata Ostrowska – show
16.20 Na dobre i na złe (977)
17.20 Panna młoda (5)
Hancer dostaje od Cihana „zaliczkę”. Derya wraca z Emirem do Cemila. Beyza zmienia zdanie co do rozwodu. Cihan zleca zbadanie, czy Hancer jest płodna.
18.15 Va banque – teleturniej
18.50 Słowo na niedzielę
19.00 Informacje kulturalne
19.25 Rodzinka.pl (300)
Dianka poznaje Ludwika i jego historie rodzinne. Adela jest świadkiem nieco dziwnej wizyty Marka.
20.00 The Voice Senior: Przesłuchania w ciemno – program rozrywkowy
22.35 Trener bardzo osobisty
★★★ – komedia romantyczna USA 2012
Reż. Gabriele Muccino, wyk. Gerard Butler, Jessica Biel, Uma Thurman
0.25 Morderstwa na Cote Bleue
★★★ – film Francja 2024
2.10 Chłopiec w pasiastej piżamie
★★★★ – dramat W. Bryt./USA 2008

Polsat

5.25 Telezakupy TV Okazje – program reklamowy **6.00** Nowy dzień – magazyn **8.00** Halo tu Polsat – magazyn **11.00** Darek Stolarz – remont w 3 dni – program rozrywkowy **12.20** Gru, Dru i Minionki – film animowany USA/Francja/Japonia 2017 **14.05** ★★★ Niesamowity Spider-Man 2 – film sf USA 2014, reż. Marc Webb, wyk. Andrew Garfield

17.10 Jak rozpętałem II wojnę światową: Wśród swoich – komedia Polska 1970
★★★★
Reż. Tadeusz Chmielewski, wyk. Marian Kociniak, Wirgiliusz Gryń, Joanna Jędryka
18.50 Wydarzenia
19.15 Prezydenci i premierzy – program publicystyczny
19.55 Sopocki Hit Kabaretowy – Słaba płeć
– program rozrywkowy
22.55 Baby Driver – film kryminalny USA/W. Bryt. 2017
★★★★
Reż. Edgar Wright, wyk. Ansel Elgort, Kevin Spacey, Lily James
Baby zarabia na życie, biorąc udział w napadach. Jego zadaniem jest zabranie ekipy z miejsca zdarzenia. Kiedy poznaje dziewczynę marzeń, postanawia porzucić działalność przestępczą. Szybko okazuje się, że nie jest to takie łatwe.
1.30 Anioły i demony
★★★ – thriller USA/Włochy 2009
Reż. Ron Howard, wyk. Tom Hanks
4.25 Kabaretowa Ekstraklasa
4.40 Disco gramy!

TVN

5.10 Uwaga! **5.25** Nauka jazdy **5.55** Uwaga! **6.10** Kuchenne rewolucje **7.10** Magda gotuje Internet – talk show **7.45** Dzień Dobry TVN **11.25** 34. Finał WOŚP **11.30** Na Wspólnej (4147-4150) **13.20** Anatomia piękna**14.25** ★★★ Akademia policyjna III: Ponowne szkolenie – komedia USA/Kanada 1986, reż. Jerry Paris, wyk. Steve Guttenberg, Bubba Smith

16.10 Studio Mistrzostw Świata
16.30 (L) Loty narciarskie: MŚ w Oberstdorfie:
2. konkurs indywidualny na skoczni HS 235 – 1. seria
17.20 Studio Mistrzostw Świata
17.30 (L) Loty narciarskie: MŚ w Oberstdorfie:
2. konkurs indywidualny na skoczni HS 235 – 2. seria
18.15 Studio Mistrzostw Świata
18.30 Kobieta na krańcu świata: Grenlandia – nie jesteśmy na sprzedaż
19.00 Fakty
19.45 Uwaga! – magazyn
20.00 Harry Potter i Komnata Tajemnic – film przygodowy W. Bryt./USA 2002
★★★★
Reż. Chris Columbus, wyk. Daniel Radcliffe, Rupert Grint, Emma Watson
Drugi rok nauki w Hoghwarcie zapowiada się niezwykle. Ale tu nie jest już bezpiecznie, co przyznaje sam profesor Dumbledore.
23.30 Szogun (2) – serial hist. USA/Japonia
1.25 Tożsamość – thriller W.
★★★ Bryt./Niem./Fr./USA 2011
3.45 Szpital św. Anny (15)

TVN 7

7.05 ★★★ Narodziny – dramat USA 2006 **9.05** Ukryta prawda **13.10** Detektywi **14.10** Pogromcy chaosu **15.15** ★★★ Mój biegun – film obyczaj. Polska 2011 **17.05** ★★★ Fantastyczne zwierzęta: Tajemnice Dumbledore'a – film przyg. USA/W. Bryt. 2022, reż. David Yates, wyk. Eddie Redmayne **20.00** ★★★ Matrix: Zmartwychwstania – film sf USA/Australia 2021, reż. Lana Wachowski, wyk. Keanu Reeves **23.05** ★★ Ocean strachu II – thriller USA/Niemcy 2006, reż. Hans Horn, wyk. Susan May Pratt **1.10** ★★ Śmiertelna głębia – thriller 2012

TVP Kultura

10.30 Van Gogh. Prawdziwa historia **11.50** ★★★★ Mój przyjaciel Hachiko – dr. W. Bryt./USA 2009 **13.35** ★★★ Dama kameliowa – melodr. Polska 1994 **15.30** Sposoby widzenia **16.05** Christopher Reeve – wieczny Superman **17.20** Tamte lata, tamte dni **18.00** ★★★★ Gorączka Złota – komedia USA 1925 **19.25** 20 x 20 Lat TVP Kultura **20.00** ★★★ Reguła milczenia – thriller USA/Kan. 2012 **22.10** To jest mój sen – koncert Edyty Bartosiewicz **23.15** ★★★★ Birdy – dr. USA 1984

TVP Sport

8.50 Magazyn skrótów LM **10.35** Biatlon: PŚ kobiet w Nowym Mieście na Morawach **12.00** Studio **12.30 (L)** Biegi narciarskie: PŚ w Goms **14.25** Studio **15.10 (L)** Biatlon: PŚ w Nowym Mieście na Morawach **16.55** Studio **17.20 (L)** Futsal: ME na Litwie i Łotwie oraz w Słowenii: Węgry – Polska **20.00 (L)** Hokej na lodzie: NHL: New York Islanders – Buffalo Sabres **21.50** Sportowy wieczór **22.30** Lekkoatletyka: Halowy mityng ISTAF INDOOR Düsseldorf

TV 4

5.30 Telezakupy TV Okazje – program reklamowy **6.00** Łowcy skarbów. Kto da więcej – reality show **7.00** Galileo **9.05** #JesteśmyDlaDzieci **9.30** Gwiazdy kabaretu **10.00** Galileo **13.00** ★★★ Gruby i chudszy – komedia USA 1996, reż. Tom Shadyac, wyk. Eddie Murphy, Jada Pinkett Smith **15.00** Policjantki i policjanci (1336-1340) **20.00** Gala tygodnika „Piłka Nożna” – relacja **22.00** Sprawiedliwi – wydział kryminalny (964-967) – serial krym. Polska **2.05** STOP Drogówka **3.15** Interwencja

TV Trwam

12.20 Warto zauważyć... **12.50** Natura obiektywnie **13.30** Msza święta **14.45** Jak wygrać małżeństwo? **15.00** Dzielna niewiasta **15.15** Mateczniki polskości **15.30** Wierzę w Boga **16.10** Historia PL **17.00** Dom w serce wpisany **17.30** Przełamując bariery **18.15** Rozmowy niedokończone **19.30** Manna z nieba **19.45** Modlitwa z udziałem dzieci **20.00** Informacje **20.20** Różaniec **21.00** Apel Jasnogórski **21.40** Polski punkt widzenia **22.00** Warto być ojcem **22.15** Głos serca (117) **23.00** Odpowiedzialni za Kościół

TV Puls

5.00 Dyżur – program dokumentalny **6.00** Kobra – oddział specjalny (10-12) – serial sens. Niemcy **9.00** Taki jest świat – magazyn **10.00** Lombard. Życie pod zastaw (421, 423, 425, 427, 429, 921-925) – serial obyczaj. Polska **20.00** ★★ Gorące krzesło – film sens. USA 2022 **22.05** ★★★ Bodyguard zawodowiec – film akcji USA/Hol./Bułg./Hongk./Kan./W. Bryt./Fr. 2017 **0.20** ★★ Amerykański Sicario – film sens. USA 2021 **2.25** Dyżur **3.05** Taki jest świat – magazyn

★★★★★ koniecznie ★★★★ zdecydowanie tak ★★★ możesz ★★ nie musisz ★ zdecydowanie nie (L) na żywo

DVB T stacje dostępne w naziemnej telewizji cyfrowej

eprasa.pl 71f9b965c8

NIEDZIELA 25 Stycznia

TVP 1

7.00 Msza święta w Krakowie Łagiewnikach **8.00** Tydzień **8.30** Przed ekranem **8.45** Zmiennicy (6) **9.50** Ojciec Mateusz (434) **10.50** Komisarz Alex (273) **11.40** WOŚP – 34. Finał **11.55** Między ziemią a niebem i Anioł Pański **12.45** Pielgrzymi Nadziei **13.00** WOŚP – 34. Finał **13.10** Serengeti – serial dok. **14.05** WOŚP – 34. Finał **14.20** Dom (4) – serial obyczaj.

