Nr 95 (2606)
Cena **7,00 zł** (w tym 8% VAT)
Nr ISSN 1898-3081 | Nr indeksu 349-682

MAGAZYN

Krzyżówka / Sport / Z życia Warszawy

POLSKA
METROPOLIA WARSZAWSKA

19 lat

Piątek–niedziela, 27–29.11.2026

www.i.pl



Panie na lewo, panowie na prawo. A co z wyborami?

– Str. 16–17

Czarny kot i wróżby, czyli przesądny jak Polak

– Str. 18–19

dziś
TELEMAGAZYN
● Program telewizyjny z opisami filmów, seriali i programów

Prawdziwy „ruski mir”

– Str. 7, 10–12

BT
9 771898 308059 48

REKLAMA 0011618019

1 GRUDNIA – *ŚWIATOWY DZIEŃ AIDS*



Zrób test na HIV, HCV i kiłę

- anonimowo
- bezpłatnie
- bez skierowania

Krajowe Centrum ds. AIDS
Agenda Ministra Zdrowia

Adresy punktów testowania na: **aids.gov.pl/pkd**

eprasa.pl 775b675a4b

Na okładce



BT

Romuald Szeremietiew: Jesteśmy w stanie wojny z Rosją. Rosja używa na terenie Polski agentury wpływu, żeby skłócić, podzielić społeczeństwo polskie i dokonuje różnego rodzaju aktów dywersji

s.6

Dlaczego Michał Dworczyk zrobił sobie zdjęcie z Grzegorzem Braunem?

Michał Dworczyk
Polityk, z wykształcenia historyk, instruktor harcerski. Szef KPRM u premiera Mateusza Morawieckiego. Związany z Rozwój Plus.



s.16

Dlaczego kobiety mają bardziej lewicowe poglądy? Socjolog: Mężczyźni boją się, że ktoś im zabierze V8

s.20

Niby jesteśmy racjonalni, niby średnio wierzymy w działanie mocy nadprzyrodzonych, ale z tyłu głowy kołacze nam, że „coś w tym jednak musi być". Andrzejki to dla nas dzisiaj sympatyczny rytuał, który pozwala oderwać się od życia

s.20

Doktor Google leczy? A co z nieprawdziwymi informacjami o chorobach i schorzeniach?

s.24

Co pozostało po Violetcie Villas w Lewinie Kłodzkim, w którym spędziła młodość i ostatnie lata życia



„Violetta Villas"
To film o ekscentrycznej piosenkarce, w którą wciela się Sandra Drzymalska. Aktorka zagrała też niedawno Izabelę Łęcką.

WARSZAWA STR. 29
SPORT STR. 30

FOT. AUTOR

POLECAMY

PONIEDZIAŁEK: Robert Górski powraca w nowej roli

POLSKA METROPOLIA WARSZAWSKA

Redaktor naczelny
Arlena Sokalska
Z-ca redaktora naczelnego
Agaton Koziński
Redaktorzy
Anita Czupryn
Dorota Kowalska
Mariusz Grabowski

www.i.pl

Polska Press
Makroregion Wschód
Redakcja
ul. Domaniewska 45
02-672 Warszawa
tel.: 22 201 42 00
e-mail: redakcja@polskatimes.pl
Prezes Makroregionu
Aureliusz Mikos
Dyrektor reklamy
Witold Trzciński
Biuro reklamy oddziału
tel. 698 635 707
Druk
Drukarnia ZPR Media S.A.,
04-190 Warszawa, ul. Jubilerska 10

POLSKA PRESS GRUPA

Wydawca Polska Press Sp. z o.o.
ul. Domaniewska 45, 02-672 Warszawa,
tel. 22 201 44 00, fax: 22 201 44 10
Prezes Zarządu Polska Press Grupy
Robert Feluś
Redaktor naczelny Polska Press Grupy
Marek Twaróg
Projekt graficzny, dyrektor artystyczny PPG
Tomasz Bocheński
Dyrektor kolportażu PPG Tomasz Osoliński
Biuro Konsumenta PPG
biurokonsumenta@polskapress.pl, tel. 12 688 85 10

©℗ - 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.i.pl/tresci i w zgodzie z postanowieniami niniejszego regulaminu.

27.11.2026. Dzień dobry

Czy Kopernik studiował w Krakowie medycynę?

Nie ma chyba człowieka, który by nie wiedział o epokowym odkryciu astronomicznym Mikołaja Kopernika, który obalił trwające od tysiącleci przekonanie, że Ziemia jest centrum wszechświata, a wszystkie inne ciała niebieskie (włącznie ze Słońcem) krążą wokół tego centrum. Publikacja tego odkrycia (a właściwie hipotezy naukowej) w postaci księgi zatytułowanej „De revolutionibus orbium coelestium" („O obrotach ciał niebieskich") miała miejsce w Norymberdze w 1543 roku - w tym samym roku, w którym Kopernik zmarł (w maju), nie wiadomo więc, czy sam widział swoje największe dzieło w formie drukowanej książki, czy też nie. Ale do historii przeszedł niewątpliwie jako geniusz na skutek tego odkrycia, więc wiele ośrodków akademickich próbuje sobie przypisać zaszczyt jego edukowania.

Jako pierwszy „ustawia się w kolejce" Kraków. Ma prawo, bo Mikołaj Kopernik zapisał się na studia w Akademii Krakowskiej w 1491 roku i studiował tam do 1495 roku, kiedy wyjechał z Krakowa, nie uzyskując dyplomu. Jedna z teorii głosi, że nie ubiegał się o dyplom ukończenia studiów w Krakowie, bo posiadanie takiego dyplomu zamykało drogę do wyjazdu za granicę, a Kopernik chciał dalej studiować we Włoszech - najpierw w Bolonii a potem w Padwie.

Wróćmy jednak do studiów Kopernika w Krakowie. Gdy ja odbywałem w Krakowie studia medyczne, uczelnia, do której uczęszczałem, nazywała się „Akademia Medyczna imienia Mikołaja Kopernika". Uzasadniano to tradycją głoszącą, że Kopernik studiował w Krakowie, a potem - jako kanonik warmiński - praktykował (między innymi) jako lekarz, więc zapewne studiował w Akademii Krakowskiej właśnie medycynę.

Jednak w czasopiśmie „Studia Historiae Scientiarum 2026" napotkałem artykuł Sylwii Konarskiej-Zimnickiej zatytułowany „Dlaczego Kopernik nie studiował medycyny na uniwersytecie krakowskim?", w którym autorka dowodzi, że w czasie gdy Kopernik studiował w Krakowie, oferta przedmiotów medycznych w Akademii Krakowskiej była bardzo skromna. Autorka wymienia dzieła uczonych, na których się opierano.

Były to księgi autorów starożytnych, z których wiedzę przekazywano wyłącznie ustnie, bez praktycznej wiedzy np. z zakresu anatomii, fizjologii, patologii czy farmacji. Wymieniani są wprawdzie profesorowie medycyny zatrudnieni w Akademii Krakowskiej: Maciej z Miechowa, Wojciech Krypa z Szamotuł oraz lekarz królewski Łukasz Noskowski, ale zasób wiedzy medycznej, jaki mogli oni przekazać studentom, był bardzo ograniczony.

Dlatego Kopernik po wysłuchaniu w latach 1491-1495 bliżej nieznanej liczby wykładów na Akademii Krakowskiej udał się (za pieniądze wuja Łukasza Watzenrode) na studia do Padwy, gdzie medycyny nauczano w sposób wprawdzie także oparty na klasycznych dziełach autorów grecko-rzymskich oraz arabskich, z silnym naciskiem na medycynę galenistyczną, ale uzupełniano to także wiedzą praktyczną na przykład w zakresie samodzielnego opracowywania recept leków i praktycznego ich sporządzania.

Studentom w Padwie oferowano też możliwość uczestniczenia w zajęciach z anatomii praktycznej i sekcjach zwłok. Kopernik to doceniał, czego dowodzi fakt, że w dniu 28.07.1501 roku na posiedzeniu kapituły warmińskiej we Fromborku ubiegał się zgodę na kontynuowanie studiów medycznych w Padwie, zapewniając, że po uzyskaniu stosownej wiedzy powróci do Fromborka i będzie służył poradą lekarską biskupowi oraz członkom kapituły.

Dotrzymał tego!

RYSZARD TADEUSIEWICZ
profesor AGH



ZESKANUJ KOD

- Wiadomości z kraju i ze świata znajdziesz na **i.pl**
- Jesteśmy obecni w 20 największych polskich miastach
- Treści regionalne łączymy z publicystyką, a także materiałami wideo

AUTOPROMOCJA

Prenumeruj „Polską Metropolię Warszawską"

tel. 12 312 53 88
bok.prenumerata@polskapress.pl
prenumerata.polskatimes.pl

eprasa.pl 775b675a4b

Z CZEGO JUTRO ...?

Andrzej Sadowski
Centrum im. Adama Smitha



Performatywne podpisywanie przepisów, czyli jak SI od Riemanna nie ma czego szukać przy rozporządzeniu

Słowa „nie ma przypadków – są tylko znaki", przypisywane ks. Bronisławowi Bozowskiemu, dopełniły się 20 listopada Anno Domini 2026, którego to dnia doszło w naszej galaktyce do dwóch nadzwyczajnych zdarzeń na przeciwległych krańcach globu. W tym samym dniu równolegle w czasoprzestrzeni w Polsce wicepremier podpisał długo wyczekiwane warunki techniczne, a w USA opublikowano aż dwa szkice dowodów hipotezy Riemanna. Co łączy podpisanie przez wicepremiera rozporządzenia w sprawie warunków technicznych, jakim powinny odpowiadać budynki i ich usytuowanie, nazywanego przez branżę „biblią budowlańca", oraz ogłoszenie przez Leventa Alpögego, matematyka z Anthropic, że wspólnie z modelem Super Inteligencji „Claude" znalazł szkice dowód hipotezy Riemanna, sformułowanej przez niemieckiego matematyka w roku 1859 i uważanej za najważniejszy otwarty problem matematyki? W multiwersum przestrzeni, czasu i energii te dwa zdarzenia połączyło oczekiwanie i wyczekiwanie.

Niezależnie od Leventa Alpögego szkice dowodu uogólnionej hipotezy Riemanna napisanej wyłącznie przez człowieka przedstawił Alessandro Masullo. Wywód Leventa Alpögego zapisano nie w tradycyjnej pracy naukowej, lecz w 17 milionach linii kodu programu „Lean", który sprawdza poprawność rozumowania krok po kroku. Społeczność programu Lean potwierdziła już poprawność dowodu, choć matematycy dopiero próbują go zrozumieć, a sam autor przyznał, że na finiszu maszyna daleko go wyprzedziła.

Dotychczasowe rozporządzenie ministra infrastruktury pochodziło z 12 kwietnia 2002 i utraciło moc 20 września 2026. Nowego nie było, choć rząd w Polsce już w roku 2019 został zobowiązany do jego opracowania, a Polska Izba Inżynierów Budownictwa oraz Izba Architektów RP w lipcu i we wrześniu apelowały o niezwłoczny pod nim podpis. Przez dwa miesiące inwestorzy, projektanci i urzędnicy funkcjonowali w stanie zawieszenia między światami jak dusze niepewne swego losu, gdzie „stare przepisy nie obowiązują, a nowych nie ma". Ratunkiem była prowizorka 18-miesięcznego okresu przejściowego, w którym część inwestorów musiała składać oświadczenia o wyborze podstawy prawnej, a wybraną podstawę konsekwentnie uwzględniać w dokumentacji. Na hipotezę Riemanna ludzkość czekała 167 lat i nikt nie musiał w tym czasie składać oświadczeń, że liczby pierwsze będzie liczyć po staremu.

Cztery dni przed wygaśnięciem starych warunków technicznych, 16 września, na posiedzeniu „Rady Przyszłości", ten sam wicepremier deklarował, że chce, aby Polska była „przynajmniej regionalnym liderem w rozwoju zdolności AI". Okazuje się, że sztuczna inteligencja jest w stanie zmierzyć się z problemem, który pokonał najwybitniejsze umysły dwóch stuleci, ale nikt jej nie zaprosił do przyspieszenia obiegu dokumentu w ministerstwie. Problemem nie jest jednak pracowitość jednego rządowego dostojnika, lecz system, w którym, jak w peerelowskiej satrapii, od jednego podpisu zależy, czy cała branża budowlana lub każda inna działa w zgodzie z prawem, czy w jego zawieszeniu. W takim systemie każde opóźnienie urzędu automatycznie jest kosztem i mitręgą obywateli, co nie burzy błogostanu biurokratyczności, będącej prawdziwą chlebowością sklerotycznego i zurzędniczonego państwa.

Program Lean nie przepuści żadnego kroku, który nie wynika z poprzedniego. Gdyby rozporządzenia i ustawy podlegały weryfikacji spójności choćby w części tak rygorystycznej, wiele z nich nie przeszłoby nie tylko pierwszego paragrafu, ale nawet samego tytułu. Setki tysięcy przepisów odsyłających do norm, innych rozporządzeń i ustaw nikt nie sprawdza pod kątem wewnętrznych sprzeczności, bo sprzeczności te rozstrzyga później urzędnik według własnego uznania i władzy, która jest władzą również niszczenia, poczynając od dekonstrukcji czasu. Niepewność prawa jest dla inwestora ryzykiem, którego nie da się oszacować, a ryzyko, którego nie da się oszacować, wycenia się najwyżej albo omija, przenosząc kapitał tam, gdzie reguły są proste i stabilne. W państwie, w którym brakuje mieszkań, każdy miesiąc prawnej próżni w budownictwie jest podatkiem płaconym przez tych, którzy na mieszkania czekają, i nie złagodzi im tego stanu dopłata do kredytu.

Rozwój Super Inteligencji sprawia, że wiedza jest coraz tańsza i dostępna coraz szybciej. Bezkarna zawodność urzędników z ich celebrowaniem władzy nad czasem, a tym samym nad losem obywateli, przestaje być niekwestionowanym fundamentem neodemokracji. Oczekiwanie zmiany na rzecz merytoryczności, sprawności i tempa, w jakim aparat państwa wydaje pozwolenia, zgody i rozporządzenia, jest nie do zatrzymania podobnie jak w konkluzji „Historii zbrodni" Wiktora Hugo o zamachu stanu Ludwika Napoleona Bonapartego: „inwazji armii można się oprzeć, inwazji idei – nie". Wygrywać będą te państwa, w których warstwa panująca nie udziela po uważaniu i w swoim czasie zgody na wszystko, bo zdecydowana większość działań obywateli i przedsiębiorców w ogóle jej nie wymaga. Przegrywać zaś te, w których najnowocześniejsza technologia trafia na biurko i czeka na miłosierny podpis mandaryna.

Andrzej Sadowski założyciel i prezydent Centrum im. Adama Smitha - pierwszego w Polsce think tanku, działającego od 16 września 1989 roku

REKLAMA 0111602685



eprasa.pl 775b675a4b

CO ZA TYDZIEŃ

Przygotował **AGATON KOZIŃSKI**
zastępca redaktora naczelnego
„Polski Metropolii Warszawskiej”



23.11 PONIEDZIAŁEK

Doszło do naruszenia polskiej przestrzeni powietrznej przez rosyjski dron. Latał on nad Polską niecałe 10 minut. Wojskowi byli gotowi go zestrzelić, ale ostatecznie podjęto decyzję, by nie sięgać po tę metodę. Uznali, że tego typu działania wobec drona obserwacyjnego nie są potrzebne.

Polski MSZ wezwał do swojej siedziby ambasadora Rosji, który usłyszał ostry sprzeciw wobec tego typu naruszeń



24.11 WTOREK

Jednak zostaje. Po słabych wynikach reprezentacji Polski w ostatnich meczach ruszyły spekulacje o tym, że kontrakt Jana Urbana jako selekcjonera nie zostanie przedłużony. Ruszyła nawet giełda nazwisk z jego potencjalnymi następcami. Ale Polski Związek Piłki Nożnej zdecydował inaczej. Jan Urban pozostanie dalej selekcjonerem kadry do końca eliminacji do najbliższych Mistrzostw Europy.

To, że Urban zostaje, nie oznacza jednak, że zmian w sztabie reprezentacji nie będzie. Wymianie ma ulec większość osób, z którymi Urban współpracował, w tym jego asystenci

25.11 ŚRODA

Rafał Trzaskowski podjął decyzję o tym, że nie przedłuża zgody na protest przed Trybunałem Konstytucyjnym. Obecna zgoda obowiązuje do końca listopada. Prezydent Warszawy nie zgodził się na kontynuację, argumentując to troską o samopoczucie mieszkańców. Organizatorzy protestu odwołali się od decyzji do sądu



25.11 ŚRODA

Nowy prezydent Krakowa Łukasz Gibała podjął decyzję o wstrzymaniu prac nad budową metra w tym mieście.

W jego ocenie tylko generowały one milionowe koszty bez żadnej gwarancji sukcesu. Teraz czeka na wsparcie rządu



23.11 PONIEDZIAŁEK

Kiedyś o tej historii powstanie film – bo wątki w niej są absolutnie kinowe. Jest wszystko: seks, szpiegostwo, wielkie pieniądze i niezwykłe zwroty akcji.

Chodzi o prezesa Nvidii, największej spółki świata. Jensen Huang przestał kierować tą firmą, gdy wyszło na jaw, że miał romans z kobietą podejrzewaną o współpracę z chińskim wywiadem. Później wyszło na jaw, że miał inne romanse. Po jego odejściu akcje firmy gwałtownie straciły na wartości. Teraz wrócił i akcjonariusze momentalnie odrobili straty

24.11 WTOREK

Były prezes PKOl Radosław Piesiewicz pozostanie w areszcie trzy miesiące dłużej. Sąd Okręgowy w Warszawie przedłużył mu czas zatrzymania do 23 lutego. Piesiewiczowi, który został zatrzymany pod koniec sierpnia, postawiono serię zarzutów w śledztwie związanym ze sprawą giełdy kryptowalut Zondacrypto. Jest podejrzewany m.in. o udzielanie płatnej protekcji, powołując się na wpływy w instytucjach państwowych. Z kolei w czwartek w tej samej sprawie sąd zgodził się na trzymiesięczny areszt dla Artura Chodzińskiego, byłego agenta CBA





25.11 ŚRODA

Paweł Zalewski, wiceminister obrony, przekazał, że powstanie stałej bazy wojskowej USA w Polsce może się opóźnić. Początkowo przekazywano, że oficjalna decyzja o jej utworzeniu zapadnie na początku grudnia. Wiceszef MON powiedział jednak, że takiej decyzji należy się spodziewać najwcześniej na przełomie tego i kolejnego roku. „Czekamy na analizę Białego Domu, nie spodziewamy się, że będzie szybka” – powiedział Paweł Zalewski

26.11 CZWARTEK

Nadzwyczajny szczyt UE w Brukseli poświęcony budżetowi Unii na lata 2028-2034. Europejskim liderom zależy, żeby negocjacje w tej sprawie zakończyć do końca tego roku – ale też rozbieżności między nimi są cały czas ogromne.

Kością niezgody są przede wszystkim środki na rolnictwo, politykę spójności, ale także na wydatki na obronność oraz rozwój technologiczny. Nie ma też zgody odnośnie tego, czy UE powinna mieć własne dochody – i z jakich źródeł powinny one płynąć

FOT. PAP/EPA, ADAM JANKOWSKI (4)

eprasa.pl 775b675a4b

MATERIAŁ INFORMACYJNY ORLEN

0011617178

ORLEN wzmacnia rolę Polski jako regionalnego hubu LNG. „Musimy być pragmatyczni i dywersyfikować ryzyko"

Rozbudowa infrastruktury LNG, dywersyfikacja kierunków dostaw, rozwój handlu w regionie i pragmatyczne podejście do roli gazu w transformacji energetycznej dają Polsce szanse na zbudowanie regionalnego hubu gazowego. Sławomir Staszak, wiceprezes ORLENU, uczestniczył w panelu „Polska jako regionalny hub gazowy" podczas siódmej edycji Partnership for Transatlantic Energy Cooperation (P-TEC). Podkreślał, że koncern buduje pozycję na rynkach zagranicznych.

– Pokazujemy, że Polska może stać się ważnym centrum LNG w regionie. Właśnie podpisaliśmy trzy bardzo duże kontrakty z partnerami ze Słowacji, Węgier i Ukrainy. Ostatni z nich rozszerza naszą współpracę z Naftogazem. ORLEN jest największym graczem na polskim rynku LNG, a nasze ambicje sięgają znacznie dalej. Chcemy konsekwentnie wzmacniać tę pozycję również w regionie i budować rolę Polski jako ważnego centrum dostaw gazu dla Europy Środkowo-Wschodniej – mówił **Sławomir Staszak, wiceprezes zarządzający portfelem energetycznym w ORLENIE.**



Świnoujście i Gdańsk są filarami rozwoju LNG

ORLEN rozbudowuje możliwości importu LNG, opierając je na mocach w terminalach w Świnoujściu i Kłajpedzie, planowanych terminalach FSRU w Zatoce Gdańskiej oraz własnej flocie gazowców.

W ocenie wiceprezesa ORLENU rozbudowa infrastruktury jest warunkiem umocnienia pozycji Polski jako regionalnego centrum gazowego.

– Chcemy zwiększać możliwości importowe i mieć możliwość dostarczania gazu zarówno polskim odbiorcom, jak i partnerom zagranicznym. Rozwój infrastruktury daje nam większą elastyczność i pozwala budować pozycję największego gracza LNG w regionie.

Dywersyfikacja dostaw odpowiada na ryzyko geopolityczne

W obecnych realiach geopolitycznych bezpieczeństwo energetyczne wymaga nie tylko dostępu do odpowiedniej infrastruktury, ale również elastyczności w wyborze kierunków importu. Sławomir Staszak podkreśla potrzebę utrzymywania szerokiego i zróżnicowanego portfela dostaw.

– Aktywnie obserwujemy rynek i szukamy możliwości zabezpieczenia dostaw. Nasza strategia musi uwzględniać sytuację międzynarodową i zmiany geopolityczne. Mieliśmy już doświadczenia, które pokazały, jak ważne jest odpowiednie przygotowanie i dywersyfikacja. Obecnie nasz portfel obejmuje dostawy ze Stanów Zjednoczonych, Norwegii, Kataru, Trynidadu i Tobago oraz Nigerii. Nie możemy opierać bezpieczeństwa dostaw na jednym kierunku czy jednym partnerze.

Koncern rozwija międzynarodową obecność handlową dzięki biurom w Londynie i Singapurze. Ułatwia to śledzenie zmian podaży i popytu oraz reagowanie na dynamiczne wydarzenia geopolityczne.

– Sytuacja zmienia się każdego dnia, a czasami nawet z godziny na godzinę. Nasi traderzy bardzo uważnie obserwują rynek. To właśnie dzięki takiej obecności i aktywności możemy monitorować sytuację na świecie oraz zabezpieczać dostawy dla Polski i naszych partnerów regionalnych. Musimy działać z wyprzedzeniem. Chodzi o to, żeby ryzyko nie było skoncentrowane, ale odpowiednio rozproszone. Trzeba zawsze być o krok do przodu.

ORLEN stawia na silną pozycję regionalną

„Gazowa" strategia ORLENU wykracza poza zapewnienie dostaw surowca na potrzeby polskiego rynku. Koncern chce rozwijać rolę regionalnego dostawcy LNG, wzmacniać współpracę z zagranicznymi partnerami i wykorzystywać rozbudowywaną infrastrukturę do zwiększania obecności na rynkach Europy Środkowo-Wschodniej. Kluczowe znaczenie ma przy tym elastyczny model działalności, uwzględniający różne kierunki wykorzystania gazu.

– ORLEN rozwija jednostki gazowo-parowe (CCGT), inwestuje w energetykę offshore i onshore, a gaz wykorzystuje również w systemach ciepłowniczych. Tak zróżnicowany portfel pozwala lepiej reagować na zmieniające się uwarunkowania geopolityczne i rynkowe – podkreśla Sławomir Staszak.

Jak zaznacza, rozwój infrastruktury i importu gazu powinien wynikać przede wszystkim z realnego zapotrzebowania odbiorców. Dlatego koncern uważnie analizuje sytuację na rynkach krajów sąsiednich, dostosowując do niej swoje działania.

– Nie chodzi wyłącznie o to, żeby importować jak najwięcej gazu i budować jak największą infrastrukturę. Trzeba pamiętać o tym, kto ostatecznie będzie ten gaz odbierał i wykorzystywał – podsumowuje Sławomir Staszak.



eprasa.pl 775b675a4b

POLITYKA



FOT. X

Grzegorz Braun z Michałem Dworczykiem (Rozwój Plus) na sesji europarlamentu

Uśmiech proszę, czyli jak zdjęcia nakręcają politykę

Ostatnio nic tak nie nakręca debaty publicznej jak zdjęcia publikowane w mediach społecznościowych. A to Grzegorz Braun z Jarosławem Kaczyńskim, a to lider Korony Polskiej z Michałem Dworczykiem, a to Tomasz Sakiewicz w salonie kosmetycznym. Niby nic, a jednak każde z tych zdjęć ma jakiś kontekst polityczny

Dorota Kowalska

Dzisiaj, w dobie telefonów komórkowych nikt nie może czuć się bezpiecznie, bo zdjęcie może zrobić zwykły przechodzień, kolega, wróg albo sprytny dziennikarz. Potem wrzucić fotę do mediów społecznościowych i robi się afera. Politycy niby o tym wiedzą, ale czasami brak im czujności.

Ostatnio czujność stracił Michał Dworczyk, jeden z najbliższych współpracowników Mateusza Morawieckiego: polityk inteligentny, pracowity i co tu dużo mówić, mimo stosunkowo młodego wieku, doświadczony.

Braun rozgrywa prawicę

I tak Grzegorz Braun, który uwielbia robić sobie selfie z innymi politykami prawicy, opublikował na X zdjęcie z obrad Parlamentu Europejskiego. Obok siedzi nie kto inny, a właśnie Michał Dworczyk z Rozwoju Plus.

„W miarę postępów Konfederacji Korony Polskiej walka z „braunizacją" zaostrza się – ale tymczasem w parlamencie eurokołchozowym dzień jak co dzień" – napisał europoseł Braun, bo wiadomo, że takie zdjęcia to dla niego bonus. Wyborcy pomyślą: „Nie taki ten Braun zły, skoro inni koło niego siedzą i jeszcze foty sobie z nim robią". To zdjęcie o tyle znamienne, że w ostatnich tygodniach Mateusz Morawiecki, lider Rozwoju Plus, zarzekał się, że w żadną koalicję ze środowiskiem Grzegorza Brauna nie wejdzie.

Dworczyk, na publikację Brauna, zareagował błyskawicznie.

„Żeby nie było wątpliwości: miejsce siedzenia podczas głosowań w PE nie zmienia linii politycznej Rozwoju Plus. Na marginesie, to zabawne, że w tym tygodniu jeden poseł PiS zaatakował mnie za to, że przez pewien czas moim adwokatem był Ryszard Kalisz, a drugi poseł PiS za to, że mam zdjęcie z Grzegorzem Braunem. Urocze. Między innymi dlatego nie bardzo zmartwiłem się rozstaniem z moją dawną partią. Nie chciałem dłużej brać udziału w wyścigu eunuchów, którzy muszą konkurować w udowadnianiu swojej wierności albo tego, kim są lub kim nie są" – napisał w mediach społecznościowych. „A mówiąc poważnie – to naprawdę szkoda, że tak wielu ludzi nie rozumie lub nie chce zrozumieć, że z innym człowiekiem, nawet gdy fundamentalnie się z nim nie zgadzasz, można normalnie rozmawiać. Można być uprzejmym, niezależnie od poglądów. Właśnie do tego doprowadziła polaryzacja i hejt, które wykorzystują dwie największe partie oraz ich wyznawcy" – dodał jeszcze.

Niby prawda, chociaż w przypadku Grzegorza Brauna i ludzi z jego środowiska politycznego już niekoniecznie, bo jak to stwierdził wicepremier i szef MON Władysław Kosiniak-Kamysz, on też siedział w Sejmie obok Janusza Korwin-Mikkego i nigdy sobie z nim selfie nie robił.

Koledzy ruszyli więc Dworczykowi w sukurs. Krzysztof Szczucki z Rozwoju Plus tłumaczy, że to zdjęcie niczego nie zmienia, a jego klub „konsekwentnie mówi nie dla Tuska i nie dla Brauna". Przekonywał, że „wierzy Dworczykowi", że ten „wbiegł spóźniony na salę głosowań" i usiadł na „pierwszym wolnym miejscu", które akurat było obok Grzegorza Brauna. Tak, niepotrzebnie zapozował do tego zdjęcia, ale to była „chwila nieuwagi i rozproszenia".

– Chyba rzeczywiście zabrakło takiej trzeźwości i jasności umysłu zarówno jednemu, jak i drugiemu politykowi – wtórował senator Rozwoju Plus Włodzimierz Bernacki. Nie ma jednak mowy o żadnym ociepleniu stosunków Rozwoju Plus z Braunem. – Nie, nie, wydaje mi się, że jest zupełnie inaczej. W momencie, kiedy jest się ileśset kilometrów od Warszawy, po prostu siedzą obok siebie i rozmawiają – ocenił.

Z kolei Janusz Cieszyński w rozmowie z „Do Rzeczy" wyjawił, że Dworczyk przepraszał kolegów na wspólnej grupie whatsappowej.

– Michał wpadł w ostatniej chwili na głosowania i się zagapił – tłumaczył.

Do wypowiedzi Cieszyńskiego odniósł się na X sam Braun. „Widzę, że muszę wziąć pana posła pod obronę przed jego własnymi kolegami z Rozwoju Plus" – napisał. Jak dodał, „różne rzeczy da się o Michale Dworczyku powiedzieć", jednak „gapa, to bym nigdy nie rzekł". I dodał emotkę z mrugnięciem oka.

Wystarczyło, w sieci rozpętała się burza.

„Mateusz. Zgodnie z umową rozmawiałem z panem Grzegorzem. Sprawa tak jak ustaliliśmy. Oby nie Tusk. Michał" – napisał na X Bartosz Arłukowicz z Koalicji Obywatelskiej.

Co ciekawe, niektórzy politycy PiS też zaatakowali Dworczyka, mimo że nie tak dawno to Jarosław Kaczyński tłumaczył się ze zdjęcia z Grzegorzem Braunem. To też było selfie zrobione przez lidera Korony Polskiej pod TK. Na fotce Jarosław Kaczyński sprawiał wrażenie zadowolonego, Braun skupionego na robieniu zdjęcia. Wiadomo: przyda się. Na dowód, że prawica trzyma się razem.

„Rozwój Plus atakuje PiS za rzekomą Braunizację. Prawa ręka Mateusza Morawieckiego strzela sobie foty podczas miłej pogaduszki z panem Grzegorzem. Polityczna schizofrenia" – to Tobiasz Bocheński z PiS.

Najlepiej całą sytuację podsumował Michał Piedziuk z Polityki Insight, a napisał tak: „Niesamowite, że Grzegorz Braun może dziś całą prawicę rozgrywać ino selfiakami". W punkt.

Sakiewicz i jego pedicure

Nieostrożny w ostatnim tygodniu był również Tomasz Sakiewicz, szef TV Republika. Od dziesięciu tygodniu trwa protest przed siedzibą Trybunału Konstytucyjnego. Współorganizuje go środowisko związane z Telewizją Republika, która regularnie relacjonuje wydarzenia sprzed budynku, na miejscu ustawiła własną scenę, a dziennikarze stacji nieustannie trąbią o „zamachu stanu" dokonanym przez rząd Donalda Tuska. I tak od dziesięciu tygodni ich słuchacze marzną pod TK. Tymczasem Katarzyna Kolenda-Zalewska, dziennikarka Faktów TVN zobaczyła Tomasza Sakiewicza, jak w czasie protestu przed Trybunałem korzystał z usług salonu kosmetycznego. Salon znajduje się około 200 metrów od miejsca demonstracji, której współorganizatorem jest nie kto inny a szef TV Republika. Postanowiła zabieg kosmetyczny, a raczej oczekiwanie na niego, uwiecznić.

„Kiedy protestujący przed siedzibą Trybunału Konstytucyjnego „marzną dla Polski", Tomasz Sakiewicz, szef TV Republika, tuż obok oddaje się zabiegom pielęgnacyjnym w salonie kosmetycznym. (...) Najwyraźniej to, co politycy PiS nazwali „zamachem stanu", nie jest na tyle dotkliwe, by przeszkodzić w zrobieniu pedicure" – napisał tvn24.pl.

Zareagował poseł Koalicji Obywatelskiej Roman Giertych. W swoim wpisie nawiązał do deklaracji o rzekomym zamachu stanu oraz decyzji ambasadorów, którzy w związku z sytuacją w Polsce mieli zrezygnować ze stanowisk.

„Zbolałe stopy obrońcy Ojczyzny wymagają należnej pielęgnacji. Warto w tym miejscu pozdrowić ambasadorów, którzy zrezygnowali w proteście przeciwko zamachowi stanu ogłoszonemu przez posiadacza tych zbolałych stóp" – napisał Giertych na platformie X.

Fragment materiału „Faktów" TVN udostępnił również europoseł Koalicji Obywatelskiej Krzysztof Brejza.

Bartosz Arłukowicz w swoim wpisie nawiązał do Jarosława Kaczyńskiego.

„Co jak co, panie Sakiewicz! Ale Prezes w życiu by na żaden pedicure nie poszedł!" – napisał. Z kolei poseł Lewicy Tomasz Trela wspomniał posła Wójcika i piosenkę „Jak minął dzień", którą ten swego czasu śpiewał pod TK.

„Teraz już tylko brakuje, żeby mu zaśpiewał poseł Wójcik «jak minął dzień»?. Banda cyrkowców i przebierańców" – skomentował parlamentarzysta.

Dziennikarz TVN24 Patryk Michalski zapytał krótko: „Pedicure w dyktaturze w czasie zamachu stanu?".

Wizerunkowa porażka, nie pierwsza Tomasza Sakiewicza i pewnie nie ostatnia.

Nie śmieszą, dają do myślenia

Politycy nie od dziś tłumaczą się ze zdjęć, które trafiają do sieci. Fotka Ryszarda Petru, na której ówczesny lider Nowoczesnej leci samolotem na Maderę z partyjną koleżanką w trakcie trwającego w Sejmie protestu opozycji, wywołała kryzys wizerunkowy i tak naprawdę doprowadziła do jego politycznego upadku. Jacek Kurski gęsto tłumaczył się z autoportretu z kijowskiego Majdanu, na którym uśmiecha się na tle płonących barykad i kłębów czarnego dymu. Co ciekawe, sam wrzucił zdjęcie do sieci. Borysa Budkę fotoreporterzy przyłapali w hipermarkecie, gdy zamiast przysłuchiwać się ważnej debacie sejmowej, robił zakupy. Miło nie było.

Cóż, politykom czasami brakuje rozwagi, czasami zdrowego rozsądku, czasami ostrożności, a jak to mówią: „Kto się nie strzeże, ten w biedę wlezie".

eprasa.pl 775b675a4b

PLANY KREMLA

Budżet rosyjskiej „wiecznej wojny" zatwierdzony

Rosja wyda przez 3 lata na armię i broń kosmiczne pieniądzeDuma Państwowa zatwierdziła ustawę o budżecie federalnym na lata 2027–2029, która przewiduje wzrost wydatków wojskowych do najwyższego poziomu od czasów sowieckich oraz cięcia w większości pozycji cywilnych



KREMLIN.RU

Władimir Putin nie zamierza kończyć wojny w Ukrainie, dopóki nie zwycięży

Grzegorz Kuczyński

Zgodnie z dokumentem w przyszłym roku skarb państwa Rosji przeznaczy na armię i zakupy broni 17,1 bln rubli — o jedną trzecią więcej niż przewidziano w budżecie na rok 2026. W 2028 r. pozycja „obrona narodowa" wyniesie kolejne 16,6 bln rubli, a w 2029 r. — 16,3 bln.

W sumie trzyletni budżet wojskowy wzrośnie do 50 bilionów rubli — to o 10 bilionów więcej niż przewidziano w analogicznej ustawie przyjętej w zeszłym roku. W przeliczeniu na dolary po obecnym kursie to zawrotna suma 609 mld.

Gigantyczne wydatki na wojnę

Od początku pełnoskalowej inwazji na Ukrainę w lutym 2022 roku Kreml wydał już na armię i zakupy broni 58,3 biliona rubli, czyli 710 mld dolarów, zgodnie z obliczeniami Janisa Kluge z niemieckiego Instytutu Problemów Bezpieczeństwa Międzynarodowego.

W 2027 roku skumulowane wydatki wojskowe, zgodnie z projektem budżetu, osiągną 75,4 bln rubli, czyli 918 mld dolarów, i przekroczą wielkość rezerw złota i walutowych Banku Centralnego Federacji Rosyjskiej (718,8 mld dolarów). W 2028 r. mogą one wzrosnąć do 92 bln rubli, czyli 1,1 bln dolarów według aktualnego oficjalnego kursu Banku Centralnego.

Mniejszy budżet na cele cywilne

Budżet świadczy o „niezachwianym zaangażowaniu" Władimira Putina w kontynuację wojny przeciwko Ukrainie, piszą eksperci amerykańskiego think-tanku ISW. Aby sfinansować działania wojenne, rząd wprowadza cięcia w kluczowych pozycjach wydatków cywilnych. Tak zostaną zmniejszone wydatki: na wsparcie gospodarki krajowej o 3%, do 4,62 bln rubli na system mieszkaniowo-komunalny o 8%, do 1,83 bln rubli na opiekę zdrowotną o 3%, do 1,81 bln rubli na wsparcie socjalne ludności o 6%, do 6,65 bln rubli

Wojna ważniejsza od ludzi

- Na każdy rubel budżetowy, który w 2027 roku zostanie wydany na politykę społeczną, opiekę zdrowotną i edukację, przypadną dwa ruble na armię, policję, Rosgwardię i służby specjalne — stwierdza Aleksandra Prokopenko, starszy pracownik naukowy berlińskiego Centrum Carnegie ds. Badań nad Rosją i Eurazją.

Cięcia dotykają nawet sektor społeczny, zwraca uwagę ekonomista Igor Lipszyc: „To znaczy, wszyscy zapomnieli, że państwo istnieje po to, by ludzie mogli żyć. Teraz państwo i ludzie żyją po to, by walczyć, i nie ma już żadnych innych celów".

Życie z chronicznym deficytem

Aby zapełnić budżet, rząd już trzeci rok z rzędu zwiększy obciążenia podatkowe: „podatek od nadwyżkowych dochodów" zapłacą wydobywcy złota i producenci metali nieżelaznych; podatek dochodowy od osób fizycznych w wysokości do 22% Rosjanie uzyskujący „dochody pasywne", w tym z lokat bankowych. Według obliczeń Ministerstwa Finansów przyniesie to budżetowi łącznie 3,7 bln rubli w ciągu trzech lat.

Mimo to budżet pozostanie deficytowy: 5,4 bln rubli w przyszłym roku, 5,1 bln — w 2028 r. i 5,2 bln — w 2029 r. Ministerstwo Finansów planuje zlikwidować tę dziurę poprzez rekordowe zaciągnięcie długu: jego wielkość wzrośnie z 19,9% PKB w tym roku do 24,4% PKB pod koniec trzyletniego okresu — co stanowi najwyższy poziom dla Rosji od 2002 roku.

- Państwo przygotowuje się do życia z chronicznym deficytem, a jednocześnie zwiększa obciążenia fiskalne nakładane na gospodarkę — stwierdza dyrektor ds. strategii w Finam Jarosław Kabakow.

Zatykając dziury w budżecie wszelkimi dostępnymi sposobami, rosyjski rząd jedynie zyskuje na czasie, uważa dyrektor ds. praktyki europejskiej w firmie konsultingowej Eurasia Group Aleksander Kolyandr.

Czubajs daje 15 lat

Rosyjska gospodarka, przy obecnym militarystycznym kursie Kremla i presji zewnętrznej, może przetrwać jeszcze 10–15 lat – stwierdził Anatolij Czubajs, były szef korporacji Rosnano i były specjalny przedstawiciel prezydenta Federacji Rosyjskiej ds. stosunków z organizacjami międzynarodowymi. Były specjalny przedstawiciel Putina, który opuścił Rosję w 2022 roku, zauważył, że rosyjskie władze zapewniły w kraju „stabilność finansową".

Anatolij Czubajs uważany jest za jednego z ojców rosyjskiej prywatyzacji po upadku ZSRR. Pełnił za czasów Borysa Jelcyna funkcję wicepremiera. Jako jeden z nielicznych ważnych polityków i oligarchów czasów jelcynowskich, został zaadaptowany do systemu Putina.

Czubajs pełnił funkcję specjalnego przedstawiciela prezydenta.W marcu 2022 roku zrezygnował ze stanowiska i opuścił Rosję.

REKLAMA 0311461412



REKLAMA 0011614475

NIERUCHOMOŚCI NA SPRZEDAŻ

Gmina Damasławek - wyciąg z I przetargu ustnego ograniczonego

Lp.	Położenie, księga wieczysta, oznaczenie nieruchomości, opis nieruchomości	Przeznaczenie w MPZP	Cena wywoławcza/ Wadium [zł]	Termin przetargu
1.	wieś Damasławek, gmina Damasławek. KW PO1B/00019483/5. Działka ewidencyjna nr 392 obręb Damasławek o pow. 4,0435 ha. Klasoużytki: RIIIa – 1,5796 ha, RIIIb – 1,0350 ha, RIVa – 0,5730 ha, RIVb – 0,8559 ha. Działka ewidencyjna nr 392 stanowi nieruchomość rolną w rozumieniu ustawy z dnia 11.04.2003 r. o kształtowaniu ustroju rolnego. Nieruchomość w kształcie wydłużonego wieloboku, całościowo użytkowana rolniczo o dość płaskim terenie. Granice nieruchomości zostały wznowione geodezyjnie. Nieruchomość objęta 2 umowami dzierżawy na czas oznaczony do dnia 31.08.2028r. W przypadku zbycia nieruchomości jej nabywca wstępuje z mocy prawa w stosunek dzierżawy w miejsce dotychczasowego Wydzierżawiającego, na zasadach określonych w art. 678 § 1 w związku z art. 694 Kodeksu cywilnego.	Nieruchomość zgodnie ze miejscowym planem zagospodarowania przestrzennego wsi Damasławek (uchwała nr XVI/99/15 Rady Gminy Damasławek z dnia 2.11.2015 r.) znajduje się w strefie 23 RM – tereny zabudowy zagrodowej. Zgodnie z Planem ogólnym gminy Damasławek (uchwała nr XVI/99/15 Rady Gminy Damasławek), nieruchomość położona jest w strefie planistycznej 291SZ – strefa wielofunkcyjna z zabudową zagrodową. Nieruchomość posiada bezpośredni dostęp do drogi publicznej wojewódzkiej nr 251. Również możliwość dojazdu drogą gminną śródpolną ozn. ewid. nr 473.	742 059,00 zł (w tym 23% VAT) Wadium 40 000,00 zł	8.02.2027 roku godz. 9:00

I przetarg ustny ograniczony dla rolników indywidualnych na sprzedaż nieruchomości odbędzie się w sali nr 9 w Urzędzie Gminy Damasławek przy ul. Rynek 8, 62-110 Damasławek. Wadium wpłaca się najpóźniej **do 2 lutego 2027 roku** (wtorek) przelewem na niżej podany rachunek bankowy Gminy Damasławek nr 18 8959 0001 4200 0299 2000 0410 (w tytule wpłaty należy wpisać nr działki oraz imię i nazwisko).

Wymagane dokumenty wraz załącznikami określone w regulaminie przetargu należy przedłożyć najpóźniej do dnia **2 lutego 2027 roku.**

Ogłoszenie o przetargu zostało wywieszone na tablicy ogłoszeń w siedzibie Urzędu Gminy Damasławek oraz sołectwa wsi Damasławek, a także opublikowane na stronach internetowych Urzędu: www.gminadamaslawek.pl oraz Biuletynie Informacji Publicznej www.damaslawek.nowoczesnagmina.pl.

Dodatkowe informacje o przetargach można uzyskać w Urzędzie Gminy Damasławek, pokój nr 5 lub podany nr tel. 67 26 86 319 oraz adres e-mailowy: m.jaskolski@damaslawek.nowoczesnagmina.pl.

WÓJT GMINY DAMASŁAWEK
/-/mgr Cyprian Wieczorek

eprasa.pl 775b675a4b

MATERIAŁ INFORMACYJNY NFOŚIGW

0011609333

Szkoła przyszłości zaczyna się od dobrych warunków. Termomodernizacja inwestycją w edukację i środowisko

Odpowiednia temperatura w klasach, świeże powietrze, energooszczędne oświetlenie i nowoczesne systemy ogrzewania. Warunki, które jeszcze niedawno nie były oczywistością w wielu polskich szkołach, stopniowo stają się standardem. Dzięki środkom z Krajowego Planu Odbudowy w ramach programu realizowanego przez Narodowy Fundusz Ochrony Środowiska i Gospodarki Wodnej we współpracy z Ministerstwem Klimatu i Środowiska kolejne placówki przechodzą kompleksową modernizację energetyczną. Jej efekty wykraczają jednak daleko poza ograniczenie zużycia energii. To także inwestycja w zdrowie uczniów, komfort pracy nauczycieli, budżety samorządów i świadomość ekologiczną młodego pokolenia.

Szkoła jest jednym z tych miejsc, w których jakość otoczenia ma szczególne znaczenie. Uczniowie spędzają w niej kilka godzin dziennie, uczestnicząc w lekcjach, zajęciach sportowych i spotkaniach z rówieśnikami. Trudno jednak w pełni skupić się na nauce, kiedy w sali jest zbyt zimno, powietrze staje się duszne, a niewystarczające oświetlenie utrudnia pracę. Takie problemy przez lata towarzyszyły wielu budynkom oświatowym, których infrastruktura nie nadążała za współczesnymi potrzebami.
Odpowiedzią na te wyzwania jest kompleksowa termomodernizacja. Jej celem nie jest wyłącznie poprawa wyglądu obiektów, ale przede wszystkim zmiana sposobu ich funkcjonowania. Ocieplone ściany i dachy, szczelne okna, sprawne systemy wentylacji oraz nowoczesne źródła ciepła pozwalają stworzyć przestrzeń bardziej przyjazną użytkownikom. Jednocześnie ograniczają straty energii i zmniejszają koszty utrzymania placówek.

Komfort nauki zaczyna się od otoczenia

Warunki panujące w szkolnych pomieszczeniach wpływają na codzienne funkcjonowanie całej społeczności. Zbyt niska temperatura może utrudniać koncentrację i powodować dyskomfort, natomiast niewłaściwa wentylacja sprzyja gromadzeniu się zanieczyszczeń i pogarszaniu jakości powietrza. Znaczenie ma również oświetlenie, które powinno zapewniać odpowiednie warunki zarówno podczas lekcji, jak i innych aktywności.
Dlatego nowoczesna termomodernizacja obejmuje znacznie więcej niż samo docieplenie budynku. Ważnym elementem jest dostosowanie instalacji grzewczych do potrzeb obiektu, usprawnienie wymiany powietrza oraz zastosowanie energooszczędnych źródeł światła. Dzięki temu szkoła może zapewniać bardziej stabilne warunki niezależnie od pory roku i zmieniającej się temperatury na zewnątrz.
Istotna jest również poprawa izolacyjności budynków. Przez nieocieplone ściany, nieszczelne okna i dachy może uciekać znaczna część energii wykorzystywanej do ogrzewania. W efekcie nawet sprawny system grzewczy nie zawsze gwarantuje odpowiednią temperaturę, a rachunki za energię pozostają wysokie. Usunięcie tych problemów pozwala lepiej wykorzystać ciepło i ograniczyć jego straty.

Od audytu energetycznego do nowoczesnych technologii

Każde przedsięwzięcie termomodernizacyjne powinno zaczynać się od dokładnego rozpoznania potrzeb konkretnego obiektu. Temu służy audyt energetyczny, który pozwala określić stan techniczny budynku, zidentyfikować główne źródła strat energii i wskazać rozwiązania mogące przynieść największe korzyści. Nie każda szkoła wymaga bowiem takiego samego zakresu prac. W jednych najważniejsza jest poprawa izolacji ścian i dachu, w innych modernizacja ogrzewania, wentylacji lub wymiana stolarki okiennej.
Na podstawie przeprowadzonej analizy przygotowywany jest plan działań. Wśród najczęściej realizowanych prac znajdują się docieplenie elewacji, dachów i stropów, wymiana okien oraz drzwi, a także modernizacja instalacji grzewczych i oświetleniowych. Ważną częścią przedsięwzięć jest również poprawa wentylacji, która pozwala zapewnić właściwą wymianę powietrza w pomieszczeniach.
Coraz większą rolę odgrywają technologie umożliwiające produkowanie i efektywniejsze wykorzystywanie energii na miejscu. W szkolnych budynkach montowane są instalacje fotowoltaiczne, a w niektórych również magazyny energii. Dzięki nim placówki mogą korzystać z prądu wytwarzanego przez własne panele, a nadwyżki przechowywać i wykorzystywać w późniejszym czasie.
Uzupełnieniem takich rozwiązań są między innymi pompy ciepła i nowoczesne systemy sterowania ogrzewaniem. Kompleksowa modernizacja łącząca poprawę izolacji budynku z montażem odnawialnych źródeł energii pozwala skuteczniej ograniczać zużycie energii i zwiększać efektywność energetyczną szkół. Zgodnie z wymogami programu inwestycje muszą zapewnić zmniejszenie zapotrzebowania na energię pierwotną o co najmniej 30 proc.



Mniej energii, więcej możliwości dla szkół

Koszty ogrzewania i energii elektrycznej stanowią istotną część wydatków związanych z utrzymaniem placówek oświatowych.
W przypadku starszych, słabo zaizolowanych budynków mogą być szczególnie wysokie. Każda jednostka energii, która nie jest tracona przez nieszczelne przegrody i przestarzałe instalacje, oznacza możliwość bardziej racjonalnego gospodarowania środkami.
Warto jednak pamiętać, że skala oszczędności zależy od wielu czynników, między innymi stanu technicznego budynku, zakresu przeprowadzonych prac i sposobu użytkowania obiektu. Pełna ocena efektów finansowych wymaga porównania zużycia energii oraz kosztów eksploatacyjnych z odpowiednio długich okresów przed modernizacją i po jej zakończeniu.

Korzyści, które wykraczają poza szkolne mury

Poprawa efektywności energetycznej placówek oświatowych ma znaczenie również dla ich najbliższego otoczenia. Ograniczenie zapotrzebowania na energię i wykorzystanie nowoczesnych źródeł ciepła mogą przyczyniać się do zmniejszenia emisji zanieczyszczeń związanych z ogrzewaniem budynków.
To ważne szczególnie w miejscowościach, w których jakość powietrza pozostaje istotnym problemem.
Szkoły mogą odgrywać w tym procesie jeszcze jedną ważną rolę. Nowoczesne instalacje, panele fotowoltaiczne czy rozwiązania pozwalające ograniczać zużycie energii są nie tylko elementami infrastruktury, ale również przykładami, które można wykorzystać podczas zajęć edukacyjnych. Uczniowie mają możliwość obserwowania, w jaki sposób działają odnawialne źródła energii i dlaczego warto racjonalnie korzystać z dostępnych zasobów.

Tysiąc szkół w ogólnopolskim programie

Kompleksowa modernizacja energetyczna placówek oświatowych wymaga znacznych nakładów finansowych. Dlatego ważnym elementem całego przedsięwzięcia jest wsparcie zewnętrzne, dzięki któremu samorządy mogą realizować inwestycje o dużej skali, często obejmujące kilka budynków jednocześnie.
W Polsce działania te prowadzone są w ramach programu „Wymiana źródeł ciepła i poprawa efektywności energetycznej szkół", realizowanego przez Narodowy Fundusz Ochrony Środowiska i Gospodarki Wodnej we współpracy z Ministerstwem Klimatu i Środowiska. Finansowanie pochodzi z Krajowego Planu Odbudowy, a budżet programu przekracza 1,8 mld zł. Dotychczas wsparciem objęto blisko 500 szkół i przedszkoli w różnych częściach kraju. Celem jest jednak znacznie szersza zmiana. Zgodnie z założeniami przedsięwzięcia do 2030 roku modernizację ma przejść łącznie tysiąc szkół. Rozszerzenie programu ma być możliwe dzięki dodatkowym środkom pochodzącym z Funduszu Modernizacyjnego.
Ogólnopolski charakter inicjatywy pozwala prowadzić działania zarówno w dużych ośrodkach miejskich, jak i mniejszych miejscowościach. Dzięki temu poprawa infrastruktury edukacyjnej nie jest zarezerwowana wyłącznie dla samorządów dysponujących największymi budżetami. Wsparcie umożliwia realizację przedsięwzięć, które bez dodatkowego finansowania mogłyby zostać odłożone na kolejne lata.

Ekologiczna świadomość zaczyna się w szkole

Nowoczesna szkoła nie musi być więc jedynie budynkiem wyposażonym w zaawansowane technologie. Powinna być także miejscem, które uczy odpowiedzialności, pokazuje dobre praktyki i przygotowuje młode pokolenie do świadomego podejmowania decyzji. Termomodernizacja łączy te dwa wymiary: poprawia warunki funkcjonowania placówki i tworzy przestrzeń do poznawania rozwiązań ważnych dla przyszłości.
Ostatecznie efekty takich inwestycji można oceniać na kilku poziomach. To mniejsze zapotrzebowanie na energię, potencjalnie niższe rachunki, ograniczenie emisji zanieczyszczeń, a przede wszystkim lepsze warunki codziennej nauki i pracy.



KRAJOWY PLAN ODBUDOWY
Rzeczpospolita Polska
Sfinansowane przez Unię Europejską NextGenerationEU

Ministerstwo Klimatu i Środowiska
NARODOWY FUNDUSZ OCHRONY ŚRODOWISKA i GOSPODARKI WODNEJ

eprasa.pl 775b675a4b

MATERIAŁ INFORMACYJNY NFOŚIGW 0311609312

Lepsze warunki nauki i niższe koszty utrzymania. Ciechanów zakończył dużą inwestycję

Nieszczelne okna, wybrakowana elewacja, problemy z utrzymaniem temperatury i wysokie koszty ogrzewania – z takimi warunkami mierzyły się miejskie szkoły w Ciechanowie. Dziś placówki korzystają z efektów kompleksowej termomodernizacji. Samorząd pozyskał na nią ponad 30 mln zł dofinansowania z Krajowego Planu Odbudowy w ramach programu realizowanego przez Narodowy Fundusz Ochrony Środowiska i Gospodarki Wodnej we współpracy z Ministerstwem Klimatu i Środowiska.

W ciechanowskiej „czwórce" różnicę po modernizacji widać na pierwszy rzut oka. Odnowiona elewacja, wymienione okna i drzwi oraz zmodernizowane zaplecze sportowe zmieniły wygląd budynku. Dla uczniów i nauczycieli ważniejsze od estetyki są jednak warunki panujące wewnątrz. Przed rozpoczęciem inwestycji utrzymanie odpowiedniej temperatury stanowiło poważny problem. Szczególnie dotkliwie dawał się on we znaki na hali sportowej.

– Największym problemem było utrzymanie ciepła w budynku. Dotychczasowa izolacja ścian i okna nie pełniły właściwej funkcji, a w elewacji widać było drobne uszkodzenia – mówi Barbara Kamińska, dyrektorka Szkoły Podstawowej nr 4 w Ciechanowie.

Jak relacjonuje, trudności pojawiały się przede wszystkim w chłodniejszych miesiącach. Temperatura w hali sportowej potrafiła być na tyle niska, że nauczyciele musieli zmieniać miejsce prowadzenia zajęć.

– Czasami było tam tak zimno, że dzieci musiały wychodzić ćwiczyć na korytarzu – wspomina.

To właśnie poprawa komfortu cieplnego była jednym z najważniejszych celów inwestycji. Termomodernizacja miała rozwiązać problemy związane z niedostateczną izolacją budynku, a jednocześnie ograniczyć zarówno zapotrzebowanie na energię, jak i przyszłe wydatki na ogrzewanie.



Barbara Kamińska, dyrektorka Szkoły Podstawowej nr 4 w Ciechanowie

Sześć szkół objętych inwestycją. Samorząd pozyskał ponad 30 mln zł

Prowadzona równolegle termomodernizacja aż sześciu miejskich szkół była możliwa dzięki pozyskaniu przez miasto dofinansowania z NFOŚiGW. Jak podkreśla prezydent Ciechanowa Krzysztof Kosiński, bez zewnętrznego wsparcia realizacja wszystkich prac w tak krótkim czasie nie byłaby możliwa.

– Bez dofinansowania ten proces musiałby być rozłożony na długi czas, na wiele lat – nie dałoby się zrobić tego wszystkiego w jednym momencie. Dzięki pozyskaniu ponad 30 milionów złotych na termomodernizację budynków szkół w Ciechanowie mieliśmy możliwość zrealizowania tego jednocześnie i w krótkim czasie – zaznacza samorządowiec.

Za utrzymanie placówek oświatowych odpowiadają samorządy. To na nie spada obowiązek opłacania rachunków za ogrzewanie szkół. Dlatego, według władz miasta, inwestycja przyniesie korzyści także miejskiej kasie.

– Kiedy mamy obiekt, który jest ocieplony, ma nowe drzwi, okna, instalacje wewnętrzne i ciepłe przyszkolne sale, wówczas jest on tańszy w utrzymaniu – wskazuje.



Ocieplenie, pompy ciepła i fotowoltaika. Co zmieniło się w ciechanowskiej „czwórce"?

Zakres prac w Szkole Podstawowej nr 4 był szeroki. Jak informuje dyrektorka placówki, wykonawcy zajęli się ociepleniem ścian, dachu i fundamentów. Wymienili również stolarkę okienną i drzwiową. W piwnicach budynku pojawiły się pompy ciepła, a na jego dachu – instalacja fotowoltaiczna.

Modernizacja objęła także część sportową. Hala zyskała nową podłogę, okna, wentylację i grzejniki. Odnowiono cały blok sportowy, małą salę gimnastyczną oraz łazienki. Prace nie ograniczyły się jednak wyłącznie do wnętrza szkoły. Odnowiono również chodniki i podjazdy, a na terenie placówki zainstalowano nowy monitoring.

Półtora roku prac bez przenoszenia uczniów

Jednym z największych wyzwań modernizacji SP nr 4 było prowadzenie prac w działającej placówce, w której uczy się około 800 uczniów. Przez półtora roku szkoła musiała zapewnić bezpieczeństwo dzieciom i pracownikom, jednocześnie utrzymując normalny tok nauczania. Gdy uczniowie zmieniali klasy, ekipy wykonawcze przenosiły się na kolejne fronty robót.

Jak podkreśla dyrektorka, kluczowe znaczenie miała ścisła współpraca szkoły z wykonawcami i szybkie reagowanie na pojawiające się utrudnienia. Prezydent Ciechanowa zaznacza natomiast, że inwestycję zrealizowano bez odwoływania lekcji i przenoszenia uczniów do innych placówek.

– Wszystko zostało potraktowane w sposób profesjonalny, a same prace były prowadzone równocześnie z zajęciami lekcyjnymi – podkreśla.

Pierwszy sprawdzian przyszedł jesienią

Po zakończeniu prac szkoła zaczęła korzystać z odnowionej infrastruktury. Pierwsze odczuwalne efekty pojawiły się wraz z nadejściem chłodniejszych dni. Jak relacjonuje dyrektorka SP nr 4, jesienią



uczniowie i pracownicy zaczęli zwracać uwagę na zmianę temperatury w budynku.

– Przede wszystkim jednak, gdy przyszedł okres jesienny, wszyscy zaczęli mówić, że w końcu jest ciepło! I to jest najważniejsze [śmiech]! – relacjonuje dyrektorka.

W jej ocenie zmienił się również wygląd całego obiektu. Choć odnowienie klas przeprowadzono już wcześniej, dzięki tej inwestycji odświeżono przede wszystkim zewnętrzną część budynku i usunięto widoczne uszkodzenia elewacji.

Niższe rachunki mogą oznaczać więcej pieniędzy na edukację

Dla miasta istotnym efektem termomodernizacji ma być ograniczenie wydatków na utrzymanie szkół. Prezydent podkreśla, że oszczędności wynikające z mniejszego zapotrzebowania na ciepło i energię będzie można przeznaczyć na inne potrzeby placówek.

– Te zaoszczędzone środki będzie można przeznaczyć na przykład na dodatkowe zajęcia dla uczniów – zapowiada.

W ocenie prezydenta poprawa efektywności energetycznej nie powinna być jednak jedynym kryterium oceny takich przedsięwzięć. Równie istotne pozostają warunki, w jakich uczniowie zdobywają wiedzę, a nauczyciele wykonują swoją pracę.

– Optymalizacja finansowa jest tu kluczowa, choć nie najważniejsza – kwestie związane z dobrymi warunkami edukacji muszą być priorytetem dla każdego samorządu – zaznacza.

Podobnie jak władze miasta, dyrektorka podkreśla, że zastosowane rozwiązania powinny ograniczyć zużycie energii. Zaznacza jednak, że choć uczniowie mogą cieszyć się ciepłem w klasach już dzisiaj, na ocenę efektów finansowych trzeba będzie jeszcze poczekać.

– Montaż pomp ciepła, instalacji fotowoltaicznej, wymiana okien i ocieplenie budynku to rozwiązania, które powinny wpłynąć na obniżenie kosztów eksploatacyjnych. Na razie jest jednak zbyt wcześnie, aby oceniać dokładną skalę oszczędności – przyznaje.

Szkoła musi najpierw przejść dłuższy okres rozliczeniowy. Dopiero porównanie wydatków sprzed modernizacji z rachunkami po zakończeniu inwestycji pozwoli określić, ile pieniędzy udało się zaoszczędzić.

Termomodernizacja szkół także w innych częściach Polski

Ciechanowska inwestycja wpisuje się w szerszy program modernizacji energetycznej placówek oświatowych. Jak wynika z raportów Narodowego Funduszu Ochrony Środowiska i Gospodarki Wodnej, w ramach programu „Wymiana źródeł ciepła i poprawa efektywności energetycznej szkół" wsparciem objęto prawie 500 szkół i przedszkoli w całej Polsce. Fundusz podpisał umowy o wartości przekraczającej 1,8 mld zł.

Program jest finansowany z Krajowego Planu Odbudowy. Obejmuje kompleksowe przedsięwzięcia, których zakres zależy od potrzeb konkretnego budynku. Wśród realizowanych prac znajdują się m.in. docieplenie ścian i dachów, wymiana okien i drzwi, modernizacja systemów grzewczych, wentylacyjnych i oświetleniowych oraz montaż odnawialnych źródeł energii.

Zgodnie z założeniami programu projekty muszą opierać się na audytach energetycznych i zapewniać ograniczenie zapotrzebowania budynków na energię pierwotną o minimum 30 proc. Fundusz wskazuje również na edukacyjny wymiar modernizacji. Instalacje fotowoltaiczne, nowoczesne źródła ciepła i rozwiązania ograniczające zużycie energii mogą służyć jako praktyczne przykłady podczas zajęć dotyczących ekologii i ochrony środowiska.

Dla dyrekcji SP nr 4 doświadczenia z półtorarocznego procesu modernizacji są również argumentem za podejmowaniem podobnych inwestycji w innych placówkach.

– Innym dyrektorom powiedziałabym zdecydowanie, że nie warto bać się takiej inwestycji. To oczywiście bardzo duże wyzwanie organizacyjne, ale jeśli inwestycja jest dobrze przygotowana i jest odpowiednia współpraca między wszystkimi zaangażowanymi stronami, można przez to przejść – zapewnia dyrektorka.

KRAJOWY PLAN ODBUDOWY
Rzeczpospolita Polska
Sfinansowane przez Unię Europejską NextGenerationEU
Ministerstwo Klimatu i Środowiska
NARODOWY FUNDUSZ OCHRONY ŚRODOWISKA i GOSPODARKI WODNEJ

eprasa.pl 775b675a4b

WYWIAD

Romuald Szeremietiew: Od pewnego czasu jesteśmy w stanie wojny z Rosją

– Rosjanie realizują fazę destrukcji państwa polskiego. Jeżeli Kreml uzna, że destrukcja wewnętrzna w Polsce doprowadziła ją do stanu państwa upadłego, niezdolnego do stawienia oporu, to możemy się spodziewać, że wjadą do nas rosyjskie czołgi – mówi Romuald Szeremietiew, były wiceminister i były p.o. ministra obrony narodowej, publicysta, nauczyciel akademicki

Dorota Kowalska

Panie ministrze, zaskakuje pana czymś jeszcze Rosja?
Rosja? Nie.

Ostatnie dni to dwie rosyjskie rakiety i jeden dron nad Polską: wleciały i się rozbiły, na szczęście gdzieś w polach. Nikt nie ucierpiał.
Tak. Z tym że ostatnio podano, że ten trzeci przybysz to też rakieta.

W nocy z poniedziałku na wtorek kolejny rosyjski dron był przez kilka minut nad polskim niebem. Manifestacja siły?
Nie, to odpowiedź na sytuację, w jakiej znalazł się Putin podczas ostatniej wizyty w Chinach, oraz spotkania z przewodniczącym Xi i prezydentem Trumpem.

A w jakiej sytuacji znalazł się Putin?
Pierwsza kwestia – jeżeli spojrzymy na to, jak przebiegało spotkanie Putina z Trumpem i z Xi, to musimy zauważyć, że strona chińska inaczej obu potraktowała – a to w Azji ma znaczenie, tak symboliczne, jak i polityczne – a więc inaczej potraktowano Trumpa, a inaczej Putina. Xi osobiście witał Trumpa po przylocie na lotnisku, czego zasady dyplomacji chińskiej nie przewidują. Nie jest tam przyjęte, żeby szef państwa chińskiego przyjmował w taki sposób przywódców innych państw. W tym przypadku Xi zrobił wyjątek. Natomiast nie zrobiono tego wyjątku w stosunku do Putina. Jego przyjmował szef gabinetu Xi. Funkcjonariusz średniego szczebla. Do tego jeszcze Chińczycy wybrali urzędnika, co nie jest takie proste w Chinach, który górował wzrostem nad Putinem. A ten ma kompleks swojego wzrostu, o czym Chińczycy doskonale wiedzą. No i jeszcze jedna charakterystyczna rzecz, donoszą o tym różni korespondenci – o ile prezydenta Stanów Zjednoczonych witano hymnem narodowym, o tyle przy powitaniu Putina, jak podają media, podobno zagrano melodię „Dziadka do orzechów".

I myśli pan, że Putin poczuł się upokorzony?
A sądzi pani, że był uradowany? Myślę, że Chińczycy pokazali Putinowi, gdzie jest jego miejsce. On jest już po prostu wasalem Pekinu. Xi mu to cały czas przypominał: tym, gdzie go sadzał, jak go witał, jak go przyjął jako gospodarz. Natomiast bardzo serdecznie przywitał się z Trumpem: obejmował go, ściskał. Więc to jest jedna kwestia. Druga jest taka, że z kolei Trump serdecznie potraktował Putina. Pytanie: dlaczego?

Dlaczego?
Właśnie! Otóż Trump pokazuje Putinowi, że on nie musi być wasalem Pekinu, może być wasalem Stanów Zjednoczonych i wówczas będzie dużo lepiej traktowany. Przypomina się to, co się stało w latach siedemdziesiątych, kiedy Stany Zjednoczone, zwłaszcza prezydent Nixon, zorientowały się, że Chiny nie chcą być dłużej junior partnerem Sowietów, chcą odgrywać samodzielną rolę. Z kolei obecność Chin po stronie Stanów Zjednoczonych w rywalizacji USA z ZSRS uprawdopodobniało Amerykanom, że w konfrontacji zimnowojennej wygrają, co się zresztą stało. Być może w tej chwili Trump rozumuje podobnie jak Nixon kiedyś. Tylko że tym junior partnerem do pozyskania jest w tej chwili Rosja. I ostatnią rzecz jeszcze powiem: moim zdaniem Chiny chciałyby zbudować ład międzynarodowy na takiej zasadzie, na jakiej on istniał w czasach Związku Sowieckiego. Tylko teraz to Chiny byłyby głównym rywalem/partnerem Stanów Zjednoczonych, bo USA pozycję supermocarstwa przecież zachowają. A więc byłby znowu, jak mówią w Polsce „duopol", tylko nie USA-ZSRS, a duopol USA-Chiny z junior partnerem Rosją. Pytanie: przy kim ta Rosja wkrótce będzie stała? Przy Chinach czy przy Stanach Zjednoczonych?

Ale samo zaproszenie Putina na takie spotkanie było dla niego wyróżnieniem!
Ależ skąd! Został przecież przez Xi potraktowany bardzo źle. Moim zdaniem Putin czuł się fatalnie. Widać było zresztą, jaką miał



FOT. PAP/EPA

Romuald Szeremietiew: Strona chińska inaczej potraktowała Trumpa, inaczej Putina. A to w Azji ma znaczenie

eprasa.pl 775b675a4b

minę. Xi mu pokazywał: „Ty jesteś moim wasalem i stawaj tu, siadaj tu". Moim zdaniem Xi zaprosił Putina, żeby pokazać go Trumpowi jako swego wasala.

Słowa Trumpa do Putina: „Mój przyjacielu" zostały odebrane dość negatywnie, na całym zresztą świecie.

Oczywiście, że zostały odebrane negatywnie, ponieważ Putin to zbrodniarz i jest powszechnie potępiany. Ale myśli pani, że przywódcy chińscy, z którymi Stany Zjednoczone nawiązywały współpracę w okresie, kiedy Nixon był prezydentem, mieli mniej zbrodni na sumieniu niż prezydent Rosji?

Ale jak spotkanie w Shenzhen ma się do rosyjskich rakiet naruszających naszą przestrzeń powietrzną?

Tu dochodzimy do istoty rzeczy. Mianowicie, Putin chciałby wyrwać, jeżeli idzie o swoją pozycję jako junior partnera Stanów Zjednoczonych, jakieś kawałki terytorium, które będą podporządkowane Rosji. Musi pokazać Rosjanom, że ma jakieś sukcesy. W związku z tym wszystko, co usiłuje robić na Ukrainie, a teraz nawet sięga do Polski, w istocie ma poprawić jego pozycję negocjacyjną, gdyby Stany Zjednoczone rzeczywiście chciały przyjąć Rosję jako partnera.

Nie wyobrażam sobie, żeby Putin miał ochotę zaatakować Polskę, która jest w NATO.

Ochotę to on ma. Jeżeli NATO będzie reagowało tak, jak dotąd – wystosuje tylko jakiś sto dziesiąty protest, a Polska stanie się państwem upadłym? Dziwię się bardzo, że strona polska w obliczu bezpośrednich ataków, bo rakiety rosyjskie na nasze terytorium wlatują i wybuchają, jest taka bierna. To są przecież akty agresji. I nie dzieje się nic.

A co powinno się dziać, pana zdaniem?

Przede wszystkim należy uruchomić NATO, które powinno wystąpić bardzo ostro środkami dyplomatycznymi, pokazując jednocześnie gotowość podjęcia reakcji militarnych. Należałoby zwłaszcza uszczelnić naszą przestrzeń powietrzną już teraz!

Te drony i rakiety, które wleciały na teren Polski, powinny być zestrzelone?

Jeżeli Polska ma takie zdolności – miejmy nadzieję, że ma – to powinny zostać zestrzelone. Wszystko, co wlatuje w naszą przestrzeń powietrzną, czego nie kontrolujemy i czego nie aprobujemy, powinno być zniszczone. To jest oczywiste.

Myśli pan, że tych prowokacji ze strony Rosji będzie coraz więcej?

Tak, będzie. Od pewnego czasu jesteśmy – nie uświadamiając sobie tego – w stanie wojny z Rosją. To Rosja postanowiła na Polskę uderzyć, chyba po agresji na Gruzję w 2008 roku. Moim zdaniem przeprowadziła bardzo dokładne rozpoznanie, jakimi aktywami dysponujemy, jakie są nasze słabości i następnie uruchomiła fazę dotykających nas działań, którą określam jako fazę destrukcji. Rosja używa na terenie Polski agentury wpływu, żeby skłócić, podzielić społeczeństwo polskie i dokonuje różnego rodzaju aktów dywersji, które mają zwiększyć jeszcze zamieszanie wewnętrzne. Mieliśmy już liczne podpalenia, groźne incydenty na kolei, nawet zabójstwa przeciwników Putina. Mieliśmy, mamy, falę nachodźców, którą organizują rosyjsko-białoruskie służby. Teraz wlatują na teren Polski różnego rodzaju obiekty. Najpierw to były różne balony, potem pojawiły się drony, czasem przeleciał jakiś śmigłowiec czy samolot, a teraz wprost spadają rakiety i nam wybuchają. To jest realizacja przez Rosjan fazy destrukcji państwa polskiego. Jeżeli Kreml uzna, że destrukcja wewnętrzna w Polsce doprowadziła ją do stanu państwa upadłego, niezdolnego do stawienia oporu, to możemy się spodziewać, że wjadą do nas rosyjskie czołgi.

Co w tym momencie powinien zrobić polski rząd? Powiedział pan „dyplomacja", ale mam wrażenie, że dyplomacja na Rosję w żaden sposób nie działa.

Działa, działa! Jeżeli tylko ta dyplomacja będzie miała w ręku mocną pałkę. Jaka to ma być pałka, nie będę opisywał, ponieważ nie chcę opowiadać rzeczy, które nie powinny być publicznie omawiane. Natomiast to, co należy zrobić i co byłoby konieczne, to po pierwsze – spójna polityka w zakresie obronności, w której przewodzi prezydent. Mam tu na myśli coraz ściślejsze związki ze Stanami Zjednoczonymi. Koniecznie musi powstać baza wojsk amerykańskich w naszym kraju. Dlatego jestem wściekły, że polski rząd tak wolno w tej sprawie działa. Słychać tylko gromkie opowieści. I oczywiście, ważna jest dalsza budowa armii dysponującej komponentem ofensywnym. Takim, który będzie pokazywał Rosji, że jesteśmy zdolni wykonać operację militarną nie tylko w obronie naszych granic, ale również poza granicami naszego kraju.

A co ma robić jeszcze polski rząd w sprawie stałej bazy US Army w Polsce? Przyłożyć Amerykanom nóż do gardła? Ustawa w tej sprawie została przyjęta w czerwcu, nasi urzędnicy cały czas latają do Stanów Zjednoczonych, był tam kilkakrotnie Władysław Kosiniak-Kamysz, amerykańska delegacja wizytowała w Polsce. Ponoć Pentagon daje takiej bazie „zielone światło". Teraz wszystko po stronie Amerykanów, problem w tym, że Donald Trump dość często zmienia zdanie.

W czerwcu rząd tylko przyjął uchwałę, że minister obrony może podjąć starania o uzyskanie takiej bazy, ale ustawy żadnej w tej sprawie przecież nie ma. A do tego Bank Gospodarstwa Krajowego informował w połowie listopada br., że nie otrzymał jeszcze decyzji w kwestii udziału w finansowaniu budowy tej stałej bazy. Amerykanie już skarżyli się, że sprawa bazy bardzo wolno idzie po polskiej stronie. A wracając do Trumpa, kiedy on zmienił zdanie w interesującej nas sprawie?

Raz nakłada cła, innym razem je wycofuje. Raz mówi o Putinie źle, innym razem nazywa go swoim przyjacielem, raz chwali Zełenskiego, innym razem twierdzi, że to on jest winny wojny w Ukrainie.

Ale w kwestii bazy poglądy Trumpa nie zmieniają się. A ponadto – co robią Stany Zjednoczone w praktyce? Czy rzeczywiście miotają się raz tak, raz tak?

Powtarzam tylko, co mówi Donald Trump. Ciężko za nim nadążyć.

Linia, którą realizują Stany Zjednoczone, została wytyczona w Strategii bezpieczeństwa narodowego USA (NSS) przyjętej przez administrację Donalda Trumpa na przełomie listopada i grudnia 2025 r. Opiera się na polityce „America First" oraz „pokoju przez siłę". Dokument odchodzi od dotychczasowego modelu liberalnego porządku międzynarodowego na rzecz równowagi sił, suwerenności państw narodowych i rywalizacji mocarstw. Strategia jest cały czas realizowana. Założono w niej, że polityka USA w świecie znajdzie oparcie w trzech punktach: Daleki Wschód (Korea Płd., Japonia), Bliski Wschód (Izrael, Arabia Saudyjska) i Europa Środkowa (Polska, Rumunia). Proszę nie ulegać, powiedziałbym, propagandzie antytrumpowskiej, bo Trump ma bardzo wielu przeciwników, jest źle widziany głównie przez ośrodki liberalno-lewicowe. Staram się oddzielać tę propagandę od tego, co rzeczywiście w polityce międzynarodowej USA robią i na jakim etapie jesteśmy, jeżeli idzie o budowę ładu międzynarodowego, który to ład chcą na nowo skonstruować Stany Zjednoczone.

Przez samych Amerykanów Trump też chyba nie jest oceniany najlepiej, bo takiej porażki w wyborach połówkowych do Kongresu Republikanie nie zaliczyli od lat! Także z powodu wojny w Iranie, którą rozpoczął z Netanjahu i za którą wszyscy płacimy. Miała trwać kilka tygodni, trwa już prawie rok!

Do wyborów prezydenckich w Stanach Zjednoczonych zostało jeszcze trochę czasu, więc poczekajmy.

Wróćmy do wojny w Ukrainie. Mówi się o planowanych rozmowach pokojowych, ale Putin stawia Ukrainie warunki zaporowe. Chce Donbasu, chce ziem, które już Rosjanie zajęli. To są warunki dla Ukrainy, przynajmniej z tego, co mówi Zełenski, nie do przyjęcia.

Spójrzmy realnie na sytuację Ukrainy. Proszę spojrzeć na mapy narodowościowe byłego Związku Sowieckiego, te pokazujące zasiedlenie narodów zamieszkujących sowieckie republiki. Otóż granice między obecną Ukrainą a Rosją narodowościowo są bardzo płynne. Wiadomo, że na samej Ukrainie byli i są ludzie, którzy uważają się za Rosjan, gdy na terenach w granicach Rosji znajdują się Ukraińcy.

Podobnie jest w Estonii, prawda?

Mniej więcej. Rosja przez dziesiątki, a nawet setki lat miała pod swoim panowaniem ziemie, które dziś są terytoriami niepodległych państw i wpływy rosyjskie na nich ciągle występują. Zresztą w sensie cywilizacyjnym te wpływy zagłębiły się nawet w polskim społeczeństwie i to nam wyłazi od czasu do czasu, a co dopiero na terenie Ukrainy. Kwestia przynależności terytorialnej poszczególnych ziem, które dzisiaj są np. w granicach państwa ukraińskiego, może budzić wątpliwości. Oczywiście rozumiem Zełenskiego, że on chce utrzymać wszystko, co w spadku po ukraińskiej republice sowieckiej jego państwo zyskało, ale to nie oznacza wcale, że tak być musi. Kijów uważa, że ma prawo do całości terytorium, które otrzymał po rozpadzie ZSRS, ale nie jest powiedziane, iż będzie miał dość sił, aby całość tych terenów utrzymać. My w Polsce mamy w tej kwestii sporo przykrych doświadczeń.

Te granice zostały uznane. Mają prawo! To jest ich ziemia, walczą o nią od cztery lat.

My mieliśmy prawo do granic II Rzeczypospolitej ustalonych w traktatach pokojowych w Wersalu (1919) i w Rydze (1921), ale Hitler i Stalin mieli inny pogląd w tej kwestii. Nie mieliśmy dość sił, aby nasze granice obronić.

Więc gdyby teraz Putin zażądał od Polski ziem, które kiedyś należały do Rosji, to co? To mamy je oddać?

Jeśli miałby dość sił, to na pewno by to zrobił. Ale ot tak sobie na jakiej podstawie może czegokolwiek od nas żądać?

A na jakiej podstawie może czegokolwiek żądać od Ukrainy?

Myśli, że Rosja jest silniejsza od Ukrainy i do tego mówimy o terenach, na których mieszkają też Rosjanie.

Gdyby podążać pana tokiem myślenia, to właściwie w każdym zakątku świata są takie miejsca, w których panuje analogiczna sytuacja.

W wielu miejscach przecież tak jest.

I co? Silniejszy bierze, co chce, co uważa za swoje?

Nieszczęście polega na tym, że zmiany granic siłą, a to Rosjanie przecież robią, otworzyły znowu tę puszkę Pandory, którą wydawało nam się, że przynajmniej w Europie po II wojnie światowej zamknęliśmy. To, co robi Rosja, przypomina różnym ludziom, że granice ich państw są niesprawiedliwe z punktu widzenia ich interesu narodowego. Z tego mogą być i zapewne będą różnego rodzaju kłopoty.

Żądania, jakie Putin wystosowuje w stosunku do Unii Europejskiej, też są abstrakcyjne.

Putin jest imperialistą, który myśli, że osiągnie wielkie cele imperialne, atakując głównie na zachodzie, bo z Chinami boi się zadrzeć, a także z muzułmanami na południu. Więc został mu kierunek zachodni i na nim operuje. Widzi słabość Europy, widzi, że ma zwłaszcza na zachodzie Europy różnego rodzaju klientów, którzy z kolei mają słabość do Rosji, chętnie by z nim współpracowali, głównie ci w Berlinie.

Jak Europa powinna postawić się Putinowi?

Samymi opowieściami Rosji się nie powstrzyma. Europa powinna we własnym dobrze pojętym interesie robić wszystko, żeby umac-

eprasa.pl 775b675a4b

niać kraje, które graniczą z Rosją. A więc powinna wszelkimi sposobami wzmacniać wschodnią flankę NATO i Polskę jako główny, zasadniczy element siły na tej rubieży. Ale nie sądzę, żeby się na to w Brukseli zdecydowano, bo zdaje się, że w głowach unijnych urzędników czai się obawa, iż silna Polska może być kłopotliwa w relacjach wewnątrzunijnych, czyli lepiej, żeby była słabym podmiotem.

Teraz na spotkaniu NATO mówi się o tym, że być może Polska dostanie kolejne Patrioty, mówi się o militarnym wzmocnieniu Polski!

No właśnie, mówi się, a Patrioty to element defensywny, służący do zwalczania środków napadu powietrznego. W okresie rządów Zjednoczonej Prawicy zaczęliśmy dokonywać zakupów uzbrojenia, które jest potrzebne wojskom operacyjnym z przeznaczeniem do działań ofensywnych. Niestety, nastąpiło przyhamowanie wprowadzania takiego uzbrojenia, pewne rzeczy jeszcze rozpędem się dzieją, ale spowolnienie jest widoczne. Obawiam się, że program zbudowania najsilniejszej armii natowskiej w Europie, o czym mówił tak mocno prezydent Nawrocki, jest realizowany z dużymi kłopotami. To stawia kwestię bezpieczeństwa Polski pod znakiem zapytania. Pojawia się uzasadniona wątpliwość, czy państwo polskie rządzone przez obecną koalicję realizuje politykę, która służy bezpieczeństwu Polski?

Nie zgadzam się z panem. Mamy największe PKB przeznaczone na wojsko i obronność, jeśli chodzi o kraje europejskie, doprowadził do tego obecny rząd. Mamy program SAFE, który także ma służyć wojsku, ten program też wprowadziła ekipa Donalda Tuska. Mamy rozmowy o stałej bazie amerykańskich żołnierzy w naszym kraju. Więc nie powiedziałabym, że ten rząd nie robi nic w sprawie obronności Polski.



FOT. IMAGO/ULRICH STAMM/EAST NEWS

Romuald Szeremietiew: Unia Europejska nie jest sojuszem militarnym, jakim jest NATO

Nie powiedziałem, że nie robi się nic. Twierdzę, że robi zbyt mało i nie tam, gdzie trzeba i nie to, co trzeba. Słynny program SAFE pogłębi zadłużenie Polski, ale nie posłuży wzmocnieniu naszej obronności.

Pozwolę się również w tej kwestii z panem nie zgodzić!

Oczywiście. Może się pani ze mną nie zgadzać! Mówię to jako ktoś, kto przez kilka lat zajmował ministerialne stanowiska w MON, jest doktorem habilitowanym nauk o obronności, oficerem w stanie spoczynku. Uważam, że ten program SAFE to nieszczęście!

Panie ministrze, Rosja też słabnie. Putinowi w ogóle nie zależy na pokoju? Oni gospodarczo ledwo zipią.

Rosja słabnie, ale to nie oznacza, że słabnąca Rosja nie jest w stanie wykonywać jakichś agresywnych działań. Zwłaszcza w sytuacji, kiedy, jak powiedziałem, Putin będzie chciał poprawić swoją pozycję przetargową w ewentualnych relacjach ze Stanami Zjednoczonymi. Będzie chciał mieć w ręku jakieś aktywa, które będzie mógł pokazać i powiedzieć: „Odejdę od Pekinu, ale pod warunkiem, że ty zgodzisz się na to, na to i na to". Wiemy, że takie deale – przepraszam za określenie – w polityce zagranicznej były robione, że wspomnę Jałtę i tak zwaną Wielką Trójkę (Churchilla, Roosevelta i Stalina).

Myśli pan, że do zakończenia konfliktu z Ukrainą w najbliższej perspektywie nie dojdzie?

Putin jest w niekorzystnym położeniu – mimo iż się bardzo napina, to nie jest w stanie odnieść wyraźnego, decydującego zwycięstwa nad Ukrainą. Więc może być tak, biorąc pod uwagę relacje Moskwa-Waszyngton, że korzystne będzie dla niego zamrożenie na pewien czas działań na Ukrainie i wykonanie jakiegoś gwałtownego ruchu, na przykład w stosunku do państw bałtyckich albo nawet wobec Polski. Wtedy osiągając tu jakieś sukcesy, może powiedzieć Waszyngtonowi: „No to co? Rozmawiamy o pokoju. Jestem gotów. Tylko to, to i to, i to jest moje". A co miałoby być ich, to zdaje się Moskwa już powiedziała: NATO wycofuje się na linie sprzed rozszerzenia na Europę Środkową, żadnych amerykańskich żołnierzy w Polsce. Gra się toczy o naprawdę bardzo wysoką stawkę. O kształt ładu międzynarodowego, który Amerykanie postanowili na nowo uformować. W tym układzie my możemy odegrać podmiotową rolę, będąc partnerem Stanów Zjednoczonych, albo stać się daniem na stole, jeżeli będziemy nadal trzymali się Berlina, który nic nie może.