15.50 WOŚP – 34. Finał
16.05 Dziedzictwo (814) – serial obyczaj. Turcja
17.00 Teleexpress
17.35 U Pana Boga w Królowym Moście (6) – serial Polska
18.25 WOŚP – 34. Finał
18.40 Jaka to melodia? Temat przewodni odcinka to „Fani, którzy jeżdżą za zespołami po całym świecie".
19.30 19.30
20.25 U Pana Boga w Królowym Moście (7) – serial Polska
W Królowym Moście dochodzi do zamachu na nowy ustrój. W Warszawie Szymon stara się zalegalizować status miasta, jednocześnie próbując ocalić Martę przed ekstradycją, występując o azyl dla niej.
21.15 WOŚP – 34. Finał
21.25 Żona dla Polaka: Toronto – reality show
22.25 Zakochani w Rzymie ★★★ – komedia USA/Włochy/Hiszpania 2012
Reż. Woody Allen, wyk. Woody Allen, Penélope Cruz
0.25 Idź pod prąd – dramat obyczaj. Polska 2024 ★★★
1.50 Wykrywacz kłamstw

TVP 2

5.10 Barwy szczęścia (3300, 3301) **6.25** M jak miłość (1903) **7.30** Pytanie na śniadanie – magazyn **11.00** Jak to się mówi, czyli Kasia u Bralczyka **11.30** WOŚP – 34. Finał – reportaż **11.35** The Voice Senior – program rozrywkowy **13.50** WOŚP – 34. Finał – reportaż **14.00** Familiada – teleturniej **14.35** Koło fortuny – teleturniej

15.05 WOŚP – 34. Finał
15.15 Szansa na sukces. Opole 2025: Tatiana Okupnik
16.15 Tak to leciało! – teleturniej
17.15 Hrabia Monte Christo (4) Edmond dowiaduje się od Caderousse'a o Albercie, synu Mercédès i Fernanda. Hrabia aranżuje porwanie młodzieńca, by wystąpić w roli wybawiciela. Wdzięczny Albert zaprasza Edmonda do Paryża.
18.15 Pan Mama (41) – serial kom. Polska
18.45 WOŚP – 34. Finał
19.00 Śmierć nadejdzie jutro ★★★ – film sensacyjny W. Bryt./USA/Hiszpania/Islandia 2002
Reż. Lee Tamahori, wyk. Pierce Brosnan, Halle Berry, Toby Stephens
21.25 Czarny motyl – thriller USA/★★★ Hiszp./Włochy 2017
Reż. Brian Goodman, wyk. Antonio Banderas, Jonathan Rhys Meyers, Piper Perabo
23.05 WOŚP – 34. Finał
23.25 Muzyka na dobry wieczór: Organek pod prąd
0.35 Krucjata. Prawo serii (7)
1.35 Trener bardzo osobisty ★★★ – komedia romant. USA 2012

Polsat

5.25 Telezakupy TV Okazje – program reklamowy **6.00** Nowy dzień – magazyn **8.00** Halo tu Polsat – magazyn **11.25** Ron Usterka – film animowany USA/W. Bryt./Indie 2021, dub. Jakub Strach, Przemysław Glapiński **13.40** ★★★★ Park jurajski – film przygodowy USA 1993, reż. Steven Spielberg, wyk. Sam Neill, Laura Dern, Jeff Goldblum

16.25 Więzień labiryntu ★★★ – film sf W. Bryt./USA 2014
Reż. Wes Ball, wyk. Dylan O'Brien, Kaya Scodelario, Thomas Brodie-Sangster
18.50 Wydarzenia
19.30 Państwo w państwie – program publicystyczny
19.55 Czarna Pantera ★★★★ – film sf USA 2018
Reż. Ryan Coogler, wyk. Chadwick Boseman, Michael B. Jordan, Lupita Nyong'o
Książę T'Challa po śmierci ojca wraca do Wakandy – rozwiniętego technologicznie afrykańskiego państwa, by przejąć w niej władzę. Wkrótce okazuje się, że kraj jest zagrożony przez dwóch potężnych wrogów...
22.55 Spadaj, tato ★★★ – komedia USA 2012
Reż. Sean Anders, wyk. Adam Sandler, Andy Samberg, Leighton Meester
1.15 Dwóch gniewnych ludzi ★★★ – komedia USA 2003
3.40 Świat według Kiepskich (523) – serial kom.
4.15 Kabaretowa Ekstraklasa
4.40 Disco gramy!

TVN

5.50 Ukryta prawda **6.40** Kuchenne rewolucje: Restauracja „Zamek", Szczecinek **7.45** Dzień Dobry TVN **11.30** Magda gotuje Internet – talk show **12.05** 34. Finał WOŚP **12.25** Co za tydzień – magazyn **13.05** Będzie pięknie – serial dok. Polska 2025 **14.05** 34. Finał WOŚP **14.30** Kuchenne rewolucje: Myślibórz – „Domowe obiady u rudej"

15.35 34. Finał WOŚP
16.00 Studio Mistrzostw Świata
16.15 (L) Loty narciarskie: MŚ w Oberstdorfie: Konkurs drużynowy na skoczni HS 235 – 1. seria
17.15 Studio Mistrzostw Świata
17.25 (L) Loty narciarskie: MŚ w Oberstdorfie: Konkurs drużynowy na skoczni HS 235 – 2. seria
18.20 Studio Mistrzostw Świata
18.45 34. Finał WOŚP
19.00 Fakty
19.45 34. Finał WOŚP
20.05 Randka w ciemno – komedia rom. Polska 2009 ★★★
Reż. Wojciech Wójcik, wyk. Katarzyna Maciąg, Borys Szyc, Lesław Żurek
Koleżanki Majki zapisują ją do „Randki w ciemno". I dziewczyna ją wygrywa wraz z facetem, którego poznała w nieprzyjemnych okolicznościach...
22.00 34. Finał WOŚP
23.25 Tata – komediodramat Polska/Ukraina 2022 ★★★
Reż. Anna Maliszewska, wyk. Eryk Lubos, Klaudia Kurak
1.50 Kuba Wojewódzki

TVN 7

6.55 Batwheels **7.10** Anatomia piękna **8.10** ★★★★ Duma: Podróż do domu – film przyg. USA 2005 **10.15** Ukryta prawda **13.20** Detektywi **15.20** ★★★ Gremliny II – film sf USA 1990 **17.35** ★★★ Zimowa opowieść – dramat USA 2014, reż. Akiva Goldsman, wyk. Colin Farrell **20.00** ★★★★ Player One – film sf USA/Indie 2018, reż. Steven Spielberg, wyk. Tye Sheridan **22.55** ★★★ Przychodzi facet do lekarza – komedia Fr./Belg. 2014, reż. Dany Boon, wyk. Dany Boon **1.20** ★★★★ Na rauszu – komediodr. Dania/Hol./Szw. 2020

TVP Kultura

9.15 Wątki **9.55** Christopher Reeve – wieczny Superman **11.10** Pan wzywał, Milordzie? (5) **12.15** Dobre strony **12.30** Niebywała kariera Taylor Swift **13.25** ★★★★ Gorączka Złota – komedia USA 1925 **14.45** Kolekcja **15.10** ★★★★ Wczoraj, dziś, jutro – komedia rom. Wł./Fr. 1963 **17.15** Studio Kultura – niedziela z... **18.15** ★★★ Ostatnia akcja – kom. sens. Polska 2009 **20.00** ★★★ Pani Bovary – dr. Fr. 1991 **22.30** Kulturalni **23.25** Teatr TV: Zakład karny – o stówę – spektakl 2017