Znowu się z panem nie zgodzę, Stany Zjednoczone to nasz strategiczny partner, to prawda, ale uważam, że trzeba się trzymać również Unii Europejskiej.

Tak? A czego się chce pani trzymać?

Stany Zjednoczone wycofały część wojsk z Unii Europejskiej. Tak jak pan słusznie zauważył, póki co nie ma jeszcze stałej bazy US Army w Polsce obiecywanej przez Amerykanów, Trump mówi do Putina „Mój przyjacielu" i – znowu sam pan o tym wspomniał – może będzie chciał z nim zrobić jakiś deal. Więc ja bym się jednak trzymała Unii Europejskiej!

Ale nie ma się tam czego trzymać. Rzecz polega na tym, że Unia Europejska nie jest przecież sojuszem militarnym, jakim jest NATO – to po pierwsze. Po drugie, unijni biurokraci wewnętrznie się zapętlili – te polityki klimatyczne, multikulturalizm, już nie wspomnę o tęczowych ideologiach, a do tego jeszcze mają na grzbiecie ogromną społeczność muzułmańską, która w tej chwili rozpycha się na terenie Francji, Niemiec, w Anglii.

Ale, póki co, w sprawie Ukrainy ta Unia Europejska mówi jednym głosem.

Mówi. I co z tego?

A Trump już niekoniecznie!

A Trump niekoniecznie, bo Trump chce, żeby został tam zawarty pokój. Żeby zakończyć tę wojnę i ustabilizować sytuację na tym odcinku, ponieważ za dużo konfliktów na świecie Stany Zjednoczone muszą uspokajać. One nie służą dobrze również, jeśli idzie o wewnętrzną sytuację w USA, o czym przekonali się Republikanie przy połówkowych wyborach do Kongresu, o których pani wspomniała. Więc trzeba na całą tę sytuację spojrzeć trochę szerzej.

REKLAMA 0011608938

WKŁADKA MASUJĄCA DO STÓP

55 LAT TRADYCJI



ZADBAJ O KOMFORT KAŻDEGO KROKU!

- masują stopy na całej powierzchni krok po kroku
- wyprofilowana powierzchnia z wypustkami różnej szerokości i wysokości sprawia, że stopy stają się ciepłe, lekkie i witalne
- pomocne dla wszystkich grup wiekowych

Poznaj produkt i jego możliwości!

Zadzwoń do nas i poproś o bezpłatny katalog:

STUDIO ZDROWEGO CIAŁA | Krzysztof R. Lewandowicz | 76-270 USTKA | ul. Kopernika 16 | tel. 59 814 49 58, 602 738 092 | www.lewandowicz.com

eprasa.pl 775b675a4b

MATERIAŁ INFORMACYJNY GAZ-SYSTEM 0011609462

GAZ-SYSTEM chce zbudować regionalny hub gazowy



GAZ-SYSTEM przygotowuje się nie tylko do wzrostu krajowego zapotrzebowania na gaz, lecz także do pełnienia roli jednego z najważniejszych operatorów infrastruktury energetycznej w Europie Środkowo-Wschodniej. Spółka rozwija terminale LNG w Zatoce Gdańskiej, integruje krajową sieć z gazociągiem jamalskim, pracuje nad rozwojem przesyłu biometanu i wodoru, a w dalszej perspektywie rozważa transport dwutlenku węgla. Sławomir Hinc, prezes GAZ-SYSTEM, przekonuje, że bezpieczeństwo energetyczne wymaga jednocześnie nowych inwestycji, elastycznych źródeł dostaw i zmian regulacyjnych.

Wojna w Ukrainie, zakłócenia dostaw surowców oraz konieczność uniezależnienia się od jednego kierunku importu sprawiły, że infrastruktura gazowa stała się narzędziem nie tylko polityki gospodarczej, lecz także bezpieczeństwa państwa. Dla GAZ-SYSTEM oznaczało to przyspieszenie działań podejmowanych już wcześniej.

– W GAZ-SYSTEM od samego początku bezpieczeństwo stało w centralnym punkcie naszej strategii. Ostatnie lata spowodowały jednak, że niezawodne funkcjonowanie systemu energetycznego, w szczególności gazowego, stało się jeszcze ważniejsze z punktu widzenia świadczenia usług przesyłu gazu – mówi Sławomir Hinc, prezes GAZ-SYSTEM.

Odpowiedzią spółki na te wyzwania są inwestycje dywersyfikujące kierunki dostaw: terminal LNG w Świnoujściu, gazociąg Baltic Pipe, interkonektory z państwami ościennymi oraz przyszłe pływające terminale FSRU 1 i FSRU 2 w Zatoce Gdańskiej. Dzięki rozbudowie infrastruktury, spółka zwiększa odporność krajowego systemu przesyłowego, umożliwiając jego stabilne funkcjonowanie również w warunkach ekstremalnych zjawisk pogodowych i zakłóceń rynkowych.

GAZ-SYSTEM chce jednocześnie rozwijać usługi tranzytu i przesyłu gazu do państw sąsiednich, przede wszystkim położonych na południe i południowy wschód od Polski.

Ponad 800 inwestycji i gazociąg jamalski

Dziesięcioletni plan rozwoju GAZ-SYSTEM obejmuje ponad 800 inwestycji na różnych etapach przygotowania i realizacji. Największym przedsięwzięciem pozostaje budowa terminali FSRU w Zatoce Gdańskiej.

– Program FSRU *to cały kompleks, zakłada budowę: części lądowo-morskiej, nabrzeża, gazociągu podmorskiego oraz strategicznego gazociągu biegnącego z Gdańska, wzdłuż Wisły, przez okolice Torunia i Włocławka do Gustorzyna. Jest to obecnie największa i najważniejsza z realizowanych przez nas inwestycji* – zaznacza prezes GAZ-SYSTEM.

Drugim kierunkiem jest silniejsze połączenie krajowego systemu przesyłowego z gazociągiem jamalskim. Istniejąca magistrala ma służyć do transportu gazu i zasilania odbiorców w różnych częściach Polski.

GAZ-SYSTEM planuje budowę tłoczni i kolejnych punktów styku obu systemów, między innymi w rejonie Ciechanowa, Zambrowa, Włocławka i Murowanej Gośliny. Ma to zwiększyć elastyczność sieci i pozwolić na pełniejsze wykorzystanie istniejącej infrastruktury.

Polski hub gazowy potrzebuje dwóch elementów

Ambicją GAZ-SYSTEM jest stworzenie regionalnego hubu gazowego. Polska miałaby stać się miejscem dostaw, obrotu i dystrybucji surowca do państw Europy Środkowo-Wschodniej.

Do osiągnięcia tego celu potrzebne są dwa kluczowe elementy. Pierwszy z nich tworzą terminale regazyfikacyjne, Baltic Pipe, gazociągi podmorskie i połączenia międzysystemowe. Bez odpowiednich zdolności importowych i przesyłowych nie można mówić o rozwiniętym handlu gazem w regionie.

Drugim są regulacje. Zdaniem prezesa GAZ-SYSTEM rozwiązania prawne powinny wspierać handel gazem, a nie ograniczać go dodatkowymi kosztami i obowiązkami. Szczególnego znaczenia nabierają zasady utrzymywania zapasów obowiązkowych.

– Sama infrastruktura nie wystarczy. Potrzebne są również odpowiednie ramy prawne. Regulacje powinny wspomagać handel i obrót na rynku. Należy spojrzeć przede wszystkim na ustawę o zapasach i sposób magazynowania zapasu obowiązkowego w Polsce. Powinien on zostać zmodyfikowany, aby regionalny hub gazowy mógł rozwijać się szybciej – mówi Sławomir Hinc.

Gaz ma stabilizować system oparty na OZE

GAZ-SYSTEM przewiduje, że zapotrzebowanie na gaz w Polsce będzie w nadchodzących latach systematycznie rosnąć. Głównym źródłem wzrostu ma być elektroenergetyka. Wraz z rozwojem źródeł odnawialnych potrzebne będą jednostki zapewniające produkcję energii w okresach słabszej generacji z wiatru i słońca.

– Prowadząc transformację energetyczną, nie uniknie my pewnego udziału gazu w przyszłym miksie. System będzie w coraz większym stopniu oparty na odnawialnych źródłach energii, ale gaz pozostanie jego stabilizatorem – tłumaczy prezes GAZ-SYSTEM.

Elektrownie gazowe nie muszą pracować przez cały czas z pełną mocą. Zapotrzebowanie na ten surowiec może jednak gwałtownie rosnąć w określonych godzinach lub porach roku. Dla operatora liczy się więc nie tylko roczny wolumen dostaw, lecz także możliwość szybkiego przesłania dużej ilości gazu wtedy, gdy będzie go potrzebowała energetyka.

Statek z LNG co trzy dni

FSRU 1 w Zatoce Gdańskiej ma zostać uruchomiony w 2028 roku. Drugi terminal planowany jest na 2030 rok. Łącznie oba projekty mają stworzyć jeden z największych punktów wejścia LNG w tej części Europy.

– Docelowo mówimy o ponad 12 mld metrów sześciennych gazu, które mogą trafić do Gdańska w postaci około 120 dostaw. Oznacza to, że raz na trzy dni do terminala może przypłynąć pełny statek LNG. Gaz zostanie następnie zregazyfikowany i przekazany do sieci – wskazuje prezes GAZ-SYSTEM.

Surowiec będzie kierowany do polskiej elektroenergetyki i innych odbiorców, ale również do państw sąsiednich. Wraz z terminalem w Świnoujściu i Baltic Pipe, infrastruktura w Gdańsku ma zwiększyć elastyczność systemu oraz umożliwić dostarczanie dużych wolumenów gazu w krótkim czasie.

Biometan i wodór kolejnym kierunkiem

W perspektywie dekady GAZ-SYSTEM nie chce ograniczać się tylko do przesyłu gazu ziemnego. Pierwszym nowym kierunkiem jest biometan, który już obecnie może być wprowadzany do istniejącej sieci.

– Jako operator systemu przesyłowego jesteśmy w stanie podłączyć każdą biometanownię w Polsce i przesłać wyprodukowany w niej biometan do klientów. Pracujemy także nad punktami, do których inwestorzy będą mogli dowozić biometan i wprowadzać go do sieci – zapowiada Sławomir Hinc.

Drugim kierunkiem jest wodór. GAZ-SYSTEM został wyznaczony na operatora systemu jego przesyłu. Najważniejszym analizowanym przedsięwzięciem jest Nordic-Baltic Hydrogen Corridor, którym wodór mógłby być transportowany z Finlandii przez państwa bałtyckie i Polskę do Niemiec.

W najbliższych latach zasadniczym zadaniem spółki pozostanie jednak rozwój infrastruktury gazowej. Dopiero połączenie terminali LNG, sieci krajowej, gazociągów międzysystemowych i sprzyjających regulacji, da szansę Polsce stać się regionalnym centrum handlu gazem.



eprasa.pl 775b675a4b

STOPKLATKA



FOT. PAP/MARCIN OBARA

↑ Prawda, że ładne? Muzeum Historii Polski zorganizowało pokaz mody z lat PRL. Pokazano kreacje z czterech dekad istnienia Polski ludowej. Łezka w oku się zakręciła, bo choć PRL trudno wspominać dobrze, kraj był biedny i fatalnie zarządzany, to takie perełki w krawiectwie, architekturze czy wzornictwie zdarzały się także wtedy



FOT. PAP/EPA/IGOR MASLOV

↑ Odwilż w relacjach Kijowa i Budapesztu. Premier Węgier Peter Magyar spotkał się w zachodniej części Ukrainy z prezydentem Wołodymyrem Zełenskim. Wspólnie złożyli kwiaty na cmentarzu żołnierzy ukraińskich, wymienili się prezentami, a nawet zagrali razem w siatkówkę. W tle rozmowy o wsparciu finansowym UE dla Kijowa oraz status mniejszości węgierskiej na Zakarpaciu

→ Kanclerz Niemiec Friedrich Merz (na zdjęciu widać jego cień na fladze NATO) złożył zaskakujące wyznanie. Stwierdził, że błędem było nieprzyjęcie Ukrainy do Sojuszu w 2008 roku. Wtedy na szczycie w Bukareszcie jego akcesję zablokowała Angela Merkel. Merz przyznał, że gdyby sprawy potoczyły się inaczej, dziś pewnie nie było wojny ukraińsko-rosyjskiej



FOT. PAP/EPA/FILIP SINGER



FOT. EAST NEWS

← Najbardziej niespodziewany powrót roku. Jensen Huang, szef Nvidii (największej firmy świata), stracił stanowisko, gdy ujawniono jego romans z chińską agentką. Po interwencji Donalda Trumpa wrócił. Giełda w Nowym Jorku przyjęła to z entuzjazmem

eprasa.pl 775b675a4b

MATERIAŁ INFORMACYJNY PGE 0011614237

PGE stawia na elektryfikację, a polskie firmy mają na tym zarobić

PGE Polska Grupa Energetyczna planuje przeznaczyć do 2035 roku 210 mld zł na inwestycje. Udział komponentu krajowego w tych nakładach, liczony w całym cyklu życia projektów, ma wynieść co najmniej 65 proc. Grupa zamierza rozwijać morską energetykę wiatrową, źródła gazowe, magazyny energii, centra danych i projekty jądrowe. PGE chce także rozpocząć działalność na hurtowym rynku gazu i skorzystać z możliwości importowych terminalu FSRU 2. Dariusz Lubera, prezes PGE Polskiej Grupy Energetycznej, podkreśla, że strategia spółki nie będzie już dokumentem przyjmowanym raz na wiele lat, lecz planem poddawanym ciągłej weryfikacji w odpowiedzi na zmiany technologiczne, rynkowe i geopolityczne.



PGE Polska Grupa Energetyczna przyjęła zaktualizowaną strategię rozwoju do 2035 roku. Zarząd zapowiada, że dokument będzie odtąd przeglądany praktycznie w sposób ciągły. Nie oznacza to automatycznej zmiany głównych celów po każdym wahnięciu rynku, lecz szybsze reagowanie na przeobrażenia technologiczne i geopolityczne.

– *Strategia przyjęta w 2025 roku opierała się na określonych założeniach, ale w tak szybko zmieniającym się świecie podjęliśmy decyzję, że będziemy ją przeglądać praktycznie cały czas. To, czy konieczne będą kolejne zmiany, będzie zależało przede wszystkim od rozwoju sytuacji w niezwykle niespokojnym otoczeniu geopolitycznym* – mówi Dariusz Lubera, prezes PGE Polskiej Grupy Energetycznej.

Główny kierunek pozostaje niezmieniony. PGE zamierza kontynuować dekarbonizację, rozwijać źródła nisko- i zeroemisyjne, aby stopniowo ograniczać emisje do 2050 r.

PGE chce przyspieszać elektryfikację gospodarki

– *Chcemy aktywnie uczestniczyć w elektryfikacji gospodarki, a także ją kreować. Unia Europejska planuje, by udział energii elektrycznej w końcowym zużyciu sięgnął ponad 40 proc. Dzisiaj jest to ok. 22 proc. w Unii Europejskiej i zaledwie 17 proc. w Polsce. Mamy więc do czynienia z olbrzymią przestrzenią do rozwoju* – podkreśla Dariusz Lubera, prezes PGE Polskiej Grupy Energetycznej.

Jednym z nowych obszarów działalności grupy mają być centra danych, których rozwój będzie zwiększał zapotrzebowanie na energię. PGE może nie tylko dostarczać prąd takim instalacjom, lecz także wykorzystać tereny i infrastrukturę w obecnych ośrodkach energetycznych.

210 mld zł na inwestycje

Do 2035 roku PGE zamierza przeznaczyć na inwestycje 210 mld zł. To mniej, niż przewidywała poprzednia strategia, ale zarząd przekonuje, że nie oznacza to ograniczenia ambicji.

– *Chcemy osiągnąć te same cele, ale przy poprawie efektywności. Zamierzamy także doprowadzić do tego, aby powstające aktywa były intensywniej wykorzystywane, a więc żeby przepływała przez nie większa ilość energii* – wyjaśnia prezes PGE.

Jednym z najważniejszych przedsięwzięć jest morska farma wiatrowa Baltica 2. Według prezesa Lubery terminy realizacji nie są zagrożone. Pierwsza energia ma popłynąć w pierwszym kwartale, a do końca 2027 roku farma powinna dostarczać do systemu ok. 1,5 GW mocy. Grupa przygotowuje również kolejne projekty morskiej energetyki wiatrowej, w tym Baltica 9+.

Ważną częścią strategii pozostaje dekarbonizacja ciepłownictwa, w której paliwem przejściowym ma być gaz. PGE chce ponadto uczestniczyć w przygotowaniach do kolejnego dużego projektu jądrowego, a do 2035 roku zaangażować się także w rozwój małych reaktorów dla elektroenergetyki i ciepłownictwa.

Co najmniej 65 proc. komponentu krajowego w całym cyklu życia projektów

PGE przeznaczy na inwestycje 210 mld zł do 2035 r. Udział komponentu krajowego w całym cyklu życia projektów będzie wynosił co najmniej 65 proc. Budowa polskiego łańcucha dostaw wymaga jednak wcześniejszego informowania przedsiębiorstw o planowanych zamówieniach, aby mogły przygotować technologie, kadry i finansowanie.

– *Dostawców interesuje długofalowość. Nie wystarczy, że wezmą udział w jednym projekcie i zrealizują pojedynczą inwestycję. Muszą znać nasze zamierzenia odpowiednio wcześnie. Dlatego chcemy z wyprzedzeniem ogłaszać oczekiwania na cały rok, aby partnerzy mogli przygotować się do udziału w postępowaniach* – mówi prezes Dariusz Lubera.

Taki model zastosowano przy projektach PGE Baltica, zapowiadając wcześniej ponad 40 przedsięwzięć i zamówień. Spółka podkreśla jednocześnie, że wspieranie krajowych firm musi być zgodne z prawem zamówień publicznych. Firma nie może dyskryminować zagranicznych wykonawców, może jednak brać pod uwagę nie tylko cenę, lecz również bezpieczeństwo i ciągłość dostaw, długość łańcucha logistycznego oraz udział polskich podmiotów w realizacji kontraktu.

– *Nie mamy dziś w Polsce producenta turbin gazowych, dlatego dostawca kluczowej technologii może pochodzić z zagranicy. Nie oznacza to jednak, że polskie przedsiębiorstwa nie mogą być beneficjentami procesu inwestycyjnego. Chcemy, aby uczestniczyły w realizacji zamówień na różnych szczeblach* – podkreśla prezes PGE.

Przykładem jest współpraca Polimeksu z Siemensem przy budowie bloku gazowego w Rybniku. PGE podpisała także kontrakty na dwa bloki OCGT w Rybniku i Gryfinie. Z kolei w segmencie dystrybucji udział polskich przedsiębiorstw w inwestycjach grupy przekracza już 85 proc.

PGE wchodzi na hurtowy rynek gazu

Rosnące znaczenie jednostek gazowych sprawia, że PGE nie chce pozostawać wyłącznie odbiorcą paliwa. Zgodnie ze zaktualizowaną strategią PGE planuje posiadać 9,6 GW mocy gazowych do 2035 r. Spółka chce przy tym, rozwijać kompetencje w hurtowym handlu gazem.

– *Jeżeli nasz udział w rynku gazu rośnie, nie mogliśmy pozostać obojętni. Temu ma służyć udział PGE w projekcie FSRU 2. Dzięki temu będziemy mogli aktywnie uczestniczyć w rynku i stopniowo budować na nim swoją pozycję* – zapowiada prezes Lubera.

Udział w terminalu ma umożliwić PGE zabezpieczenie paliwa dla własnych aktywów, a jednocześnie rozwinięcie kompetencji handlowych. Możliwość współdzielenia slotów dostawczych przez kilka podmiotów może zwiększyć konkurencję i sprzyjać powstawaniu nowego segmentu rynku. Projekt ma więc wymiar zarówno biznesowy, jak i związany z bezpieczeństwem energetycznym kraju.

Magazyny mają stabilizować system

Docelowy miks PGE ma opierać się na różnych technologiach. Odnawialne źródła energii pozostaną jego ważną częścią, ale ich zależność od warunków pogodowych wymaga rozwoju źródeł dyspozycyjnych i magazynów. Gaz ma zapewniać moc w okresach niskiej produkcji z OZE, natomiast magazyny pozwolą przechowywać nadwyżki energii i oddawać ją do sieci przy zwiększonym zapotrzebowaniu.

Celem grupy jest dostarczenie polskiemu systemowi magazynów o łącznej pojemności 18 GWh. Największy projekt powstaje w Żarnowcu, rozpoczęto również inwestycję w Gryfinie. Mniejsze instalacje mają być budowane przy należących do PGE farmach fotowoltaicznych.

– *System musi być stabilny i bezpieczny. Źródła odnawialne są niezwykle istotne, ale pozostają mniej stabilne, dlatego magazyny energii będą odgrywały coraz ważniejszą rolę* – podsumowuje Dariusz Lubera, prezes PGE Polskiej Grupy Energetycznej.

eprasa.pl 775b675a4b

SPOŁECZEŃSTWO

Dlaczego kobiety mają bardziej lewicowe poglądy? Socjolog: Mężczyźni boją się, że ktoś im zabierze V8

- U młodych mężczyzn występuje poczucie straty związanej z tym, że młode kobiety dużo lepiej odnajdują się we współczesnym, szybko zmieniającym się świecie. Mężczyźni tracą przewagi, które wcześniej mieli przez całe stulecia. Odruchowo odwołują się do partii próbujących konserwować stary porządek - mówi dr Mateusz Zaremba, politolog i socjolog polityki z Uniwersytetu SWPS

Agaton Koziński

Ciągle rośnie zainteresowanie polską polityką. Od 10 lat widać, jak coraz więcej Polaków traktuje ją poważnie. Dlaczego?

To zainteresowanie jest pochodną identyfikacji emocjonalnej, związanej przede wszystkim z poszczególnymi partiami politycznymi. To główny motywator. Polacy mobilizują się przede wszystkim przeciwko rządzącym. Gdy nie akceptują partii tworzących koalicję parlamentarną, zaczynają się determinować przeciwko nim.

Raport CBOS z października 2026 r. pokazuje, że w ciągu ostatniej dekady liczba Polaków deklarujących, że na pewno wezmą udział w wyborach wzrosła o niemal 20 pkt procentowych – do 80 proc. Tak prosty mechanizm nakręcił to zainteresowanie?

Ważnym czynnikiem, który przełożył się na ten wzrost mobilizacji, była zmiana komunikacji politycznej. To jest ten moment. Wcześniej partie po prostu walczyły ze sobą o głosy wyborców. Po 2015 r. konflikt polityczny nabrał wymiaru manichejskiego. Stał się walką dobra do złego. To nie jest charakterystyczne dla demokracji, ale za to mocno przekłada się na zaangażowanie polityczne wyborców.

To wystarczyło, by nagle polityka stała się elementem naszego życia?

To główny czynnik – ale niejedyny. Inny to zmiana w komunikacji. Dawniej politycy nawiązywali kontakt z wyborcami przede wszystkim za pośrednictwem mediów. Dziś ten dystans bardzo się skrócił poprzez media społecznościowe. Politycy zaczęli się intensywnie komunikować z wyborcami, co przyniosło efekt mobilizacyjny. Polityka weszła nam w codzienność.

Jak bardzo?

Pod względem komunikacji polityka zaczęła przypominać jazdę samochodem. Zawodowi kierowcy zwykle nie jeżdżą zbyt szybko, ale pilnują, żeby silnik cały czas pracował na dość wysokich obrotach – po to, żeby w każdej chwili mogli przyspieszyć i móc wykonać konieczny na drodze manewr. Bardzo podobnie zachowują się politycy. Na co dzień nie dążą do skrajnego rozpalania wyobraźni wyborców – ale też pilnują, by polityczne emocje całkiem nie wystygły. Utrzymują ten wyborczy silnik na odpowiednim obrotach – tak, żeby móc szybko wejść na maksymalne obroty w czasie kampanii wyborczej.

I to przyniosło efekt mobilizacyjny.

Tak. Ale też przyniosło ze sobą dwa inne nieznane wcześniej efekty. Pierwszy – bardzo wzmocniło polaryzację. Wcześniej partie po prostu rywalizowały ze sobą. Dziś ze sobą zaciekle walczą, to jest właśnie ten manicheizm naszej polityki, o którym przed chwilą mówiłem. I drugi – sprawiło, że polityka stała się bardziej nieprzewidywalna. Obecnie właściwie do dnia wyborów nie wiemy, kto weźmie w nich udział, jak dużo osób pójdzie zagłosować. Trudno też wyczuć, na kogo padną głosy. Oczywiście, wyborcy zdecydowani w zdecydowanej większości już dzisiaj wiedzą, na kogo zagłosują w październiku przyszłego roku. Ale zawsze jest pewna grupa wyborców, która do ostatniej chwili nie wie, na kogo zagłosuje – i zwykle to ta grupa przesądza o tym, kto ostatecznie wygrywa wybory. Jeszcze 10 lat temu ci ludzie pewnie by w dużej mierze w ogóle nie poszli głosować – ale obecny efekt mobilizacyjny działa na nich na tyle silnie, że głosują. Tylko do końca nikt nie wie, przy jakiej partii postawią swój krzyżyk.

Badanie CBOS, na które się przed chwilą powołałem, pokazuje też wyraźnie, że konsekwentnie rośnie zainteresowanie polityką kobiet. Od mniej więcej 2013 r. coraz częściej angażują się one w politykę. Skąd ta zmiana?

Tę zmianę zapoczątkowała korekta ordynacji wyborczej w 2011 r. Wtedy wprowadzono przepisy mówiące, że kobiety muszą mieć co najmniej 35 proc. miejsc na listach wyborczych. To był moment symbolicznej zmiany, który pociągnął za sobą realne konsekwencje. Zaczęto coraz bardziej dbać o to, żeby wyrównywać zaangażowanie obywateli niezależnie od płci w życiu publicznym.

Jak to wpłynęło na naszą politykę?

Na dwóch poziomach. Na poziomie elit politycznych tej zmiany za bardzo nie widać. Z prostej przyczyny – tam dominują w dużej mierze te same od lat twarze. Ale też widać, jak one się starzeją. Jesteśmy coraz bliżej głębokiej zmiany w tym obszarze. Na to jeszcze nakłada się drugi poziom - zaangażowania w życie polityczne zwykłych obywateli. I tutaj już widać poważną zmianę, choćby w tym szybko rosnącym zaangażowaniu kobiet. Ich wpływ na politykę widać coraz bardziej, z klasycznym już przykładem Strajku Kobiet na czele.

Czy dzięki kobietom nasza polityka staje się lepsza?

Na pewno inna. Pokazują to chociażby badania Polskiego Generalnego Studium Wyborczego. Wynika z nich, że kobiety lepiej odnajdują się w podziale na lewicę i prawicę. One łatwiej potrafią siebie zidentyfikować na tej osi. Dawniej kobiety zwyczajnie nie umiały wskazać, czy mają prawicowe czy lewicowe poglądy. Dziś to robią bez większego problemu. Dużo prościej przychodzi im określenie własnej tożsamości politycznej.

Wracam do badania CBOS. Wynika z niego, że wyraźny wzrost zainteresowania kobiet polityką pojawia się w okolicach 2019 r. Od tamtej pory rośnie. Ma pan pomysł, dlaczego akurat wtedy?

Prawdę mówiąc nie. Może pandemia? W czasie restrykcji covidowych ludzie siedzieli w domu, nudzili się – i może zaczęli bardziej zajmować się polityką. Ale to tylko domysły – równie prawdopodobne jest to, że taka koincydencja jest po prostu przypadkowa. Trzeba też pamiętać, że Prawo i Sprawiedliwość nadało podmiotowość kobietom, podkreślając znaczenie rodziny.
Na pewno starsze panie – badania pokazują, że głosują zwykle na partie prawicowe - mogły poczuć, że mają w tym interes, że zaangażowanie polityczne przynosi im realne efekty. Mówię choćby o programie „500 plus". To był przede wszystkim program godnościowy, ważny dla wyborców prawicy.

W Polsce kobiety chętniej głosują jednak na lewicę, z kolei mężczyźni na prawicę. Skąd ta różnica?

Od 2005 r. polskie społeczeństwo jako całość przesunęło się generalnie na prawo. Fiasko rządów SLD sprawiło, że wyborcy lewicowi przenieśli się do centrum, albo wręcz na prawo.

Głównie do centrum. Dopiero w 2019 r. poglądy prawicowe w Polsce zaczęły wyraźnie dominować.

To też wynik tego, że oferta partii prawicowych stała się bardzo szeroka. Oddzielna sprawa, że ta oferta trafia głównie do mężczyzn.

Właśnie. Dlaczego?

To pokłosie emancypacji. Mężczyźni widzą, że w jej wyniku tracą pozycję społeczną, więc wybierają konserwatywny porządek. Liczą, że w ten sposób wskrzeszą świat, jaki znamy z minionych epok, a nie taki, jaki proponują nowe czasy.

Z kolei kobiety zdecydowanie chętniej wybierają poglądy lewicowe. Pamiętając o korzeniach ruchu emancypacyjnego?

Raczej to efekt tego, że w ocenie kobiet prawica może być utożsamiana z ograniczeniem ich praw i ich podmiotowości. Ja bym to raczej tak potraktował. Proszę pamiętać, że współczesne kobiety są lepiej wykształcone niż mężczyźni, częściej kończą wyższe studia.

A uniwersytety w Polsce są raczej lewicowe niż prawicowe.

Nie sądzę, żeby to było decydujące. Raczej trzeba pamiętać, że kobiety mogą mieć poczucie takich nierówności strukturalnych – i właśnie przekonanie o tym może wpływać na to, jak kobiety się mobilizują politycznie.

W czasie trzech ostatnich ważnych kampanii wyborczych silnie wybrzmiał wątek płciowy. W 2023 r. ówczesna opozycja mocno odwoływała się do kobiet. W 2024 r. w USA Donald Trump mobilizował w swojej kampanii mężczyzn. Ten wariant powtórzył Karol Nawrocki rok później. Tak silne akcenty położone na płeć wyborców to chwilowa moda czy nowy wymiar polityki?

To przede wszystkim pochodna tego, że specjaliści od kampanii za każdym razem szukają sposobu na zmobilizowanie nowych wyborców. Dostrzegli, że ludzie młodzi najrzadziej głosują – i szukają skutecznych metod, by ich zmobilizować. Dostrzegli, że młode kobiety mają inne poglądy niż młodzi mężczyźni – i grają tą kartą. Przygotowując kampanię wyborczą, podchodzi się do tego pragmatycznie. Patrzy się na grupy, które mają potencjał do bycia zmobilizowanymi – i sięga po hasła, które tę mobilizację umożliwią.

eprasa.pl 775b675a4b

Tylko po co tyle energii wkładać w grupę społeczną, która w wyborach waży stosunkowo najmniej. Wiadomo, że najlepszymi wyborcami są emeryci. Dużo łatwiej więc zagrać kartą wieku, podzielić wyborców na starych i młodych. Zmienna płci takiego efektu na pewno nie da.

Oczywiście, emeryci to najlepsza grupa wyborców. Tylko że w tej grupie bardzo trudno coś ugrać. Mówimy o wyborcach, którzy już mają ukształtowane poglądy polityczne. Zdecydowana większość z nich już dzisiaj wie, na kogo zagłosuje za 11 miesięcy. Sztabowcy poszczególnych partii też to wiedzą i traktują te grupy jako swój stały zasób. A jednocześnie szukają sposobów, żeby pozyskać nowych wyborców. Stąd właśnie te odwołania do płci. W ich ocenie to ta brakująca cząstka, która powoduje, że się wygrywa. W jaki sposób przyciągnąć takich niezdecydowanych wyborców? Emocjami. Trochę na tej samej zasadzie jak duże sieci handlowe organizują promocje. One wiedzą, że tego typu emocje mobilizują ludzi. W polityce jest podobnie.

Emerytów zwyczajnie jest więcej. W Polsce nie wygra się wyborów odwołując się jedynie do młodych.

To prawda. Ale teraz rozmawiamy o zmianach, jakie zachodzą wśród wyborców. Pojawianie się nowych pokoleń w spisach wyborców to jeden z czynników ją wprowadzających.

Rozmawiamy o różnicach w wyborach politycznych między kobietami i mężczyznami, o tym, że kobiety dużo chętniej głosują na partie lewicowe. Pan podkreśla, że w przypadku mężczyzn decyduje ich konserwatyzm związany z brakiem akceptacji osiągnięć emancypacji. Ale partie prawicowe w Polsce są też dużo bardziej antysystemowe. Na ile tutaj bierze górę chęć buntu, większa skłonność do ryzyka, odruch odrzucania istniejącego status quo?

Faktem jest, że wybór między lewicą i prawicą jest wyraźnie skorelowany z miejscem zamieszkania czy wykształceniem. Na prawicę częściej głosują osoby gorzej wykształcone i mieszkające w mniejszych miastach czy na wsi. Ważnym czynnikiem jest też stosunek do Kościoła oraz względy ekonomiczne – nieprzypadkowo w pewnym momencie ten podział zaczęto opisywać jako dychotomię między Polską liberalną i Polską solidarną. Był on bowiem także pokłosiem asymetrycznych doświadczeń modernizacji społecznej.



FOT. 123RF

Dr Zaremba: W 2011 r. do ordynacji wyborczej wprowadzono przepisy mówiące, że kobiety muszą mieć co najmniej 35 proc. miejsc na listach wyborczych. To był moment symbolicznej zmiany, który pociągnął za sobą realne konsekwencje

Jak ta asymetria kształtowała podziały w Polsce?

Chodzi o krańcowo różne doświadczenie zmian, jakie w naszym kraju zachodziły w wyniku transformacji ustrojowej. Te zmiany zaszły właściwie we wszystkich wymiarach, miały wpływ na jakość życia, dochody – ale też na struktury rodzin, przecież w pewnym momencie stałym elementem życia w Polsce zaczęła być migracja, która niosła ze sobą redefiniowanie wielu rodzin, zerwanie wcześniejszych więzi. Wiadomo, że na transformacji bardziej zyskali mieszkańcy większych miast, ci z mniejszych czy biedniejszych ośrodków pozostali w tyle. W jej wyniku w Polsce wiele osób doświadczyło zjawiska prekariatu, czyli nie umiało znaleźć stałej pracy.

Prof. Elżbieta Kryńska szacuje, że w 2014 r. w Polsce na umowach śmieciowych pracowała nawet jedna trzecia osób będących wtedy na rynku pracy, ok. 5 mln Polaków.

To w oczywisty sposób przekładało się na codzienne poczucie zagrożenia u wielu osób. Taki stan często wiąże się z samopoczuciem, rozumianym w sposób najbardziej subiektywny. Trudniej na przykład stworzyć szczęśliwy związek, gdy samemu nie ma się poczucia stabilizacji. A na to jeszcze nałożył się cały pakiet modernizacyjny, który przyniosła nam współczesność. W skrócie można go opisać krótkim hasłem: młodzi mężczyźni mają prawicowe poglądy, bo boją się, że ktoś im zabierze V8.

Jak rozumieć ten skrót myślowy?

V8 to symbol oznaczający silnik ośmiocylindrowy – bardzo charakterystyczny, bo mający dużą moc i wydający mocne, niskie brzmienie pracy. Ale teraz Unia Europejska w ramach walki o klimat wprowadza kolejne ograniczenia, m.in. od 2035 r. ma zacząć obowiązywać zakaz sprzedaży samochodów z silnikami napędzanymi benzyną lub dieslem. Wtedy te silniki znikną, podczas gdy wielu młodych chłopaków bardzo wysoko na swojej liście marzeń ma kupienie sobie samochodu z takim silnikiem. Oni cały czas liczą, że to marzenie kiedyś uda im się spełnić – dlatego popierają partie, które tego typu zmiany negują.

Teraz pan mówi, że kobiety łatwiej adaptują się do zmian, a mężczyźni utknęli mentalnie w starym świecie? Czy może sytuacja jest odwrotna: faceci stąpają bardziej twardo po ziemi, a kobiety – w pogoni za zmianami – straciły kontakt z rzeczywistością.

Teraz zaczynamy już bardzo mocno uogólniać, ale pewnych zjawisk nie da się inaczej opisać. Na pewno dużo częściej u młodych mężczyzn występuje poczucie straty związanej z tym, że młode kobiety dużo lepiej odnajdują się we współczesnym, szybko zmieniającym się świecie. Te zmiany rozgrywają się również na najbardziej prywatnej, czy wręcz intymnej płaszczyźnie. Bardzo szybko zmienia się społeczna, rodzinna i ekonomiczna pozycja kobiet. Mężczyźni tracą przewagi, które wcześniej mieli przez całe stulecia. Odruchowo więc odwołują się do partii próbujących konserwować stary porządek. Młode kobiety dziś mogą dużo swobodniej wybierać swoje strategie życiowe, mają dużo większą paletę opcji. I bardzo chętnie z tych nowych możliwości korzystają.

Skoro mówi pan o płaszczyźnie prywatnej. Na końcu te dziewczyny zwykle chcą poznać jakiegoś chłopaka. Tylko gdzie oni dziś mogą się spotkać, skoro łączy ich coraz mniej?

Choćby po rosnącej liczbie rozwodów widać, że dzisiaj coraz trudniej o trwały, długi związek.

Trudno w ogóle o związek. 40 proc. Polaków do 40. roku życia w ogóle nie stworzyło nawet związku – nawet nie rozumianego jako rodzina, ale jako dłuższe chodzenie z jedną osobą.

Tak, to gigantyczna zmiana cywilizacyjna, która teraz zachodzi w świecie zachodnim, także w Polsce. A także przykład tej asymetrii, o której przed chwilą mówiłem.

Kto się w tym lepiej odnajduje?

Wydaje się, że jednak kobiety.

Faceci uważają, że współczesnym dziewczynom zwyczajnie odwaliło – ale za chwilą uderzą głową w sufit i spadną w dół.

Są różne strategie adaptacyjne do zachodzących zmian i nowych warunków, które w wyniku tych zmian się pojawiają. Ale żeby wrócić do tematu naszej rozmowy, czyli polityki. Proszę zauważyć, że kobiety coraz lepiej w niej się odnajdują. Są coraz lepiej wykształcone, bardziej asertywne, z większą świadomością własnych umiejętności. To najbardziej różni młodsze pokolenia kobiet od starszych. Silnie łączy się to z ich decyzjami odnośnie zaangażowania w życie publiczne.

Właściwie przez całą naszą rozmowę opisujemy transformację społeczną, która u nas zachodzi – także w kontekście wyborów dokonywanych przez poszczególne płcie. Ten proces cały czas trwa. Jak długo jeszcze? Kiedy może się ostatecznie ułożyć nowe status quo?

Na pewno nie szybko. Z prostej przyczyn – ciągle pojawiają się nowe zmienne redefiniujące naszą rzeczywistość, choćby sztuczna inteligencja, która na pewno zmieni po raz kolejny nasz świat, choć jeszcze nie wiemy, w jaki sposób. Do tego dochodzi jeszcze jeden, bardzo ważny czynnik: zmiana demograficzna. Bardzo szybko starzejemy się jako społeczeństwo. Liczba Polaków się kurczy. Ten proces na nowo redefiniuje naszą rzeczywistość w najbliższych dekadach – i znów będzie wymagał dostosowania się do nowy realiów, wykazania się zdolnościami adaptacyjnymi. Będzie to miało przełożenie również na ten podział między kobietami i mężczyznami, o którym rozmawialiśmy.

eprasa.pl 775b675a4b

PRZESĄDY

Andrzejkowe wróżby, czyli racjonalni jak Polacy

Niby jesteśmy racjonalni, niby średnio wierzymy w działanie mocy nadprzyrodzonych, ale gdzieś tam z tyłu głowy kołacze nam, że „coś w tym jednak musi być". Andrzejki to dla nas dzisiaj sympatyczny rytuał, który pozwala oderwać się od codzienności, pobawić symboliką przyszłości, a przy okazji pośmiać się i pogadać z przyjaciółmi

Dorota Kowalska

Irena, po pięćdziesiątce: wykształcona, zapracowana, cały czas w biegu. A przy tym, co warto podkreślić, do bólu racjonalna. Z dziewczynami - znajomymi ze studiów, pracy – spotyka się co roku w andrzejki. Taką mają tradycję. Dzisiaj sama nie wie, dlaczego padło właśnie na ten wieczór. Marta, u której się organizują te babskie posiadówki, tak wymyśliła i zostało.

- Wosku nie lejemy, bo to ściema, a potem dużo sprzątania. Butów też już nie układamy, ale z tą wróżbą związana jest pewna historia – tak zaczyna.

Buty, o czym wiedzą wszyscy, którzy wróżą, układa się jeden za drugim w kierunku drzwi wyjściowych. Właścicielka buta, który pierwszy znajdzie się za progiem, najszybciej wyjdzie za mąż. Kiedyś wygrała Iwona. Usiadły potem na kanapie, Iwona miała dziwną minę. Wzięła oddech i przyznała, że w styczniu powie: „tak" swojemu chłopakowi. Żadna z nich o tym nie wiedziała. Popatrzyły na siebie.

- Czyli wróżba się spełniła! To czemu już butów nie układacie? – dopytuję.

- Jakoś tak! – Irena wybucha śmiechem.

Wkładają za to do czapki karteczki z imionami chłopaków, ale też pewnymi cechami charakteru: „introwertyk", „narcyz", „żartowniś", „mruk", co tam im przyjdzie do głowy. Potem losują i już wiadomo, kogo spotkają w najbliższej przyszłości. Piszą też męskie imiona na ogromnym sercu z tektury, a z drugiej strony wbijają w serce szpilki. Te wskazują na Andrzejów, Wojtków, Marków, Adamów – czyli tych, którzy staną niebawem na ich drodze. Rzucają za siebie obierkami z jabłka. Lubią wróżbę ze „Słownikiem mitów i tradycja kultury" Władysława Kopylińskiego.

- Wróżba jest prosta. Zamykasz oczy, otwierasz słownik na określonej stronie i wskazujesz na niej miejsce. Zawsze jest tam jakieś hasło. To swego rodzaju przepowiednia – tłumaczy. Jej kiedyś wyszło, że zostanie premierem.

I najważniejsza z wróżb: filiżanki, a w nich ukryte rzeczy-symbole, coś co może zwiastować rychły ślub, macierzyństwo, podróż, kłopoty w pracy, pieniądze. Spotykają się od kilkunastu lat i z czasem, jak zauważa, zmieniły się ich marzenia. Dzisiaj najbardziej cieszą się z pieniążka ukrytego w filiżance, bo wiadomo, że to zapowiedź przypływu gotówki i z biletu lotniczego, ale któż nie tęskni za podróżą życia?!