TVP Sport

7.55 (L) Biegi narciarskie: Ski Classics – Marcialonga **11.15 (L)** Biegi narciarskie: PŚ kobiet w Goms **12.30** Biatlon: PŚ w Nowym Mieście na Morawach **13.30** Futbol totalny **15.10 (L)** Biatlon: PŚ mężczyzn w Nowym Mieście na Morawach **16.30** Ryszard Szurkowski – wyścig przez życie **18.10 (L)** Biatlon: PŚ kobiet w Nowym Mieście na Morawach **19.35 (L)** Lekkoatletyka: Halowy mityng ORLEN Cup Łódź w Atlasie Arenie **22.15** Sportowy wieczór **22.55** Piłka wodna: ME mężczyzn w Belgradzie

TV 4

5.30 Telezakupy TV Okazje **6.00** Łowcy skarbów. Kto da więcej **6.55** Polowanie na Hitlera **8.50** Galileo **10.50** ★★★ Diamentowa afera – komedia sens. USA/Niemcy 1999 **12.50** ★★ Gruby i chudszy II: Rodzina Klumpów – komedia USA 2000 **15.00** ★★★★ Most szpiegów – thriller USA/Niemcy/Indie 2015, reż. Steven Spielberg **18.00** Uroczysko (201, 203, 202, 204) **20.00** Sprawiedliwi. Trójmiasto (81-84) – serial krym. Polska **0.05** STOP Drogówka **1.05** Miłość i seks w Ameryce **2.25** Hitler: mroczny urok dyktatora

TV Trwam

9.30 Msza święta **10.30** Stanisław Kulon – świadek Sybiru **11.00** Głos serca (117) **11.45** Solidarność – narodziny wolności **12.00** Anioł Pański z Ojcem Świętym **12.15** Papież Polak do rodaków **12.40** Współpracownicy prawdy **14.30** Polonia **15.00** Wieś to też Polska **16.10** Koncert życzeń **17.00** Natura et Homo **17.30** Sól Ziemi **18.15** Rozmowy niedokończone **19.30** Moja katolicka rodzina **20.00** Informacje **20.20** Różaniec **21.00** Apel Jasnogórski **22.00** Mocni Jego mocą

TV Puls

5.00 Dyżur **6.00** Taki jest świat **7.00** Kobra – oddział specjalny (13, 14) – serial sens. Niemcy **8.45** Ranczo (68-72) – serial kom. Polska **13.40** ★★★ Krokodyl Dundee II – komedia Australia/USA 1988 **16.15** ★★★ Przypadkowy mąż – komedia USA/Irl. 2008 **17.50** ★★★★ Na pewno, być może – komedia rom. Fr./Niemcy/W. Bryt./USA 2008 **20.00** ★★★ Ostatni ślad – thriller USA 2022 **22.05** ★★ Porwanie – thriller USA 2011 **0.10** ★★★ Jak dogryźć mafii – komedia sens. USA 2017

★★★★★ koniecznie ★★★★ zdecydowanie tak ★★★ możesz ★★ nie musisz ★ zdecydowanie nie (L) na żywo

DVB T stacje dostępne w naziemnej telewizji cyfrowej

PONIEDZIAŁEK 26 Stycznia

TVP 1

7.00 Msza święta na Jasnej Górze **7.30** Studio Raban **8.00** Serwis Info **8.25** Zaraz wracam (71) **9.05** Ranczo (68) **10.05** Komisarz Alex (81) **11.00** Ojciec Mateusz (56) **12.00** Serwis Info **12.10** Agrobiznes, Agropogoda **12.40** Magazyn rolniczy **12.55** Serengeti: Piekło – serial dok. W. Bryt. **14.00** Wichrowe wzgórze (345) – serial obyczaj. Turcja 2024

15.00 Serwis Info – magazyn
15.15 Reporterzy – magazyn
15.35 Gra słów. Krzyżówka
16.05 Dziedzictwo (815) – serial obyczaj. Turcja
17.00 Teleexpress
17.30 Jaka to melodia?
18.10 Klan (4641) – telenowela
18.45 Akacjowa 38 (794) Susana chce ogłosić wszystkim, jak bardzo jest dumna z Simona. Tymczasem Simon wraz z Elvirą przygotowuje ucieczkę.
19.30 19.30
19.55 Pytanie dnia
20.30 Teatr TV: Dzień listopadowy – spektakl Polska 2025
Reż. Jan Kidawa-Błoński, wyk. Bartosz Gelner, Olaf Lubaszenko, Julia Kijowska
21.35 Postscriptum – magazyn
22.05 Buntownicy z Placu Powstańców – film dok. Polska 2025
23.10 Balans bieli – magazyn
23.55 Excentrycy, czyli po słonecznej stronie ulicy ★★★ – komedia Polska 2015
Reż. Janusz Majewski, wyk. Maciej Stuhr, Sonia Bohosiewicz, Natalia Rybicka
1.50 Wykrywacz kłamstw

TVP 2

5.25 M jak miłość (1679) **6.15** Rodzina (nie od) święta **6.50** Barwy szczęścia (3301) **7.30** Pytanie na śniadanie – magazyn **11.50** Okrasa łamie przepisy – magazyn **12.30** Koło fortuny – teleturniej **13.15** Panna młoda (5) – serial obyczaj. Turcja **14.05** Va banque – teleturniej **14.35** Na sygnale (827) – serial obyczaj. Polska 2025

15.05 La Promesa – pałac tajemnic (314) – telenowela
16.00 Koło fortuny – teleturniej
16.35 Familiada – teleturniej
17.20 Panna młoda (6) Derya wraca do domu. Beyza ostatecznie zgadza się na rozwód. Cemil dowiaduje się o planowanym ślubie Hancer. Yonca szantażuje Beyzę.
18.15 Va banque – teleturniej
18.50 Jeden z dziesięciu
19.25 Barwy szczęścia (3301, 3302) – serial Polska
20.40 Kulisy „M jak miłość"
20.55 M jak miłość (1904) – serial Polska
21.55 Na sygnale (828, 829) – serial obyczaj. Polska
22.50 Słowa od serca Program o tym, jak ważna jest serdeczna komunikacja z dziećmi. Rozmowy z rodzinami o tym, dlaczego warto codziennie mówić sobie „słowa od serca".
22.55 Davos. Wojna szpiegów (2) – serial krym. Niemcy/Szwajcaria
23.50 Kafarnaum – dramat obyczaj. Liban/Francja/USA/W. Bryt./Cypr/Katar 2018 ★★★★
2.05 Instynkt (4)

Polsat

5.25 Telezakupy TV Okazje – program reklamowy **6.00** Nowy dzień – magazyn **8.30** Malanowski i Partnerzy – serial fabularno-dokumentalny **9.30** Trudne sprawy – serial fabularno-dokumentalny Polska 2023 **11.30** Gliniarze – serial fabularno-dokumentalny Polska 2025 **14.40** Dlaczego ja? (1431) – serial fabularno-dokumentalny Polska

15.50 Wydarzenia
16.15 Pogoda
16.20 Interwencja – magazyn
16.30 Na ratunek 112 (911)
17.00 Gliniarze (1072) Porwano 14-latkę, której rodzice prowadzą podmiejską dyskotekę. Śledczy odkrywają, że rodzina była już szantażowana i doszło wcześniej do innego porwania. Na jaw wychodzą mroczne sekrety klubu nocnego.
18.00 Pierwsza miłość (4140) – serial Polska
18.50 Wydarzenia
19.15 Gość „Wydarzeń"
19.55 Drapacz chmur ★★★ – thriller USA 2018
Reż. Rawson Marshall Thurber, wyk. Dwayne Johnson, Neve Campbell, Chin Han
22.10 Pukając do drzwi – horror ★★★ USA/Japonia/Chiny 2023
Reż. M. Night Shyamalan, wyk. Dave Bautista, Jonathan Groff, Ben Aldridge
0.15 Korpus weteranów – thriller ★★★ USA/W. Bryt./Niemcy 2006
Reż. Sheldon Lettich
2.45 Nasz nowy dom
3.55 Ewa gotuje

TVN

5.05 Nauka jazdy **5.40** Uwaga! **5.55** Ukryta prawda **6.50** Kuchenne rewolucje – reality show **7.45** Dzień Dobry TVN **11.25** Kuchenne rewolucje: Magnuszew – Stara Kuźnia – reality show **13.35** Kartoteka (11) – serial fabularno-dokumentalny Polska **14.40** Ukryta prawda (1603, 1604) – serial fabularno-dokumentalny Polska 2024