- Mamy też sekretarza tych spotkań. Renia prowadzi dokładny dziennik. Zapisuje wszystkie wróżby, potem sprawdzamy, czy się sprawdziły – mówi Irena.

- I? – nie kryję ciekawości.

- Pół na pół – wzrusza ramionami Irena.

Fajne są te ich andrzejkowe spotkania. Wypiją po lampce wina, coś zjedzą, pośmieją się, każda opowie, co u niej. Tak mówiąc szczerze, to jedyny czas w roku, kiedy mogą spokojnie posiedzieć. Każda z dziewczyn pracuje, każda ma masę obowiązków na głowie, mieszkają w różnych dzielnicach Wrocławia, więc umówić wszystkie w jednym miejscu i czasie nie jest łatwo. A tak, wiadomo, andrzejki są zajęte, już 1 stycznia można zamazać ten dzień w kalendarzu na czerwono.

Wyjaśnić niewyjaśnione

Jak wynika z badania SW Research, ponad 63 proc. Polaków deklaruje, że bierze udział w zabawach i tradycyjnych obrzędach związanych z andrzejkami, a 6,4 proc. Polaków twierdzi, że osobiście doświadczyło spełnienia wróżby, 7,3 proc. nie ma co do tego pewności, a 3 proc. zna dobrze kogoś, kto tego doświadczył. Choć w naszym społeczeństwie, w kwestii wiary w „niezrozumiałe" (w tym również we wróżby i przesądy) dominuje postawa racjonalna (63 proc.), charakteryzująca się niewielkim zainteresowaniem zjawiskami nadprzyrodzonymi, to w opozycji do niej, spora część ankietowanych wierzy w działanie „tajnych mocy". Aż 20 proc. Polaków uważa, że wróżby i horoskopy to zjawiska, których nie można racjonalnie wyjaśnić, a w związku z tym w mniejszym lub większym stopniu, jest skłonna przyznać, że „coś jest na rzeczy". Podstawowym źródłem informacji na temat zjawisk nadprzyrodzonych pozostają media. To z filmów i seriali dokumentalnych 36 proc. Polaków czerpie wiedzę o „nieznanym".



FOT. 123RF

Niby nie wierzymy w przesądy, a już zwłaszcza takie, ale kto się nie zaniepokoi, gdy czarny kot przebiegnie mu drogę

Co do samych andrzejek, antropolodzy nie są zgodni, co do źródeł pochodzenia andrzejkowych obrzędów. Jedni uważają, że zwyczaj ma swoje początki w starożytnej Grecji, drudzy wskazują mitologię skandynawską. Źródła historyczne podają, że zwyczaje andrzejkowe znane były w Europie już w okresie średniowiecza. Z zapisków Marcina Bielskiego – historyka i pisarza – wynika, że w Polsce pojawiły się już w 1557 roku. Wówczas chodziło jednak nie o poznanie przyszłości, a o trochę swawoli przed adwentem, w którym katolicy rezygnują z hucznych imprez i innych przyjemności. Historycy uważają, że końcówka listopada miała sprzyjać nie tylko ucztowaniu, ale też wróżeniu. Na polach często leżał już śnieg, zbiory zalegały w stodołach i piwnicach, ludzie więcej czasu spędzali w domach.

Można więc było pomyśleć o przyszłości. Pierwsze wróżby mogły mieć też charakter ogólnopogański, świadczy o tym chociażby magiczny klucz – atrybut Walesa, słowiańskiego boga zaświatów, a przecież przez dziurkę od klucza leje się wosk, ale nawiązań do słowiańskich wierzeń jest więcej. Na początku andrzejki obchodziły tylko panny, a wróżby dotyczyły przede wszystkim spraw miłosnych. Katarzynki obchodzone w nocy z 24 na 25 listopada, w wigilię św. Katarzyny Aleksandryjskiej, zarezerwowane były z kolei dla kawalerów, zwłaszcza tych, którzy marzyli o znalezieniu właściwej partnerki i szybkim ożenku. Dzisiaj andrzejki , to przede wszystkim okazja do spotkań, rozmów i śmiechu.

– Współczesne andrzejki są raczej elementem kultury popularnej niż aktem rzeczywistej wiary w przepowiednie. Większość osób traktuje je jako sympatyczny rytuał, który pozwala oderwać się od codzienności i pobawić symboliką przyszłości – mówił w rozmowie z portalem www.wroclife.pl prof. Tomasz Grzyb, dziekan Wydziału Psychologii Uniwersytetu SWPS we Wrocławiu, który dostrzega jednak w kultywowaniu tego typu tradycji ważny aspekt społeczny. – Nawet jeśli robimy to z przymrużeniem oka, to sama formuła wróżby wciąż w pewnym sensie działa – bo daje pretekst do rozmowy o sprawach ważnych: o relacjach, marzeniach, planach, czasami obawach, jakie mamy. Andrzejkowe wróżby są więc mniej „magiczne", a bardziej „psychologiczne". To scenariusz, który jest pretekstem pozwalającym ludziom wyrazić to, o czym i tak myślą. W tym sensie nie tyle wierzymy w obrzędy, ile korzystamy z nich jako z bezpiecznego, tradycyjnego narzędzia do opowiadania o sobie – dodaje profesor.

Bo praktykowanie – nawet jeśli nie do końca wierzymy w istnienie otaczającej nas sfery magicznej, a tym bardziej w możliwości jej oddziaływania na naszą przyszłość – ma istotny wpływ na sferę psychiczną człowieka.

– Wiara w to, co niewytłumaczalne, pomaga ludziom porządkować doświadczenia, które wywołują lęk, niepewność albo poczucie braku kontroli. To mechanizm radzenia sobie. Jeśli świat wydaje się chaotyczny, łatwiej jest przyjąć, że istnieje jakaś „ukryta logika" czy dodatkowy wymiar rzeczywistości – tłumaczy prof. Tomasz Grzyb.

Badania psychologów potwierdzają, że ludzie do rozumienia świata potrzebują nie tylko suchych, sprawdzonych informacji, ale również narracji, które pomagają zmniejszyć stres, wzmocnić poczucie sensu i dać nam nadzieję w trudniejszych momentach.

- Im bardziej świat staje się skomplikowany, tym większa jest potrzeba prostych odpowiedzi. Wróżki, horoskopy czy jasnowidze dają to, czego brakuje w racjonalnej codzienności: obietnicę porządku i sensu. Ludzie szukają przewidywalności, a nauka – choć skuteczna w rozwiązywaniu wielu problemów – rzadko udziela odpowiedzi natychmiastowych i jednoznacznych – precyzuje dziekan Wydziału Psychologii. – W tej przestrzeni niepewności rozwija się wiara w „pozanaukowe" źródła wiedzy. Warto pamiętać, że to nie zawsze jest naiwność – często to próba radzenia sobie z lękiem, utratą kontroli czy kryzysem życiowym. Dla części osób kontakt z wróżką jest bardziej formą wsparcia emocjonalnego niż faktycznym przekonaniem o nadprzyrodzonych mocach – dodaje.

Bo przecież każdy tego wsparcia szuka.

Przezorny ubezpieczony

Prawda jest taka, że choć nie rozstajemy się ze smartfonem, robimy zakupy przez internet, nie wyobrażamy sobie jazdy autem bez nawigacji satelitarnej, plotkujemy ze znajomymi na Facebooku, to jednak wielu z nas wierzy we wróżby, przesądy i zabobony: na rozbite lustro patrzymy z przerażeniem, a w piątek trzynastego najchętniej w ogóle nie wychodzilibyśmy z domu.

Ewa, 44 lata, księgowa. Nowoczesna, matka trójki dzieci.

- Wstyd się przyznać, ale, jeśli kot przebiegnie mi drogę, już nią nie przejdę, a na widok kominiarza chwytam się za guzik – wybucha śmiechem. I dodaje, że w jej rodzinnym domu, żadnych poważnych spraw nie załatwiało się trzynastego, a kiedy ktoś po wyjściu z domu, musiał do niego wrócić, bo na przykład nie wiedział, czy wyłączył żelazko, na sekundę przysiadał na krześle.

- Wierzono, że rozbite lustro to siedem lat nieszczęścia. Wierzono w sny. Pamiętam na przykład, że kiedy mamie przyśniło się małe dziecko, dwa dni chodziła struta, bo to ponoć nie-

eprasa.pl 775b675a4b

szczęście – opowiada. I żeby było jasne, pochodzi z katolickiej rodziny, co niedziela wszyscy biegali do kościoła, ona z bratem uczęszczała na lekcje religii, co jednak nie przeszkadzało im wierzyć w zabobony.

Wiara w nie wypływa ze stereotypów głęboko zakorzenionych w kulturze i tradycji. Bo też zabobony to najczęściej pozostałości dawnego systemu wierzeń. Ich źródeł zwykle możemy szukać w średniowieczu, a nawet w starożytności.

„Wojna magii z rozumem i rozumu z magią jest stara jak świat. W Polsce, zanim przyszło chrześcijaństwo, istniało wiele różnych religii pogańskich. A w religiach pogańskich istotą jest magiczne rozumienie bóstw, bogów czy bogiń; w związku z tym także nasze polskie, słowiańskie doświadczenie religijne było kiedyś w dużym stopniu szamańskie. Mam tu na myśli różne szamańskie podejścia do religii, które chrześcijańskie myślenie oczyszcza od tysiąca lat, odrzucając to, co było w pogaństwie niewłaściwe i niepotrzebne, czyli magiczne, absurdalne przekonania religijne" – mówił nam w wywiadzie prof. Andrzej Kobyliński, duchowny katolicki, filozof, etyk. I tłumaczył, że nowością, jaką przyniosło chrześcijaństwo, było odczarowanie świata, czyli tak zwana pozytywna sekularyzacja. W religiach pogańskich pełno było złych duchów, mnóstwo bogów; w każdym lesie czy borze mieszkały jakieś duchy, a na wszystkich szczytach gór mieszkali bogowie, słońce też było bogiem. Chrześcijaństwo odczarowało ten świat, pokazując, że fałszem jest to, w co wcześniej wierzono. Przyniosło ze sobą rewolucyjne, nowe rozumienie Bytu Najwyższego, kwestionując i odrzucając wcześniejsze pogańskie, szamańskie podejście do kwestii religijnych. To największa rewolucja w dziejach religii.

Rewolucja, rewolucją, a życie życiem. Jedno z forów internetowych, rzecz o tym, czy wierzyć w zabobony.

Liliana: „Zawsze wierzyłam, że kominiarz przynosi szczęście, że 13 jest szczęśliwą liczbą, że czarny kot wcale nie oznacza pecha tylko coś wręcz przeciwnego (to tak na przekór wszystkim) i o dziwo często się to sprawdza (mogę podać setki przykładów). Pewnie dlatego, że jestem osobą bardzo pozytywnie nastawioną do ludzi i świata, pamiętam jedynie te dobre rzeczy. No, prawie. A tak na poważnie. Gdybyśmy miały wierzyć we wszystkie zabobony, byłybyśmy strasznie nieszczęśliwe, bo na każdym kroku czyha coś, co mogłoby prowadzić do katastrofy. Trzeba by plackiem w łóżku leżeć, bo a nóż...wstanie się lewą nogą..."

Sylwia: „Wiem, że wiara w zabobony to grzech, ale jest naprawdę mnóstwo przykładów, które mogą poświadczyć o prawdziwości zabobonów. Ludzie nie wysysają sobie tego z palca. Gdzieś, kiedyś musiało mieć to początek, musiało się „sprawdzić". Pytam, dlatego, ponieważ mój mąż niedługo wyjeżdża, wróci za 3 miesiące. Także nie będzie go przy narodzinach naszej kochanej córeczki. Przede mną mnóstwo zakupów, które muszę zrobić jeszcze w tym miesiącu (jeżeli chce robić je z nim). Teściowa oczywiście odmawia zakupów na 2 miesiące przed porodem, wierząc, iż jest to najgorsze z możliwych rozwiązań".

Raczej szczęście niż pech

Cóż, ponad połowa Polaków wierzy w przesądy. Na szczęście częstsza jest wiara w zwiastuny powodzenia niż pecha. Nawet ci, którzy nie wierzą w zabobony, praktykują niektóre z nich. Najpopularniejsze jest trzymanie kciuków - wynika z sondażu CBOS. Ponad połowa respondentów (54 proc.) wierzy w przynajmniej jeden z 10 przesądów, o które pytali ankieterzy. Wiarę w co najmniej pięć zadeklarowało 17 proc., 13 proc. - wierzy w trzy lub cztery przesądy, a blisko co czwarty - 24 proc. przynajmniej w jeden lub dwa. Tylko 14 proc. ogółu badanych nie ulega żadnej z przesądnych praktyk, o które pytało CBOS.

Nieco częstsza jest wiara w przesądy zwiastujące powodzenie - 44 proc., niż te, które uchodzą za zły omen - 40 proc. badanych. Najpopularniejsze jest trzymanie kciuków. W to, że taki gest może przynieść powodzenie, wierzy blisko jedna trzecia - 29 proc. badanych, ale od czasu do czasu stosuje go blisko trzy czwarte - 72 proc. badanych. Blisko trzech na pięciu - 57 proc. respondentów odpukuje w niemalowane drewno, a ponad połowa - 53 proc. przyznaje, że zdarza im się chuchać na znalezioną monetę. Co czwarty respondent żywi wiarę, że szczęście może przynieść kominiarz, widząc go blisko połowa - 49 proc. łapie się za guzik.

Co piąty dorosły Polak za zwiastun szczęścia uznaje znalezienie czterolistnej koniczyny. Niewielu respondentów mniej (18 proc.) wierzy w szczęśliwą moc talizmanów, a za zapowiedź niepowodzenia uznaje podanie ręki przez próg. Zarazem co trzeci (34 proc.) zwraca uwagę, by się przez próg nie przywitać.

Jedna szósta (16 proc.) wierzy w negatywną moc trzynastki, podczas gdy co dziewiąty badany (11 proc.) wierzy, że siódemka przynosi szczęście. Tyle samo za zły znak uważa wstanie złóżka lewą nogą. Najczęstsze omeny wróżące niepowodzenie, w które wierzą ankietowani, to stłuczenie lustra (25 proc.) i czarny kot przebiegający drogę (22 proc.).

Najbardziej przesądni są renciści, bezrobotni, robotnicy niewykwalifikowani, pracownicy usług i gospodynie domowe, osoby w wieku 45-54 lat. Pod względem miejsca zamieszkania najbardziej przesądni są respondenci z miast liczących 100-500 tys. mieszkańców. Wierze w przesądy sprzyja też udział w praktykach religijnych. W magiczną siłę przedmiotów lub zachowań częściej wierzą kobiety niż mężczyźni. Wiara w przesądy maleje wraz ze wzrostem wykształcenia oraz wysokością dochodów.

Pośmiać się i pogadać

Wojtek, 28-latek, informatyk, traktuje andrzejki przede wszystkim jako okazję do spotkań ze znajomymi. Razem ze swoją dziewczyną, Martą, organizują je najczęściej u siebie. Przychodzi Julka, Tomek, Sylwia z Maćkiem, Marzena w Markiem, Adam z Dorotą, czasami przyprowadzą ze sobą jeszcze kogoś. Leją wosk - tak dla śmiechu, jak mówi - rzucają monetą do miski z wodą i obierkami z jabłka.

- To bardziej zabawa, dodatek do spotkania, bo przecież na co dzień sobie nie wróżymy. Chyba żadne z nas w te wróżby nie wierzy, ale śmiechu jest co niemiara – mówi.

I dodaje, że andrzejki to taki pretekst. Chodzi o to, żeby się spotkać, pośmiać, pogadać. Nie muszą się wcześniej umawiać, dogadywać, bo wiadomo, że andrzejki są zarezerwowane. Każdy z nich ma swoje życie: pracę i wszystko to, co poza nią. Ciężko im się skrzyknąć. Więc celebrują ten wieczór od lat.

MATERIAŁ INFORMACYJNY PGE

0011617188

Młoda Polska inspiruje młode pokolenie. Rusza piąta edycja konkursu Fundacji PGE

Jak dziś patrzą na sztukę dzieci, które dorastają w świecie cyfrowych obrazów i sztucznej inteligencji? Fundacja PGE zachęca je do odkrywania własnej kreatywności i twórczego dialogu z polskim dziedzictwem artystycznym. Rusza jubileuszowa, piąta edycja ogólnopolskiego konkursu „Spotkania ze sztuką", tym razem organizowana pod hasłem „Młoda Polska inspiruje młodą Polskę". Na młodych uczestników czeka spotkanie z twórczością artystów przełomu XIX i XX wieku, a na laureatów wyjątkowa nagroda – wycieczka do jednego z siedmiu Muzeów Narodowych w Polsce.



Młoda Polska idealna dla młodych

Młoda Polska to epoka, która do dziś fascynuje bogactwem artystycznych poszukiwań. Symbolizm, secesja, odważne zestawienia kolorów i emocje zamknięte w obrazach tworzą niezwykły świat, do którego Fundacja PGE zaprasza młodych twórców. Inspiracją dla uczestników konkursu będą dzieła takich artystek i artystów jak Olga Boznańska, Jacek Malczewski, Józef Mehoffer, Stanisław Wyspiański, Leon Wyczółkowski czy Władysław Podkowiński.

Celem inicjatywy jest nie tylko przybliżenie dzieciom ważnego okresu w historii polskiej sztuki, lecz także zachęcenie ich do samodzielnego interpretowania dzieł i poszukiwania własnego języka artystycznego. Jak podkreśla Ewelina Jurasz, Prezeska Zarządu Fundacji PGE: *W jubileuszowej edycji konkursu „Spotkania ze sztuką" chcemy pokazać młodym ludziom, że sztuka sprzed ponad stu lat nadal zachęca do twórczych poszukiwań. Artyści Młodej Polski odważnie wyrażali emocje i własne spojrzenie na świat. Właśnie takiej odwagi i autentyczności szukamy dziś w pracach uczestników naszego konkursu „Spotkania ze sztuką".*

Twórczość, której nie zastąpią algorytmy

W czasach, gdy sztuczna inteligencja coraz częściej uczestniczy w tworzeniu obrazów, szczególnego znaczenia nabierają dziecięca wyobraźnia, kreatywność i indywidualne spojrzenie na otaczający świat. Dlatego Fundacja PGE stawia na własnoręczne wykonanie prac, samodzielną interpretację dzieł i rozwijanie artystycznych pasji.

Zainteresowanie poprzednią edycją konkursu pokazało, że taka forma kontaktu ze sztuką spotyka się z dużym odzewem. Do Fundacji PGE wpłynęły 3452 prace z całej Polski, a blisko 6500 uczniów uczestniczyło w wycieczkach do muzeów i lekcjach muzealnych. Jubileuszowa odsłona inicjatywy ma szansę przyciągnąć jeszcze więcej młodych talentów.

Kto może wziąć udział w konkursie?

„Spotkania ze sztuką" skierowane są do uczniów klas I–VIII szkół podstawowych z miejscowości liczących poniżej 50 tys. mieszkańców. Zadaniem uczestników będzie przygotowanie własnej interpretacji wybranego dzieła artysty z okresu Młodej Polski. Praca powinna mieć format A2, a jej autorzy mogą wykorzystać dowolną technikę plastyczną.

Każda klasa może zgłosić od jednej do trzech prac wyłonionych wcześniej podczas szkolnych eliminacji. Takie rozwiązanie ma odpowiadać na potrzeby szkół i zwiększać dostępność konkursu dla młodych miłośników sztuki.

Zgłoszenia przyjmowane są do 16 grudnia 2026 roku. Lista laureatów zostanie opublikowana 15 stycznia 2027 roku. Od marca zwycięskie klasy będą uczestniczyć w wycieczkach do muzeów i lekcjach edukacyjnych, które potrwają do 4 czerwca 2027 roku. Uroczyste podsumowanie piątej edycji zaplanowano na 17 czerwca 2027 roku.

Nagroda, która pozwala spotkać się ze sztuką

Na laureatów czeka coś więcej niż wyróżnienie za artystyczny talent. Zwycięzcy pojadą wraz z całą klasą i opiekunami do jednego z siedmiu Muzeów Narodowych: w Warszawie, Krakowie, Lublinie, Kielcach, Gdańsku, Szczecinie lub Wrocławiu. Wizyta będzie połączona z lekcją muzealną, dzięki której uczniowie będą mogli poznawać sztukę bezpośrednio w przestrzeni muzeum. Dodatkowo każdy laureat otrzyma bon o wartości 300 zł, a opiekun nagrodzonej klasy – bon o wartości 200 zł.

Piąta edycja „Spotkań ze sztuką" to okazja, by spojrzeć na dzieła sprzed ponad stu lat z nowej perspektywy, rozbudzić ciekawość i przekonać się, że historia sztuki może być inspiracją do własnych twórczych poszukiwań.

Szczegółowe informacje, regulamin oraz formularz zgłoszeniowy dostępne są na stronie: **https://spotkaniazesztuka.pl/.**

eprasa.pl 775b675a4b

MEDIA PRZECIW DEZINFORMACJI

Chory człowiek szuka ratunku, internet obiecuje cud. Prof. Raciborski o medycznej dezinformacji

W internecie znajdziemy prostą receptę na złożone problemy. Ktoś zapewnia, że jego produkt rozwiąże wszystkie nasze kłopoty; mówi przejrzyście, znanym nam językiem, daje gwarancję sukcesu. Nieufność powinna już wzbudzić gwarancja skuteczności – mówi prof. Filip Raciborski z Warszawskiego Uniwersytetu Medycznego



Anita Czupryn

Dlaczego pacjenci bardziej ufają komuś z internetu niż lekarzowi? Szukają tego, czego zabrakło im w gabinecie?

Mówimy o szerokim problemie, jakim wydaje się komunikacja między pacjentem i lekarzem, oraz lekarzem i pacjentem, bo należy ten problem analizować w obu kierunkach. Lekarz oferuje nam diagnozę, konsultację i leczenie czy też zalecenia, natomiast w większości przypadków czas na pojedynczą wizytę jest bardzo ograniczony. Trzeba pamiętać, że lekarz często nie ma tyle czasu, ile byśmy chcieli. Dodatkowo musi jeszcze wypełnić dokumentację związaną z naszą wizytą. To nie są idealne warunki do rozmowy na temat naszego zdrowia, szczególnie gdy mamy mówić o naszych wątpliwościach czy obawach. Druga rzecz to język. Zarówno lekarz, jak i dokumenty, które otrzymujemy w ramach systemu ochrony zdrowia, posługują się językiem fachowym. I ten język taki ma być, gdyż mamy do czynienia z dokumentacją medyczną. A dla pacjenta często jest to język nie w pełni zrozumiały. Z kolei, jeżeli lekarz przepisze nam lek i zajrzymy do ulotki dla pacjenta, znajdziemy w niej szereg ograniczeń i możliwych działań niepożądanych. Ich wymienienie wynika z obowiązujących przepisów dopuszczania leków do obrotu. Natomiast pacjenta może to przerażać, gdyż jest to fachowe, skomplikowane i mało zrozumiałe, a dodatkowo jest tam wprost napisane o grożących nam ryzykach, z których część może być bardzo poważna.

W internecie znajdziemy prostsze wytłumaczenie?

W internecie znajdziemy prostą receptę na złożone problemy. Ktoś zapewnia, że jego produkt rozwiąże wszystkie nasze kłopoty; mówi przejrzyście, znanym nam językiem, daje gwarancję sukcesu. Obiecuje poprawę, powołuje się na dziesiątki zadowolonych osób. Czasem opowiada, że sprawdził dany produkt na sobie. To jest bardziej przystępne niż dowody naukowe oparte na badaniach klinicznych i analizach statystycznych. Osoba, u której pojawił się jakiś problem zdrowotny, często odczuwa niepokój czy nawet lęk. Chciałaby, żeby jej problem dał się łatwo rozwiązać, najlepiej bez konieczności długotrwałego leczenia i czasochłonnej zmiany nawyków. Tym bardziej, że leczenie też wiąże się z dodatkowymi ryzykami, w tym potencjalnymi działaniami niepożądanymi. Jeżeli zestawimy te dwie sytuacje, to nietrudno zrozumieć, dlaczego ulegamy obietnicom prostych rozwiązań, które są nam oferowane w atrakcyjnej postaci. Zadaniem lekarza nie jest jednak sprzedaż czegoś ani składanie takich obietnic, tylko leczenie pacjenta zgodnie z aktualnym stanem wiedzy medycznej, mając jednocześnie świadomość istniejących ograniczeń.

Które fałszywe informacje o zdrowiu najbardziej pana dziś niepokoją?

Patrząc na skalę zjawiska i długofalowy wpływ, po pierwsze wskażę na szczepienia. Przez ostatnie kilkanaście lat obserwowaliśmy spadek odsetka dzieci szczepionych zgodnie z tzw. kalendarzem szczepień. Trzeba przy tym zaznaczyć, że po wyraźnym spadku w okresie pandemii część wskaźników zaczęła powoli się podnosić. Natomiast porównanie z danymi sprzed kilkunastu lat pokazuje wyraźne różnice i są one niekorzystne z perspektywy naszego bezpieczeństwa. Przed naszą rozmową zajrzałem do danych GUS. Weźmy szczepienie przeciw odrze, śwince i różyczce – MMR, które często jest wymieniane w kontekście dezinformacji i medycznych fake newsów. W 2010 roku odsetek dzieci zaszczepionych w trzecim roku życia tą szczepionką wynosił 98,2 procent, a w 2024 roku było to 91,7 procent. Może komuś wyda się, że to dalej bardzo dużo i nie ma się czym przejmować, ale dla odry próg odporności populacyjnej wynosi aż 95 procent. Zejście poniżej tego progu oznacza długofalowo, że choroba może się znacznie łatwiej rozprzestrzeniać w społeczeństwie, stanowiąc poważne zagrożenie zdrowia naszego i naszych najbliższych. Tymczasem szczepienia są inwestycją w profilaktykę, zabezpieczeniem przed chorobą. Ważne jest też, żeby realizować je zgodnie z zaleceniami. W niektórych przypadkach późniejsze szczepienie może przynieść mniejsze korzyści, chociaż i tak warto się zaszczepić. Tak jest na przykład w przypadku HPV, gdzie szczepionka jest najbardziej efektywna, gdy podana została przed kontaktem z wirusem. Niepokoi mnie również wynik raportu „Dezinformacja oczami Polaków" z 2026 roku: aż 20 procent badanych zgadza się z tezą, że dieta i zioła mogą całkowicie zastąpić leczenie onkologiczne. Z jednej strony jest to przerażające, kiedy myślimy o potencjalnych konsekwencjach takiego podejścia. Z drugiej strony, patrząc na to, jak wygląda dziś przestrzeń internetu i z jakimi informacjami spotykamy się w mediach społecznościowych, te dane niestety nie są zaskoczeniem.

Algorytmy podsuwają mi reklamy cudownego preparatu, który ma usunąć przyczynę przewlekłej choroby, na którą choruję. Jest zdjęcie naukowczyni, historie wyzdrowień, komentarze pełne zachwytu. Jak sprawdzić, co w tym jest prawdą?

Każdą taką informację możemy poddać weryfikacji. Pytanie, czy mamy na to czas. Są portale factcheckingowe, które biorą na warsztat popularne przekazy i rozkładają je na czynniki pierwsze. Pokazują źródła, wyjaśniają, skąd pochodzą wykorzystane materiały, jak zostały przerobione i na czym polega manipulacja. W podanym przez panią przykładzie mamy ofertę sprzedaży produktu. Mówimy więc o reklamie i manipulacji mającej skłonić nas do zakupu. Nieufność powinna wzbudzić gwarancja skuteczności. W ulotkach leków dopuszczonych do obrotu mamy informacje o wskazaniu i możliwych działaniach niepożądanych. Nikt nie obiecuje, że lek będzie w stu procentach skuteczny u każdego. To niemożliwe, ponieważ na jego skuteczność wpływa szereg czynników. W takich internetowych opowieściach pojawia się też przekaz, że lekarze leczą wyłącznie objawy, a nie przyczyny chorób.

Albo, że coś przed nami ukrywają.

To kolejna technika wpływu, powiązana z teoriami spiskowymi. Przekonuje się nas, że komuś nie zależy na naszym wyleczeniu, tylko na tym, żeby leczyć nas przez wiele lat i na nas zarabiać. Ktoś inny ma rzekomo recepturę, którą wszyscy próbują mu odebrać albo ukryć, grożą mu pozwami, a on z dobroci serca i po kosztach oferuje nam terapię. Teorie spiskowe niestety bardzo dobrze się trzymają. Jest ich dużo, mają duże zasięgi i szybko się rozchodzą. Połączenie ich z ofertą takiego produktu daje niebezpieczną mieszankę. Zwróćmy więc uwagę, czy podano informacje o możliwych działaniach niepożądanych i przeciwwskazaniach: komu nie należy tego produktu podawać. Jeżeli nie ma żadnych takich informacji, a porównamy reklamę z ulotką leku, natychmiast zobaczymy różnicę.

A jeśli kontrowersyjną metodę poleca prawdziwy lekarz? Mówi, żeby odstawić metforminę, leki na cholesterol czy nadciśnienie, bo wszystko załatwi dieta. Jak pacjent ma ocenić taką poradę, skoro dyplom i tytuł naukowy też mogą nie rozstrzygać sprawy?

Także w środowisku naukowym i medycznym są osoby rozpowszechniające nieprawdziwe informacje. Najpierw trzeba jednak ustalić, czy rzeczywiście to dana osoba się wypowiada. Osobnym problemem są deepfejki, czyli cyfrowo stworzone podobizny znanych profesorów medycyny, wykorzystywane do rozpowszechniania fałszywych tez. Zdarza się, że prawdziwy lekarz prezentuje poglądy nieoparte na dowodach naukowych. Czasami wypowiada się poza zakresem swojej specjalizacji. Można sprawdzić w Centralnym Rejestrze Lekarzy, jaką specjalizację ma ta osoba. To może być sygnał, że coś jest nie tak. Izby lekarskie podejmują działania w takich sprawach, jednak ich skuteczność jest na razie ograniczona.

Często też słyszymy od różnych „internetowych guru medycyny", że „są na to badania".

Może pojawić się odwołanie do prawdziwej publikacji naukowej, tyle że wnioski są fałszywe. To technika doskonale znana w dezinformacji, tak zwane cherry picking. Wybiera się fragment prawdziwej informacji, ale pomija kontekst, pozostałe dane i szczegóły. Na świecie są miliony badań i publikacji, które nie mają jednakowej jakości. Czasami wyniki są obciążone ograniczeniami metodologicznymi. Autorzy wprost o tym piszą: z jakichś powodów trzeba podchodzić do wyników ostrożnie albo powtórzyć badania w innych warunkach. W dobrych publikacjach omawia się takie wątpliwości, porównuje wyniki z ustaleniami innych badaczy, wskazuje możliwe źródła rozbieżności. Jeśli ktoś wybiera jedno kontrowersyjne zdanie, a pomija kolejne, w których autor wyjaśnia te kwestie, mamy do czynienia z manipulacją. Coraz częściej zamiast zmyślonych wyników przedstawia się pojedyncze dane z istniejących publikacji. Odbiorcę można w ten sposób wprowadzić w błąd, podając mu nawet odnośnik do pracy opublikowanej w dobrym czasopiśmie.

Co odróżnia takie wybieranie wyników od korzystania z wiedzy naukowej?

My tę wiedzę agregujemy. Jak wspomniałem, badania mają różną jakość i podlegają dalszej ocenie. Tworzymy metaanalizy i przeglądy systematyczne, zestawiając wyniki wielu publikacji i dopiero na tej podstawie budujemy wiarygodną wiedzę naukową. Wyciąganie pojedynczych liczb może prowadzić do zupełnie innego obrazu. Co więcej, nawet gdy od-

eprasa.pl 775b675a4b

biorca zechce sprawdzić źródło, trafi na artykuł napisany fachowym językiem medycznym, najczęściej po angielsku. To duża bariera. Kto z nas ma czas na szczegółową analizę takiego materiału? Nasz pośpiech i to, że zajmujemy się wieloma innymi sprawami, sprawia, że jesteśmy podatni na dezinformację.

Od lat bada pan stosunek obywateli do szczepień. Co pana w tych badaniach najbardziej zaskoczyło?

Współrealizowaliśmy wspólnie z CMKP, SWPS i ALK duży projekt MedFake, dotyczący budowania zaufania do szczepień. Był on finansowany przez NCBR, ale zamawiany przez Ministerstwo Zdrowia. Badaliśmy między innymi osoby w wieku 15-39 lat. Niezwykle ciekawe było dla mnie to, że osób o ugruntowanych poglądach, czy to proszczepiennych, czy antyszczepionkowych, było stosunkowo niewiele. Blisko dwie trzecie badanych przez nas osób miało swoje zdanie na temat szczepień, ale nie było ono mocno utrwalone. Te osoby mogą zmieniać stanowisko, w zależności od tego, co dzieje się w debacie publicznej. Jeżeli media opiszą sytuację, w której brak szczepienia doprowadził do poważnych powikłań czy śmierci dziecka, następuje przesunięcie w stronę postaw proszczepiennych. Jeśli natomiast zainteresują się niepożądanym odczynem poszczepiennym i nadadzą pojedynczemu przypadkowi rangę niewspółmierną do rzeczywistego zagrożenia, obserwujemy przesunięcie w przeciwnym kierunku. To sytuacja dynamiczna. Przekazy w mediach, także społecznościowych, mają silny wpływ na postawy.

Ale niektóre fałszywe przekonania okazują się jednak wyjątkowo trwałe. Jak to o związku szczepienia z autyzmem.

To właśnie jest zaskakujące. Fałszywa informacja o związku szczepienia MMR, czyli przeciw odrze, śwince i różyczce, z rozwojem autyzmu była wielokrotnie dementowana. Publikację, która rzeczywiście się ukazała w topowym czasopiśmie medycznym, wycofano po wnikliwej analizie. Wykazano poważne błędy metodologiczne i nadużycia, a jej tezy zostały obalone. Wycofanie nastąpiło dopiero w 2010 roku, wiele lat po jej publikacji. Mimo upływu wielu lat i jednoznacznych wypowiedzi ekspertów, te twierdzenia nadal są powielane. We wspomnianym raporcie „Dezinformacja oczami Polaków" z 2026 roku 28 procent badanych zgadza się z tezą, że szczepionki są główną przyczyną różnych chorób, na przykład autyzmu u dzieci czy nowotworów. To ponad jedna czwarta badanych. Mimo zgodnego głosu ekspertów, działań promujących szczepienia i pracy instytucji zdrowia publicznego takie przekonania pozostają utrwalone. Problem ma charakter globalny; w różnej skali borykają się z nimi również kraje zachodnie.

Od czego lekarz powinien zacząć rozmowę, jeśli rodzic mówi: „Boję się zaszczepić dziecko"?

Od uważnego wysłuchania, czego się dokładnie boi i na czym opiera swoje obawy. W ramach projektu jeździliśmy po Polsce i rozmawialiśmy z lekarzami i pielęgniarkami pracującymi w punktach szczepień, do których pacjenci zgłaszają takie wątpliwości. Przygotowaliśmy na tej podstawie rekomendacje. Jeżeli od razu zakwestionujemy obawy rodzica, powiemy, że nie mają sensu, bo dane naukowe pokazują coś innego, a nie wysłuchamy, o co mu chodzi, możemy zamknąć drogę do porozumienia. Bywało, że po dobrze przeprowadzonej rozmowie może nie udawało się wykonać szczepienia na pierwszej wizycie, ale dzięki kolejnym rozmowom było to możliwe przy drugim czy trzecim podejściu. Trzeba zrozumieć ludzkie lęki i rozmawiać prostym językiem. Jeżeli zaczynamy od terminologii medycznej i samych danych statystycznych, trudno o porozumienie. Tymi osobami często kieruje troska o dziecko.



FOT. 123RF

Prof. Filip Raciborski: Coraz częściej zamiast zmyślonych wyników przedstawia się pojedyncze dane z istniejących publikacji. Odbiorcę można w ten sposób wprowadzić w błąd, podając mu nawet odnośnik do pracy opublikowanej w dobrym czasopiśmie

Rodzic, który odmawia szczepienia, może uważać, że właśnie w ten sposób chroni dziecko?

Nasi koledzy z Akademii Leona Koźmińskiego badali środowiska antyszczepionkowe. Jeden z ważniejszych wniosków, które nam przedstawili, był taki, że unikanie szczepienia jest przez te osoby postrzegane jako forma dbania o zdrowie dziecka. Uważają, że szczepienie jest na tyle niebezpieczne, iż bezpieczniej go uniknąć. Jeżeli nie zrozumiemy tej perspektywy, trudno będzie rozmawiać. Nie łudźmy się też, że przekonania utrzymywane przez lata zmienimy podczas pierwszego spotkania. Z rozmów z personelem medycznym wynikało, jak ważne jest, żeby rodzic poczuł się potraktowany poważnie, bez stygmatyzowania: „O, przyszedł antyszczepionkowiec". To człowiek, który ma swoje obawy i z którym można o nich porozmawiać. Jeśli nie uda się go przekonać za pierwszym razem, nie należy robić tego na siłę. Trzeba zostawić przestrzeń na kolejne spotkanie, kolejną rozmowę. Czasem właśnie w ten sposób udaje się te osoby przekonać.

Dzieci w szkole uczą się np. segregowania odpadów, wracają do domu i uczą rodziców. Czy podobnie mogłyby uczyć się rozpoznawania dezinformacji?

Wyszliśmy dokładnie z tego założenia. Nasi koledzy z Uniwersytetu SWPS opowiedzieli nam o „szczepionce przeciwko dezinformacji". To przenośnia. Chodzi o naukę krytycznego myślenia i pewnej nieufności wobec docierających do nas informacji. To, że ktoś nam coś przekazał, nie oznacza, że to automatycznie jest prawda. Badania pokazują, że ćwiczenie rozpoznawania prób manipulacji zwiększa naszą odporność. Wspólnie z pedagogami ze szkół podstawowych stworzyliśmy scenariusze lekcji dla klas I–III oraz dla starszych uczniów. Dla tych drugich – na historię i biologię. Pokazywaliśmy, jak w czasie dawnych epidemii rozpowszechniały się nieprawdziwe informacje i jakie stosowano metody leczenia. Dziś niektóre z nich wydają nam się kuriozalne, ale w dobie lęku i braku dostępu do wiedzy medycznej ludzie się tym kierowali. Przykładem może być leczenie dżumy poprzez przykładanie do obrzękniętych węzłów chłonnych np. gołębi, które miały zabierać chorobę od chorego. Dla dzieci są to ciekawe, zaskakujące historie, które pozwalają pokazać mechanizm: kiedy się boimy i nie znamy przyczyny problemu, sięgamy po niesprawdzone rozwiązania. A one mogą nie tylko być nieskuteczne, lecz także niebezpieczne.

Jak rozmawiać o tym z najmłodszymi, żeby nie był to kolejny niezrozumiały wykład?

Przygotowaliśmy komiksy. Dla klas I–III wykorzystaliśmy bajkę o Jasiu i Małgosi, pokazując, że to, co łatwe, miłe i przyjemne, nie zawsze jest dla nas zdrowe. Do starszych dzieci zwracaliśmy się już wprost z tematem dezinformacji. Stworzyliśmy postać superbohatera, Wigora Swady, który walczy z fałszywymi tezami. Szukaliśmy atrakcyjnego dla nich języka. Uważam, że w szkole powinniśmy jak najwcześniej zacząć o tym rozmawiać. Przygotowywać dzieci na kontakt z fałszywymi informacjami, uczyć krytycznego myślenia, ale też tego, żeby nie przekazywały dalej wszystkiego, co do nich trafia. Dezinformacja szerzy się przez nas, bo to my ją zazwyczaj rozpowszechniamy. Bez weryfikacji, oceny czy choćby zastanowienia, czy coś jest prawdą. Można o tym mówić ciekawie, dostosowując język do wieku odbiorców: w szkole podstawowej, średniej, a później na uniwersytetach. Tak kształtujemy bardziej świadome społeczeństwo.

Jeśli chodzi o internet, to wręcz zalewa nas fala fałszywych informacji. Sama edukacja wystarczy?

Problem niewątpliwie jest bardzo poważny. Biorąc pod uwagę obecną politykę mediów społecznościowych i wielkich firm technologicznych, niewiele wskazuje na to, żeby w najbliższych latach nastąpiła radykalna poprawa jakości i weryfikacji informacji. Trochę jesteśmy pozostawieni sami sobie. Dlatego tak ważne jest wyrobienie umiejętności krytycznego myślenia: zatrzymania się i zastanowienia, czy to, co czytamy, ta reklama albo cudowny sposób na nasze dolegliwości, w ogóle ma szansę być prawdziwe i sprawdzone. Dlatego też stworzyliśmy poradniki dla rodziców, dla osób dorosłych. Zwykle poradniki zachęcające do szczepień wyjaśniają, że szczepienia są bezpieczne, i rozprawiają się z mitami. My poszliśmy w inną stronę. Pokazaliśmy, jak wyglądał świat, w którym nie było szczepień, i jakie ryzyko wiązało się z chorobami, przed którymi one chronią. Często gloryfikujemy to, co naturalne, uznając, że jest zdrowe. Nie zawsze to prawda. Niektóre rośliny są trujące i nikomu nie będziemy polecać ich spożywania tylko dlatego, że są naturalne. Podobnie zapominamy o zagrożeniach związanych z nabywaniem odporności przez przechorowanie. Nikt nie mówi o potencjalnych ryzykach i powikłaniach. Korzystamy z ochrony, którą dają szczepienia, także z odporności populacyjnej. Przez lata odsetek zaszczepionych był wysoki, a uchylanie się od szczepień znacznie rzadsze. O samych chorobach niewiele rozmawiamy. Pozostają nazwy, które czasem sprawdzamy w wyszukiwarce. Co jakiś czas pojawiają się ogniska zachorowań. Tak było z odrą pod Warszawą w 2018 roku, czy w 2024 roku, pojawił się też krztusiec. Okazuje się, że to, co przestało być dla nas problemem, może powrócić. O tym przypominamy w poradniku.

Wróćmy do pacjenta przed ekranem komputera czy telefonu. Trafia na poradę zdrowotną. Zanim w nią uwierzy, zanim udostępni bliskim albo kupi polecany preparat, to co powinien zrobić najpierw?