16.50 Kuchenne rewolucje: Restauracja „Gusto Kuchnia i Wino", Bydgoszcz
17.55 Detektywi (212)
19.00 Fakty
19.55 Uwaga! – magazyn
20.10 Doradca smaku
20.15 Na Wspólnej (4151) – serial Polska
20.55 Niebezpieczny ★★ – film sensacyjny USA 2021
Reż. David Hackl, wyk. Scott Eastwood, Mel Gibson, Tyrese Gibson
Były skazaniec stara się, z pomocą ekscentrycznego psychiatry, spokojnie spędzić zwolnienie warunkowe. Kiedy jednak ginie jego brat, wraz z tropiącym go agentem FBI wyrusza na poszukiwanie prawdy.
23.05 Tenet – film akcji USA/W. Bryt. 2020 ★★★★
Reż. Christopher Nolan, wyk. John David Washington, Robert Pattinson, Elizabeth Debicki
2.10 Refugium – horror Bułgaria/★★ USA 2023
4.05 Co za tydzień – magazyn
4.40 Uwaga! – magazyn

TVN 7

6.40 Szkoła **8.40** Ukryta prawda **11.45** W-11 Wydział Śledczy **13.55** Detektywi **14.55** Zapukaj do moich drzwi (25) **16.00** Sąd rodzinny **17.00** Tajemnice miłości **18.00** Zagadki losu **19.00** Ukryta prawda **20.00** ★★ Ocean strachu II – thriller USA/Niemcy 2006, reż. Hans Horn, wyk. Susan May Pratt **22.00** ★★★★ Dar – thriller USA/Australia/Chiny 2015, reż. Joel Edgerton, wyk. Jason Bateman **0.15** ★★★★ Na rauszu – komediodramat Dania/Hol./Szwecja 2020, reż. Thomas Vinterberg, wyk. Mads Mikkelsen **2.45** Żyjąc z potworem

TVP Kultura

9.00 Przygody psa Cywila (2) **9.45** ★★★★ Spokój – dr. Polska 1980 **11.20** Van Gogh. Prawdziwa historia **12.20** Siostra **12.35** Parasolki – film anim. **12.55** Tamte lata, tamte dni **13.35** ★★★★ Mój przyjaciel Hachiko – dr. W. Bryt./USA 2009 **15.20** ★★★★ Cwał – kom. Polska 1996 **17.15** Przygody psa Cywila (3) **18.00** Tygodnik kulturalny **18.55** Oni wszyscy byli w Montreux **20.00** ★★★★ Goldeneye – film sens. W. Bryt./USA 1995 **22.20** ★★★ Pani Bovary – dramat Fr. 1991, reż. Claude Chabrol **0.50** Sen Sułtany

TVP Sport

8.15 Biatlon: PŚ w Nowym Mieście na Morawach **10.45** Hokej na lodzie: NHL: New York Islanders – Buffalo Sabres **12.50** Biatlon: PŚ mężczyzn w Nowym Mieście na Morawach **13.45** Biatlon: PŚ kobiet w Nowym Mieście na Morawach **14.45** Piłka wodna: ME mężczyzn w Belgradzie **16.15** Lekkoatletyka: Halowy mityng ORLEN Cup Łódź w Atlasie Arenie **18.35** Piłka nożna: Liga hiszpańska kobiet: FC Barcelona Femení – Atlético Madryt **20.40** Gol **22.05** Sportowy wieczór **22.45** Futsal: ME: Węgry – Polska

TV 4

5.30 Telezakupy TV Okazje – program reklamowy **6.00** Strażnik Teksasu (1, 2) **7.55** Bogaty dom – biedny dom **8.55** Policjantki i policjanci (278, 279) **10.55** Na ratunek 112 **11.55** Trudne sprawy **14.55** Ktoś tu kłamie? **15.55** Łowcy skarbów. Kto da więcej **18.00** Policjantki i policjanci (1345, 1346) **20.00** Uroczysko (169, 170) **21.00** Sprawiedliwi – wydział kryminalny (968) – serial krym. Polska **22.00** Sprawiedliwi. Trójmiasto (85) – serial krym. Polska **23.00** ★★★★ Nikita – film sens. Fr./Wł. 1990 **1.30** Love Island. Wyspa miłości

TV Trwam

12.20 Mistyczne serce Lasu Wiedeńskiego. Opactwo Heiligenkreuz **13.10** Męczennik za prawdę – bł. ks. Antoni Rewera **13.30** Msza święta **14.30** Historia, której nie pamiętam **15.25** Centrum Ewangelizacji **16.10** Sanktuaria polskie **16.30** Porady bonifratrów **17.00** Świadkowie **17.30** Moja parafia **18.15** Rozmowy niedokończone **19.30** Poznajemy Polskę **19.45** Modlitwa z udziałem dzieci **20.00** Informacje **20.20** Różaniec **21.00** Apel Jasnogórski **21.40** Polski punkt widzenia **22.00** Z wędką nad wodę...

TV Puls

6.00 Nash Bridges (58, 59) **8.00** Kobra – oddział specjalny (14, 15) **10.00** Zbuntowany anioł (265, 266) **11.55** Wspaniałe stulecie (22, 23) **13.50** Lombard. Życie pod zastaw (431, 432) **15.50** Ranczo (68, 69) **18.00** Lombard. Życie pod zastaw (925, 926) – serial Polska **20.00** ★★★ Cobra – film sens. USA/Izrael 1986 **21.55** ★★ Po własnych śladach – film krym. USA/W. Bryt./Jap./Kan. 2018 **23.50** ★★ Operacja: Zemsta – film W. Bryt. 2018 **1.30** Lombard. Życie pod zastaw (921)

★★★★★ koniecznie ★★★★ zdecydowanie tak ★★★ możesz ★★ nie musisz ★ zdecydowanie nie (L) na żywo

DVB T stacje dostępne w naziemnej telewizji cyfrowej

eprasa.pl 71f9b965c8

Robisz noworoczne postanowienia? Psycholożka radzi, jak w nich wytrwać

Gabriela Fedyk
redakcja@stronazdrowia

Początek roku to czas podsumowań i robienia postanowień noworocznych. Kto z nas nie kupował w styczniu karnetu na siłownię albo nie planował przeczytać 52 książek w ciągu roku?

A czy się udawało? Z tym już bywa różnie. Jak wytrwać w postanowieniach noworocznych, podpowiada dr n. społ. Marzena Sekuła, psycholog, psychodietetyk oraz psychoterapeuta z Poradni Zdrowia Psychicznego HARMONIA Grupy LUX MED.



FOT. WIRESTOCK/FREEPIK/MARZENA SEKUŁA

Noworoczne postanowienia wymagają świadomego podejścia, planowania i konsekwencji.

Dlaczego Nowy Rok jest dla nas tak symboliczny, że podejmujemy postanowienia właśnie w tym czasie?
Nowy Rok to dla wielu ludzi moment, w którym naturalnie poddajemy refleksji minione wydarzenia, oceniając swoje sukcesy i porażki oraz wyznaczając sobie cele na przyszłość. Ma on wymiar symboliczny, ponieważ oznacza koniec jednego cyklu i początek nowego, rozdzielając to, co było, od tego, co będzie. Koncepcja ta związana jest z tym, że ludzie postrzegają początek roku jako czystą kartę, co daje im psychologiczny impuls i nadzieję, że zmiany są możliwe. Przez co mają iluzję większej kontroli nad swoim życiem. Tak więc Nowy Rok jawi się nam jako wspaniała okazja do podejmowania postanowień, mimo że technicznie każdy dzień może być równie dobry na zmiany zachowań.

Czy postanowienia noworoczne są faktycznie skuteczne, czy to bardziej chwilowy zryw?
Postanowienia noworoczne mogą być skuteczne, ale wymagają świadomego podejścia, planowania i konsekwencji. Dla większości ludzi są jednak bardziej chwilowym zrywem, bo oprócz decyzji, że chcę coś zmienić, bardzo często nie następuje po nim działanie. Badania pokazują, że tylko ok. 8-20 proc. osób osiąga swoje postanowienia noworoczne. Niestety największy odsetek porzuca realizację postanowień w pierwszych 2-4 tygodniach stycznia, kiedy to magia nowego roku przemija, dopada nas codzienna rutyna i zaczyna brakować nam motywacji i silnej woli do zmiany.