Zacząłbym od zdrowego rozsądku. Jeżeli ktoś oferuje produkt, który ma gwarantowaną skuteczność i rozwiązuje wszystkie nasze problemy, zastanówmy się przez chwilę, czy to w ogóle realne. Czy ma szansę być prawdą? Już taka wstępna ocena może pokazać, że prawdopodobnie mamy do czynienia z oszustwem albo manipulacją. Poszukajmy w internecie informacji: kto jest producentem, jaki jest skład produktu, czy został zarejestrowany i przez kogo. Sprawdźmy, czy jest szeroko dostępny. Ograniczona dostępność może być kolejnym sygnałem wymagającym uwagi. Przyjrzyjmy się opiniom. Jeżeli są wyłącznie zachwyty zadowolonych osób, a brakuje odniesień do wyników badań, i to nie tylko jednego badania, to mamy powód do wątpliwości. Podobnie, jeśli produkt przedstawiany jako lek, nie ma informacji o wskazaniach czy możliwych działaniach niepożądanych. Spotykamy produkty, które podszywają się pod leki, nawet ich nazwy bywają podobne. Jeśli dodatkowo pojawia się opowieść, że lekarze nie chcą o nich mówić, ktoś zastrasza producenta albo istnieje zmowa, która ma nie dopuścić preparatu na rynek, to kolejny sygnał oszustwa lub dezinformacji.

eprasa.pl 775b675a4b

P-TEC 2026

Energetyczne wyzwanie przed Polską. Małe reaktory jądrowe mogą wypełnić lukę po węglu

W połowie lat 30. Polsce może zabraknąć 12 GW mocy w systemie energetycznym. Jeśli nie znajdziemy sposobu na „lukę energetyczną", to w kolejnych latach problem będzie się pogłębiał. Jednym z rozwiązań mają być małe reaktory modułowe SMR, które pozwolą produkować stabilną energię elektryczną w różnych regionach kraju. – Potrzebujemy budowy floty reaktorów, a nie pojedynczych jednostek – przekonuje Rafał Kasprów, prezes ORLEN Synthos Green Energy



FOT. MAT. PRAS.

Rafał Kasprów: W najbliższych latach będziemy mieli do czynienia ze wzmożoną elektryfikacją, przechodzeniem ciepłownictwa na energię elektryczną

Wyczerpuje się węgiel i zużywają elektrownie

Wyłączanie bloków węglowych może doprowadzić do powstania gigantycznej luki w dostawach energii. Szczególnie dotkliwe będą niedobory mocy w tzw. podstawie systemu (baseload), czyli energii potrzebnej przez całą dobę, niezależnie od warunków pogodowych.

Jak ocenia Rafał Kasprów, prezes ORLEN Synthos Green Energy (OSGE), już w połowie lat 30. luka może przekroczyć 12 GW, a kilka lat później nawet 20 GW.

– Sytuacja energetyczna Polski jest trudna. W mojej ocenie nie jesteśmy do końca przygotowani na skalę tego zjawiska. Tym bardziej że w najbliższych latach będziemy mieli do czynienia ze wzmożoną elektryfikacją, przechodzeniem ciepłownictwa na energię elektryczną, rozwojem samochodów elektrycznych i centrów danych. Wszystko to spowoduje dodatkowy wzrost zapotrzebowania na energię.

Same odnawialne źródła energii nie rozwiązują problemu, ponieważ ich produkcja zależy od warunków atmosferycznych.

SMR-y są odpowiedzią na braki energii

OSGE planuje budowę floty małych reaktorów modułowych, czyli SMR (Small Modular Reactors) na podstawie technologii BWRX-300 amerykańsko-japońskiego koncernu GE Hitachi.

– Od początku mówimy, że sens ma tylko budowa SMR-ów w kilku lokalizacjach. Realizacja jednego SMR-a niewiele zmieni w obrazie energetycznym Polski. To około 300 MW, więc taka jednostka nie wpłynie znacząco na bilans i miks energetyczny, a także nie ma większego uzasadnienia z ekonomicznego punktu widzenia – wyjaśnia prezes ORLEN Synthos Green Energy (OSGE). – Budowa floty pozwala uzyskać lepszy rachunek ekonomiczny i stworzyć łańcuch dostaw. W tym wszystkim chodzi o to, żeby technologia dostarczała tanią i stabilną energię. Właśnie tym się zajmujemy, aby być gotowym na początku lat 30. do uruchomienia pierwszych jednostek, a następnie kolejnych – dodaje.

Co to jest SMR

Jak wyjaśnia Rafał Kasprów, pojęcie SMR obejmuje bardzo szeroką grupę technologii. Część z nich należy do tzw. czwartej generacji i wciąż znajduje się na etapie projektowania oraz rozwoju. Niektóre wykorzystują również rodzaje paliwa dopiero wchodzące na rynek.

Podstawą technologii BWRX-300 jest sprawdzony reaktor wodny wrzący.

– Takie jednostki funkcjonowały i funkcjonują między innymi w Szwajcarii, Hiszpanii czy Japonii. GE Hitachi budowało już reaktory o podobnej wielkości. Jest to technologia rozwijana przez największe firmy energetyczne i przemysłowe świata. GE Vernova i Hitachi to potężne międzynarodowe przedsiębiorstwa. Obie firmy w pewnym sensie wykreowały i opracowały technologię BWRX-300. Firma związana z Michałem Sołowowem zainwestowała w nią w 2023 roku, aby dostosować ją do wymagań rynku europejskiego i polskiego. Dzisiaj jest to więc technologia amerykańsko-japońsko-polska – mówi.

W tej samej technologii powstaje projekt w kanadyjskim Darlington, gdzie pracują już cztery duże ciężkowodne reaktory ciśnieniowe CANDU. Na całym świecie działa w tej chwili blisko 100 takich jednostek, a niektóre pracują od ponad 50 lat.

Cztery lokalizacje i kilkanaście reaktorów

OSGE wytypowało w Polsce sześć lokalizacji, trzy znajdują się już w fazie rozwoju projektu: Włocławek, Stawy Monowskie w okolicach Oświęcimia i Stalowa Wola. Firma planuje tam łącznie 14 reaktorów SMR.

– Oprócz tych miejsc potencjalnie mamy również kolejne lokalizacje, w których można będzie wdrażać następną fazę budowy reaktorów. Chodzi przede wszystkim o tereny znajdujące się w pobliżu istniejących przyłączy węglowych – wyjaśnia Rafał Kasprów.

Energia produkowana blisko odbiorców

Zdaniem prezesa OSGE budowa małych reaktorów w pobliżu obecnych elektrowni węglowych może przynieść korzyści nie tylko dla krajowego systemu energetycznego, ale również dla lokalnych społeczności.

Nowe inwestycje oznaczają możliwość utrzymania miejsc pracy, wykorzystania istniejącej infrastruktury oraz dalszego rozwoju regionów, których gospodarka przez lata była związana z wydobyciem i energetyką węglową.

Kasprów zwraca uwagę, że koncentracja dużych źródeł energii na północy kraju, gdzie planowany jest rozwój morskiej energetyki wiatrowej i dużej energetyki jądrowej, będzie wymagała przesyłania znacznych ilości prądu na południe Polski. To z kolei oznacza konieczność rozbudowy infrastruktury przesyłowej, dodatkowe koszty oraz potencjalne zagrożenia dla bezpieczeństwa dostaw.

– To model energetyki rozproszonej, który de facto funkcjonował w Polsce od dziesięcioleci. Nasze elektrownie były rozmieszczone w różnych częściach kraju i tam odbywała się produkcja energii z węgla. Dzisiaj ten model nieco się zmienia w kierunku energetyki związanej z offshore i dużym atomem na północy. Uważam jednak, że Polska południowa i środkowa również mogą uczestniczyć w dalszym wytwarzaniu energii w podstawie systemu, czyli energii dostarczanej przez 24 godziny na dobę. Dzięki technologii, którą staramy się obecnie wdrożyć, możemy utrzymać produkcję energii w tych regionach.

Pierwsze prace jeszcze przed końcem dekady

Prace nad projektem trwają już od kilku lat.

– Wystartowaliśmy już w 2018 roku. Udało nam się zbudować silny zespół i przeprowadzić szereg przygotowań. Zanim rozpocznie się budowę elektrowni jądrowej, potrzebnych jest wiele lat prac projektowych. Obejmują one opracowanie projektu, rozwój tak zwanego standard designu, przeprowadzenie prac nad dostosowaniem elektrowni do polskich kodów i standardów technicznych oraz przygotowanie konkretnej lokalizacji – mówi Rafał Kasprów.

Pozostają jeszcze trzy–cztery lata przygotowań.

– Wierzę, że pod koniec tej dekady będziemy w stanie rozpocząć prace przygotowawcze na terenie inwestycji, a następnie roboty budowlane – dodaje.

Pierwsze jednostki powinny się pojawić na początku lat 30.

– To trochę przewrotna sytuacja, ponieważ do tej pory nie mieliśmy takich reaktorów i teraz możemy dokonać przeskoku technologicznego, podobnie jak było z rynkiem finansowym. Na początku lat 90. nie mieliśmy nawet rynku czekowego, a następnie błyskawicznie przeskoczyliśmy do płatności elektronicznych, kart kredytowych i płatności telefonem. Dzisiaj mamy rozwiązania lepsze niż kraje, które wcześniej wydawały się bardziej rozwinięte. Podobny skok możemy wykonać w energetyce, wprowadzając BWRX-300 do Polski. W efekcie możemy mieć jedną z najnowocześniejszych technologii na świecie – podsumowuje Rafał Kasprów.

Polska musi przygotować się na odchodzenie od energetyki węglowej, a jednocześnie zapewnić gospodarce stabilne i przewidywalne dostawy energii. Według OSGE rozwiązaniem może być połączenie dużej energetyki jądrowej, OZE i floty małych reaktorów w różnych częściach kraju.

eprasa.pl 775b675a4b

MATERIAŁ INFORMACYJNY WELCOME TO MEN'S WORLD 0111600861



Nowy etap... po rozwodzie

Co dzieje się później z mężczyzną?

Rozwód zmienia więcej niż stan cywilny. Zmienia codzienność, relacje z dziećmi, finanse, plany. Często również sposób, w jaki mężczyzna patrzy na siebie, kobiety i możliwość zbudowania kolejnego związku. Dla jednych oznacza ulgę i odzyskanie wolności. Dla innych stratę, rozczarowanie, złość, poczucie odrzucenia i samotność. Bywa, że wiele skrajnych emocji pojawia się niemal jednocześnie. Choć formalnie rozwód kończy się wyrokiem sądu, emocjonalnie rozpoczyna zupełnie nowy rozdział. Ważne jest, żeby mieć świadomość, że zanim ***zaczynę "nowe życie", warto najpierw zmienić sposób patrzenia na swoją przeszłość***

KIEDY ROZPADA SIĘ WIĘCEJ NIŻ ZWIĄZEK

W rozmowach o rozwodach, rozstaniach wiele uwagi poświęcamy podziałowi majątku, alimentom, opiece nad dziećmi i konfliktom. Rzadziej rozmawiamy jednak o tym, co dzieje się z mężczyzną — z jego poczuciem wartości, rolą, tożsamością i potrzebą bliskości. Przez wiele lat funkcjonował jako mąż, partner i ojciec — w określonych schematach. Nagle musi odnaleźć się w nowej rzeczywistości. Brakuje mu codziennych rytuałów, które porządkowały rytm tygodnia. Odkrywa, że część osób z kręgu bliskich była w rzeczywistości znajomymi pary, a kontakty rozluźniają się lub urywają.

Można nie chcieć wrócić do związku i jednocześnie tęsknić za rodziną, którą się tworzyło.

To jedna z emocjonalnych sprzeczności, które warto zrozumieć.

MĘŻCZYZNA PO ROZSTANIU. SILNY CZY SAMOTNY?

Od mężczyzn zwykle oczekuje się szybkiego działania. Trzeba stanąć na nogi w życiu prywatnym i zawodowym, uporządkować sprawy, nie zaniedbując obowiązków. A co z emocjami? Niektórzy rzucają się w wir pracy, inni intensywnie uprawiają sport, podróżują, spotykają się ze znajomymi lub szukają nowej partnerki. Każda z tych aktywności może być wartościowa. Ważne jednak, by zadać sobie pytanie: **Czy na pewno jest świadomym wyborem, a może tylko sposobem na zagłuszenie tego, co trudne?**

KTO JEST WINNY?

Kiedy rozpada się związek, bardzo łatwo rozpocząć poszukiwanie "winnego". Ona nie rozumiała. On nie słuchał. Ona oczekiwała za dużo. On poświęcał zbyt mało czasu. Ona się zmieniła. On przestał się starać. Każda strona ma swoją historię, emocje i sposób interpretowania wydarzeń. Czasem związek rozpada się nie z powodu braku uczuć, lecz dlatego, że partnerzy przez lata nie potrafili się wzajemnie usłyszeć i wspólnie wyciągnąć wnioski. A gdyby na chwilę odłożyć pytanie: „Kto zawinił?" i zastąpić je innym: „Czego nie chciałem zobaczyć, kiedy jeszcze byliśmy razem?" To pytanie bywa trudniejsze niż znalezienie "winnego". Ego lubi mieć rację. Chroni nasze przekonania, usprawiedliwia decyzje i podpowiada wygodne interpretacje. Ale racja nie zawsze oznacza zrozumienie.

Możesz wygrać wszystkie argumenty i nadal nie zrozumieć, dlaczego przegrałeś relację.

A właśnie to zrozumienie może okazać się najważniejszym kapitałem na przyszłość.

KOBIECA PERSPEKTYWA. CO WARTO WIEDZIEĆ O KOBIETACH?

Od lat pracuję zarówno z kobietami, jak i mężczyznami. Widzę, jak często dwie osoby mogą przeżywać tę samą relację zupełnie inaczej. Jak inaczej mogą interpretować tę samą sytuację. Problem zaczyna się wtedy, gdy oceniają jakość związku wyłącznie własną miarą. Możesz dawać drugiej osobie bardzo dużo. **Pytanie, czy dajesz jej to, czego rzeczywiście potrzebuje?**

Mój kobiecy punkt widzenia w męskim świecie to coś więcej niż spojrzenie na relację oczami kobiety. To umiejętność spojrzenia z boku. Z dystansu. Poza emocjami, przyzwyczajeniami i utrwalonymi przekonaniami. Pracuję z ego, schematami myślenia, motywacjami, potrzebami i komunikacją. Zadaję pytania, często prowokacyjne i niewygodne, które pozwalają dostrzec to, co dotąd pozostawało poza polem widzenia. Czasem pokazuję mężczyźnie perspektywę, której wcześniej nie brał pod uwagę. Czasem pomagam nazwać potrzeby, których nie potrafił zakomunikować.

Nie chodzi o to, żeby przyznać rację kobiecie czy mężczyźnie. Chodzi o to, żeby zobaczyć więcej.

Bo nowa perspektywa zmienia sposób myślenia. Sposób myślenia wpływa na decyzje. A decyzje zmieniają życie.

ROZWÓD A OJCOSTWO. RELACJA, KTÓRA TRWA

Małżeństwo może się zakończyć. Rodzicielstwo trwa nadal. Zmienia się organizacja codzienności, ale potrzeba obecności, więzi i bezpieczeństwa pozostaje. Dziecko nie powinno stawać się powiernikiem dorosłych konfliktów, posłańcem ani stroną w sporze. Można przestać być parą i nadal wspólnie odpowiadać za jakość dzieciństwa swoich dzieci. To wymaga dojrzałości, komunikacji i niekiedy wsparcia z zewnątrz.

NOWA KOBIETA. NOWY ZWIĄZEK. STARE SCHEMATY?

Po rozstaniu przychodzi moment, w którym mężczyzna zaczyna zastanawiać się nad kolejną relacją. Czego teraz szukam? Bliskości? Partnerstwa? Namiętności? Czy jestem gotowy zobaczyć w partnerce odrębnego człowieka, zamiast porównywać ją z poprzednią? Ważna jest świadomość i przekonanie, że **nowa osoba w moim życiu nie powinna "płacić" emocjonalnego rachunku za poprzedni związek.**

ZANIM ZACZNIESZ OD NOWA, DOMKNIJ TO, CO BYŁO

Rozstanie nie zawsze oznacza emocjonalny koniec relacji. Można od lat nie być razem, a nadal prowadzić w myślach rozmowy z byłą partnerką. Wracać do dawnych konfliktów, porównywać, oceniać. Czy naprawdę jesteś gotowy na nową kobietę, czy nadal próbujesz rozliczyć się z poprzednią? W MEN'S WORLD™ pracuję z mężczyznami, którzy znajdują się w różnych momentach życia. Pracuję z mężczyznami po rozstaniach, w trakcie rozwodu i w ważnych momentach życiowych decyzji. Łączę doradztwo relacyjne z doświadczeniem biznesowym, psychometrią i pracą nad komunikacją. Pomagam zrozumieć emocje, potrzeby, motywacje i powtarzające się schematy. Spojrzeć na zakończoną relację z dystansu, wyciągnąć wnioski i świadomie zdecydować, co warto pozostawić za sobą.

Nie zmienię Twojej przeszłości. Mogę pomóc Ci zmienić sposób, w jaki na nią patrzysz — i decyzje, które podejmiesz w przyszłości.

A kiedy poczujesz gotowość na nowy związek, MEN'S WORLD™ oferuje również **dyskretny matchmaking premium** — oparty na indywidualnym poznaniu człowieka, jego potrzeb, wartości i oczekiwań wobec partnerki. MEN'S WORLD™ to również przestrzeń budowania nowych znajomości, rozwijania zainteresowań i spotykania ludzi, z którymi można dzielić doświadczenia.

A JEŚLI TO NIE KONIEC, TYLKO POCZĄTEK?

Rozwód może zakończyć małżeństwo. Ale nie musi kończyć Twoich marzeń o bliskości, partnerstwie i dobrym życiu. Może być momentem, w którym po raz pierwszy naprawdę przyjrzysz się sobie. Swoim potrzebom. Przekonaniom. Decyzjom. Temu, jak kochasz, komunikujesz się i budujesz relacje.

Zanim zaczniesz szukać właściwej kobiety, sprawdź, czy naprawdę poznałeś siebie.

A jeśli chcesz spojrzeć na swoją historię z innej perspektywy — porozmawiajmy.

Zapraszam - **Martyna Guba**.
Twórczyni platformy dla mężczyzn
www.mensworld.pl



eprasa.pl 775b675a4b

REPORTAŻ

Całowała tłumy fanów „czule, w samo serce”. Czy ktoś jeszcze pamięta Violettę Villas?

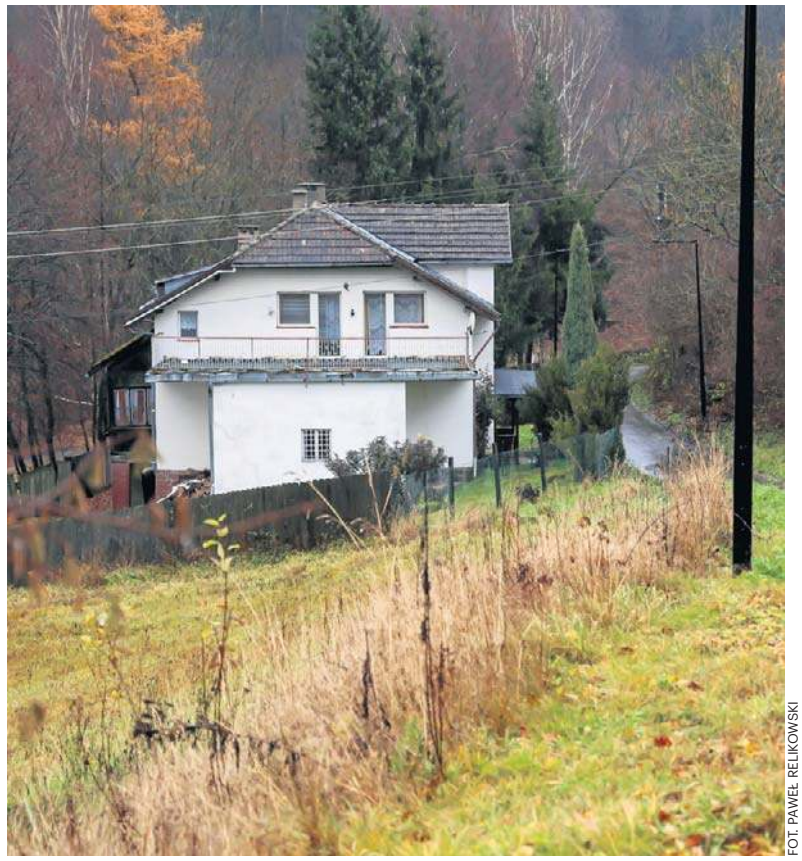
Co pozostało po Violetcie Villas w Lewinie Kłodzkim, w którym spędziła dzieciństwo, młodość i ostatnie lata życia? Izba pamięci w gminnym ośrodku kultury, wątpliwej urody pomniczek w centrum wioski, rodzinny dom zamieniający się w ruderę i wspomnienia mieszkańców. Niekoniecznie wszystkie dobre

Robert Migdał



FOT. PAWEŁ RELIKOWSKI

Często gościłem w Lewinie, u Violetty Villas, kiedy sprowadziła się tu z podwarszawskiej Magdalenki prawie 30 lat temu



FOT. PAWEŁ RELIKOWSKI

Dom, w którym Violetta Villas spędziła dzieciństwo jako maleńka Czesia Cieślak – bo to jej prawdziwe, panieńskie nazwisko

Reporterzy „Gazety Wrocławskiej” odwiedzili rodzinną miejscowość artystki. Lewin Kłodzki. Spora wioska na Dolnym Śląsku, na trasie między Kłodzkiem a Kudową-Zdrojem. Stara zabudowa przeplata się z nowymi domkami. Na ulicach pusto. Nie dziwię się – koniec listopada, środek tygodnia, pada deszcz. Zimno.

To tutaj mieszkała przez wiele lat Violetta Villas – piosenkarka, kompozytorka, autorka tekstów, aktorka. Gwiazda. I to wielka. Jej przeboje nuciła cała Polska, a i za granicą było o niej słychać: w USA, we Francji. Za chwilę znów będzie o niej głośno – do kin właśnie wchodzi film o Villas.

Wieczornym obrazem
w kinie,
czar stron dalekich się śnił.
Dziś chcę Ci przesłać Lewinie
me dzięki za tamte dni

Główną rolę gra znakomita Sandra Drzymalska, która błyszczała ostatnio na ekranach („Simona Kossak”, „Biała odwaga”, netflixowa „Lalka”). Premiera kinowa – 27 listopada 2026 roku.

– To historia najsłynniejszej w historii polskiej divy muzycznej, którą talent i pasja wyniosły na największe sceny Paryża i Las Vegas, opowiedziana z perspektywy jej syna – mimowolnego świadka narodzin i upadku gwiazdy. Walcząc o miłość matki, przegrywa z jej uzależnieniem od wolności, kariery i leków. Paradoksalnie odrzucenie staje się jego ocaleniem – informuje Kino Świat i dodaje, że współscenarzystką filmu jest Małgorzata Gospodarek, synowa Violetty Villas, a za reżyserię odpowiada Karolina Bielawska – autorka nagradzanego dokumentu „Mów mi Marianna”, uhonorowanego m.in. Złotym Rogiem na Krakowskim Festiwalu Filmowym oraz wyróżnieniami w Locarno, Lizbonie i Sankt Petersburgu.

Zanim do Lewina Kłodzkiego zjadą turyści (zachęceni filmem), żeby zobaczyć miejsca związane z artystką, wybieram się z fotoreporterem tuż pod czeską granicę. Do rodzinnej miejscowości Villas.

W Lewinie koło Kudowy
jest dom mych
dziecinnych dni.
Dziś stary,
we wspomnieniach nowy,
miał z polska otwarte drzwi.

To dla mnie podróż sentymentalna – często gościłem w Lewinie, u Violetty Villas, kiedy sprowadziła się tu z podwarszawskiej Magdalenki prawie 30 lat temu.

Gwiazda estrady, której atomowy głos rozbrzmiewał w salach koncertowych i Paryża, i Las Vegas tak, że trzęsły się kryształowe żyrandole, była humorzasta – delikatnie mówiąc. Raz roztaczała aurę sympatii („Kochany redaktorze, całuję cię w samo serce” – szeptała, gdy przywoziliśmy dla jej zwierzyńca karmę dla psów i kotów lub wspólnie ubieraliśmy choinkę tuż przed Bożym Narodzeniem w jej ogródku i dzieliliśmy się z artystką opłatkiem), innym razem, gdy przeczytała w gazecie jakieś niepochlebne informacje na swój temat, potrafiła zadzwonić i wykrzyczeć do słuchawki: „Migdał, pan jesteś świnia z brudnym ryjem. I to komunistyczna, czerwona, jak ta cała esbecja w PRL-u”.

No cóż... Staram się zachowywać w pamięci te dobre wspomnienia z nią związane: jej koncerty, bezgraniczną pomoc dla zwierząt, bajeczne stroje i ten głos – wyjątkowy, niepowtarzalny, hipnotyzujący.

Nocą zaś mostem
kamiennym biegł pociąg,
z nim iskier grad. Blask okien,
stuku natrętny, słał lęk, lecz
wzywał gdzieś w świat.

Nad miejscowością góruje majestatyczny, kamienny wiadukt kolejowy. Wybudowany ponad 120 lat temu przez włoskich inżynierów, trzyma się mocno.

Tuż obok niego stoi dom, w którym Violetta Villas spędziła dzieciństwo (jako maleńka Czesia Cieślak – bo to jej prawdziwe, panieńskie nazwisko, później po mężu była Gospodarek). Kiedyś – wiejsko-sielankowy biały domek. Dziś – obraz nędzy. W oknach pozrywane firanki, farba odchodzi gdzieniegdzie. Zamknięty na cztery spusty, drewniana furtka prowadząca na obejście – obwiązana drutem.

Całość okala stary, drewniany płot. Mam wrażenie, że za chwilę się zawali.

To w tym domu Villas spędziła ostatnie lata życia. Dookoła biegały sfory psów (przygarniętych przez artystkę), wałęsały się dziesiątki kotów. Była też i koza.

Zwierzyniec przez całe lata uprzykrzał życie okolicznym mieszkańcom (smród, hałas) i niejednokrotnie stwarzał niebezpieczeństwo – agresywne psy (na czele z zajadłymi kundlami, które Villas nazwała „Hitler” i „Stalin”) siały grozę w okolicy.

– Bardzo dobrze pamiętam te jej „psiaki” – wspomina Paweł Relikowski, fotoreporter „Gazety Wrocławskiej”, z którym znów przyjechałem do Lewina. – Raz mnie tak goniły, że tylko machałem aparatem, żeby się od nich odgonić. Sfora. W czasie tej ucieczki... buta zgubiłem – wspomina.

Po menażerii Violetty Villas nie ma już dziś śladu. Cisza, spokój. A i Paweł spokojnie może robić zdjęcia w okolicy, bez obaw o stan swoich kostek i łydek.

– To smutny widok, oj bardzo. Bo ja pamiętam, jak tu się życie toczyło – kręci głową Małgorzata Droholska, mieszkanka Lewina Kłodzkiego, którą spotykamy na drodze. Wspomina: – Pomagałam pani Violetce przy gospodarstwie, też w domu. Gościnna była: na imieniny mnie swoje zapraszała. To była cudowna, miła i sympatyczna osoba. Otwarta.

eprasa.pl 775b675a4b



FOT. PAWEŁ RELIKOWSKI

Pięć lat temu w Gminnym Ośrodku Kultury otwarto Izbę Pamięci Violetty Villas. Na małym zdjęciu – pomnik artystki w centrum Lewina

Nie gwiazdorzyła, była taka swojska, nasza... Serce teraz boli, że jej dom niszczeje, nikt w nim nie mieszka, nie zajmuje się ogrodem. Dobrze, że jej pomnik w środku wsi postawili. Należało się – bo przecież ona nasza, z Lewina, a cały świat ją znał. Syn ją w stolicy pochował, na Powązkach, daleko od grobu jej rodziców, którzy leżą tu, na naszym cmentarzu. To choć pomnik pani Violetki mamy, żeby świeczkę zapalić, kwiatek położyć...

Ale takich pozytywnych głosów o artystce dziś tu słyszę niewiele.

„Cudowny głos", „wielka gwiazda", „wspaniała piosenkarka" przeplata się z: „wariatka", „alkoholiczka", „narkomanka".

W Lewinie znam każdą drogę,
kąt każdy w pamięci mam.
I serce moje tam biega
jak bose dziecięce sny.

Jedziemy do centrum wioski, która wygląda jak spore miasteczko. Pomnik stoi przy głównej ulicy, dookoła klomby z ozdobnymi roślinami (okrytymi przed zimą ciemną folią). Pomnik (a raczej pomniczek, bo nie jest za duży) urodą nie grzeszy. Ale Violettę rozpoznać na nim można. Ktoś wsadził sztuczny kwiatek w rzeźbę.

Pewnie jakiś fan.

– Koło pomnika zawsze jest mnóstwo kwiatów. Ludzie ją pamiętają. A na odsłonięciu pomnika, trzy lata temu, to tłumy były: i tutejsi mieszkańcy, i oficjele, i przyjezdni – wspomina pan Bronisław, który mieszka w centrum Lewina, niedaleko pomnika artystki.

Wspomnienia, choć od śmierci artystki minęło 15 lat, są cały czas silne. Choć nie zawsze miłe.

– Ja na odsłonięciu pomnika nie byłam. Bo czemu jej ten pomnik postawili? Chyba tylko, żeby wielbicieli jej talentu przyciągnąć, bo czym ona się zasłużyła dla Lewina? Jak u nas mieszkała przez te ostatnie lata życia, to o niej i o Lewinie tylko źle pisali i mówili: że imprezy, że alkohol, że brud, że syf, że psy po okolicy biegały, co od niej z podwórka uciekły. Nic miłego – mówi jedna z mieszkanek Lewina.

Jej znajoma dodaje: – Plany były wielkie. Miała teatr rewiowy w dawnym kinie otworzyć, śpiewać w nim i turystów przyciągać. Miała koncerty dawać, na które ludzie z całej Polski mieli zjeżdżać. A co było? Artykuły w ogólnopolskich gazetach, w których się dostawało Lewinowi Kłodzkiemu i nam, mieszkańcom. Że nasz Lewin to taka upadła wiocha, w której żyje upadła artystka. Ładny obraz szedł w świat. I co? Teraz pomnik Violetka za to dostała? Bez sensu. Moim zdaniem się nie należy.

– Szkoda, że przez te całe lata, kiedy żyła wśród nas, nie skorzystała z tej swojej sławy, żeby Lewin rozsławić... – mówią starsi mieszkańcy, którzy ją jeszcze pamiętają sprzed lat.

– Ale piosenkę o Lewinie napisała – „W Lewinie koło Kudowy". Ładnie o tym miejscu śpiewała – wtrącam się, broniąc Villas.

– Eee, jedna piosenka. Więcej dla swojej rodzinnej miejscowości mogła zrobić, ale ona wolała się modlić i zwierzątkami zajmować. Do ludzi nie wychodziła. Zakupy jej gosposia robiła. Na ulicy jej nie można było spotkać, z uczniami się w szkole nie spotykała, w domu kultury nie występowała – była, ale w domu siedziała. To tak, jakby jej nie było – mówi starsza mieszkanka Lewina.

Chociaż odbiegłam daleko,
choć wiele krajów dziś znam.
Ciągle się łudzę, wciąż czekam,
że wrócić do Ciebie mam.

Pamięć o artystce próbują zachować władze gminy. Pięć lat temu w Gminnym Ośrodku Kultury w Lewinie Kłodzkim została otwarta (po przebudowie budynku na potrzeby domu kultury i biblioteki) Izba Pamięci Violetty Villas.

– Chcieliśmy, żeby powstało takie miejsce dedykowane Violetcie Villas jako wielkiej gwieździe, wielkiej artystce. No i ma przecież przyznany tytuł „Honorowy mieszkaniec". Pani Villas to symbol Lewina – mówi Jan Bałchan, dyrektor Gminnego Ośrodka Kultury i Biblioteki w Lewinie Kłodzkim.

Duże pomieszczenie, a w nim pamiątki związane z artystką. W gablotach – cztery suknie, w których występowała Villas (trzy to kopie, ale jedna oryginalna: ta, w której śpiewała „Habanerę" z opery „Carmen". Śliczna).

W gablotach – płyty artystki, dookoła – mnóstwo jej zdjęć, też te prywatne, z dzieciństwa. Są też okładki gazet z VV.

W ubiegłym roku izbę odwiedziło pięć tysięcy zwiedzających.

– Jak na taki mały Lewin, to duży sukces – cieszy się dyrektor i dodaje: – Violetta Villas ma sporą grupę fanów. Wiele osób pamięta jej głos i piosenki. A dla mnie zaskoczeniem jest, że wśród nich jest dużo młodych, nawet nastolatków. Wydawałoby się, że słuchają tylko współczesnych hitów na Spotify, a tu zaskoczenie: ona jest ich idolką, sporo osób młodych przyjeżdża do nas, ogląda, zwiedza naszą izbę. Pytają: Gdzie jest pomnik? Gdzie można zobaczyć jej dom? Jestem zaskoczony tym faktem. Pozytywnie!

– Violetta Villas staje się takim wabikiem turystycznym? – dopytuję.

– Dokładnie. Dla niej ludzie zbaczają z trasy, skręcają z głównej drogi, z krajowej ósemki i wjeżdżają do Lewina, chcąc zobaczyć miejsca związane z panią Villas.

Ale Violetta Villas to w Lewinie nie tylko pomnik i izba pamięci. – Organizujemy też koncerty, na których można posłuchać jej piosenek – zawsze w okolicach daty jej urodzin, 10 czerwca.

– Najczęściej artyści występują w miejscowym kościele – opowiada dyrektor Bałchan i dodaje: – A u nas, w domu kultury, mamy w grudniu, w rocznicę śmierci artystki, koncert wspominkowy. W tym roku, 5 grudnia, piosenki zaśpiewa młoda artystka – Julia Ćwian z zespołem. Zabrzmią największe przeboje pani Villas, w nowych aranżacjach.

Dyrektor Bałchan ma jeszcze jeden pomysł na uczczenie Violetty Villas: minirecital w każdą sobotę, tuż po zamknięciu izby dla zwiedzających.

– Zapraszam młode osoby, które nie boją się zmierzyć z repertuarem Violetty Villas. Zaczęliśmy już w listopadzie: można przyjść, posłuchać, można przyjść – zaśpiewać – zachęca Bałchan.

Choć jestem dzisiaj daleko,
daleko, a blisko Was.
Oddaję Wam tę piosenkę,
zwyczajną, prostą jak ja

Wyjeżdżamy z Lewina po południu. Deszcz nie przestaje padać. We włączonym w aucie radiu na próżno szukać piosenek Villas. Może to się zmieni po premierze filmu o Violetcie? Może wybuchnie „moda na Villas"? Może starsi przypomną sobie „Tygrysicę z Magdalenki?", a może młodszych poruszy historia „Lady Kicz z Lewina" – jak ją nazywali złośliwi.

W uszach mi dźwięczy jej hit (do którego napisała tekst i muzykę):

„Ja jestem Violetta/wrażliwa kobietta/mam duszę i serce/w tym
miejscu, gdzie mam/Kto nie zna Violetty/ten nie wie, niestety,
że nieba przychylić mu chcę".

Mam nadzieję, że Villas nie zostanie zapomniana, a ci, którzy jej jeszcze nie znają – odkryją ją i pokochają jej piosenki.

Śródtytuły w tekście to fragmenty piosenki „W Lewinie koło Kudowy" – tekst i muzyka Violetty Villas.

Kim była Violetta Villas?

Urodziła się 10 czerwca 1938 roku w Belgii, zmarła 5 grudnia 2011 roku w Lewinie Kłodzkim.
Piosenkarka, kompozytorka, autorka tekstów, aktorka filmowa i rewiowa. Występowała na światowych estradach. Wylansowała kilkadziesiąt hitów. M.in. „Nie ma miłości bez zazdrości", „Do ciebie mamo", „Dla ciebie miły", „Przyjdzie na to czas", „Józek", „Szesnaście lat", „Mechaniczna lalka" czy „Ja jestem Violetta".

eprasa.pl 775b675a4b

FILM

Czy Brigitte Bardot wiedziała, czym jest wstyd?

Film Rogera Vadima „I Bóg stworzył kobietę" wszedł na ekrany 70 lat temu, 28 listopada 1956 r. Jednych zgorszył, innych zachwycił. Ale zapamiętali go wszyscy

Mariusz Grabowski

Treść filmu zaliczyć można do opowieści o pięknym dziewczęciu w świecie pożądliwych mężczyzn. A 22-letnia Brigitte Bardot z zadania zawrócenia w głowach męskiej populacji wywiązała się wręcz olśniewająco.

Femme fatale

W tym dziele fabuła nie jest najważniejsza. Ważniejsze są zmysłowa uroda Juliette, głównej bohaterki, plenery Saint-Tropez i fakt, że takiego filmu nikt dotąd nie nakręcił. Prawdą jest bowiem, że skandalizujący melodramat Vadima wyznaczył nowy model kobiecego wizerunku i zapoczątkował rewolucję obyczajową na ekranie. Był niejako zapowiedzią Francuskiej Nowej Fali, wyznaczając drogę dla Truffauta, Godarda czy Rohmera.

Film Vadima powinni też z uwagą oglądać historycy obyczajów. Bowiem w przeciwieństwie do hollywoodzkich femme fatale, kuszących mężczyzn, by ich zniewolić i zniszczyć, Juliette kieruje się własnym pożądaniem bez poczucia winy i kalkulacji. Seksualna estetyka Bardot była prawdziwie rewolucyjna: odrzuciła sztywn9e kreacje, gorsety i fryzury epoki – chodziła boso, z potarganymi włosami i minimalnym makijażem, co stało się szybko wzorcem nowoczesnej kobiecości.

Zachwyt feministek

Mimo nawiązania tytułem do Księgi Rodzaju, film wzbudził u francuskich biskupów i proboszczów lawinę moralnego oburzenia, choć mniejszą niż się spodziewano. „Czy Brigitte Bardot wie czym jest wstyd?" – pytał retorycznie publicysta „La Croix". Duchownych bardziej zajmowała tocząca się wówczas wojna w Algierii, doniesienia o stosowanie przez armię tortur wobec tubylców czy klęska idei księży-robotników i formowanie podstaw Mission ouvrière, czyli nowej formuły ewangelizacji ludzi pracy.

Co zrozumiałe, film natychmiast wzięły na sztandary feministki. Filozoficznym śladem tego zauroczenia jest napisany w 1959 r. esej Simone de Beauvoir „Brigitte Bardot i syndrom Lolity". Ukazał się na łamach amerykańskiego magazynu „Esquire" i stawiał tezę, że Bardotka awansowała na ikony kobiecej seksualności i wyzwolenia w kontrze do kultury patriarchatu. De Beauvoir nazywała ją prost „najbardziej wyzwoloną kobietą powojennej Francji". „W grze miłosnej jest zarówno łowczynią, jak i ofiarą. Mężczyzna jest dla niej obiektem, tak samo jak ona dla niego. I to właśnie rani męską dumę" – mądrzyła się de Beauvoir.



FOT. COMACICO/JACQUES ROITFELD/FRANCOS FILM/COLLECTION CHRISTOPHEL/EA

Małżeństwo Vadima i Bardott skończyło się co prawda w 1957 r., ale – co ciekawe – jeszcze wielokrotnie spotykali się na planach filmowych... i romansowali w najlepsze

Kierunek: południe!

Najuważniej jednak film Vadima oglądano w środowisku branży turystycznej. Laurka wystawiona Saint-Tropez, perle Lazurowego Wybrzeża, pokazanego jako miejsca nieskrępowanej obyczajowej swobody, młodości i słońca, już kilka lat później zaowocowało boomem deweloperskim. Nie tylko w samym Saint-Tropez, ale też w okolicznych miejscowościach, m.in. Gassin, Croix-Valmer i Ramatuelle. Wszędzie tam, gdzie swoją kształtną stópkę postawiła Brigitte Bardot.

Czy Vadim zdawał sobie sprawę, że jest prekursorem nie tylko w kinie, ale także w branży hotelowej? Z lektury jego wspomnień, wydanych w 1986 r. i zatytułowanych nieskromnie „Moje trzy żony: Bardot, Deneuve, Fonda" wynika, że od młodości woził na południe Francji wszystkie swoje kochanki. A Saint-Tropez upodobał sobie dlatego, że tamtejsze plaże przypominały mu te, na których bawił się z ojcem jako dziecko. Mieszkali wtedy w Egipcie, gdzie Igor Nikołajewicz Plemiannikow pracował jako francuski dyplomata.

Za kulisami

Spójrzmy w treść filmu. Oto piękna jak sen 18-letnia Juliette Hardy mieszka z opiekunami w Saint-Tropez i burzy krew tamtejszej męskiej populacji. O jej względy zabiegają wszyscy: uwodziciel Antoine Tardieu (grany przez Christiana Marquanda), jego brat Michel (Jean-Louis Trintignant) i milioner Eric Carradine (Curd Jürgens). Dziewczyna nie zadaje sobie żadnego trudu, by ukrywać przed mężczyznami swoją prowokacyjną urodę, co staje się katalizatorem obyczajowo-towarzyskich niesnasek. Emocje sięgają szczytów, gdy Juliette wychodzi za mąż za Michela Tardieu.

Scenariusz napisał przyjaciel Vadima, belgijsko-francuski producent Raoul Lévy, który z pisania ról dla Bardot uczynił znak rozpoznawczy na kolejną dekadę. Co ciekawe, zginął tragicznie w Saint-Tropez w 1966 r. od strzału rewolwerowego. Plotkowano o samobójstwie, ale sprawa nigdy nie została to do końca wyjaśniona.

Dziecko przy ołtarzu

W przywołanych już wspomnieniach Vadim chwali się, że miał spory udział w pisaniu scenariusza. Więcej, sugeruje że to właściwie on odwalił za Lévy'ego całą robotę. Intrygę miał wymyślić, opalając się z Bardotką na słynnej z kremowego piasku i sosen plaży des Salins pod Saint-Tropez.

I tu przechodzimy do rzeczy istotnej: „I Bóg stworzył kobietę" powstał głównie po to, aby mogła w nim zagrać Brigitte Bardot, od czterech lat żona Vadima. Pobrali się w kościele Notre-Dame de Passy w 16. dzielnicy Paryża 21 grudnia 1952 r. On miał lat 24 i specjalnie na tę okoliczność przeszedł z prawosławia na katolicyzm, ona 18. „Nabyłam prawo do sypiania z mężczyzną, podpisałam papiery w obecności świadków, mogłam kochać się legalnie" – napisała po latach w „Pamiętnikach".

Aborcje i z drady

Ze wspomnień obojga, ale bardziej niedyskrecji przyjaciół, wiemy, że ten romans, a potem małżeństwo od początku przypominały obyczajowy eksperyment. Poznali się na planie filmu „Wioska w Normandii" i Bardot zorientowała się, że jest w ciąży. Wymogła na rodzicach, by pozwolili jej wyjechać odpocząć do Szwajcarii i tam za pieniądze Vadima dokonała aborcji – we Francji wówczas zakazanej.

„Zachowałam z tego doświadczenia paniczny strach przed macierzyństwem, które zawsze odrzucałam i uważałam za karę niebios" – wspominała. Już będąc żoną Vadima, jeszcze dwukrotnie przerywała ciążę. Raz we Włoszech, drugi raz, nielegalnie, we Francji.

Czy byli sobie wierni? Nic z tych rzeczy. Vadim romansował z kim popadło, a Bardot nawet na planie „I Bóg stworzył kobietę" bez skrępowania sypiała z z Jeanem-Louiosem Trintignantem. Gdy był akurat zajęty (miał żonę), w Paryżu czekał na nią kochanek zastępczy – szansonista Gilbert Bécaud.

Przyjaźnimy się?