Dlaczego tak trudno jest nam wytrwać w postanowieniach dłużej niż kilka tygodni?
Tak jak wspomniałam, niesieni na fali noworocznej energii zapominamy, że zmiana zachowania wymaga ogromnych pokładów energii. Trudność w utrzymaniu postanowień dłużej niż kilka tygodni związana jest z pokonaniem psychologicznych, emocjonalnych i codziennych trudności. Oto najważniejsze powody, które prowadzą do załamywania samokontroli i porzucania postanowień:
- Brak konkretnych celów. Postanowienia często formułowane są zbyt ogólnie i nieprecyzyjnie, np. „chcę schudnąć” lub „będę oszczędzać pieniądze”. Niestety brak jasno określonego celu sprawia, że trudno jest mierzyć osiągane postępy.
- Brak planu działania. Postanowienia często nie są wspierane konkretnym planem, który wskazuje, jak osiągnąć cel. Brakuje nam zastanowienia się i zaplanowania „jak chcę to zrobić?”, co prowadzi do szybkiego zniechęcenia.
- Nawyki i przyzwyczajenia. Zmiana wyuczonych nawyków wymaga czasu i wysiłku, a stare schematy myślenia i działania są automatyczne i nie wymagają zastanowienia. Wraz z upływem czasu początkowy entuzjazm w obliczu wysiłku, jaki trzeba włożyć w osiągnięcie zmiany, szybko opada. Ludzie tracą z oczu długoterminowe korzyści na rzecz natychmiastowych gratyfikacji, przez co często wracają do wcześniejszych zachowań.
- Zbyt wiele zmian naraz. Zdarza się, że zachłyśnięci efektem świeżości i chęcią zmiany skaczemy na głęboką wodę. Jednak wprowadzanie zbyt wielu zmian jednocześnie lub podejmowanie zbyt ambitnych wyzwań prowadzić może do negatywnych emocji i zamiast motywować do działania, może doprowadzić do wypalenia.

Wiele osób obiecuje sobie: „schudnę”, „będę ćwiczyć”. Dlaczego zmiany w obszarze zdrowia i masy ciała są tak częstymi postanowieniami?
Zmiany w obszarze zdrowia, kondycji fizycznej i masy ciała są jednymi z najczęstszych postanowień noworocznych, ponieważ odnoszą się do kluczowych aspektów samopoczucia i samooceny. Społeczeństwo staje się coraz bardziej świadome związku między masą ciała, aktywnością fizyczną a zdrowiem (np. ryzykiem chorób serca, cukrzycy czy problemów z kręgosłupem). Dlatego zmiany w obszarze stylu życia postrzegane są jako kluczowe dla poprawy jakości życia i długowieczności. Dodatkowo kreowane przez media społecznościowe wartości i kulturowe normy związane z kultem „pięknego ciała” napędzają machinę postanowień w tym obszarze. Ludzie często porównują się do celebrytów, influencerów czy znajomych, co wzmacnia pragnienie spełnienia kreowanych standardów estetycznych. Jednak nie zapominajmy, że obrazki z sieci często przedstawiają wyidealizowane obrazy sukcesu, sylwetki i stylu życia. Dlatego bądźmy ostrożni w porównywaniu się do osób osiągających „perfekcyjne” rezultaty, gdyż zabieg ten może spowodować, że będziemy pełni frustracji, możemy czuć się gorsi i zdemotywowani. Ponadto social media promują wygląd zewnętrzny, ignorując inne aspekty zdrowia, takie jak siła, samopoczucie czy pozytywna energia. Może to prowadzić do niezdrowych praktyk, np. głodówek, nadmiernych ćwiczeń lub obsesji na punkcie wagi, co zamiast przyczynić się do poprawy zdrowia, przyniesie odwrotny rezultat.

Czy warto dzielić się swoimi postanowieniami z innymi, czy lepiej zostawić je dla siebie?
Decyzja o podzieleniu się postanowieniami z innymi często wpływa mobilizująco do działania. To tzw. efekt społecznej odpowiedzialności - czyli świadomość, że ktoś wie o twoich planach, obserwuje twoje postępy. W konsekwencji może to pobudzić motywację do działania, ponieważ możesz czuć presję i być zobowiązany do działania, by ich nie zawieść. Dodatkowo wsparcie innych może okazać się pomocne w sytuacjach kryzysowych.
Osoby, które rozumieją twoje cele i napotykane trudności, mogą pomóc w eliminowaniu przeszkód i stworzeniu atmosfery sprzyjającej zmianom. Na przykład, jeśli twoim celem jest zdrowsze odżywianie, rodzina lub przyjaciele mogą przestać częstować bądź kusić cię niezdrowym jedzeniem.

Jakie błędy najczęściej popełniamy, podejmując decyzje o odchudzaniu od stycznia?
Postanowienia dotyczące zdrowia i masy ciała są popularne, ponieważ łączą aspiracje estetyczne, zdrowotne i psychologiczne. Wybierane są też dlatego, że ich efekty są widoczne i mierzalne, co daje satysfakcję. Jednak trwała zmiana wymaga systematyczności i realistycznego podejścia, aby unikać szybkiego zniechęcenia. Zatem, aby zwiększyć efektywność postanowień, zamiast polegać wyłącznie na noworocznym impulsie, warto skupić się na kilku aspektach:
- Wyznacz konkretne i realistyczne cele: Zamiast ogólnych postanowień, takich jak „schudnę” czy „zacznę ćwiczyć”, określ precyzyjne i osiągalne cele, np. „schudnę 5 kg w ciągu trzech miesięcy” lub „będę ćwiczyć przez 30 minut trzy razy w tygodniu”.
- Stwórz plan działania: Sporządź szczegółowy plan, jak chcesz osiągnąć cel. Uwzględnij w nim konkretne działania, terminy oraz ewentualne przeszkody i sposoby ich pokonania, to pomoże ci krok po kroku zbliżać się do celu.
- Podziel cel na mniejsze etapy: Rozbicie głównego celu na mniejsze, łatwiejsze do osiągnięcia etapy pozwala na regularne świętowanie sukcesów i utrzymanie motywacji. Stosowanie metody małych kroków i osiąganie małych celów działa jak zastrzyk dopaminowy, wzmacniając naszą skuteczność oraz motywując do dalszego działania.
- Monitoruj postępy: Regularne śledzenie swoich osiągnięć pomaga utrzymać motywację i wprowadzać ewentualne korekty w planie. Możesz prowadzić dziennik, korzystać z aplikacji mobilnych lub innych narzędzi do monitorowania postępów.
- Znajdź wsparcie: Podziel się swoimi postanowieniami z bliskimi lub dołącz do grupy osób o podobnych celach. Wspólne dążenie do zmian i wzajemne wsparcie mogą znacząco zwiększyć Twoje szanse na sukces.

Bądź elastyczny: Życie bywa nieprzewidywalne, dlatego ważne jest, aby dostosowywać swoje działania do zmieniających się okoliczności. Jeśli napotkasz przeszkody, nie rezygnuj, lecz modyfikuj plan, by nadal dążyć do celu.
- Nagradzaj się za osiągnięcia: Doceniaj swoje sukcesy, nawet te najmniejsze. System nagród może być dodatkową motywacją do kontynuowania wysiłków i utrzymania zaangażowania. Pamiętaj, że zmiana nawyków to proces wymagający czasu i cierpliwości.

Dzięki konsekwencji, odpowiedniemu planowaniu i wsparciu masz realną szansę na wytrwanie w swoich postanowieniach, także tych noworocznych, i osiągnąć zamierzone cele.©℗

WARTO WIEDZIEĆ

Trwałość postanowień
Odsetek osób porzucających noworoczne postanowienia rośnie w czasie w następujący sposób:
- po 1-2 tygodniach – odpada 71 proc. osób,
- po 3-4 tygodniach – odpada 61 proc. osób,
- po 3 miesiącach – odpada 50 proc. osób,
- po 6 miesiącach – odpada 46 proc. osób.

Najważniejsze wydają się więc 3 pierwsze miesiące nowego roku, bo po tym czasie liczba osób, którym się nie powiodło, rośnie przez trzy kolejne miesiące tylko o 4 procent.

eprasa.pl 71f9b965c8





FOT. PIOTR KRZYŻANOWSKI

Kadra Miedzi Legnica wyruszyła pod wodzą trenera Janusza Nieźwiedzia na obóz treningowy do Turcji

PIŁKA NOŻNA MIEDŹ LEGNICA I ZAGŁĘBIE LUBIN PRZEGRAŁY SWOJE MECZE

Styczniowe sparingi miedziowych drużyn

Dawid Foltyniewicz
Legnica

Chrobry Głogów w rozegranym w Legnicy sparingu pokonał Miedź 3:2. Zagłębie Lubin na obozie w Turcji uległo słowackiemu FK Železiarne Podbrezová.

W pierwszej połowie starcia dwóch dolnośląskich ekip wynik otworzył Daniel Stanclik, który wykorzystał rzut karny podyktowany za faul w polu karnym Chrobrego, pewnym strzałem pokonując bramkarza. Po zmianie stron bardzo szybko do wyrównania doprowadził Szymon Bartlewicz, trafiając tuż po wznowieniu gry. W 72. minucie głogowianie objęli prowadzenie - po dośrodkowaniu z rzutu rożnego Bartlewicza skuteczną główką z bliskiej odległości popisał się Myrosław Mazur. Odpowiedź Miedzi nadeszła w 80. minucie, gdy po dośrodkowaniu z lewej flanki Oliwiera Szymoniaka piłkę przed bramką przeciął Jacek Podgórski, doprowadzając do remisu. Ostateczny cios zadał jednak Chrobry - sześć minut później po kolejnej centrze Bartlewicza najwyżej w polu karnym wyskoczył Strózik głową ustalił wynik na 3:2.