Nie brak krytyków, którzy wręcz namacalną w filmie seksualność tłumaczą nieskrępowaną obyczajowością jego twórców. Która w środowiskach filmowych elit nie uchodziła najwyraźniej za nic nadzwyczajnego. Małżeństwo Vadima i Bardott skończyło się co prawda w 1957 r., ale – co ciekawe – jeszcze wielokrotnie spotykali się na planach filmowych... i romansowali w najlepsze.

Wiosną 1958 r. do kin weszli „Księżycowi jubilerzy", dreszczowiec Vadima z Bardott w roli Ursuli. Oboje pojawili się na premierze, rozpowiadając wszystkim, że znów są parą. Jak wspominał Vadim w „Moich trzech żonach" złośliwcy (albo zazdrośnicy) wyliczali im wtedy, że mają po tyle kochanek kochanków, że będzie im bardzo trudno ustalić godziny randek.

Okulary? Nigdy!

Wróćmy do momentu powstawania „I Bóg stworzył kobietę". Do dziś jest tajemnicą, jak Vadim przekonał szefów dwóch wytwórni: Cocinor i Kingsley-International, do wyłożenia 300 tys. dolarów na swój film. Pierwsza miała szefostwo francuskie, druga zajmował się promowaniem kina europejskiego w Stanach.

Pieniądze dostał i przez kilka miesięcy zafundował sobie i ekipie bajkowe wakacje na Lazurowym Wybrzeżu. Na szczęście dla niego film odniósł sukces, a za oceanem Brigitte Bardot okrzyknięto boginię seksu. Ale aktorka, choć zagrała w kilku amerykańskich produkcjach, nigdy nie dała się uwieść Hollywoodowi i pozostała w Europie.

I pomyśleć, że w dzieciństwie nic nie zapowiadało tego, że będzie przedmiotem męskich marzeń. W biografii pióra Marie-Dominique Lelièvre „Brigitte Bardot to ja!" czytamy, że jako dziecko miała krzywy zgryz, nosiła aparat na zębach i okulary. Miał też widoczną nadwagę. I jak tu nie wierzyć w to, że kino to magia.

eprasa.pl 775b675a4b

NIEZBĘDNIK CZYTELNICZY

HISTORIA/ SZTUKA

Sofonisba Anguissola patrzy na króla Filipa II

Z galerii 25 kobiet, bohaterek tomu „Kobiety włoskiego renesansu", tych, które odcisnęły swe piętno na swej epoce, na szczególną uwagę zasługuje Sofonisba Anguissola z Cremony. Meredith K. Ray, znawczyni literatury i kultury wczesnonowożytnej z Uniwersytetu Delaware, nazywa ją wprost „portrecistką królów".

Na dworze madryckim

Można zaufać Ray gdy sugeruje, że w osiągnięciu pozycji artystycznej wielce dopomógł Sofonisbie malarz i rzeźbiarz Michał Anioł. Bez niego zdobycie prestiżowych i intratnych zamówień na portrety członków rodów królewskich i arystokracji byłoby raczej niemożliwe. Ale gdy w 1559 r. malarka została zaproszona na królewski dwór hiszpański przez Filipa II, Anioł nie miał nic do gadania. Zajęty był bowiem rewitalizacją zabytków starożytnego Rzymu na zamówienie nowego papieża – Piusa IV.

Malarce Madryt najwyraźniej się spodobał. Obmalowała wszystkich i opuściła go dopiero w 1573 r., po śmierci swej protektorki i uczennicy – królowej Elżbiety de Valois. Sława portrecistki towarzyszyła jej przez całe długie życie – zmarła w wieku 92 lat.

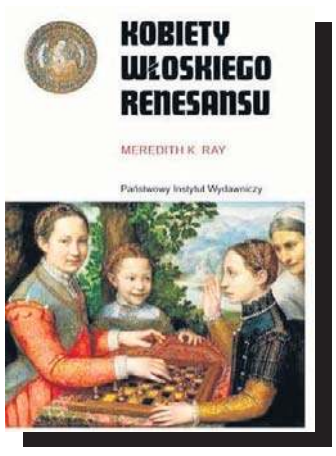
Rodzinna gra w szachy

W 1624 r., gdy była już niemal zupełnie ślepa, odwiedził ją w Palermo Antoon van Dyck, co uwiecznił w swoim włoskim szkicowniku. Miał ponoć twierdzić, że ich rozmowa nauczyła go więcej na temat malarstwa niż jakiekolwiek inne doświadczenia w jego życiu. Niewielki namalowany przezeń portrecik artystki odkryto w Knole House w Wielkiej Brytanii.

W kościele San Giorgio dei Genovesi, w prawej nawie znajduje się tablica, którą umieścił tam w 1632 r. drugi mąż Sofonisby – Orazio Lomellino. Stoi na niej: „Mojej żonie Sofonisbie, ze szlachetnego rodu Anguissolów, najsławniejszej wśród znamienitych kobiet dzięki urodzie i niezwykłym darom natury, i tak wybitnej w malowaniu wizerunków ludzi, że nie miała za życia sobie równych, Orazio Lomellini, dotknięty ogromnym bólem umieścił ten znak pamięci, skromny dla takiej kobiety, ale największy dla zwykłych ludzi".

Niewielu wie, że w Polsce znajdują się aż trzy obrazy Anguissoli: „Gra w szachy" z 1555 r. (Muzeum Narodowe w Poznaniu); „Autoportret" z 1554 r. (Muzeum na zamku w Łańcucie) i „Portret mężczyzny z córką" z ok. 1550 r. (Muzeum Narodowe w Warszawie).

Bożydar Brakoniecki



Meredith K. Ray, „Kobiety włoskiego renesansu", wyd. PIW, Warszawa 2026, cena 79 zł

HISTORIA POLSKI

Na Nowogródczyźnie czas płynie wolniej...

Tylko na pozór 530-stronicowe tomiszcze „Sprawozdania okresowe wojewody nowogródzkiego za 1935 rok", w opracowaniu Piotra Rucińskiego, są lektura nużącą. Książka, złożona głównie z dokumentów, tabel i statystyk, ukazuje bowiem wnikliwie obraz pogranicznego, peryferyjnego regionu II RP (23 tys. km kw., ok. 6 proc. powierzchni kraju), zmagającego się m.in. ze skutkami Wielkiej Wojny, biedą, zamkniętymi granicami oraz zapóźnieniami gospodarczymi i infrastrukturalnymi.

Wszędzie wojsko

Patrzymy na wycinek ówczesnego świata z perspektywy prowincjonalnego urzędu wojewódzkiego. Już choćby stosunki narodowościowe wyglądały tam inaczej niż w innych regionach. Polaków było nieco pół miliona (ok 52 proc.); potem szli Białorusini – nieco ponad 400 tys. (ok. 39 proc); następnie Żydzi – niecałe 80 tys. (ok. 8 proc.). Poza tym Litwini i Rosjanie.

Województwo liczyło 8 powiatów: baranowicki, lidzki, nieświeski, nowogródzki, słonimski, stołpecki, szczuczyński oraz wołożyński. Ponadto 10 gmin miejskich i 87 gmin wiejskich. Specyfiką regionu było, że nowogródzkie było jedynym województwem II RP bez żadnego miasta wydzielonego z powiatu.

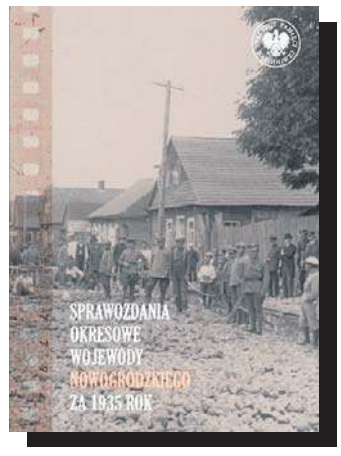
Bezpośrednia bliskość Sowietów sprawiała, że pod względem wojskowym w 1935 r. obszar województwa był nasycony wojskiem: podlegał terytorialnie pod Okręg Korpusu Nr IX (z dowództwem w Brześciu) oraz częściowo pod Okręg Korpusu Nr III (Grodno), a sam pas przygraniczny ze Związkiem Sowieckim obsadzały jednostki Korpusu Ochrony Pogranicza.

Rozpacz Peszy Rabinowicz

Organem wojewody (w 1935 r. Stefana Świderskiego zastąpił Adam Korwin-Sokołowski) był Nowogródzki dziennik Wojewódzki. Sięgnijmy po ten opublikowany 1 lipca 1935 r. Mamy decyzję o ustaleniu przeciętnych opłat dziennych w szpitalach publicznych (4 zł. 75 gr); scaleniu gruntów we wsi Ostrowo (powiat słonimski); zawiadomienie komorników sądu grodzkiego w Nowogródku o licytacjach; ogłoszenie o przetargu na remont budynku koszarowego baonu K.O.P. „Snów".

Jest także obwieszczenie o zagubionych i skradzionych dokumentach. Okazuje się, że gubiono głównie książeczki wojskowe, karty rzemieślnicze i dowody tożsamości koni. Ale Pesza Rabinowicz zgubiła np. paszport, wydany przez magistrat w Słonimie, zaś Berko Kaufman z Lidy „świadectwo na materjalistę", cokolwiek to znaczyło, wydane przez MSW w 1929 r.

Lucjan Strzyga



„Sprawozdania okresowe wojewody nowogródzkiego za 1935 rok", opr. Piotr Ruciński, Wyd. IPN 2026, cena 60 zł

LITERATURA PIĘKNA

„Najgorszy gatunek człowieka to ja!"

W 1969 r. w wydawnictwie Essex House ukazał się tom „Notes of a Dirty Old Man", co na polski przełożono jako „Zapiski starego świntucha". Charles Bukowski (1920-1994), był tak bardzo zadowolony z ładunku sprośności i bezeceństw, które w nich zawarł, że niejednokrotnie wracał do sprawdzonych motywów. Wydawnictwo Noir sur Blanc wydało właśnie tom „Kolejne zapiski starego świntucha. Felietony niezebrane". To polska premiera kolejnych seksualnych odkryć Buka.

śródtytuł śródtytuł śródtytuł

Kto choć raz zetknął się z prozą lub poezją tego dżentelmena doskonale wie, czego można się spodziewać. Oprócz męsko-damskiej fizjologii Bukowski z właściwym sobie, bezkompromisowym cynizmem podsumowuje tu relacje międzyludzkie. A jego słynne stwierdzenie: „Najlepsi ludzie to ci, których nigdy nie poznałeś", to tylko jeden z przykładów jego spojrzenia na naturę człowieka i społeczeństwa.

Można pokiwać głową z politowaniem, ale faktem jest, że Buk – pijak, narkoman, seksmaniak, hazardzista, obrazoburca religijny – był niezwykle płodnym autorem. Pisał jak maszyna, oblicza się, że między rokiem 1960 a latami 90. wydał prawie 50 pozycji, zarówno poetyckich, jak i prozatorskich.

„Mało ambitne formalnie"

Bukowski wciąż przyciąga czytelników. Jedni szukają u niego ekscytacji seksualnych, drudzy fragmentów o biedzie, uzależnieniu od alkoholu, wyścigach konnych i toksycznych relacjach, a jeszcze inni czegoś, co można by nazwać nonkonformizmem. Jaki Bukowski był każdy widzi, ale nigdy nie dał się wciągnąć w wyścig szczurów i pogoń za szmalem. Czego o większości jego kolegów po piórze nie da się powiedzieć.

Co z tego, że krytycy i badacze uznają jego twórczość za „mało ambitną formalnie". Naprawdę? Otwórzmy „Kolejne zapiski..." na str. 110. Więcej tu ikry niż w stu „Ulissesach":

„Wtedy zadzwonił telefon. Telefonowała Sally z jakiegoś baru. Słyszałem szafę grającą.

– Chcę tylko, żebyś wiedział, sukinsynu, że nie wrócę.

Potem usłyszałem głos jakiegoś mężczyzny.

– Sally, zostaw ten pieprzony telefon i usiądź z nami!

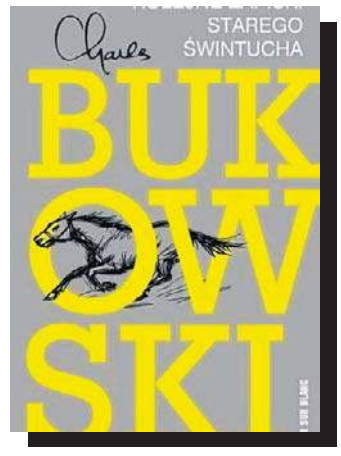
– Widzisz? Oprócz ciebie na tym świecie są inni mężczyźni.

– Tylko ty tak uważasz – odparłem.

– Mogłabym cię kochać przez całe życie.

– Pierdol się – powiedziałem i odłożyłem słuchawkę".

Mariusz Grabowski



Charles Bukowski, „Kolejne zapiski starego świntucha. Felietony niezebrane", wyd. Noir sur Blanc 2026, cena 49 zł

eprasa.pl 775b675a4b

EDUKACJA

Dzieci rodzą się ze skrzydłami. Nauczyciele pomagają im je rozwinąć. Poznaj tych, którzy właśnie to robią

Dziś prezentujemy szersze grono nauczycieli uczestniczących w wielkim Plebiscycie Edukacyjnym. Zobaczcie osoby, które każdego dnia swoją pracą, zaangażowaniem i pasją pomagają młodym ludziom rozwijać skrzydła.

Już za dwa tygodnie zakończy się etap powiatowy tegorocznej edycji wielkiego Plebiscytu Edukacyjnego 2026. - Na naszych łamach regularnie opisywaliśmy jego uczestników. Tym razem pierwszeństwo oddajemy zdjęciom nauczycieli, którzy obecnie są w gronie liderów swoich kategorii. Chcemy w ten sposób zaprezentować szersze grono uczestników mających szansę na nagrody, ale przede wszystkim pokazać osoby, które każdego dnia swoją pracą, zaangażowaniem i pasją wpływają na życie uczniów - wyjaśnia Katarzyna Adamczyk, opiekująca się tą akcją od strony redakcyjnej.

Popatrzcie, może wśród prezentowanych fotografii odnajdziecie znajome twarze? Może są wśród nich Wasi byli nauczyciele albo wychowawcy Waszych dzieci? Ludzie, których spotykacie na szkolnych korytarzach, podczas lekcji, uroczystości czy wywiadówek. Ci, którzy tłumaczą, wyjaśniają, wspierają i motywują. Przewodnicy po świecie wiedzy, ale równie często także osoby, które potrafią dostrzec potencjał ucznia nawet wtedy, gdy sam jeszcze go nie widzi. Bo dzieci rodzą się ze skrzydłami, ale to nauczyciele pomagają im je rozwinąć... - Musimy uświadomić sobie, że za każdą z tych fotografii stoi uznanie uczniów, rodziców, absolwentów i lokalnych społeczności. To oni wyróżniają osoby, które ich zdaniem zasługują na podziękowanie za codzienny trud, cierpliwość i zaangażowanie wkładane w pracę z młodymi ludźmi - podkreśla Katarzyna Adamczyk. Jak przekonuje: - Warto zatrzymać się na chwilę przy twarzach osób, które znalazły się w gronie obecnych liderów etapu powiatowego. Bo za tymi zdjęciami kryją się wdzięczność, pamięć i świadomość, że codzienna praca nauczycieli jest dostrzegana i doceniana.

Więcej o akcji znajdziecie na: polskanews.pl/nauczyciel

NAUCZYCIEL PRZEDSZKOLA



Izabela Jasek,
Niepubliczne Przedszkole Tabaluga, Marki



Justyna Stempkowska,
Przedszkole Samorządowe, Bieżuń



Karolina Janikowska,
Przedszkole nr 424 im. Królowej Marysieńki, Warszawa

NAUCZYCIEL KLAS 0-III



Anna Zgódka,
Zespół Szkół Specjalnych, Pęchery



Mateusz Gajdzicki,
Międzynarodowa Szkoła Podstawowa Towarzystwa Edukcyjnego Vizja, Warszawa



Marta Kapuścińska,
Szkoła Podstawowa z Oddziałami Integracyjnymi nr 22 im. Janusza Korczaka, Płock

NAUCZYCIEL KLAS IV-VIII



Renata Biernacka,
Szkoła Podstawowa z Oddziałami Integracyjnymi nr 30, Warszawa



Agnieszka Szymańska,
Szkoła Podstawowa im. Kazimierza Mroza, Jastrzębia



Renata Jakubowska,
Szkoła Podstawowa nr 15 im. św. Franciszka z Asyżu, Płock

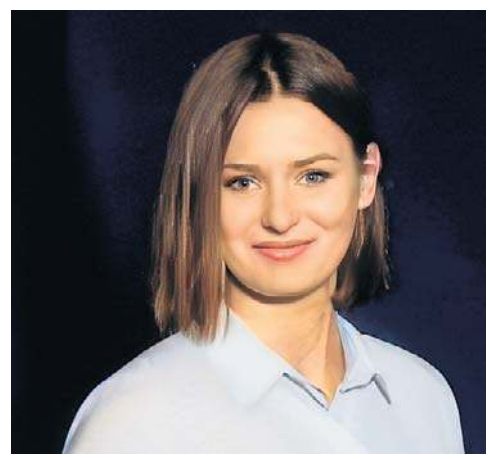
NAUCZYCIEL SZKOŁY PONADPODSTAWOWEJ



Bartłomiej Borek,
Zespół Szkół Kształcenia Zawodowego, Sochaczew



Damian Rukat,
Zespół Szkół nr 1, Ostrów Mazowiecka



Karolina Piotrowska,
Medyczna Szkoła Policealna, Wołomin

eprasa.pl 775b675a4b

WARSZAWA

Więcej darmowych miejsc parkingowych przy Warszawie Zachodniej

Greta Sulik

PKP Polskie Linie Kolejowe udostępniają kilkadziesiąt nowych bezpłatnych miejsc postojowych w okolicach Dworca Zachodniego

Nowe stanowiska udostępniono od wtorku, 24 listopada. Znajdują się od strony ulicy Tunelowej, czyli po stronie warszawskiej Woli. Wszystkie będą bezpłatne dla podróżnych korzystających ze stacji.

Jak poinformowały PKP Polskie Linie Kolejowe, dotychczas przy dworcu mogło zaparkować jedynie 77 aut. Dziś ta liczba wzrasta do 111 miejsc, czyli o około 44 proc.

Dodatkowe 34 miejsca mogą zainteresować przede wszystkim osoby, które dojeżdżają samochodem do Warszawy Zachodniej, a dalszą część trasy pokonują pociągiem. Ze stacji można wyruszyć zarówno w podróż dalekobieżną, jak i skorzystać z połączeń regionalnych oraz aglomeracyjnych.

Nowe stanowiska nie znajdują się one jak kiedyś, od strony Alej Jerozolimskich, lecz przy ulicy Tunelowej na Woli. Przed podróżą warto więc uwzględnić tę informację, żeby nie tracić czasu na szukanie właściwego wjazdu.

Warszawa Zachodnia przeszła gruntowną modernizację, po której stała się jednym z najważniejszych węzłów przesiadkowych w stolicy.

Rozbudowane przejście podziemne, dostęp do peronów oraz połączenia kolejowe sprawiają, że stacja obsługuje zarówno mieszkańców Warszawy, jak i osoby dojeżdżające do stolicy z innych miejscowości. Infrastruktura dworca została również dostosowana do potrzeb osób o ograniczonej mobilności.

Co w dawnym Empiku? Miała być biblioteka, ale wojewoda jej nie chce

Od ponad czterech lat dawny salon Empik stoi pusty. Teraz stołeczny ratusz chce przeznaczyć prawie 4 miliony złotych na jego remont. Zainteresowanych nie brakuje. Kto zajmie zabytkowy budynek przy Nowym Świecie?

Greta Sulik



FOT. DOMENA PUBLICZNA

Słynna kamienica przy Nowym Świecie przejdzie remont za 4 miliony złotych

Budynek przy Nowym Świecie 15/17, tuż przy Rondzie de Gaulle'a i skrzyżowaniu z Alejami Jerozolimskimi, przez dekady był jednym z charakterystycznych punktów centrum Warszawy. Przez niemal 71 lat działał tu salon Empiku, który opuścił lokal w lutym 2022 roku. Od tego czasu nieruchomość pozostaje niezagospodarowana.

Stołeczny ratusz chce przeprowadzić w budynku kompleksowe prace naprawcze i rewitalizacyjne. W lipcu 2026 r. wystąpił do wojewody mazowieckiego o zabezpieczenie pieniędzy na realizację zaleceń Mazowieckiego Wojewódzkiego Konserwatora Zabytków. Zapotrzebowanie obejmuje 3,4 mln zł na 2027 r. oraz 300 tys. zł na 2028 r. Łącznie chodzi o 3,7 mln zł na remont zabytku.

Jak poinformowała rzeczniczka wojewody mazowieckiego Luiza Jurgiel-Żyła, wniosek Zarządu Mienia Skarbu Państwa został przekazany do Ministerstwa Finansów. Pieniądze mają pozwolić na przeprowadzenie prac, których nie dało się zrealizować w ramach dotychczasowego zabezpieczania. Ratusz podkreśla, że dotychczas wykonano już szereg działań pozwalających utrzymać budynek w lepszym stanie, m.in. zabezpieczono uszkodzone schody, uruchomiono instalację wodną i ogrzewania, naprawiono panele podłogowe oraz drewniane drzwi. Miasto przyznaje jednak, że to za mało, by przywrócić nieruchomości pełną funkcjonalność.

– Kompleksowe prace remontowe i rewitalizacyjne budynku przy ul. Nowy Świat 15/17 wymagają zaangażowania znacznych środków finansowych i są uzależnione od uzyskania dotacji celowych z budżetu wojewody mazowieckiego. Dlatego w lipcu 2026 r. wystąpiliśmy do wojewody z wnioskiem o zabezpieczenie środków finansowych na wykonanie prac remontowo-naprawczych – przekazała Marzena Gawkowska, zastępczyni rzeczniczki prasowej stołecznego ratusza.

Przez długi czas zagospodarowanie dawnego Empiku blokowały kwestie prawne. Chodziło o roszczenia zgłoszone przez spółkę RUCH. Sprawa zakończyła się w październiku 2024 r., kiedy minister rozwoju i technologii podtrzymał decyzję wojewody mazowieckiego o umorzeniu postępowania.

Ratusz planował wówczas wydzierżawić nieruchomość na 10 lat w drodze przetargu. Wojewoda wyraził na to zgodę, ale procedura została wstrzymana w lutym 2025 r. Powodem było zainteresowanie budynkiem ze strony Ministerstwa Kultury i Dziedzictwa Narodowego. W mediach pojawiały się wówczas informacje, że mogłaby tam powstać siedziba Narodowego Centrum Kultury. Ministerstwo wycofało się jednak z tej decyzji.

– Budynek ma służyć celom publicznym i nie jest przewidziany pod wynajem komercyjny. Trwają rozmowy z potencjalnie zainteresowanymi jednostkami – instytucjami publicznymi, by wypracować właściwą formę udostępnienia i zagospodarowania nieruchomości – poinformowała Marzena Gawkowska, zastępczyni rzeczniczki prasowej stołecznego ratusza.

Jedną z instytucji zainteresowanych przejęciem nieruchomości była Główna Biblioteka Lekarska im. Stanisława Konopki. Placówka poinformowała nas w pierwszej połowie listopada, że złożyła wszystkie wymagane dokumenty w Urzędzie Miasta Stołecznego Warszawy oraz u wojewody mazowieckiego.

Wojewoda mazowiecki Mariusz Frankowski jednak nie wyraził zgody na dzierżawę budynku dawnego Empiku przy Nowym Świecie dla Głównej Biblioteki Lekarskiej. Argumentował to brakiem możliwości sfinansowania i dostosowania zabytkowego budynku.

– W związku z brakiem wystarczających gwarancji finansowych przedstawionych przez Główną Bibliotekę Lekarską im. Stanisława Konopki, potwierdzających możliwość sfinansowania remontu budynku oraz dostosowania go do planowanej działalności, Wojewoda Mazowiecki nie wyraził zgody na jego wydzierżawienie – mówi rzeczniczka wojewody mazowieckiego Luiza Jurgiel-Żyła.

DROBNE

Nieruchomości

MIESZKANIA - KUPIĘ

INNE

Kupię mieszkanie zadłużone, z trudnym lokatorem, komornikiem, udziały. Gotówka, 883-402-202

DZIAŁKI, GRUNTY SPRZEDAM

BUDOWLANA

OKAZYJNIE, Ząb, ul. Potoczki, 1ha, widok na Tatry 781 776 612

Handlowe

MASZYNY URZĄDZENIA

KUPIMY maszyny do obróbki metalu i drewna. Tel.: 782-592-790.

Różne

GOTÓWKA za KSIĄŻKI,, 668-571-329

Rolnicze

INNE

NAWOZY NPK, MG, S, N 6%, P 16%, K 28%, S 9%, MG 7% Cena 2.200 zł/tona, 500-669-621

AUTOREKLAMA

ibo TWOJE DOMOWE BIURO OGŁOSZEŃ

Ogłoszenia drobne
w Twojej gazecie
przez Internetowe
Biuro Ogłoszeń.
Bez wychodzenia z domu.



ibo.polskapress.pl

eprasa.pl 775b675a4b

PIŁKA NOŻNA

Sędzia Marciniak podpadł Anglikom. Puchacz wzięty na karuzelę przez Barcelonę

Jacek Czaplewski

Angielskie media, ale i trener Mauricio Pochettino, nie pozostawili suchej nitki na Szymonie Marciniaku. Według nich polski sędzia wypaczył wynik meczu Manchesteru United w Lidze Mistrzów.

45-letni Marciniak od przeszło dekady regularnie gwiżdże mecze w Champions League. W 2023 roku poprowadził nawet finał, gdy był na szczycie hierarchii po udanym finale mistrzostw świata. W tej edycji za nim już trzeci występ w fazie ligowej. I właśnie po nim jest najgłośniej – niestety, z powodu kontrowersyjnych decyzji.

Decyzją UEFA doświadczony arbiter został wysłany w środę do Portugalii na mecz Sportingu Lizbona z Manchesterem United, zakończony remisem 2:2. Rozgoryczeni po jego ostatnim gwizdku są przede wszystkim Anglicy. Mają za złe, że nie uznał im dwóch bramek, zaś podyktował dwa rzuty karne dla gospodarzy, którzy na dodatek kończyli w przewadze po wyrzuceniu z boiska Youriego Tielemansa w doliczonym czasie gry.

– Zostaliśmy mocno ukarani w kluczowych sytuacjach – grzmiał przed kamerami nowy trener Czerwonych Diabłów Mauricio Pochettino. Na prośbę o doprecyzowanie Argentyńczyk zamilkł i wymownym gestem zasugerował, że nic więcej nie powie, bo zostanie ukarany za kontestowanie decyzji sędziego.

Bardziej wylewny okazał się za to emerytowany sędzia angielskiej Premier League Mark Halsey. Według Anglika w pierwszej połowie doszło do „absolutnej kompromitacji", kiedy Polak nie uznał bramki Amada Diallo, doszukując się faulu wspomnianego Tielemansa, cofającego de facto nogę przed nadbiegającym rywalem. Zespół VAR, w którym zasiadał m.in. Piotr Lasyk, nie zainterweniował...

Ponadto Marciniaka skrytykował Owen Hargreaves, były pomocnik United, za to, że – jego zdaniem – chciał być pierwszoplanową postacią, wręcz gwiazdą meczu. – Liczba złych decyzji, jakie podjął, była oszałamiająca – stwierdził Hargreaves, będący obecnie telewizyjnym ekspertem.

Wzburzenia nie krył też Ashley Young. Były obrońca określił jego pracę mianem hańby. – Marciniak zaliczył najgorszy występ, jaki można sobie wyobrazić, a przecież prowadził finał mistrzostw świata. Powinien dostać notę minus dziesięć, tak był słaby – stwierdził w podcaście BBC Sports. Media z Wysp domagają się zawieszenia Marciniaka. Szybko obliczono, że przez jego błędy klub z Old Trafford stracił szansę na 1,2 mln funtów z tytułu premii za zwycięstwo.

Inaczej swój dzień w Lidze Mistrzów wyobrażał sobie także Tymoteusz Puchacz. Reprezentant Polski z azerskiego Sabahu Baku ostrzył sobie zęby na pojedynki z Laminem Yamalem. Gwiazdor FC Barcelony jednak nie wziął udziału w meczu z powodu kontuzji, za to popis dali inni, co poskutkowało wynikiem 1:4.

Nasz rodak mniej lub bardziej był zamieszany w utratę każdej z bramek. Szczególnie brutalnie obszedł się z nim Karim Adeyemi. – To najlepszy zespół, z jakim przyszło mi się mierzyć. Ten wynik to i tak najniższy wymiar kary. Niesamowici piłkarze – stwierdził Puchacz w Canal+ Sport.

ŁYŻWIARSTWO SZYBKIE

Władimir Semirunnij: Mam więcej spokoju i komfortu

Zbigniew Czyż

Rozmawiamy z Władimirem Semirunnijem, wicemistrzem olimpijskim z Mediolanu w łyżwiarstwie szybkim na dystansie 10 000 metrów

Za nami inauguracja Pucharu Świata. W Pekinie nie wywalczyłeś medali, za to z Obihiro przywiozłeś dwa. Indywidualnie stanąłeś na najniższym stopniu podium na 5000 metrów.

Cieszę się z tego wyniku, tym bardziej że w Azji byłem po raz pierwszy. Miałem lekki problem z jet lagiem, to dla mnie nowe doświadczenie, ale myślę, że dobrze sobie z tym poradziłem, bo wywalczyłem pierwszy medal w tym sezonie. W październikowych mistrzostwach Polski zdobyłem też trzy złote medale, więc początek sezonu jest dla mnie całkiem dobry. Wciąż jednak jest jeszcze trochę do poprawienia.

W Japonii lepsi od ciebie okazali się tylko Czech Metodej Jilek oraz Norweg Sander Eitrem, ale pokonałeś dwóch Włochów, którzy w Chinach byli od ciebie szybsi.

Początek sezonu zazwyczaj mam słabszy, podobnie było w poprzednim roku przed igrzyskami olimpijskimi. Będę się rozkręcał i wierzę, że niebawem będę szybszy zarówno od reprezentanta Czech, jak i Norwegii. Swoją formę w tym sezonie buduję stopniowo – wszystko, co najlepsze, chcę pokazać pod koniec sezonu.

W Japonii razem z Mateuszem Śliwką i Szymonem Kwapiszem zdobyłeś też brązowy medal w rywalizacji drużynowej. Wyprzedzili was tylko Rosjanie oraz Włosi.

Ten wynik na pewno też jest cenny, mam nadzieję, że podobnie będzie w kolejnych startach.

Po zawodach w Azji wróciłeś na krótko do Polski, a w przyszłym tygodniu już kolejne zawody w Holandii.

Jadę tam wygrać na dziesięć kilometrów. Bardzo lubię tor w Heerenveen.

Pod koniec lutego w Pekinie odbędą się mistrzostwa świata. Na których dystansach się skoncentrujesz?

To będzie docelowa impreza w tym sezonie. Moim ulubionym dystansem jest rywalizacja na dziesięć kilometrów, ale ja lubię wszystkie, dlatego celem będzie jak najlepszy występ także na pięć kilometrów, na tysiąc pięćset metrów, a także w drużynie.

Jak zmieniło się twoje życie po wywalczeniu olimpijskiego srebra podczas igrzysk we Włoszech?

Tak naprawdę nic się nie zmieniło. Czuję się tak samo, trenuję tak samo... Jedynie mam więcej komfortu i spokoju ze względów finansowych.

A co dalej z nową dyscypliną, kolarstwem? We wrześniu wspólnie z Erykiem Marciniakiem wywalczyłeś złoty medal w mistrzostwach Polski dwójek w jeździe na czas.

Będę chciał w kolejnym roku znowu spróbować sił w tej dyscyplinie. Chcę zobaczyć, jak to się rozwinie.



FOT. MAREK OBSZARNY

Władimir Semirunnij: Trenuję w Tomaszowie, mieszkam raczej w Spale. Wszystko jest bardzo dobrze poukładane, jestem zadowolony

SKOKI NARCIARSKIE

Po katastrofie na inaugurację w Ruce czekamy na rehabilitację naszych panów

Zbigniew Czyż

W sobotę i niedzielę w fińskiej Ruce odbędą się kolejne zawody Pucharu Świata w skokach narciarskich. Na dziś zaplanowano kwalifikacje.

Po bardzo nieudanych dla Biało-Czerwonych konkursach w Lillehammer Polacy zostali w Skandynawii. Trener kadry Maciej Maciusiak obiecał, że skoczkowie zrobią wszystko, żeby się poprawić, a praca wykonana przed sezonem wcześniej czy później przyniesie efekty. W Ruce Polacy wystąpią w składzie: Kacper Tomasiak, Klemens Joniak, Maciej Kot, Paweł Wąsek, Dawid Kubacki i Jakub Wolny.

Niestety, Ruka nie jest specjalnie szczęśliwa dla Biało-Czerwonych. Do tego skocznia Rukatunturi znana jest z porywistych podmuchów, które sprawiają poważne problemy organizatorom. Zawody są często przerywane, a nawet odwoływane, jak jeden z ubiegłorocznych konkursów. Kilku skoczków miało tam groźne upadki.

Dzisiejsze kwalifikacje rozpoczną się o godz. 17.15. Start sobotniego konkursu zaplanowano na godz. 16.30, a niedzielnego na 14.20. Podczas weekendu odbędą się też dwa konkursy indywidualne PŚ kobiet w Hinzenbach. W Austrii wystąpią Anna Twardosz i Kamila Karpiel.



Podczas inauguracji sezonu w Norwegii Biało-Czerwoni „wyskakali" raptem 4 punkty w Pucharze Świata. Wszystkie Kacper Tomasiak...

eprasa.pl 775b675a4b

PLEBISCYT SPORTOWY 2026

Przez trudy, wyrzeczenia i godziny treningów do sukcesów i gwiazd

Ponad trzy tygodnie emocji związanych z Plebiscytem Sportowym już za nami. A przed nami kolejny młody talent, jaki prezentujemy w ramach tej akcji.

W kategorii Sportowy Talent Roku znajdziecie dzieci i młodzież, dla których sport to zdecydowanie coś więcej niż sposób na spędzanie wolnego czasu. To pasja! Pasja, której podporządkowują swój wolny czas. Pasja, dla której są skłonni do wielu wyrzeczeń. Pasja, która motywuje do działania, uczy wytrwałości i daje radość z pokonywania własnych ograniczeń. - Najmłodsi uczestnicy tegorocznej edycji Plebiscytu Sportowego pokazują, że talent rozwija się dzięki systematycznej pracy, zaangażowaniu i miłości do wybranej dyscypliny - mówi Katarzyna Adamczyk, dziennikarka opiekująca się redakcyjną odsłoną akcji.

Dziś kolejny raz przedstawiamy młodego sportowca, który swoją postawą, osiągnięciami i charakterem może inspirować rówieśników. - Godziny spędzone na treningach, pierwsze sukcesy i kolejne wyzwania sprawiają, że rozwija nie tylko swoje umiejętności, o czym opowiedzieli nam najbliżsi młodego sportowca - mówi dziennikarka.

Poznajcie więc kolejny młody talent, który udowadnia, że ta iskra boża, choćby największa, najlepiej rozkwita tam, gdzie spotyka się z pasją, zaangażowaniem, wytrwałością i ciężką pracą.

SPORTOWY TALENT ROKU

Michalina kopała piłkę, zanim nauczyła się chodzić

Michalina kopała piłkę zanim zaczęła dobrze chodzić - mówi nam Natalia Stanulewicz. Zapytana o to, kiedy dziewczynka zainteresowała się tym sportem, odpowiada, że pierwszy udział w treningach rozpoczął się zanim skończyła 5 lat. Michalina Michalska od tamtej pory niemal nie rozstaje się z piłką. Na co dzień trenuje w drużynie DKS Dobre Miasto, gdzie razem z zespołem walczy o jak najlepsze wyniki. Oprócz treningów grupowych bardzo dużo pracuje też indywidualnie, żeby ciągle poprawiać swoją technikę i stawać się coraz lepszą zawodniczką. Jak sport zmienił małą piłkarkę?



Czego ją nauczył? Czy coś się u niej zmieniło dzięki regularnym treningom? - Uczy się dyscypliny, walki oraz tego, że pomimo niepowodzeń nie należy się poddawać. Gra w drużynie z chłopcami, więc tym bardziej musi walczyć o swoją pozycję w drużynie - wyjaśnia pani Natalia.

PREZENTUJEMY SPORTOWE TALENTY, KTÓRE DO TEJ PORY ZDOBYŁY NAJWIĘCEJ GŁOSÓW



Krystyna Nieśmiałek, Softball, WUKB Centaury Warszawa



Michalina Michalska, Piłka nożna, DKS Dobre Miasto



Antoni Ciarka, piłka nożna, Wisła Płock



Julek Falkiewicz, Piłka nożna, MKS Pilica Białobrzegi



Zuzanna Patejko, Bieg na orientację, KOS Warszawa



Yeva Pisklova, Kajakarstwo klasyczne, UKS Water crew 406 Warszawa



Ryszard Rychcik, Piłka nożna, Mławianka Mława



Kuba Ratyński, Piłka nożna, Legia Warszawa



Natan Benda, Piłka nożna, AP Żyrardowianka



PATRON PLEBISCYTU SPORTOWEGO

KRAJOWE ZRZESZENIE LUDOWE ZESPOŁY SPORTOWE

POZNAJ LIDERÓW

Oto aktualni liderzy głosowania w miastach i powiatach naszego regionu oraz czołówka rankingu wojewódzkiej kategorii Sportowy Talent Roku

SPORTOWIEC ROKU - KOBIETY

1. **Maryna Straltsova,** Triathlon, Warszawa
2. **Anastazja Proczuchan,** triathlon, Szkoła Triathlonu, powiat grodziski
3. **Justyna Dąbrowska,** kalistenika, Activ Life Treningi Płock, Płock i powiaty płocki i gostyniński

SPORTOWIEC ROKU - MĘŻCZYŹNI

1. **Adam Antoński,** piłka siatkowa, SKS Iskra Warszawa, Warszawa
2. **Wojciech Przybylski,** piłka siatkowa, SKS Iskra Warszawa, Warszawa
3. **Kacper Siwic,** piłka siatkowa, IŁ Capital Huragan Wołomin, powiat wołomiński

TRENER ROKU

1. **Julian Markiewicz,** piłka nożna, Legia Soccer Schools, Warszawa
2. **Adrian Śliwiński,** piłka nożna, AP Podaj Dalej GIRLS, powiat pruszkowski
3. **Bartosz Maroński,** piłka nożna, MUKS Julianów, powiat piaseczyński

SPORTOWY TALENT ROKU

1. **Kuba Ratyński,** Piłka nożna, Legia Warszawa
2. **Natan Benda,** Piłka nożna, AP Żyrardowianka
3. **Krystyna Nieśmiałek,** Softball, WUKB Centaury Warszawa

DRUŻYNA ROKU

1. **Akademia Piłkarska Piastovia Piastów,** piłka nożna, powiat pruszkowski
2. **Korona Szydłowo,** piłka nożna, powiat mławski
3. **GOKiS Celestynów,** piłka siatkowa, powiat otwocki

Sprawdź aktualne wyniki i głosuj na polskanews.pl/plebiscyt-sportowy

eprasa.pl 775b675a4b

uniwersalny fachowiec od drobnych napraw
chabeta część pasa barkowego
... Halleya zdobywa szczyty
dawny żaglowiec
kumpel brodacza prowadzi procesję
siwizna
gawron
figiel, psikus
mięso na kotlety
wieś Kochanowskiego
M-1 krasuli „... za wsią”
szlakowy w osadzie
ślad sarny na trawie
dawna granica miasta
... Barbarzyńca
krótki podpis
przenosi malarię
papier na ścianie
parmezan lub rokfor
język epiki
serwis na stół
formacja piłkarska
ryba śledziowata
surowy befsztyk
sankcja
pies gończy
typ wybrzeża
szwajcarski zegarek
ajer
wyspa z Hawaną
autobus produkcji czeskiej
tajniki sztuki
główna rzeka Jakucji
chorobliwy zwid
twarda skała, podwalina
kajdany, okowy
broń Wilhelma Tella
rodzaj kobiecej fryzury
długie żerdzie
zasiali go górale
ochronny kolor munduru
tłum, chmara
największa z antylop
Floriańska w Krakowie
ścisk w autobusie
ruchoma część maszyny
osesek kłapoucha
akt prawny
rybi tłuszcz
dokumenty
brat Mojżesza
śnieżny muzeum w Zakopanem
przyjaciel Aramisa
imię Barcisia
kamień ozdobny
wytyczona droga
stan w USA z Des Moines
łosoś pacyficzny
dawna animozja, uraza
zasięg działania
dostarcza tapioki
... Kordek, polski aktor
naczynie na datki
niewygodne łóżko
wojskowa czapka
śpiew z podkładem
krzywonosy ptak
kościół parafialny
epizodyczna w filmie
szata rzymianina
trąbka sygnałowa
paciorki
hazardowa gra w karty
nad parapetami
grecki bóg wojny
czynny wulkan na Sycylii
wielkanocny symbol
ryba z Bałtyku
technika skoku wzwyż
stolica kraju piramid
potoczna nazwa Oceanu Spokojnego
Sergio, piłkarz z Hiszpanii
protegowany krewny
szermiercza arena
wieniec zwycięstwa
świecąca reklama
„... orła”, polski serial
stolica Komorów
nastrój powagi
ozdobna, twarda żywica
zaskakująca sprzeczność
imię Zoli
do mycia podłóg
Apacz lub Nawaho
zespół przyrządów
pieśń gondolierów
buduje mosty pontonowe
Akira, reżyser filmu „Ran”
bałkańska wódka
nożyce ogrodnicze
klejona lepikiem
imię Chaczaturiana
lampart, leopard
paryska rzeka
marka telewizora
miara gruntu
narzędnik
amerykański torbacz, dydelf
wczesna pora dnia
odmiana jabłoni
pies pokojowy
ostry wiraż
lody włoskie
niemieckie województwo
produkt z młyna
areszt, paka
ogrodzenie wokół zagrody
narzędzie murarza
rzeka w Mongolii i Rosji
węgierska puszta
mieszkaniec Baku
stolica Peru
fusy na dnie rondla
odstęp między kołami
łóżko dla mata
wyspa filipińska
wymaga dowodu
mienie, dobytek
baśniowy stwór
kierownica jachtu
miasto w Belgii
skóra na cholewki
azjatycki pojazd
gazela lub żyrafa
machina oblężnicza
bucha z kotła

AUTOPROMOCJA 0310987243

Twoja gazeta w prenumeracie z Tele Magazynem

tel. 12 312 53 88
bok.prenumerata@polskapress.pl
prenumerata.polskatimes.pl

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25

Litery z pól ponumerowanych od 1 do 25 utworzą rozwiązanie: myśl Kornela Makuszyńskiego.

SŁOWNIK: CIOSA, MORONI, LOKEREN, LUZON, ONON, RAMOS.