Takim samym rezultatem zakończył się sparing Zagłębia Lubin, które podczas obozu przygotowawczego w tureckim Belek przegrało ze słowackim FK Železiarne Podbrezová. Bramki dla „Miedziowych" zdobyli Michális Kossídis i Arkadiusz Woźniak. Po tym, jak Leonardo Rocha nie został wykupiony z Rakowa Częstochowa, trener Leszek Ojrzyński będzie liczył właśnie na dwóch wspomnianych napastników.

Miedź Legnica - Chrobry Głogów 2:3 (1:0)

Bramki: Stanclik 6 kar., Podgórski 80. - Bartlewicz 46., Mazur 72., Strózik 86.

Miedź: Lucić (46. Wrąbel) - Grudziński (77. Michałeczko), Bochnak (77. Herbut), Serafin (71. Maliszewski), Kuchko (46. Podgórski), Jovičić (46. Drygas), Stanclikl (71. Keita), Czyborra (46. Szymoniak), Stępiński, Petrović (77. Szuba), Antonik (63. Engvall).

Chrobry (I połowa): Lenarcik - zawodnik testowany, Tworzydło, Grić, Janczukowicz, Mandrysz, Ibe-Torti, Laskowski, Tupaj, Łaszyński, Grzelak.

Chrobry (II połowa): Arndt - Janik, Bonecki, Nowakowski, Strózik, Mazur, Manijak, Tabiś, Lewkot, Bartlewicz, Zarówny.

KGHM Zagłębie Lubin - FK Železiarne Podbrezová 2:3 (1:3)

Zagłębie (I połowa): Gikiewicz - Marek, Orlikowski, Nalepa, Michalski, Lučić - Sypek, Kocaba, Radwański, Szmyt - Kossídis.

Zagłębie (II połowa): Gikiewicz (62. Matysek) - Sochań, Ławniczak, Jakuba, Grzybek - Ligocki, Dąbrowski, Kolan, Dziewiatowski, Díaz - Woźniak.

DAKAR CLASSC 2026 - Jeleniogórzanin w zwycięskiej załodze

Alina Gierak
Jelenia Góra

- Marzenia się spełniają. Dla nas to ogromna satysfakcja i jestem bardzo wdzięczny za wsparcie. Dziękuję zwłaszcza mojej żonie - mówił w sobotę (17.01) na mecie wyścigu - Adam Grodzki.

Jeleniogórzanin wygrał z kolegami z drużyny Kamena Rally Team Rajd DAKAR CLASSIC 2026 w kategorii ciężarówek. Po raz pierwszy w historii polskiej motoryzacji zarówno klasycznego Dakaru, jak i Dakar Classic, polski zespół zwyciężył w tej kategorii.

- Ciężarówki wygraliśmy, w generalce jesteśmy na dziewiątym miejscu. Podziwiam Joe de Rooy, że tym samochodem jeździł z takimi prędkościami. Dla nas wynik rajdu to ogromna satysfakcja. Dziękuję wszystkim za wsparcie, a zwłaszcza mojej żonie - mówił Adam Grodzki na mecie.

- Weszliśmy w wielkie buty. Ścigaliśmy się pojazdem, który wygrywał Rajdy Dakar wiele lat temu — w czasach, gdy my nawet o tym nie marzyliśmy - mówił Dariusz Baśkiewicz, navigator zespołu.

- Przyjechaliśmy do Arabii Saudyjskiej z nastawieniem, żeby przeżyć fajną przygodę i zebrać doświadczenie. Ale wyniki, które osiągaliśmy od samego początku, bardzo nas zaskakiwały. Z odcinka na odcinek było coraz lepiej - mówi Tomasz Białkowski, kierowca zespołu.

Zwycięstwo jest tym bardziej spektakularne, że już wcześniej, na trzecim etapie rajdu, Kamena Rally Team jako pierwsza ciężarówka w historii Dakar Classic wygrała klasyfikację generalną całego etapu - wyprzedzając wszystkie samochody i motocykle.

Udział w Rajdzie DAKAR był marzeniem Adama Grodzkiego. Dwa lata razem z synem kibicował zawodnikom. Teraz jest członkiem załogi, która wygrała DAKAR CLASSIC 2026 w kategorii ciężarówek.

Pan Adam zna się na tych pojazdach jak nikt. Jest pasjonatem tych pojazdów i kolekcjonerem. Zabrał już 170 ciężarówek, wśród nich wiele historycznych aut. Wszystkie są sprawne. wypieszczone i błyszczące.

Ciężarówki, znajdujące się w kolekcji Adama Grodzkiego m.in. kultowe amerykańskie Peterbilt, Kenworth, Freightliner czy Mack Trucks, niedługo będzie można oglądać w Kowarach. Małżeństwo planuje otworzyć tu Muzeum Samochodów Ciężarowych.



KAMENA RALLY TEAM

W załodze Kamena Rally Team jest Jeleniogórzanin Adam Grodzki (z lewej)

eprasa.pl 71f9b965c8

HALA IZERSKA: DOLNOŚLĄSKA SYBERIA

Zimą do Chatki Górzystów na Hali Izerskiej docierają głównie biegacze narciarscy. Latem ludzi jest dużo więcej, zwłaszcza odkąd modne stały się rowery elektryczne

Alina Gierak



FOT. CHATKAGORZYSTOW.PL

Chatka Górzystów to jedyny budynek, który ocalał po miejscowości Gross Iser

Dzień zaczynają od kubka gorącej kawy. I to jedyne, co łączy pracowników Chatki Górzystów na Hali Izerskiej z mieszczuchami. Bo gdy my narzekamy na dziesięciostopniowy mróz i 10 cm śniegu, oni uważają, że to normalka. Dopiero przy temperaturze -30 st. C mówią, że ekstremalnie przymroziło. Jak im się żyje na dolnośląskiej Syberii?

Chatkę Górzystów na Hali Izerskiej znają biegacze narciarscy, rowerzyści i piesi turyści. To jest ich ulubiony przystanek podczas wędrówek od stacji Orle lub od przystanku kolei gondolowej na Stogu Izerskim.

Zimą i latem zawsze jest tu sporo ludzi. Przyciąga ich niepowtarzalna atmosfera miejsca, przyjaźni ludzie i słynne naleśniki z jagodami.

Mieszczuchy o Chatce Górzystów słyszą podczas komunikatów meteorologicznych i rekordach zimna. 7 stycznia 2026 r. na Hali Izerskiej odnotowano -31,7 st. C. Takie temperatury robią wrażenie nawet na Kacprze, pracowniku schroniska Chatka Górzystów.

33-latek, z którym rozmawiamy o codzienności w schronisku Chatka Górzystów, jest jednym z jego pięciu pracowników. Pracuje tu od roku, ale jego koleżanka i koledzy spędzili tu po 10 lat i więcej.

– To nie jest praca jak każda inna. Ale to nie mróz dokucza nam najbardziej. Do niskich temperatur można się przyzwyczaić i minus 20 nie robi na nas wrażenia. Wystarczy się odpowiednio ubrać – przekonuje Kaper.

Najbardziej dotkliwy jest brak miejsca, ciasnota i monotonność. Kacper porównuje to do pobytu na statku lub na stacji badawczej na Spitsbergenie. Te same twarze, te same czynności. Są na siebie skazani prawie 24 godziny na dobę.

– Nie romantyzujmy. Praca w schronisku to ciężka fizyczna harówka – podkreśla Kacper.

Kuchnia w Chatce Górzystów zaczyna pracę od godz. 8.15. Wydają śniadania, przygotowują dania obiadowe, w tym ciasto na słynne naleśniki. Ruch jest na okrągło.

Zimą na Halę Izerską docierają głównie biegacze narciarscy. Pieszych turystów jest mało, bo to 3, 4-godzinna wyprawa w jedną stronę. Latem ludzi jest dużo więcej, zwłaszcza odkąd modne stały się rowery elektryczne. Bywa, że w kolejce po naleśniki stoi się ponad godzinę. Zimą turyści pojawiają się w czasie ferii i potem sezon już hula na całego.

– Nawet przy dwumetrowych zaspach nie jesteśmy odcięci od świata. Tak może było dekady temu – Kacper obala kolejną panującą powszechnie opinię.

Teraz do dyspozycji mają skuter śnieżny i samochód z gąsienicami. Robią normalnie zakupy, przywożą z dołu co kilka dni zapasy produktów i środków higieny. W schronisku może nocować 40 osób. Trzeba dla nich przygotować pokoje i posiłki. Niekiedy odśnieżyć wejście. Pilnować, by było ciepło (działa centralne ogrzewanie i kominek w sali głównej). Obsługi wymaga infrastruktura (śmieci, ogrzewanie, sprzątanie). Nikt z załogi Chatki Górzystów nie ma czasu na podziwianie zimowych krajobrazów.

Co robią w czasie wolnym? Czytają, rozmawiają z turystami, grają na gitarze, oglądają filmy. Każdy ma jakąś ulubioną aktywność. Kacper lubi spacery i narty. To mu się nigdy nie znudzi. I to są rzeczywiście czasami magiczne chwile. Niebo na Hali Izerskiej to jedno z najciemniejszych miejsc w Europie, co czyni ją idealnym miejscem do obserwacji gwiazd.

Kacper tym się jednak nie entuzjazmuje. Dla niego najważniejsze jest, by odetchnąć, odpocząć od gwaru kuchni i schroniska, nacieszyć się ciszą przed kolejnym dniem. Jak zapewnia, wcale nie rozpoczyna go od spoglądania na termometr.

Chatka Górzystów – jedyna ocalała w osadzie Gross Iser

Historia budynku schroniska jest intrygująca. To bowiem jedyny dom, jaki został z miejscowości Gross Iser. Wioska została założona w 1630 roku przez ewangelickiego uchodźcę o imieniu Thomas. Stopniowo dołączali do niego kolejni osiedleńcy. Mieszkańcy osady żyli biednie, a utrzymywali się z wypasu bydła i owiec, produkcji serów, przędzenia wełny czy też połowu pstrągów.

Wraz z rozkwitem Świeradowa-Zdroju jako uzdrowiska w drugiej połowie XIX wieku rozbudowała się też Wielka Izera. Osada stała się ulubionym miejscem wycieczek kuracjuszy. W latach 30. XX wieku w Gross Iser były 43 domy mieszkalne, 3 gospody, 2 schroniska, 2 celnice, kawiarnia, leśniczówka, straż pożarna, domek myśliwski oraz stara i nowa szkoła. Sielankę przerwała II wojna światowa.

W latach powojennych mieszkańców wysiedlono, a większość budynków rozebrano, prawdopodobnie na rozkaz wojska. Przetrwał tylko gmach szkolny, który został zdewastowany i ogołocony.

W 1991 roku budynek kupiła Wiesława Polańska, która wraz z mężem wyremontowała go i otworzyła schronisko Chatka Górzystów. Mieszkali tu przed wiele lat z dwójką dzieci. Teraz przenieśli się na dół i do schroniska przyjeżdżają od czasu do czasu.

Słynne naleśniki

W Chatce Górzystów zjecie bigos, pierogi, żurek i inne zupy i dania. Ale największą sławę przyniosły im naleśniki z jagodami. Puszyste ciasto z serowym nadzieniem z jagodami smakuje wyśmienicie.

– Jagody zbieramy latem i sami przetwarzamy. Potem wystarczy tylko odkręcić słoik z konfiturą – mówi pan Kacper.

Kiedy jeszcze na Hali Izerskiej istniała wioska Gross Iser, mieszkał w niej Paul Hirt, który prowadził schronisko Gross Iserbaude. Organizował on teatr dla dzieci i był powszechnie lubianą osobą. Kiedy w 1945 r. do Gross Iser wkroczyli Rosjanie, rozstrzelali go i zabronili pochować ciało na cmentarzu.

Kiedy Wiesława Polańska zamieszkała w chatce, zaczęła drążyć historię Gross Iser. Okazało się, że Paul Hirt spoczywa w miejscu rozstrzelania, czyli na łące nieopodal chatki. Postawili mu krzyż, później kamień z tabliczką.

– Przepis na słynne naleśniki zaginął podczas wojny, ale któregoś dnia dostałam natchnienia i upiekłam przepyszne słodkości. Myślę, że to duch Paula Hirta, wdzięczny za postawienie mu nagrobka, podszepnął pani Senderowej, aby podzieliła się ze mną sławetnym przepisem – wspominała pani Wiesława.

W czym tkwi sekret naleśników? To przede wszystkim jagody z Hali Izerskiej przyrządzane domowym sposobem, naturalne produkty i kaflowy piec.

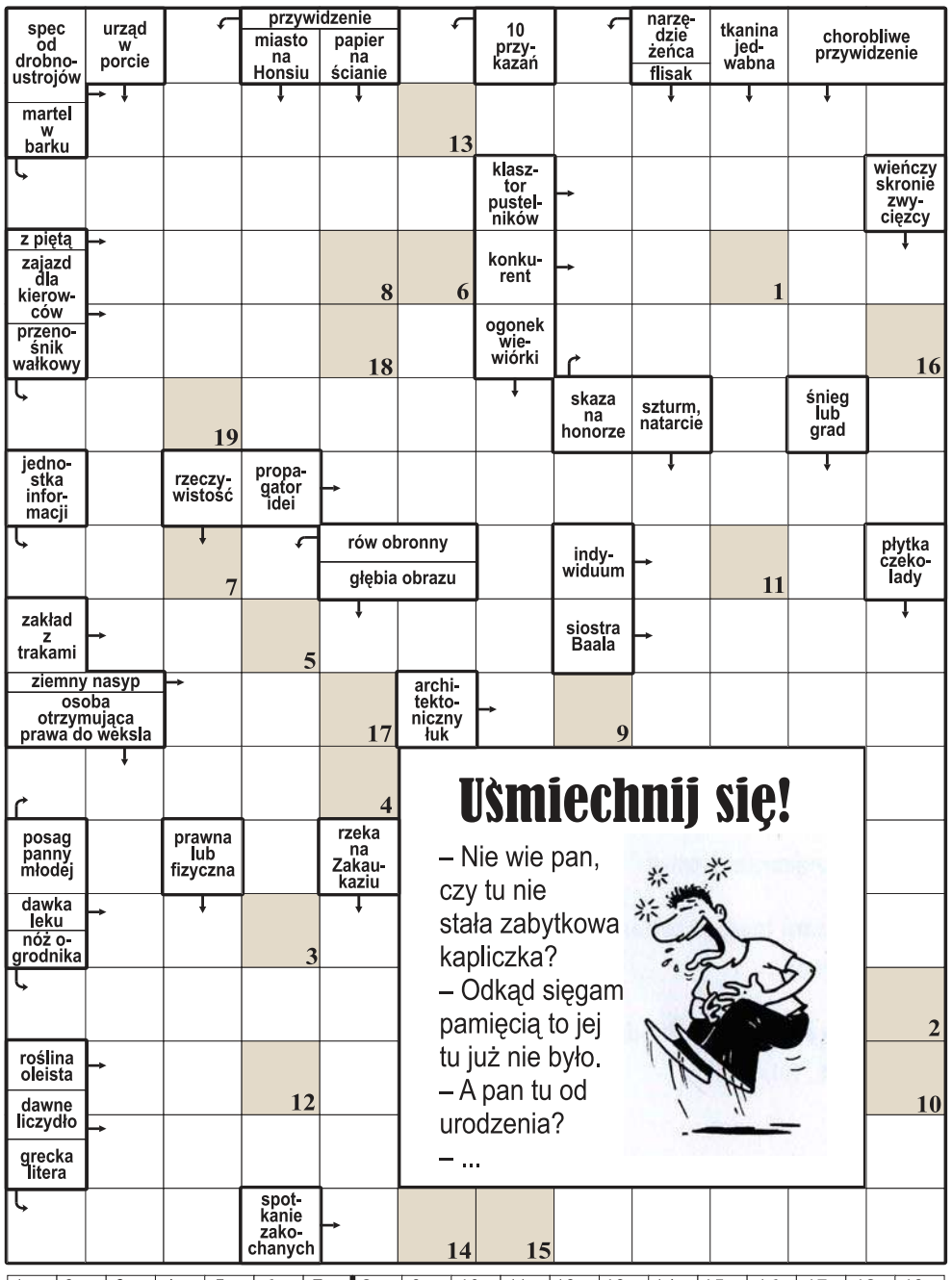


FOT. PRZEMYSŁAW KACZAŁKO

Rok 2024. Wiesława Polańska, właścicielka Chatki Górzystów, odbiera defibrylator, by zamontować go w budynku

eprasa.pl 71f9b965c8

Krzyżówka panoramiczna

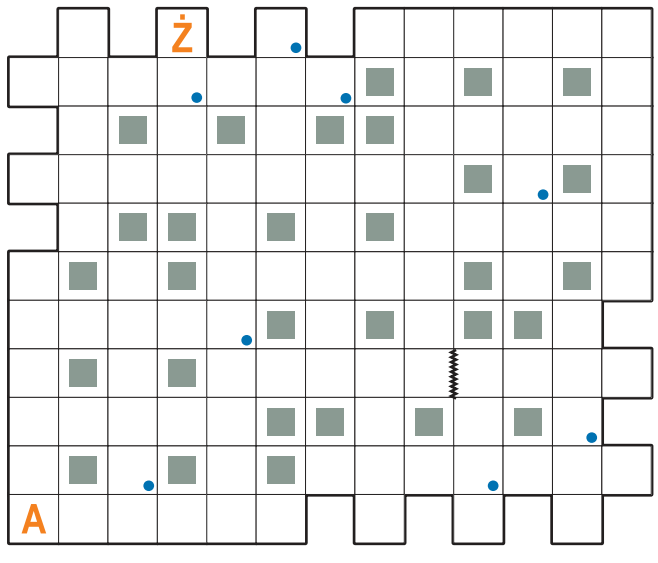


1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19

Litery z pól ponumerowanych od 1 do 19 utworzą rozwiązanie – dokończenie dowcipu z okienka.