ROZWIĄZANIE: NIE BYŁOBY RADOŚCI BEZ SMUTKU.

eprasa.pl 775b675a4b

BEZPŁATNY DODATEK DO DZIENNIKÓW REGIONALNYCH POLSKA PRESS GRUPY ISSN 1231-6830 | nr 48

SPECTRE
PIĄTEK, TVN 20:00

MARATOŃCZYK
SOBOTA, TVP 1 23:30

WIELKI GATSBY
NIEDZIELA, PARAMOUNT 16:50

CARTE BLANCHE
WTOREK, KINO POLSKA 20:00

TELEMAGAZYN



TEATR TV
WOJNA PELOPONESKA
PONIEDZIAŁEK, TVP 1 20:55

\+

WŁADCY UMYSŁÓW
NIEDZIELA, TV 6 11:50

TRUMPOWIE. POZŁACANA DYNASTIA
NIEDZIELA, FOKUS TV 22:00

SKOKI NARCIARSKIE MĘŻCZYZN
PUCHAR ŚWIATA W RUCE
SOBOTA, TVN 16:30

KOGO WYBIORĄ KARDYNAŁOWIE NA PRZYWÓDCĘ KOŚCIOŁA?
PONIEDZIAŁEK, POLSAT 20:35

Konklawe

+ VOD

GENIALNA M. Sprzątaczka z bardzo wysokim IQ pomaga policji, *SERIAL, SKYSHOWTIME*
MĘŻCZYZNA Z WORKIEM. Schwarzenegger jako Święty Mikołaj, *FILM, PRIME VIDEO*
DUMA I UPRZEDZENIE. Serialowa wersja powieści Jane Austen, *SERIAL, NETFLIX*

PROGRAMY OD 27 LISTOPADA DO 3 GRUDNIA 2026

w internecie i aplikacji TELEMAGAZYN.PL

eprasa.pl 775b675a4b

Skoki narciarskie: Puchar Świata mężczyzn w Ruce

Konkurs odbywa się na skoczni HS 142 w Ruce w Finlandii

SOBOTA TVN 16:30

W ośrodku sportów zimowych Ruka znajduje się najstarsza szkoła narciarska w Finlandii, utworzona w 1956 r. Odbywają się tu międzynarodowe imprezy narciarskie, takie jak Puchar Świata w skokach narciarskich oraz mistrzostwa świata w narciarskim freestyle'u.


SPORT

Koncert Jimek / Orkiestra / Goście – Historia polskiego hip-hopu. Rozdział III. Ostatni

Zakończnie projektu rozpoczętego w 2022 r.

SOBOTA POLSAT 22:00

12 września 2026 roku na warszawskim Lotnisku Bemowo Radzimir Dębski, znany jako JIMEK, zaprezentował finałową odsłonę projektu. Wystąpili m.in.: O.S.T.R., Molesta Ewenement, Eldo, Fokus i Rahim oraz Abradab.


ROZRYWKA

Teatr TV: Wojna peloponeska

Scenariusz spektaklu powstał na podstawie kroniki Tukidydesa

PONIEDZIAŁEK TVP1 20:55

Historia ukazuje brutalną i wyniszczającą wojnę peloponeską, która doprowadziła do upadku Aten. Spektakl skupia się na mechanizmach wojny, które niezmiennie prowadzą od porządku do chaosu, niszcząc nie tylko ludzkie życie, ale także moralność i etykę.


ROZRYWKA


ROZRYWKA

Violetta – taka jestem – Koncert Violetty Villas

Piosenki dla niej komponowali m.in. Władysław Szpilman i Wojciech Kilar

NIEDZIELA TVP KULTURA 18:10

Jej głos klasyfikowano jako sopran koloraturowy o szerokiej skali. Grała na fortepianie, puzonie i skrzypcach. Zaliczano ją do najbardziej rozpoznawalnych artystek estradowych. W prasie francuskiej i amerykańskiej nazywano ją „głosem ery atomowej" oraz „białym krukiem wokalistyki światowej". Biegle mówiła po polsku, francusku i rosyjsku, znała także niemiecki i waloński. Koncert Violetty Villas odbył się 2 grudnia 1999 r. w Teatrze Wielkim w Łodzi. Artystka śpiewała największe przeboje w nowych aranżacjach. Towarzyszyła jej orkiestra symfoniczna pod dyrekcją Marcina Niesiołowskiego, sekcja muzyczna Grzegorza Piotrowskiego i chór męski „Szansy na sukces".

Camp Century – zimna wojna pod lodem

Topniejące lodowce mogą odsłonić odpady około 2090 r., co doprowadzi do katastrofy

SOBOTA TVP DOKUMENT 21:45

W 1959 roku na Grenlandii armia amerykańska zbudowała tajne miasto pod lodem. Z powodu dryfu lodu obóz został opuszczony siedem lat później. Zostały tam jednak ogromne ilości toksycznych i radioaktywnych odpadów.


DOKUMENT

Trumpowie. Pozłacana dynastia

Dzieci, zięciowie i wnuki Donalda Trumpa zostali włączeni w sprawowanie władzy

NIEDZIELA FOKUS TV 22:00

Dokument analizuje, jak biznes, lojalność i polityka splatają się w jednym z najbardziej wpływowych i kontrowersyjnych amerykańskich rodów. Wraz z inauguracją Donalda Trumpa jako 47. prezydenta USA do struktur władzy wkroczyła cała jego rodzina.


DOKUMENT

Ewangelia dobrobytu. Historia kapitalizmu

Czy liberalna polityka opłaca się największym przedsiębiorcom?

PONIEDZIAŁEK PLANETE+ 22:00

Na początku rewolucji przemysłowej producenci ustanowili monopole. W 1913 roku wprowadzono podatek dla najbogatszych. Po wielkim kryzysie liberałowie opowiedzieli się za nowym ładem. Ale konserwatyści chcieli dawnego porządku.


DOKUMENT

Buntowniczka nie z wyboru

Film rozprawia się z mitami, związanymi z kontrowersyjnym życiem słynnej pisarki

WTOREK TVP DOKUMENT 19:05

Choć można spotkać opinię, że Maria Konopnicka była feministką, po bliższym przyjrzeniu się losom pisarki, opinia ta wydaje się mocno naciągana. Ryzykowne jest też uznanie jej za skandalistkę. Była przede wszystkim uwikłana w skomplikowaną sytuację życiową.


DOKUMENT

Wojny Rosji

Kiedy Rosja chwytała przed laty za broń, cały świat wstrzymywał oddech

ŚRODA TVP HISTORIA 21:55

Piotr I Wielki i Katarzyna Wielka podbili część północnej Europy, Krym i Kaukaz. Ich następcy obronili kraj przed Napoleonem i utrzymali pozycję Rosji wśród mocarstw. Dobra passa skończyła się na Mikołaju II, który doprowadził do upadku monarchii i imperium.


DOKUMENT

SERIALE ZAGRANICZNE

Splątane losy

TVP1 14:00

Komisarz Serkan prowadzi śledztwo w sprawie zabójstwa Remziego. Próbuje ustalić, kim jest tajemnicza dziewczynka ze zdjęcia, które Halil zgubił na miejscu zbrodni. Münevver opowiada Çetinowi o Tahsinie. Zazdrosna Ezgi pragnie pozbyć się Yasemin.

La Promesa - pałac tajemnic

TVP 2 15:05



Wszyscy mieszkańcy pałacu są w szoku po tym, jak Manuel poinformował rodzinę o swoim związku z Janą. Alonso próbuje wyperswadować synowi ślub ze służącą, ale ten w imię miłości jest gotów zrezygnować z przywilejów i tytułu. Narzeczonych wspierają Catalina, Martina i Curro.

Dziedzictwo

TVP1 16:00

Cennet w końcu zgadza się na tradycyjne oświadczyny Poyraza i Nany, a cała rodzina z entuzjazmem rozpoczyna przygotowania do tej ważnej uroczystości. Tymczasem Sinan zatrzymuje Turguta Evrensoya.

Panna młoda

TVP 2 17:20

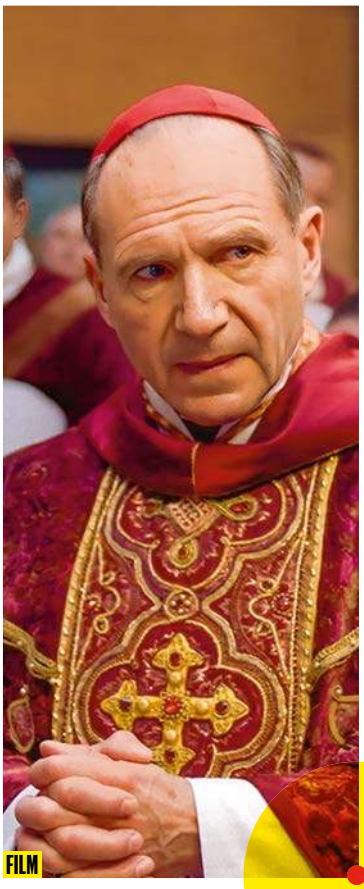


Wzruszony Cihan słucha bicia serca dziecka Hancer. Beyza pośpiesza prawniczkę. Do Mukadder i Sinem przychodzi kandydat na męża. Derya umiejętnie kieruje karierą Cemila. Sila sprowadza Metina do domu Engina...

Akacjowa 38

TVP1 18:40

Raul jest nadal nieznośny. Reprymenda Servando nie pomaga, a z mieszkania Samuela chłopak kradnie porcelanową figurkę. Ojciec Telmo przekonuje Lucię, że Samuel nią manipuluje.


FILM

Konklawe

Film dostał Oscara za najlepszy scenariusz adaptowany i był nominowany do tej nagrody w siedmiu innych kategoriach

PONIEDZIAŁEK POLSAT 20:35 ★★★★

Po śmierci papieża kardynałowie zjeżdżają do Watykanu na konklawe, by wybrać nowego przywódcę Kościoła. Obradom przewodniczy kardynał Lawrence. Czterej prawdopodobni kandydaci to: reformator Bellini, Adeyemi z Nigerii, konserwatysta społeczny, umiarkowany Tremblay z Kanady oraz Tedesco z Włoch, tradycjonalista. Współpracując z siostrą Agnes, główną kwatermistrzynią, Lawrence odkrywa prawdę o przeszłości Tremblay'a. Gdy zaostrza się walka dwóch wrogich frakcji, a na jaw zaczynają wychodzić inne tajemnice, kompromitujące kandydatów, staje przed dylematem. Zachować bezstronność i pozwolić wybrać osobę niegodną? Czy zaangażować się po jednej ze stron?

Film fabularny W. Bryt./USA 2024, reż. Edward Berger, występują: Ralph Fiennes, Stanley Tucci, Isabella Rossellini

Spectre

Wiadomość związana z przeszłością Bonda kieruje go do Meksyku, a potem do Rzymu

PIĄTEK TVN 20:00 ★★★

Bond trafia na spotkanie, podczas którego dowiaduje się o istnieniu organizacji SPECTRE.


FILM

W Londynie M toczy batalię o przyszłość MI6. Bond prosi przyjaciół o pomoc w odnalezieniu Madeleine, córki dawnego wroga, która może być kluczem do rozwikłania zagadki.

Do usług szanownej pani

To będzie szansa, by wróciła mu chęć życia

SOBOTA HBO 10:30 ★★★

Po śmierci żony Andrew pogrąża się w depresji. Zostawia swoją firmę w Londynie i jedzie do Francji, by zatrudnić się jako służący. Nikt tam nie zna jego prawdziwej tożsamości i to mu się podoba. Niestety, gdy pojawia się w wybranej posiadłości, nic nie wygląda tam tak, jak to sobie wyobrażał.


FILM


FILM

Maratończyk

Laurence Olivier jako hitlerowski zbrodniarz!

SOBOTA

TVP1 23:30 ★★★★

W wypadku ginie Klaus, brat zbrodniarza hitlerowskiego Christiana Szella, który musi sam przyjechać do USA, aby podjąć zdeponowane w banku diamenty. Ludzie Szella porywają maratończyka Babe'a, gdyż jego brat tropił hitlerowca. Torturują sportowca, by dowiedzieć się, co powiedział mu przed śmiercią zamordowany przez nich brat.

Władcy umysłów

Czy kontrolujemy nasze przeznaczenie?

NIEDZIELA TV6 11:50 ★★★★

David startuje w wyborach do Senatu. W wieczór wyborczy poznaje tancerkę Elise. Kilka dni później znowu spotyka ją, w autobusie. Zauroczona dziewczyna daje mu numer telefonu. Wydaje się, że jest to piękny początek romansu. Jednak tajemniczy mężczyzna radzi politykowi, żeby nie spotykał się z Elise.


FILM

Hotel Mumbaj

Szef hotelowej kuchni gotów jest zaryzykować życie, by spróbować uratować swoich gości

PONIEDZIAŁEK TVP2 22:55 ★★★★

Bombaj, 26 listopada 2008 roku. Islamscy terroryści napadają na hotel Taj Mahal Palace.


FILM

Ponad tysiąc gości oraz pracowników placówki zostaje uwięzionych w wielopiętrowym labiryncie, w którym za każdym rogiem czai się śmierć. Rozpoczyna się walka o przetrwanie.

Książę i aktoreczka

Marilyn Monroe i Laurence Olivier

CZWARTEK

TVP KULTURA 20:05 ★★★★

Londyn, rok 1911. W czasie przygotowań do koronacji Jerzego V do stolicy przybywa rodzina królewska z Karpatii. Książę regent Charles jest zafascynowany amerykańską aktorką rewiową Elsie. Ale kobieta marzy o czymś więcej, niż o krótkiej przygodzie. Książę musi zdecydować, czy w jego życiu znajdzie się miejsce na poważny związek.


FILM

plus VOD

GENIALNA M.

SKYSHOWTIME, Serial



Marta (Agnieszka Dygant) pracuje jako sprzątaczka na komisariacie w Bielsku-Białej. Pewnego wieczoru, porządkując pomieszczenia, zwraca uwagę na tablicę z materiałami dotyczącymi śledztwa, które od dłuższego czasu nie posuwa się naprzód. Kierowana ciekawością analizuje zgromadzone dowody i dostrzega szczegół, który umknął śledczym. Dzięki jej spostrzeżeniu policja wpada na nowy trop prowadzący do sprawcy. Wkrótce wychodzi na jaw, że Marta posiada wyjątkowy talent analityczny i iloraz inteligencji wynoszący aż 160. Jej potencjał okazuje się bezcenny przy rozwiązywaniu zagadek kryminalnych. Premiera 8-odcinkowego serialu 2 grudnia na SkyShowtime.

MĘŻCZYZNA Z WORKIEM

PRIME VIDEO, Film

Arnold Schwarzenegger wciela się w nietypową wersję Świętego Mikołaja. Fabuła rozpoczyna się tuż przed Bożym Narodzeniem, gdy w tajemniczych okolicznościach znika magiczny worek z prezentami. Aby go odzyskać, Mikołaj zwraca się o pomoc do Vance'a (Alan Ritchson), zawodowego włamywacza znajdującego się na liście niegrzecznych. Mężczyzna kompletuje ekipę specjalistów, która ma przeprowadzić ryzykowną misję. Premiera filmu na Prime Video 2 grudnia.

DUMA I UPRZEDZENIE

NETFLIX, Serial

Serialowa ekranizacja powieści Jane Austen. Życie pięciu sióstr Bennet zmienia się, gdy do okolicy przybywają bogaci i atrakcyjni kawalerowie. W świecie, w którym o przyszłości młodych kobiet często decyduje korzystne zamążpójście, bohaterki muszą odnaleźć się między uczuciami, rodzinnymi problemami i wymaganiami społeczeństwa. Podczas, gdy Jane zbliża się do pana Bingleya, Elizabeth nie potrafi znaleźć wspólnego języka z wyniosłym panem Darcym. 6-odcinkowy serial na platformie Netflix zadebiutuje 3 grudnia.



eprasa.pl 775b675a4b

TVP 1



Pociąg widmo

7.00 Msza św. na Jasnej Górze **7.30** Agape blisko Ciebie (145) **8.00** Serwis Info **8.25** Okrasa łamie przepisy (435): Grzyby z kapustą **9.05** Ranczo (68): Narracja negacji **10.00** Komisarz Alex (21): Zapach zbrodni **11.00** Ojciec Mateusz (333): Awans **12.00** Serwis Info **12.10** Agrobiznes **12.40** Magazyn rolniczy **12.55** Zwierzęta (10): Płazy **14.00** Splątane losy (97) (s.2)

15.00 Serwis Info – magazyn
15.10 Reporterzy – magazyn
15.35 Gra słów. Krzyżówka
16.00 Dziedzictwo (1080) (s.2)
17.00 Teleexpress
17.25 Jaka to melodia?
18.05 Klan (4785)
18.40 Akacjowa 38 (1008) (s.2)
19.30 19.30
19.55 Pytanie dnia
20.30 Pociąg widmo (4)
Obmyślona przez Huda próba zatrzymania pociągu grozi katastrofą. Abby odkrywa, że zagrożenie może być większe, niż ktokolwiek sobie wyobrażał. Nakłania Joego, by dalej z nią współpracował.
21.25 Powrót na „Ranczo” (5)
22.00 Różyczka 2 – film histor.
★★★ Polska 2023 (s.5)
Reż. Jan Kidawa-Błoński, wyk. Magdalena Boczarska, Mateusz Banasiuk, Robert Więckiewicz
23.55 Za dziesięć minut północ
★★★ – film krymin. USA 1983
Reż. J. Lee Thompson, wyk. Charles Bronson, Lisa Eilbacher, Andrew Stevens
1.45 Skazany na bluesa – film
★★★★ biograf. Polska 2005

TVP 2



Barwy szczęścia

5.30 M jak miłość (1890) **6.20** Anna Dymna – spotkajmy się (457) **6.55** Barwy szczęścia (3449) **7.30** Pytanie na śniadanie – program inform.-publicyst. **11.45** Operacja zdrowie (94) **12.30** Koło fortuny – teleturniej **13.15** Panna młoda (259) – serial obycz. Turcja 2024 **14.05** Va banque – teleturniej **14.35** Na sygnale (961): Widmo teściowej – serial obycz. Polska 2026

15.05 La Promesa – pałac tajemnic (529) (s.2)
– telenowela Hiszp. 2024
16.00 Koło fortuny – teleturniej
16.35 Familiada – teleturniej
17.20 Panna młoda (260) (s.2)
– serial obycz. Turcja 2024
18.15 Va banque – teleturniej
18.50 Jeden z dziesięciu
– teleturniej, prowadzenie Tadeusz Sznuk
19.25 Barwy szczęścia (3449)
– serial Polska 2026
19.55 Domowe patenty (21)
20.05 Barwy szczęścia (3450)
Ignacy budzi się bez pamięci w lokalu Madzi. Jednak pomaga jej odnaleźć skradzioną kreację na pokaz, spędzając z nią cały dzień. Renata odmawia Marcinowi kibicowania na meczu. Malwina spędza z rodziną piknik za miastem.
20.40 Kocham Cię, Polsko!
22.15 Gabi Drzewiecka zaprasza
23.15 COMA RE – START wywiad
0.00 To jest grane (113) – prog. muz. Marka Sierockiego
0.35 Syn (3, 4) – serial USA
2.15 Książę z innej bajki
★★★ – komedia romantyczna USA/Kanada 2023

Polsat



Pierwsza miłość

5.25 Telezakupy TV Okazje **6.00** Nowy dzień – magazyn inform. **8.00** Halo tu Polsat – program informacyjno-publicystyczny **11.40** Na ratunek 112 (942): Pisarka – serial fabularno-dokumentalny Polska 2024 **12.20** Gliniarze Śląsk (62) – serial kryminalny Polska 2026 **13.20** Gliniarze (1068, 1069): Pomocna dłoń / Krew za krew – serial fabularno-dokumentalny Polska 2024

15.30 Wydarzenia
15.50 Pogoda
15.55 Gliniarze (1278)
16.55 Gliniarze Śląsk (63)
– serial krym. Polska 2026
18.00 Pierwsza miłość (4296)
Kinga i Janek za wszelką cenę chcą uratować Maćka przed poprawczakiem. Eliza zostaje napadnięta, a Świder, który przybył z pomocą – obezwładniony. Oskar jest świadkiem próby samobójczej na moście.
18.50 Wydarzenia
19.17 Gość „Wydarzeń”
19.55 LEGO Masters. W drodze (3) – program rozrywkowy
21.00 Hobbit: Bitwa Pięciu
★★★★ **Armii** – film przygodowy USA/N. Zelandia 2014 (s.5)
Reż. Peter Jackson, wyk. Martin Freeman, Ian McKellen, Richard Armitage
0.40 Uprowadzona III
★★★ – film sensacyjny USA/Hiszpania/Francja 2014
Reż. Olivier Megaton, wyk. Liam Neeson, Maggie Grace, Forest Whitaker
2.55 Nasz nowy dom (342)
4.00 Kabaretowa Ekstraklasa
4.40 Disco gramy!

TVN



Wdowy

5.25 Jak to jest zrobione? (13) **5.40** Uwaga! (8139) **5.55** Ukryta prawda (1546) **6.50** Kuchenne rewolucje: Zielona Góra – Kuchnia na Górce **7.45** Dzień Dobry TVN – program inf.-publ. **11.25** Kuchenne rewolucje: Restauracja-pizzeria „Irlandia”, Czechowice-Dziedzice / Zajazd „Dwa Koguty”, Przędzel **13.40** Ukryta prawda (1722, 1723) – serial fab.-dok. Polska 2025

15.45 Młode gliny (89)
– serial krym. Polska 2026
16.50 Szpital św. Anny (97)
– serial obycz. Polska 2026
17.55 Detektywi (162)
19.00 Fakty
19.35 Kroniki Pucharu Świata w skokach narciarskich
19.50 Uwaga! – magazyn
20.00 Spectre – film sensacyjny
★★★ W. Bryt./USA 2015 (s.3)
Reż. Sam Mendes, wyk. Daniel Craig, Christoph Waltz, Léa Seydoux
23.15 Wdowy – thriller
★★★★ W. Bryt./USA 2018
Reż. Steve McQueen, wyk. Viola Davis, Michelle Rodriguez, Elizabeth Debicki
Historia kobiet, które zostały obciążone długami zostawionymi przez ich mężów. Mężczyźni usiłowali ukraść pieniądze i zginęli podczas ucieczki. Veronica, Linda, Alice i Belle biorą los we swoje ręce.
1.45 Kuba Wojewódzki
3.00 Uwaga! – magazyn
3.20 Młode gliny (64)
4.25 Jak to jest zrobione? (14)
– serial dok. Kanada 2018
4.55 Zamieszkać na plaży (7)

TVN 7



Nigdy w życiu!

6.45 Szkoła (610, 611) **8.40** Ukryta prawda (1439, 1644, 1645) **11.45** W-11 Wydział Śledczy (839-841) **13.50** Detektywi (380) **14.55** Szpital św. Anny (183) **15.55** Ukryta prawda (1234) **17.00** Sędzia Anna Maria Wesołowska (631, 3) **19.00** Ukryta prawda (1482) **20.00** ★★★ Nigdy w życiu! – komedia rom. Polska 2004, reż. Ryszard Zatorski, wyk. Danuta Stenka **22.15** ★★★ Na bank się uda – komedia krym. Polska 2019, reż. Szymon Jakubowski, wyk. Marian Dziędziel **0.25** ★★★★ Blade: Wieczny łowca – horror USA 1998, reż. Stephen Norrington, wyk. Wesley Snipes **2.50** Prawdziwy horror **4.00** Fachowcy (18) **4.35** Dorota was urządzi (7)

TV Puls

8.00 Kobra – oddział specjalny (6, 7) **10.00** Zaklinaczka duchów (82) **11.00** Kotka (82) **12.00** Mój grzech (19) **13.00** Wspaniałe stulecie (55) **14.00** Rodzinny interes (48) **15.00** Lombard. Życie pod zastaw (672, 673) **17.00** Rodzinny interes (49) **18.00** Lombard. Życie pod zastaw (1042, 1043) **20.00** ★★ Czarny pies – film sens. USA/W. Bryt./Fr./Niem./Jap. 1998 **21.55** ★★★ Rambo III – film sensac. USA 1988 **0.00** ★★★★ Piekielna pułapka – thriller USA 2023 **1.30** Lombard. Życie pod zastaw (1068)

Puls 2

7.30 Seriale anim. dla dzieci **13.00** Nowe przygody Kubusia Puchatka (4) **13.35** Smerfy (14) **14.00** Baranek Shaun (5-7) **14.35** Marta mówi! (19) **15.00** Miraculous (19, 20) **16.00** Koci domek Gabi (15, 16) **17.00** Fineasz i Ferb (19, 20) **18.00** Pingwiny z Madagaskaru (27, 28) **19.00** Kacze opowieści (39, 40) **20.00** Lombard. Życie pod zastaw (1062) **21.00** ★★★ Wasabi: Hubert zawodowiec – kom. sens. Jap./Fr. 2001 **23.00** ★★ Taxi 5 – film sens. Fr. 2018 **1.05** ★★ Piekielna noc – thriller USA 2007

TVP Polonia

7.00 Makłowicz w podróży (131) **7.30** Pytanie na śniadanie **11.35** Skarbiec sztuki Lubelszczyzny (13) **12.00** Serwis Info **12.10** M jak miłość (1948, 1949) **13.50** Polonia 24. Tygodnik **15.00** Serwis Info **15.10** Korona Gór Polski (3) **15.40** Pięknie przyprawiONA (1) **16.00** Profesor Michałowski. Droga do Faras **17.00** Teleexpress **17.20** Gra słów. Krzyżówka **17.50** Teleexpress Extra **18.15** Wybieram Polskę (11) **18.45** Panorama **19.20** Niezwykłe miejsca (134) **19.30** 19.30 **19.55** Pytanie dnia **20.25** Na dobre i na złe (996) **21.20** Na sygnale (684, 685) **22.15** Szansa na sukces. Opole 2027 (11) **23.15** Panorama **23.45** Zmiennicy (13) **1.00** Rodzinka.pl (312) **1.30** 19.30 **1.55** Pytanie dnia

TV Trwam

11.35 Natura et Homo **12.20** Głos serca (139) **13.05** Ostatni rzeźbiarz w szkle **13.30** Msza święta z Jasnej Góry **14.20** Muzyczne chwile **14.30** Drzwi do lasu **15.00** Modlitwa w Godzinie Miłosierdzia **15.20** Mocni w wierze **15.50** Ma się rozumieć **16.10** Natura obiektywnie **16.40** Post Scriptum **17.05** Od rycerza do żołnierza **17.30** Łączy nas historia **18.15** Westerplatte młodych **19.00** Warto zauważyć... w mijającym tygodniu **19.30** Historie Starego Testamentu **19.45** Modlitwa z tel. udziałem dzieci **20.00** Informacje **20.20** Różaniec **20.50** Myśląc Ojczyzna **21.00** Apel Jasnogórski **21.40** Polski punkt widzenia **22.00** Miasteczko na rozdrożu (2) **22.50** Poznań bez serca **23.30** Regał

TVP Kultura

8.25 Tamte lata, tamte dni (85) **9.00** Rodzina Kanderów (12) **10.15** ★★★ Jutrzenka – melodr. Fr./Wł. 1956 **12.10** Isaac Asimov. List do przyszłości **13.15** Pejzaż bez Ciebie **14.35** ★★★★ Chce się żyć – dramat Polska 2013 **16.35** Daleko od szosy (1) **18.05** Tygodnik kulturalny **18.50** Pamiętniki Sherlocka Holmesa (6) **20.05** ★★★★ Łowca androidów – film sens. USA/W. Bryt. 1982, reż. Ridley Scott, wyk. Harrison Ford, Rutger Hauer **22.15** Pitbull (12) **23.20** ★★★★ Tramwaj zwany pożądaniem – dramat USA 1951, reż. Elia Kazan, wyk. Vivien Leigh, Marlon Brando **1.30** Bestie wokół nas – film anim. **1.40** Zasoby ludzkie – film anim. **1.43** Schody – film anim. **1.55** YYAA. Wojciech Bruszewski

Super Polsat

6.05 Wydarzenia 21:50 **6.45** SuperLudzie Extra (35) **6.55** Cobra Kai (27, 28) **8.10** SuperLudzie Extra (36) **8.25** Świat według Kiepskich (476-478) **10.00** Wydarzenia **10.30** SuperLudzie (8) **11.00** Pokochaj lub sprzedaj (3) **11.55** Świat według Kiepskich (430-432) **13.30** Farma (103) **14.30** Hell's Kitchen – piekielna kuchnia (53) **16.05** Ninja Warrior Polska (23) **17.55** Świat według Kiepskich (489) **18.25** SuperMarket Chef (5) **19.00** Rolniczki (20, 21) **21.00** ★★★★ Wojna o planetę małp – film sens. USA/Kan./N. Zel. 2017, reż. Matt Reeves, wyk. Woody Harrelson **23.55** ★★★ Bez urazy – kom. USA 2023, reż. Gene Stupnitsky, wyk. Jennifer Lawrence **2.05** 48 h. Zaginieni (37, 38)

TV 6

6.00 Więzienie (148, 149) **6.55** Policjantki i policjanci (907, 908) **8.55** 48 h. Zaginieni (87-91): Nieważny człowiek / Fitinfluencerzy / Zaginiony aniołek / Niebezpieczna gra / Książę – serial krymin. Polska 2022 **13.55** Policjantki i policjanci (1299) **14.55** Uroczysko (244, 245) **16.00** Strażnik Teksasu (16-17, 11-12): Strefa wojny, część 1. i część 2. / Przebudzenie / Kwestia zasad – serial sensacyjny USA 1995/1999 **20.00** CSI: Kryminalne zagadki Miami (89, 90): Zbożeniec / Kolizja – serial krymin. USA 2006 **22.00** Kości (231, 232): Głowa w podporze/ Umrzyk w klifie – serial kryminalny USA 2016 **23.55** ★★★ Zamiana ciał – kom. USA 2011, reż. David Dobkin, wyk. Ryan Reynolds, Jason Bateman **2.15** Cobra Kai (48)

TV 4

6.00 Strażnik Teksasu (9, 10) **7.55** Bogaty dom – biedny dom (135) **8.55** Policjantki i policjanci (771-773) **11.55** Na ratunek 112 (960, 961) **12.55** Trudne sprawy(895-897) **16.00** Łowcy skarbów. Kto da więcej (443) **18.00** Policjantki i policjanci (1499, 1500) **20.05** A na obiad... (12) **20.20** Gwiazdy kabaretu (194, 193) **22.30** ★★★ Lot 93 z Newark – film sensacyjny Kanada/USA 2006, reż. Peter Markle, wyk. Brennan Elliott, Kendall Cross (s.5) **0.20** Opowiem ci o zbrodni (4-7): Joanna Opiat-Bojarska – Linia obrony / Igor Brejdygant – Może / Wojciech Chmielarz – Łowca / Marta Guzowska – Game over **2.20** Love Island. Wyspa miłości (9) **3.25** Lubię Disco! (308)

Odważna

Jodie Foster jako samotna mścicielka, polująca nocami na przestępców

TVN FABUŁA 20:00 ★★★

Podczas napadu ginie ukochany Eriki, a ona zostaje ranna. Po dojściu do zdrowia kupuje broń i nocami krąży po ulicach Nowego Jorku w poszukiwaniu zemsty. Kiedy na jej trop wpada detektyw, zaczyna zastanawiać się, czy eliminując zło, sama nie stanęła po jego stronie.



Hobbit: Bitwa Pięciu Armii

Krasnoludy odzyskały bogactwa swoich przodków, ale kłopoty dopiero się zaczynają

POLSAT 21:00 ★★★★

Bilbo Bagginsowi i kompanii krasnoludów, dowodzonych przez Thorina, udaje się odzyskać skarb Ereboru i pokonać smoka Smauga. Ale Sauron wysyła orków do ataku. Chcąc przeżyć, armie krasnoludów, elfów i ludzi muszą zjednoczyć się i wspólnie stanąć do walki.



Różyczka 2

Najpierw zamach i śmierć męża, potem walka z szantażystą

TVP 1 22:00 ★★★

Poukładane życie Joanny burzy zamach, w którym ginie jej mąż. Gdy los daje jej potem nową szansę, dosięga ją kolejny cios. Ktoś wysyła dokumenty kompromitujące jej rodzinę i żąda pieniędzy za milczenie. Joanna decyduje się na własną rękę zmierzyć się z szantażystą i z prawdą o przeszłości. Gotowa jest zaryzykować wszystko, by odzyskać kontrolę nad życiem.



Lot 93 z Newark

Historia heroicznej walki pasażerów samolotu United Airlines 93 z terrorystami

TV 4 22:30 ★★★

11 września 2001 r. 44 pasażerów weszło na pokład samolotu UA 93. Tego dnia 19 porywaczy wykupiło bilety na 4 różne loty w USA. Każda z maszyn miała uderzyć w inny cel. Pasażerowie UA 93, którzy dowiedzieli się, co spotkało inne samoloty, zaatakowali terrorystów.



Człowiek mafii

Do terminu zapłaty za operację umierającej córki Vaughna pozostały już tylko godziny

STOPKLATKA 22:40 ★★★

Frank prowadzi kasyno. Vaughn prosi go o pożyczenie pieniędzy na operację chorej córki, ale Frank odmawia. Zdesperowany mężczyzna chce obrabować kasyno szefa. Werbuje kolegę, Coxa. Kradną 3 miliony dolarów, ale Pope wysyła w pościg swego najlepszego człowieka.





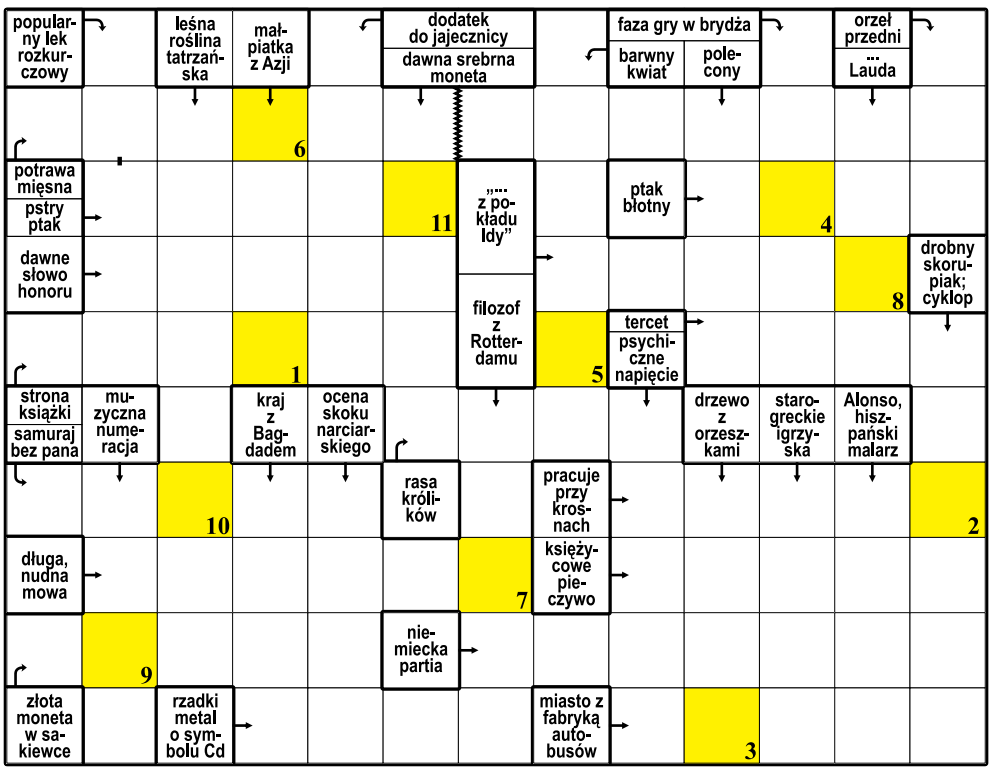
Depresja mon amour

Portret dramaturga i scenarzysty

TVP DOKUMENT 19:10

„Rejs" według scenariusza Janusza Głowackiego i Marka Piwowskiego należy do najważniejszych polskich filmów. Do kanonu weszły też zrealizowane na podstawie jego scenariuszy „Polowanie na muchy" i „Trzeba zabić tę miłość". „Antygona w Nowym Jorku" uznana została przez tygodnik „Time" za jeden z 10 najlepszych tekstów dramatycznych w 1993 roku.

KRZYŻÓWKA PANORAMICZNA



1	2	3	4	5	6	7

8	9	10	11

Litery z pól ponumerowanych od 1 do 11 utworzą rozwiązanie

SUDOKU

6				4			2	3
	3	9		1			7	
		2			3		9	4
8					4			
			7	5	9			
			3					7
9	8		5			2		
	4			8		6	3	
2	1			9				8

SUDOKU

	4			2	7		5	9
			9			1		
9			3	1				
	9	1				3		5
6								2
3		7				8	9	
				3	9			7
		8			6			
4	2		7	8			6	

eprasa.pl 775b675a4b

Ale Kino+

7.00 Czarna woda **7.30** ★★★ W kogo ja się wrodziłem? – film obyczaj. Polska 2001 **8.50** ★★★ Nadzieja – dramat Niemcy/Polska 2006 **10.55** The Office PL (3, 4) **12.05** Niezwykłe miejsce na śmierć (3) **14.10** Bestia (3, 4) **16.15** ★★★ Ocalona – film sens. USA/W. Bryt. 2015 **18.15** Niezwykłe miejsce na śmierć (4) **20.15** ★★ Largo Winch 3: Cena pieniądza – film sens. Fr./Belg. 2024 **22.15** ★★★ Ukojenie – thriller USA 2015 **0.20** ★★★ Dom Glassów – thriller USA 2001 **2.40** Król (3)

Kino Polska

7.40 Polska Kronika Filmowa **7.50** Polska z góry. Nad wodą **8.50** Moja **9.20** ★★★ Ada! To nie wypada! – kom. Polska 1936 **11.00** ★★★★ Potop Redivivus – film hist. Polska 2014 **15.05** Diabeł **15.40** ★★★ Co lubią tygrysy – kom. obycz. Polska 1989 **17.20** Pogranicze w ogniu (17, 18) **20.05** ★★★ Młode wilki – film sens. Polska 1995z **22.05** ★★ Młode wilki 1/2 – kom. Polska 1998, reż. Jarosław Żamojda, wyk. Anna Mucha, Krzysztof Antkowiak **0.05** ★★★ Trick – film sens. Polska 2010

Polsat Film

7.25 Poirot (9) **8.30** Przyjaciółki (141, 142) **10.30** Świat według Kiepskich (1-2, 199-200, 84-85, 38) **14.40** ★★ Dlaczego nie! – kom. rom. Polska 2007 **16.45** ★★ S.W.A.T.: Miasto w ogniu – film sens. USA 2011 **18.35** ★★★ Kowboje i obcy – western USA/Indie 2011 **21.00** ★★★ Kingsman: Złoty krąg – film sens. W. Bryt./USA 2017, reż. Matthew Vaughn, wyk. Taron Egerton **23.55** ★★★ Bad Boys – kom. sens. USA 1995, reż. Michael Bay, wyk. Will Smith **2.25** Fala zbrodni (54)

Stopklatka

DVB T

6.55 Wojciech Cejrowski – boso przez świat **8.00** Robert Makłowicz **9.50** Komisarz Rex (5, 6) **11.55** Vera (1) **13.55** Katastrofy w przestworzach **18.05** Wojny magazynowe: Kanada **19.10** Aukcja w ciemno **20.00** ★★★★ Seksmisja – kom. Polska 1984, reż. Juliusz Machulski, wyk. Olgierd Łukaszewicz, Jerzy Stuhr **22.40** ★★★ Człowiek mafii – film sens. USA 2015 **(s.5)** **0.35** ★★★★ Boże Ciało – dramat obycz. Pol./Fr. 2019 **3.00** ★★★ W pustyni i w puszczy – film przyg. Pol. 2001

Canal+ Premium

10.55 Arco – film anim. Fr./USA/W. Bryt. 2025 **12.25** Premierowa jazda **12.40** ★★★ Długi weekend – film obyczaj. Polska 2004 **13.55** Naturalna dzikość serca **15.20** Bałtyk **16.25** ★★★ Kiedy nadchodzi jesień – dramat Fr. 2024 **18.10** ★★★ Trzej muszkieterowie – film przygod. USA/Niemcy/Fr./W. Bryt. 2011 **20.00** Yellowjackets (1) **21.00** The Office PL (7, 8) **21.55** ★★★★ Desperat – thriller USA 2025 **23.45** ★★★★ Wierny ogrodnik – thriller W. Bryt./Niemcy/Kenia/Francja/USA/Szwajc. 2005

HBO

8.20 ★★★★ Dotyk – dramat Isl./W. Bryt. 2024 **10.20** ★★★ A potem się zobaczy – kom. Wł. 2025 **11.55** Na planie **12.25** ★★★ Sypiając z innymi – kom. rom. USA 2015 **14.05** All American (13) **14.50** ★★★ Wolfgang – dramat Hiszp. 2025 **16.40** Hacks (7, 8) **17.55** ★★★★ Kaskader – film sens. USA/Kan./Australia 2024 **20.00** Normal – film sens. Kan./USA 2025 **21.30** ★★★★ Gran Torino – dramat obyczaj. USA 2008 **23.25** ★★★★ Mroczny Rycerz powstaje – film sens. W. Bryt./USA 2012

Paramount

5.00 Śmieszniej nie będzie **6.00** Czarodziejki (12-15) **9.25** Policyjna grupa pościgowa **10.35** ★★★ Gliniarz z Beverly Hills III – kom. sens. USA 1994 **13.00** Czarodziejki (16, 17) **14.50** ★★★ W ciemność. Star Trek – film sf USA 2013 **17.25** ★★★★ Star Trek: W nieznane – film sf USA/Chiny/Emir. Arab./Kan. 2016 **20.00** ★★★★★ Szeregowiec Ryan – film woj. USA 1998 **23.30** ★★★★ The Northman – film przygod. USA-/W. Bryt./Chiny 2022 **2.20** ★★★★ Gorączka – film sens. USA 1995

Polsat 2

6.30 Pielęgniarki **7.30** Na ratunek 112 **8.30** Sekrety rodziny **11.30** Trudne sprawy **12.35** Więzienie **14.30** Świat według Kiepskich (56-60) **17.00** Komisarz mama (2) **18.00** Dlaczego ja? **20.00** Gliniarze – serial fabularno-dokumentalny Polska 2024 **22.00** ★★★ Zmowa milczenia – dramat Fr. 2003, reż. Graham Guit, wyk. Gérard Depardieu **23.50** ★★★★ Kung Fu szał – kom. sens. Hongk./Chiny/USA 2004, reż. Stephen Chow, wyk. Stephen Chow, Wah Yuen **2.05** Wydarzenia

TVP Seriale

6.25 Na sygnale (586, 587) **7.35** Ojciec Mateusz (136) **8.30** Komisarz Alex (167) **9.25** Rodzinka.pl (205) **9.55** Klan (1551, 1552) **10.45** Ranczo (73) **11.35** Rodzinka.pl (327, 328) **12.40** Na sygnale (961) **13.15** Rodzinka.pl (296) **13.50** Ojciec Mateusz (41, 42) **15.45** Komisarz Alex (168) **16.30** Na sygnale (588, 589) **17.40** Ranczo (75, 76) **19.25** Minuta dla Twego bezpieczeństwa **19.35** Ojciec Mateusz (43, 137) **21.30** Ranczo (77, 78) **23.20** Ojciec Mateusz (44) **0.15** Gra z Cieniem (25)