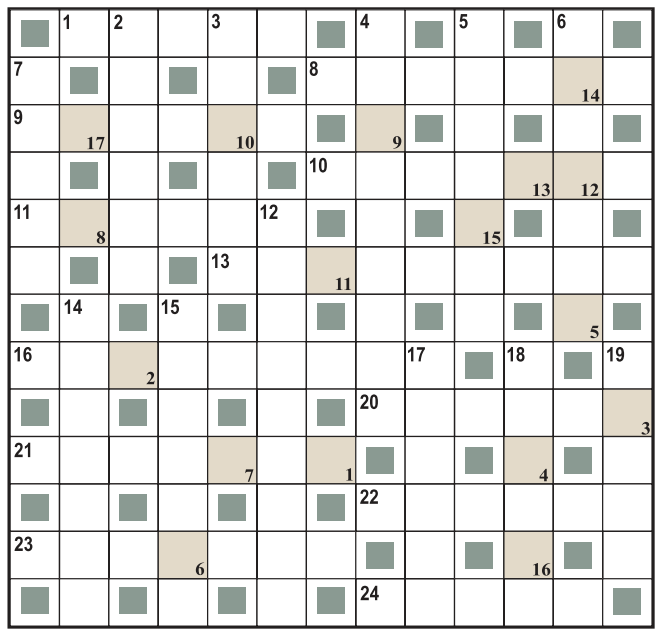
Krzyżówka A-Ż

Każdy odgadywany wyraz (w nawiasie liczba liter) zaczyna się literą poprzedzającą określenie. Miejsce wpisywania – do odgadnięcia. Litery w polach z kropką, czytane rzędami, utworzą rozwiązanie.



A) mieszkanka Kuwejtu (6).
B) mądrości nie dodaje (5).
C) tradycyjne, kruche karnawałowe ciasto (6).
D) James, aktor z filmu „Olbrzym” (4).
E) stan radosnego podniecenia, zachwytu (7).
F) elewacja budynku (6).
G) podziemny w galerii handlowej (5).
H) ludowy taniec kubański, podobny do tanga (8).
I) egipska bogini, żona Ozyrysa (5).
J) James, autor powieści „Ulisses” (5).
K) deszczułka z twardego drewna do układania posadzek (6).
L) wije się wśród francuskich zamków (5).
Ł) pudełko na naboje do ręcznej broni palnej (9).
M) szybko zapada jesienią (4).
N) urzędnicze rozporządzenie do wykonania (5).
O) narzędzie korowacza (5).
P) ronienie łez pod wpływem silnych emocji (5).
R) przyjęcie bez tańców (4).
S) preparat na skórne ropnie z rtęcią metaliczną (5,4).
T) dramat Gerharta Hauptmanna (6).
U) propagandowa agitka (6).
W) „... Wania”, sztuka Czechowa (8).
Z) budowla chroniona prawem (7).
Ż) zboże na chleb (4).

Krzyżówka z hasłem



Rozwiązaniem jest aktualne hasło, które powstanie z liter w polach ponumerowanych w prawym dolnym rogu od 1 do 17.

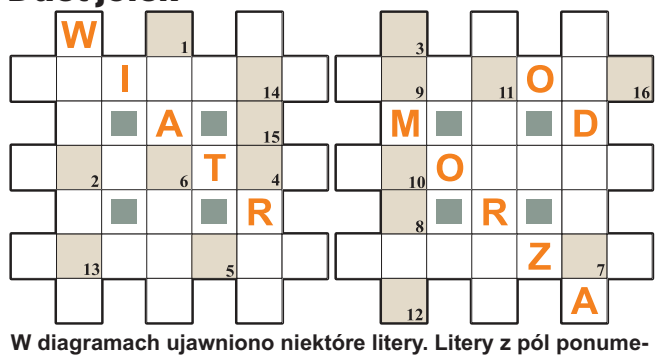
Poziomo:
1) nadprzyrodzone zjawiska,
8) nie boi się ryzyka,
9) na czele wyższej uczelni,
10) szatan, diabeł,
11) pas lub lina w przekładni,
13) agent pozyskujący klientów,
16) mini półwysep,
20) osika albo białodrzew,
21) uczony, myśliciel,
22) mąż tuż po ślubie,
23) oręż żołnierza,
24) w lampie Łukasiewicza.

Pionowo:
2) wiraż na drodze,
3) zielona pora roku,
4) chroni posła,
5) Daniec lub Górski,
6) komórka przy uchu,
7) najlepiej smakuje z kapustą,
12) runda wokół boiska,
14) bezduszny biurokrata,
15) jedno z imion Norwida,
17) dawna spiżarnia,
18) owad podobny do komara,
19) dłoń złożona do chwytania.



Początek wpisywania odgadniętych wyrazów w polach z kreską, kierunek zegarowy. Litery w oznaczonych polach, czytane rzędami, utworzą rozwiązanie – tytuł filmu.

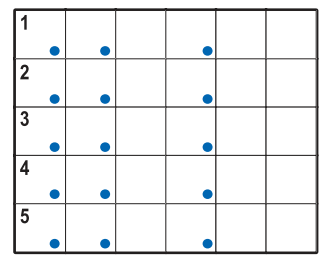
Duet jolek



W diagramach ujawniono niektóre litery. Litery z pól ponumerowanych od 1 do 16, utworzą rozwiązanie.

W przypadkowej kolejności:
– włókno na sweter
– mieszkanka kraju w Pirenejach
– spadające gwiazdy
– siostra zakonna
– przylepiec w apteczce
– wypływa z dyskusji
– Hans, twórca obrazu „Zwiastowanie”
– dawny klub towarzyski
– Henri, reżyser „Ceny strachu”
– Whitney, piosenkarka z USA
– część kaloryfera
– śpiewała przebój „Na pierwszy znak”

Logogryf



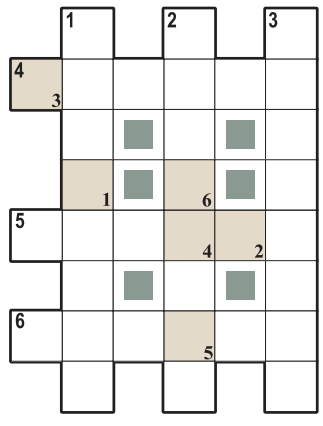
Litery w polach z kropką, czytane rzędami, utworzą rozwiązanie: tytuł filmu.
1) Kazimierz, postać z „Emancypantek”,
2) bajeczność barw i świateł,
3) niewierzący, ateista,
4) w parze z Mazurami,
5) towarzyszy burzy.

Szyfr



Litery z pól od 1 do 17 utworzą rozwiązanie – tytuł filmu.
Poziomo:
6) szachowy pionek,
12) błotnista kałuża.
Pionowo:
10) chleb syryjski,
2) Kia..., auto z Korei,
8) port nad Donem.

Krzyżówka



Litery z pól ponumerowanych w prawym dolnym rogu od 1 do 6, utworzą rozwiązanie.
Poziomo:
4) stado 5 i 6,
5) samiec w 4,
6) samica w 4.
Pionowo:
1) gruszka miłosna, oberżyna,
2) drobny jasnofioletowy kwiat, gatunek astra,
3) wielbłąd dwugarbny.

Rozwiązania

Krzyżówka panoramiczna: „Ostatnio Wczoraj przyjechałem; **wirówka panoramiczna:** **krzyżówka z hasłem:** Czas na zimowe ferie; **logogryf:** „Nosferatu wampir”; **szyfr:** „Krajobraz po bitwie”; **duet jolek:** pomorskie legendy; **krzyżówka A-Ż:** dyktando; **krzyżówka:** łowiec.

eprasa.pl 71f9b965c8