AXN

6.05 CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas (23, 24) **7.30** Agenci NCIS (22, 23) **9.20** Castle (8, 9) **11.15** Detektyw Monk (1, 2) **13.10** Agenci NCIS (24, 1) **15.10** Zabójcza broń (4, 5) **17.05** CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas (20, 21) **19.05** Castle (10, 11) **21.05** ★★★ Iluzja 2 – thriller USA/Hongk. 2016, reż. Jon M. Chu, wyk. Jesse Eisenberg **23.35** ★★★ Olimp w ogniu – film sens. USA 2013 **1.55** Castle (10, 11) **3.50** CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas (20) **4.50** FBI: Most Wanted (13)

13 Ulica

6.30 Niewidomy detektyw (2) **8.20** Magnum: Detektyw z Hawajów (12, 13) **10.15** Bez śladu (13, 14) **12.05** Kapitan Marleau (3) **14.05** Niewidomy detektyw (3) **16.05** Magnum: Detektyw z Hawajów (14, 15) **18.05** Bez śladu (15, 16) – serial sens. USA **19.55** Kapitan Marleau (4) – serial krym. Fr. **22.00** Tajemnice Ainsley McGregor: Sprawa dla zegarmistrza – film krym. USA 2025 **0.00** ★★ Uwięziona moc – film sf USA/Kan. 2022, reż. Sean Patrick O'Reilly, wyk. Bruce Willis, Michael Rooker

FX

6.00 CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas (16) **7.00** Kości (6, 7) **9.00** FBI (13) **10.00** Agenci NCIS (23) **10.55** CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas (18) **11.50** CSI: Kryminalne zagadki Miami (23, 24) **13.45** Castle (12) **14.40** Lucyfer (14) **15.35** CSI: Kryminalne zagadki Miami (1, 2) **17.25** Z Archiwum X (4, 5) **21.05** CSI: Kryminalne zagadki Miami (2) **22.00** CIA (8) **22.55** Z Archiwum X (5) **23.50** CSI: Kryminalne zagadki Miami (1, 2) **0.45** CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku (7)

Eurosport 1

9.45 Łyżw. fig.: ISU GP – NHK Trophy w Tokio **10.15** **(L)** Biegi narc.: PŚ (k) w Ruce **11.50** **(L)** Komb. norw.: PŚ (m) w Ruce **12.50** **(L)** Biegi narc.: PŚ (m) w Ruce **14.30** Biegi narc.: PŚ (k) w Ruce **15.20** **(L)** Kombinacja norw.: PŚ w Ruce **16.00** Narc. alp.: PŚ (k) w Gurgl **16.45** Studio **17.15** **(L)** Skoki narc.: PŚ (m) w Ruce **18.15** Studio **18.45** **(L)** Narc. dow.: PŚ w Innsbrucku **20.20** Racing on the Edge **20.50** Biegi narc.: PŚ (k) w Ruce **22.00** Biegi narc.: PŚ (m) w Ruce **23.30** Racing on the Edge

Eurosport 2

11.00 **(L)** Łyżw. fig.: ISU GP – NHK Trophy (m) w Tokio **12.30** Snooker: HNS Northern Ireland Open **14.00** Narc. alp.: PŚ (m) w Gurgl **14.45** Narc. alp.: PŚ (k) w Gurgl **15.15** Skoki narc.: PŚ (m) w Lillehammer **16.00** Snooker: British Open **17.05** Tadej Pogačar: Anatomy of a Goat **18.05** **(L)** Kol. przeł. (k): PŚ w Ostrawie **19.25** Cycling Show **19.35** **(L)** Kol. przeł. (m): PŚ w Ostrawie **21.05** Bieganie po szlaku: Pods. sezonu **22.05** Jeździectwo: PŚ – Liga Północnoamerykańska w Los Angeles

Polsat Sport 1

8.15 **(L)** Łyżwiarstwo figurowe: ISU GP – NHK Trophy (k) w Tokio **10.35** **(L)** Łyżwiarstwo figurowe: ISU GP – NHK Trophy w Tokio **11.00** **(L)** Łyżwiarstwo figurowe: ISU GP – NHK Trophy (m) w Tokio **13.35** Siatkówka: TAURON Liga **16.00** 7. strefa **17.20** **(L)** Siatkówka: ITA TOOLS Stal Mielec – Netland MKS Kalisz **20.20** **(L)** Siatkówka (k): ŁKS Commercecon Łódź – #VolleyWrocław **23.00** Siatkówka: TAURON Liga **4.00** **(L)** Łyżwiarstwo figurowe: ISU GP – NHK Trophy w Tokio

TVP Sport

DVB T

10.05 Piłka nożna: Puchar Portugalii: FC Porto – USC Paredes **12.10** Pods. LN UEFA: Występy Polaków **13.15** Mateusz Ponitka **14.15** Magazyn skrótów LM UEFA **16.05** **(L)** Biatlon: PŚ (k) w Kontiolahti **17.55** **(L)** Piłka nożna: GKS Tychy – Chojniczanka 1930 Chojnice **18.50** Sylwetki uczestników Plebiscytu „Przegląd Sportowego" i Telewizji Polskiej **20.00** Studio **20.35** **(L)** Koszykówka: Elimin. MŚ (m): Polska – Chorwacja **23.15** Sportowy wieczór **23.45** Biatlon: PŚ (k) w Kontiolahti

Canal+ Sport

8.20 LaLiga Show **9.00** Piłka nożna: Racing Santander – Real Sociedad **11.20** Piłka nożna: Wisła Płock – Legia Warszawa **13.45** Premier League: The Big Interview **14.25** Premier League Stories **15.00** Premier League Review **16.00** Piłka nożna: Sevilla FC – Real Betis **18.15** LaLiga Highlights Magazine **18.55** Champions Pack **20.00** Superpiątek **20.25** **(L)** Piłka nożna: Górnik Zabrze – Wisła Płock **22.30** Superpiątek **23.05** MMA: Gala ONE Friday Fights 180 w Bangkoku

Canal+ Sport 5

8.30 Champions Pack **9.40** Premier League: The Big Interview **10.15** LaLiga Show **11.00** Wysoki pressing **12.45** Ekstrapaka **14.00** **(L)** Dart: Ladbrokes Players Championship Finals **18.15** 1 na 1 Extra: Krzysztof Ratajski **18.55** Premier League: The Big Interview **19.30** LaLiga Show **20.00** **(L)** Dart: Ladbrokes Players Championship Finals **0.20** Boks: Gala w Utilita Arena Cardiff – walka wieczoru **1.30** Piłka nożna: PKO BP Ekstraklasa: Górnik Zabrze – Wisła Płock

Eleven Sports 1

9.00 Piłka nożna: Juventus FC – Venezia FC **11.00** Bundesliga Clubs: Borussia Dortmund **11.20** Podróż do świata calcio **11.55** **(L)** Formuła 2: GP Kataru **13.10** Inside Serie A **13.50** F2: Chasing the Dream **14.10** Studio GP **14.25** **(L)** Formuła 1: GP Kataru **15.40** Studio GP **15.55** **(L)** Formuła 2: GP Kataru **17.05** GP Confidential **17.40** Studio GP **17.55** **(L)** Formuła 1: GP Kataru **19.10** Studio **19.30** Formuła 1: GP Kataru **20.40** **(L)** Piłka nożna: Venezia FC – Bologna FC 1909 **23.00** F1: GP Kataru

Polsat Sport 3

8.30 Tenis: Fin. Pucharu Davisa **11.00** Siatkówka: Liga Mistrzyń CEV: UNI Opole – Volley Mulhouse Alsace; KS DevelopRes Rzeszów – Dresdner SC **15.30** Piłka ręczna: Paris Saint-Germain Handball – ORLEN Wisła Płock **18.00** Siatkówka: Liga Mistrzyń CEV: UNI Opole – Volley Mulhouse Alsace; KS DevelopRes Rzeszów – Dresdner SC **23.00** Piłka ręczna: CS Dinamo Bukareszt – Industria Kielce **1.00** Kickboxing: Gala w Ostrowcu Świętokrz. (5.04.2024): Adrian Gunia – Rafael Hudson

TVN 24

8.00 Serwis informacyjny, pogoda **8.35** Strefa kibica – zima **9.00** Serwis informacyjny, pogoda **9.55** Biznes **10.00** Serwis informacyjny, pogoda **10.55** Biznes **11.00** Serwis informacyjny, pogoda **11.55** Biznes **12.00** Serwis informacyjny, pogoda **13.55** Biznes **14.00** Serwis informacyjny, pogoda **14.55** Biznes **15.00** 15 na żywo **16.00** Fakty po południu **18.00** Tak jest **19.15** Serwis informacyjny **19.25** Fakty po Faktach **20.00** Bez Kitu **21.00** Polska i świat **22.00** Szkło kontaktowe

Polsat News

6.00 Nowy dzień **7.40** Graffiti **8.00** Nowy dzień **10.00** W rytmie dnia **12.50** Wydarzenia **13.30** W rytmie dnia **13.55** Pogoda **14.00** W rytmie dnia **14.55** Pogoda **15.00** W rytmie dnia **15.40** Pogoda **15.50** Wydarzenia **16.30** Punkt widzenia Jankowskiego **18.00** Najważniejsze pytania **19.15** Gość „Wydarzeń" **19.50** Debata Gozdyry **21.50** Wydarzenia wieczorne **22.30** Dzień na świecie **23.30** Obraz dnia **0.00** Najważniejsze pytania **1.25** Punkt widzenia Jankowskiego

TVP Info

DVB T

10.00 Serwis info dzień **11.55** Za pięć dwunasta **13.00** Serwis info dzień **14.30** 14.30 **14.50** Serwis info dzień **15.45** Panorama **16.00** Dzień w godzinę **16.45** Trochę kultury **16.55** Sprawdzam to Extra **17.00** Teleexpress **17.15** Teleexpress Extra **17.35** Panorama **17.42** Wykrywacz kłamstw **18.00** Panorama **18.30** Forum **19.10** Serwis info wieczór **19.15** Trochę kultury **19.25** Sprawdzam to Extra **19.30** 19.30 **19.58** Pytanie dnia **20.18** Kłamstwo nie przejdzie

TVP 3

DVB T

10.00 Złoty chłopak (291) **11.00** Rok w ogrodzie **11.30** Prywatne życie zwierząt **12.00** Telekurier **12.30** Rączka gotuje **13.00** Agrobiznes **13.30** Niebezpieczne związki **14.20** Niezwykłe miejsca **14.30** Program informacyjny **15.00** Koronka do Miłosierdzia Bożego **15.20** Serwis Info **19.30** Dlaczego krowa... **19.45** Kryminalna siódemka **20.00** Dziennik regionów **20.13** Gość regionów **20.30** Ktokolwiek widział, ktokolwiek wie... **22.00** Dziennik regionów **22.20** Pierwsza Druga w Trójce

TVP Rozrywka

7.20 Okrasa łamie przepisy **8.25** Familiada **9.00** Va banque **9.35** Koło fortuny **10.10** Makłowicz w podróży **10.50** Postaw na milion **12.40** Familiada **13.15** Zmiennicy **14.25** Pan Mama **15.35** Do śmiechu! **17.25** Va banque **18.00** Koło fortuny **18.40** Okrasa łamie przepisy **19.45** Jaka to melodia? **20.30** Do śmiechu! **22.25** Tygodnik Moralnego Niepokoju **23.05** Postaw na milion **0.55** Koło fortuny **2.10** Tygodnik Moralnego Niepokoju **2.45** Historia świata w/g Kabaretu Moralnego Niepokoju

Planete+

8.10 Niezwykłe podróże koleją **9.20** Polska z góry **9.50** Polska z góry. Naj... w Polsce **10.20** Dokąd dzisiaj? **11.25** Zielony lód biegunów **12.30** Niezwykłe podróże koleją **13.40** Afryka z góry **14.45** 360° – świat bez granic **15.50** Na targach świata **17.00** Włochy z góry **18.00** Dokąd dzisiaj? **18.40** Wytwórz i wyślij **19.45** Zaginiona świątynia Artemidy **20.50** My, budowniczowie nowej Czechosłowacji **22.00** Prost **23.10** Planeta Seks **0.15** Miasta rytm **1.20** Polska z góry. Zamki, dworki, pałace

BBC Earth

8.25 Najpiękniejsze trasy spacerowe **9.25** Mroźna planeta **10.30** Życie na pustkowiu **11.25** Skarby przeszłości i ich tajemnice **12.25** Najpiękniejsze trasy spacerowe **13.25** Mroźna planeta **14.30** W okowach mrozu **15.35** Życie na pustkowiu **16.30** Attenborough i największy dinozaur świata **17.40** Mroźna planeta **18.45** Najpiękniejsze trasy spacerowe **19.45** Dziki połów: nieznane wody **20.55** W okowach mrozu **22.55** Zabójcza pogoda **1.00** Mroźna planeta

Discovery Channel

9.00 Gorączka złota: na kłopoty Freddy Dodge **10.00** Budowa na końcu świata **11.00** Klan z Alaski **12.00** Celnicy na straży Szwecji **13.00** Nagi instynkt przetrwania: tajemnicza wyspa **15.00** Złomowisko PL **16.00** Poszukiwacze przeklętego złota **17.00** Gwiezdne bitwy **18.00** Porty (1) **19.00** Złomowisko PL (1) **20.00** W oku cyklonu **21.00** Przystanek Bieszczady **22.00** Najniebezpieczniejszy zawód świata **23.00** Alaska w budowie **0.00** W oku cyklonu: Łowcy burz

TVN Turbo

8.05 Gadżet 4.0 **9.05** Fani czterech kółek **10.00** Raport Turbo **10.15** Samochód marzeń – kup i zrób **11.15** Wojny samochodowe **12.15** Naprawy nie do naprawy **13.00** Zawodowi handlarze **14.30** Wojny samochodowe **16.30** Jeździć, obserwować **18.00** Raport Turbo **18.15** Mobilni mechanicy **19.45** Naprawy nie do naprawy **20.30** Z drugiej ręki **22.00** Raport Turbo **22.15** Zawodowi handlarze **23.00** Polski supersamochód **23.45** Ciężarówką przez Malezję

TVN Style

7.45 Dzień Dobry TVN **11.25** Bitwa o gości **12.25** Ugotowani **13.30** Kuchenne rewolucje: „Biała karczma", Grudziądz / Pizzeria „Vicenti", Lublin **15.35** Dziewczyny z wypiekami **16.05** Japonia na talerzu **17.10** Teraz one **17.45** Kuchenne rewolucje: Restauracja „Pirat", Olsztyn / Pizzeria „Famiglia per amici", Łódź / Bistro przy rondzie, Radzionków **20.50** Love the Look **21.50** Jestem z Polski **23.50** EuroPOLKI studentki **0.45** Down the road. Zespół w trasie **1.45** Tu jest pięknie

Romance TV

8.40 Śledztwo prowadzi Watzmann (35) **9.40** Kryminalne zagadki Mazur: Śmierć z miłości **11.30** ★★★ Nieważkość z tobą – rom. Kan./USA 2024 **13.20** Käthe i ja **15.15** ★★ Inga Lindström: Skok w szczęście – romans Niemcy 2005 **17.00** Lena Lorenz: Rodzice dla mojego dziecka **18.55** Śledztwo prowadzi Watzmann (36) **20.00** Statek marzeń: Coco Island **21.55** ★★★ Toni – akuszer – komedia Niemcy 2023 **23.50** Śledztwo prowadzi Watzmann (36) **0.55** Statek marzeń: Coco Island

TVN Fabuła

6.30 Dziewczyny z Hollywood **6.45** Julia (94, 95) **7.45** Detektywi **9.50** Młode gliny **10.55** Magda M. (15) **11.55** Prawo Agaty (7, 8) **13.55** Młode gliny **14.55** Detektywi **16.05** Na Wspólnej (188, 189) **17.10** Top 100: filmy wszech czasów **17.50** Seriaale Top 5 **17.55** ★★★★ OSS 117: Kair, gniazdo szpiegów – kom. Fr. 2006 **20.00** ★★★ Odważna – dramat USA/Australia 2007 **(s.5)** **22.45** ★★★ Godzilla i Kong: Nowe imperium – film sf USA 2024 **1.00** ★★★★ Strzelec – thriller USA 2007

AMC

6.35 ★★ Supernowa (1) – film sf USA/RPA 2005 **10.15** ★★★★ Kupiec wenecki – dramat USA/Wł./Luksemburg/W. Bryt. 2004 **13.05** ★★★ Uciec, ale dokąd? – film sensac. USA 1993 **15.05** ★★★ Błękitna laguna: Przebudzenie – film przygod. USA 2012 **17.05** ★★★ Nic nie widziałem, nic nie słyszałem – kom. USA 1989 **19.15** ★★★ W ciemność. Star Trek – film sf USA 2013 **22.00** ★★★ Ong Bak 3 – film sens. Tajl. 2010 **23.55** ★★★★ Angielska robota – film sens. W. Bryt./USA/Australia 2008

BBC First

6.00 Lewis (5) **6.50** Co ludzie powiedzą? (3) **7.30** Zagadki doktora Blake'a (4) **8.45** Z pamiętnika położnej (1) **9.55** Ojciec Brown (8, 9) **11.55** London Kills (3) **12.55** Shakespeare i Hathaway: prywatni detektywi (8, 9) **15.00** Śledztwa siostry Bonifacji (6) **16.00** Tajemnice Brokenwood (3) **17.55** Morderstwa w Midsomer (2) **19.55** Śmierć pod palmami (2) **21.00** Zaginiona (3) **22.00** Detektyw z Chelsea (2) **23.00** Luther (1) **0.10** Happy Valley (2) **1.10** Milczący świadek (5, 6)

TTV

DVB T

8.30 Kartoteka **10.35** Detektywi **12.35** Zakup w ciemno **14.35** Nic do zgłoszenia **15.35** Złomowisko PL **16.45** Express **17.00** Sport **17.05** Usterka **17.40** Zakup w ciemno **18.40** Gogglebox. Przed telewizorem **19.45** Express **20.05** Życie na kredycie **21.05** Zakup w ciemno Extra **21.45** Express **22.00** Kochaj albo wróć **23.00** Gogglebox. Przed telewizorem **0.00** Nasi w mundurach **1.00** Diabelnie boskie **1.55** Kiedy ktoś kocha bardziej **3.55** Sędzia Anna Maria Wesołowska

Fokus TV

DVB T

6.00 Wehikuł czasu **6.05** 48 h. Zaginieni (62): Kuracja życia **7.00** Było sobie życie **8.00** Był sobie człowiek **8.55** Wehikuł czasu **9.00** Starożytni kosmici **11.00** Gwiazdy lombardu **12.00** Poszukiwacze historii **13.00** Wielkie konstrukcje III Rzeszy: Twierdza Japonia / Oceaniczne pancerniki **15.00** Przygody poszukiwaczy złota **16.00** Dorwać tuńczyka **18.00** Rolnicy. Podlasie **20.00** Celtowie – historia nieznana **21.00** Tajemnice piramid **22.00** Pearl Harbor **0.00** Czy twój smartfon cię szpieguje?

National Geographic

9.00 Zatopione grobowce Nilu **10.00** Śladami tajemnic: Ziemia Święta **11.05** Potężne królowe Egiptu **12.00** UFO: przełomowe śledztwa **13.00** Starożytne konstrukcje **15.00** Katastrofa w przestworzach: raport specjalny **16.00** Najdziwniejsze przedmioty **17.00** Burzliwa historia Tudorów **18.00** Otchłań: powstanie i upadek nazizmu **19.05** Hitler i jego świta **20.00** Katastrofa w przestworzach **21.00** W obliczu zagłady **23.00** Krwawa wojna w Korei **0.05** Al-Kaida: przed 11 września

Nat Geo Wild

5.00 Dzika przyroda strefy równikowej **6.00** Niszczycielskie żywioły **8.00** Kalahari: podziemne życie pustyni **9.00** Niezwykły dr Pol **12.00** Planeta ptaków **13.00** Nilgiri: błękitne góry Indii **14.00** Królestwo białego wilka **15.00** Drapieżnik kontra ofiara **16.00** Olśniewająca Ameryka **17.00** Niezwykły dr Pol **19.00** Walki zwierząt **20.00** Delta rzeki Okawango **22.00** Niezwykły dr Pol: Psie brzuszki / Kłaczę w kłopotach / O rany, jakie rany! / Żarty i śmieszki **2.00** Nilgiri: błękitne góry Indii

Metro

6.05 Detektywi. Na zlecenie (17, 18) **7.25** Szpital (325-327) **10.25** Sędzia Anna Maria Wesołowska (560, 561) **12.25** Szkoła (696) **13.25** Brzydula (217, 218) **14.35** Damy i wieśniaczki. Za granicą **15.35** Druga szansa (11) **16.45** The Floor **18.05** Złomowisko PL **19.05** Kartoteka (10) **20.10** ★★★ Akademia policyjna III: Ponowne szkolenie – kom. USA/Kan. 1986 **22.00** ★★★ Jack Reacher – film sens. USA 2012 **0.30** Zbrodnie z pierwszych stron gazet: Bez śladu **1.30** Szpital (978)

TVP Historia

DVB T

8.00 Magiczne Podhale z Sebastianem Karpielem-Bułecką **8.35** Flesz historii **9.10** Encyklopedia II wojny światowej **9.35** Polskie 100 lat **10.05** Saga prastarej puszczy **11.10** Wszystkie kolory świata **12.05** Triest – miasto o wielu przydomkach **13.00** Kennedy, Sinatra i mafia **14.00** Zmiennicy (3) **15.00** Sensacje XX w. **17.25** Wojenne dziewczyny (65) **18.15** Wojownicy czasu **18.55** Zipser **20.00** ★★★ Ferrari – film biogr. W. Bryt./Wł./Arab. Saud. 2023 **22.15** Sensacje XX w.

TVP Dokument

DVB T

9.55 Cukrzyca, słony rachunek **10.55** Na wielkim szlaku **11.55** Błotniak stawowy z Doliny Wisłoki **13.00** Wenecja, miasto wyrosłe z bagien **14.00** San Diego – najdziksze miasto Ameryki **15.00** Królestwo mokradeł **16.00** Szczepionki i ludzie **17.05** Orlando – światowa stolica rozrywki **18.05** Lokalsi **19.10** Depresja mon amour **(s.5)** **20.15** Ludzie z mikroplastiku **21.25** W krainie pszczoły miodnej **22.30** Pasja według Agnieszki **23.30** Zbrodnie rodziny Mansona

Zoom TV

6.10 MacGyver (11, 12) **8.10** Strażnik Teksasu (10, 11) **10.05** Kobra – oddział specjalny (5, 6) **12.20** FBI (4, 5): Ofiara / Upadły glina **14.20** Bitwa o palety **15.25** Wojny magazynowe: Kanada **16.45** Sensacje XX w. **19.00** Kobra – oddział specjalny (14, 15): Karambol / Otchłań **21.00** CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku (3, 4): Nowojorskie zoo / Korporacyjni wojownicy **23.00** Magia nagości. Polska **0.05** Milf manor – mamuśki rządzą **1.10** Magia nagości. Włochy **2.00** I love kabaret

TLC

8.00 Jak zostać amiszem **9.00** Siostry wielkiej wagi **10.00** Wiza na miłość: na odwrót **12.00** Wspólne życie XXL **14.00** Cztery żony i mąż **15.00** Mali ludzie, wielka rodzina **16.00** Siostry wielkiej wagi **17.00** Salon sukien ślubnych **18.00** Wiza na miłość: na odwrót **20.00** Kamera, akcja, wpadka! **21.00** Wiza na miłość: ostatnia szansa **22.00** Wiza na miłość: ostatnia szansa. Między sporami **23.00** Dr Pryszczylla **0.00** Moje koszmarne stopy: Po wypadku **1.00** Kamera, akcja, wpadka!

Nowa TV

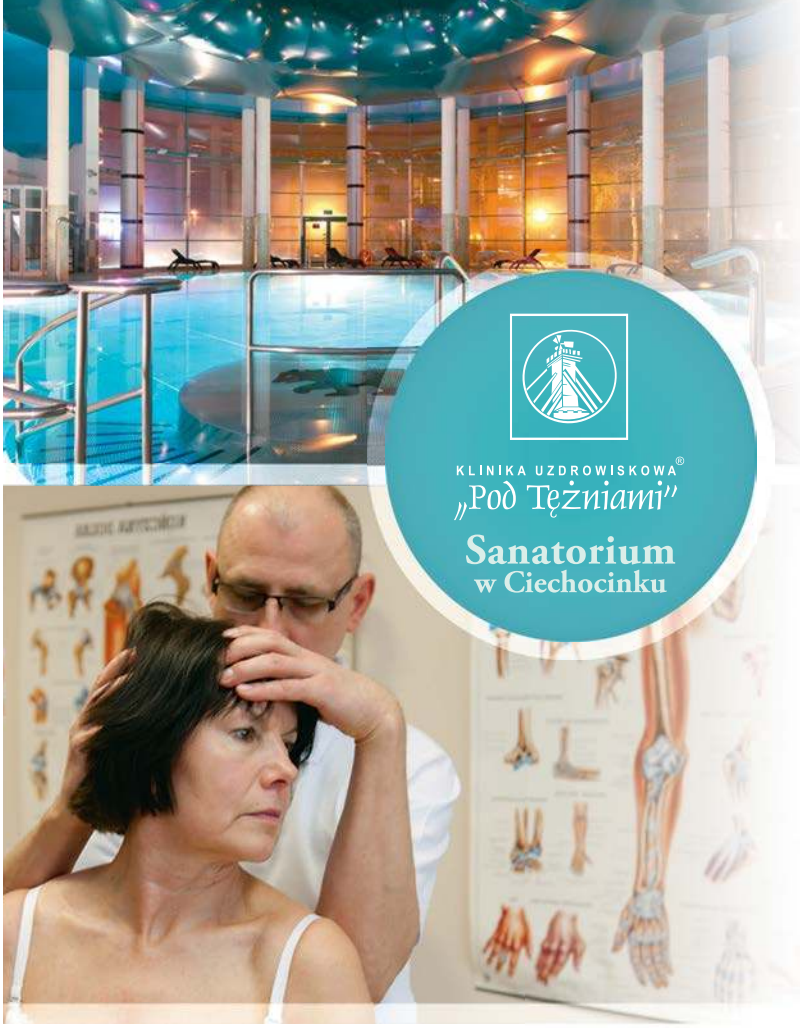
DVB T

6.00 Wehikuł czasu **6.20** TV Okazje **6.55** Wehikuł czasu **7.00** Disco Landia – nutki do pobudki **7.30** Wielkie wycieczkowce **8.30** Więzienie **10.00** Ojciec Brown (39, 40) **12.00** Śmierć pod palmami (8, 1) **14.00** Świat według Kiepskich (511, 512) **15.00** Świat według Bundych (51-56) **18.00** Całkiem nowe lata miodowe (14) **18.30** Miodowe lata **21.00** Zdrady (110) **22.00** Ślad (60-61, 105) **1.00** Łowca pedofilów **3.00** TV Okazje **3.50** Wehikuł czasu **4.00** Daleko od noszy (23, 24)

WP

DVB T

6.05 Policjanci z sąsiedztwa **8.00** Pogoda **8.05** Policjanci z sąsiedztwa **9.05** Pogoda **9.15** Tilt **9.55** Pogoda **10.00** Strażacy z sąsiedztwa **11.00** Wariaci za kierownicą **12.00** Komisarz Cassandre: zbrodnie w Alpach (2) **14.00** Pokochaj lub sprzedaj – Vancouver **16.00** Pokochaj lub sprzedaj **16.55** Pogoda **17.00** Inspektor Vera (2) **19.00** Makłowicz w podróży **20.00** Policjanci z sąsiedztwa **21.55** Pogoda **22.00** Mistrzowie kabaretu: Kabaret Łowcy.B / Nowaki / Formacja Chatelet



LECZENIE I REHABILITACJA

• Zdrowy Kręgosłup • Neurologiczny
• Dla Aktywnych • Biodra • Kolana • Bark
• Antystresowy • Kardiologiczny z diagnostyką

15 albo 20 zabiegów na 7 dni pobytu

• Wstęp na basen do 90 minut dziennie

Oferujemy z możliwością dopłaty:

• Diagnostykę fizjoterapeutyczną i laboratoryjną
• Specjalistyczne konsultacje lekarskie

Pobyty w terminach: 29.11 - 20.12.2026 r.
oraz 03.01 - 28.02.2027 r.

Turnus Świąteczny 20 - 27.12.2026 r.
Turnus Noworoczny 27.12 - 03.01.2027 r.

tel. 54 416 70 00
www.podtezniami.pl

Klinika Uzdrowiskowa „Pod Tężniami" im. Jana Pawła II,
ul. Warzelniana 7, 87-720 Ciechocinek

REKLAMA

eprasa.pl 775b675a4b

TVP 1



Ojciec Mateusz

7.00 Msza św. na Jasnej Górze **7.40** Rok w ogrodzie **8.20** Pełnosprawni (680) **9.05** Ranczo (69) **10.00** Komisarz Alex (22) **10.55** Dobre strony (17) **11.20** Ojciec Mateusz (334) **12.05** Domowe patenty **12.15** Między pokoleniami (4) **12.45** ★★★ Ostatnia walka Apacza – western USA 1954 **14.15** Minuta dla Twojego bezpieczeństwa (15) **14.25** Okrasa łamie przepisy (436)

15.00 **Rolnik szuka żony (11)** – reality show Polska 2026
16.00 **Zaraz wracam (180, 181)** – serial obycz. Polska 2026
17.00 **Teleexpress**
17.30 **Ojciec Mateusz (462)** Morus zostaje kierownikiem sandomierskiego oddziału firmy sprzątającej i serwisującej wagony kolejowe w ruchu pasażerskim. Byłemu naczelnikowi bardzo zależy na tej pracy. A w mieście mają miejsce tajemnicze wydarzenia.
18.40 **Jaka to melodia?**
19.30 19.30
19.55 **Pytanie dnia**
20.25 **Komisarz Alex (332)** – serial krym. Polska 2026
21.25 **Red 2** – komedia krymin. ★★★ USA/Fr./Kan. 2013 Reż. Dean Parisot, wyk. Bruce Willis, John Malkovich, Mary-Louise Parker
23.30 **Maratończyk** – film ★★★★ kryminalny USA 1976 **(s.3)** Reż. John Schlesinger, wyk. Dustin Hoffman, Laurence Olivier, Roy Scheider
1.35 **Różyczka 2** – film ★★★ historyczny Polska 2023
3.25 **Jaka to melodia?**

TVP 2



Rodzinka.pl

5.10 Barwy szczęścia (3446, 3447) **6.25** M jak miłość (1959) **7.30** Pytanie na śniadanie – program informacyjno-publicystyczny **11.25** Super Gary. Gotuj z Bosacką! (16) **12.05** W poszukiwaniu dobrego filmu (59) **12.40** Informacje kulturalne – magazyn **13.05** Panna młoda (260) – serial obyczaj. Turcja 2024 **14.00** Familiada – teleturniej **14.35** Koło fortuny – teleturniej

15.10 **Szansa na sukces. Opole 2027**: Finał, część. I
17.15 **Panna młoda (261)** – serial obycz. Turcja 2024
18.15 **Omnibus – szybcy i mądrzy** – teleturniej
19.10 **Słowo na niedzielę** – program religijny
19.25 **Rodzinka.pl (328-opis, 329)** – serial Polska 2026 Natalia dowiaduje się od Marii, jak wygląda seks po pięćdziesiątce. Magda wraca do pracy po urlopie macierzyńskim. Jej powrót może być jednak krótki, bo nowa niania wydaje się znać mieszkanie Boskich.
20.30 **The Voice of Poland**: Live – program rozrywkowy
23.30 **Postaw na milion**
0.30 **Baby Boom, czyli Kogel** ★★★ **mogel 5** – komedia obyczajowa Polska 2024 Reż. Anna Wieczur-Bluszcz, wyk. Maciej Zakościelny, Katarzyna Skrzynecka, Aleksandra Hamkało
2.05 **Kanał tajemnic** – film ★★★ krym. Francja/Belgia 2020
3.50 **Rodzinka.pl** – serial komediowy Polska 2026
4.40 **Barwy szczęścia (3448)**

Polsat



Bez skrupułów Toma Clancy'ego

5.25 Telezakupy TV Okazje **6.00** Nowy dzień – magazyn inform. **8.00** Halo tu Polsat – program inform.-publicyst. **9.55** Nasz nowy dom (385) **11.05** Pokochaj lub sprzedaj (3) **12.20** Pingwiny z Madagaskaru – film anim. USA 2014, dub. Grzegorz Pawlak, Tomasz Steciuk **14.10** ★★★ Piksele – kom. USA/Chiny 2015, reż. Chris Columbus, wyk. Adam Sandler, Kevin James

16.30 **Awantura o kasę**
17.40 **Hitster. Muzyczna gra przebojów (16)**
18.50 **Wydarzenia**
19.15 **Prezydenci i premierzy**
19.55 **Kabaret na żywo. Młodzi i moralni. Nad mętną rzeką** – program rozrywkowy Polska 2026
22.00 **Koncert Jimek / Orkiestra / Goście – Historia polskiego hip-hopu. Rozdział III. Ostatni (s.2)**
0.35 **Bez skrupułów Toma** ★★★ **Clancy'ego** – film sensac. Niemcy/USA 2021 Reż. Stefano Sollima, wyk. Michael B. Jordan, Jamie Bell, Jodie Turner-Smith Szukając sprawiedliwości za zabójstwo swojej ciężarnej żony, żołnierz US Navy SEALs John Kelly odkrywa międzynarodowy spisek, który grozi pogrążeniem Stanów Zjednoczonych i Rosji w totalnej wojnie.
2.50 **Świat według Kiepskich (430, 431)**: Con amore: Królowa balu – serial komediowy Polska 2013
4.05 **Kabaretowa Ekstraklasa**
4.40 **Disco gramy!**

TVN



Blade: Wieczny łowca II

5.40 Uwaga! (8140) – magazyn interwencyjny **5.55** Ukryta prawda (1547) – serial fabularno-dokumentalny Polska 2023 **6.50** Kuchenne rewolucje: Podkowa Leśna – Suliko – reality show Polska 2024 **7.45** Dzień Dobry TVN – program informacyjno-publicystyczny **11.30** Na Wspólnej (4316-4319) – serial Polska 2026 **14.05** MasterChef (11) – show kulinarny Polska 2026

16.00 **Studio Pucharu Świata**
16.30 **Skoki narciarskie: Puchar Świata mężczyzn w Ruce:** 1. konkurs ind. na skoczni HS 142 – 1. seria **(s.2)**
17.30 **Studio Pucharu Świata**
17.40 **Skoki narciarskie: Puchar Świata mężczyzn w Ruce:** 1. konkurs indywidualny na skoczni HS 142 – 2. seria
18.35 **Studio Pucharu Świata**
19.00 **Fakty**
19.45 **Harry Potter i kamień** ★★★★ **filozoficzny** – film fantasy W. Bryt./USA 2001 **(s.11)** Reż. Chris Columbus, wyk. Daniel Radcliffe, Rupert Grint, Emma Watson
23.05 **Blade: Wieczny łowca II** ★★★ – horror USA/Niemcy 2002 Reż. Guillermo del Toro, wyk. Wesley Snipes, Kris Kristofferson, Luke Goss W wyniku rzadkiej mutacji powstała nowa rasa, która zagraża ludziom i wampirom. Blade musi połączyć siły z elitarną grupą krwiożerczych wojowników, którzy byli jego przeciwnikami.
1.30 **Smętarz dla zwierzaków.** ★★ **Początki** – horror USA/Kanada 2023

TVN 7



Zabójcza broń II

6.15 Wiza na miłość: pierwsze spotkanie (14) **7.15** New Looney Tunes (8, 9) **7.45** ★★★ Footloose – komediodramat USA 2011 **10.00** Unboxing – Wielkie otwarcie (5) **10.35** Ukryta prawda (1636) **11.35** Mówię Wam (15) **12.50** Ukryta prawda (1637, 1638) **14.55** Szpital św. Anny (140, 141) **17.00** Detektywi (335-337) **20.00** ★★★★ Zabójcza broń II – film sensac. USA 1989, reż. Richard Donner, wyk. Mel Gibson **22.25** Władca Pierścieni. Pierścienie władzy (4) – serial przygod. USA **23.50** ★★★★ Dzień próby – film sensac. USA 2001, reż. Antoine Fuqua, wyk. Denzel Washington **2.25** Zbliżenie. Mówię Wam podcast (10)

TV Puls

6.00 Kobra – oddział specjalny (3-5) **9.00** Taki jest świat (47) **9.25** Boso przez świat (87) **10.00** Lombard. Życie pod zastaw (659, 667, 669, 671, 673, 1039-1043) **20.00** ★★★★ John Rambo – film sensac. Niemcy/USA/Tajland. 2008 **21.50** ★★★ Świat w ogniu – thriller USA/W. Bryt./Portugalia/Kan./Bułgaria 2019, reż. Ric Roman Waugh, wyk. Gerard Butler, Morgan Freeman, Nick Nolte **0.05** ★★★ Wykonać wyrok – film sensac. USA/Kanada 1990 **2.00** Dyżur (39, 40) **3.00** Taki jest świat (47)

Puls 2

7.00 Seriale anim. dla dzieci **8.40** Futrzaki ruszają na ratunek – film anim. **10.05** Dwanaście prac Asterixa – film anim. **11.55** Wojciech Cejrowski. Boso – Karaiby (6-8) **13.45** Gwiazdy Mazurskiej Nocy Kabaretowej (2, 3) **15.45** ★★★ Dwie siostry i pies – film fant. Niemcy 2022 **17.15** ★★★★ Roszpunka i powrót sokołów – film fant. Niemcy/Czechy 2023 **19.00** Asterix Gal – film anim. Fr./Belg. 1967 **20.35** ★ Wielkie kino – kom. USA 2007 **22.10** ★★★ Rycerz króla Artura – film przyg. USA/W. Bryt. 1995

TVP Polonia

7.30 Pytanie na śniadanie **11.30** Podróże z historią (30) **12.05** Awantura o Basię (6, 7) **13.15** Jak to się mówi, czyli Kasia u Bralczyka (78) **13.45** Na dobre i na złe (996) **14.40** Na sygnale (684, 685) **15.35** Okrasa łamie przepisy (435) **16.05** Europa da się lubić – nowe pokolenie (11) **17.00** Teleexpress **17.25** M jak miłość (1950) **18.20** Czterdziestolatek (3) **19.10** 63. KFPP w Opolu **19.30** 19.30 **19.55** Pytanie dnia **20.20** Archiwista (6, 7) **22.00** Daję słowo – Maciej Orłoś (50) **22.50** Stawka większa niż życie (13) **23.50** Malicki & Laskowik. The best of (5) **0.20** Kabaretowe naj (12) **0.40** M jak miłość (1950) **1.30** 19.30 **1.55** Pytanie dnia **2.10** Cisza nad rozlewiskiem (3, 4)

TV Trwam

12.20 Warto zauważyć... w mijającym tygodniu **12.50** Natura obiektywnie **13.20** Ocalić od zapomnienia **13.30** Msza święta z Jasnej Góry **14.20** Muzyczne chwile **14.45** Jak wygrać małżeństwo? **15.00** Dzielna niewiasta **15.15** Mateczniki polskości **15.30** Wierzę w Boga **16.10** Historia PL **17.00** Człowiek przebaczenia i pojednania – ks. Michał Rapacz **17.30** Przełamując bariery **18.15** Rozmowy niedokończone **19.30** Manna z nieba **19.45** Modlitwa z tel. udziałem dzieci **20.20** Różaniec **20.50** Myśląc Ojczyzna **21.00** Apel Jasnogórski **21.40** Polski punkt widzenia **22.00** Warto być ojcem **22.15** Głos serca (140) **23.00** Odpowiedzialni za Kościół **23.30** Razem możemy wszystko

TVP Kultura

8.00 ★★ Patrząc pod słońce – dramat Polska 1971 **8.55** ★★ Szatan z siódmej klasy – film dla młodz. Polska 2006 **10.50** Pan wzywał, Milordzie? (3) **11.55** Wydarzenie aktualne **12.30** Nasze marzenia – film dok. Fr. 2023 **14.15** Dzień z życia artysty (18) **14.55** ★★★ Niespotykanie spokojny człowiek – kom. Polska 1975 **16.10** Czterdziestolatek (15) **17.25** Tamte lata, tamte dni (99) **18.05** ★★★ Jutrzenka – melodramat Fr./Wł 1956 **20.00** ★★★★ Happy-Go-Lucky, czyli co nas uszczęśliwia – kom. W. Bryt. 2008, reż. Mike Leigh, wyk. Sally Hawkins **22.10** Polskie Evergreeny. Ladies' Jazz Festival Gdynia 2024 **23.40** ★★★★ Łowca androidów – film sens. USA/W. Bryt. 1982, reż. Ridley Scott, wyk. Harrison Ford

Super Polsat

6.40 SuperLudzie (39) **7.15** Było sobie życie (23-26) **9.30** Były sobie Ameryki (1) **9.55** Artur ratuje Gwiazdkę – film anim. W. Bryt./USA 2011 **11.55** Świat według Kiepskich (416, 421, 424, 428, 432, 417, 421, 417): Krótki film o męskości / Pokuć / Warszawa / Dzień Szakala / Kożuchowska / Człowiek, który wzuł łaczki / Pokuć / Człowiek, który wzuł łaczki **16.00** Złomiarze (3) **17.00** Pokochaj lub sprzedaj (3) **18.00** Świat według Kiepskich (421, 425) **19.00** Kolacja w ciemno (19) **20.00** Boks: Gala w Sopocie **0.00** ★★★ Bad Boys for Life – film sens. USA 2020, reż. Adil El Arbi, Bilall Fallah, wyk. Will Smith, Martin Lawrence **2.35** Kolacja w ciemno (19) **3.35** Backdoor – Wyjście awaryjne (7)

TV 6

6.00 Jeźdźcy smoków: Na końcu świata (1-3) **7.30** Klopsiki i inne zjawiska pogodowe – film anim. USA 2009 **9.10** ★★★ Grinch: świąt nie będzie – komedia USA/Niemcy 2000, reż. Ron Howard, wyk. Jim Carrey, Josh Ryan Evans **11.30** Cobra Kai (50, 1-3) **14.20** Strażnik Teksasu (2, 3) **16.20** Columbo (16, 17): Słodka, lecz śmiertelna / Koneser win – serial krym. USA 1973 **20.00** CSI: Kryminalne zagadki Miami (91, 92): Podwójne zagrożenie / Jazda – serial krym. USA 2006 **22.00** Kości (233, 234): Klejnot w koronie / Koszmar wewnątrz koszmaru – serial krymin. USA 2016 **23.55** ★★ Detonator – thriller USA/Rum. 2006, reż. Po-Chih Leong, wyk. Wesley Snipes, William Hope **2.00** Krejzi Patrol (13)

TV 4

5.30 Telezakupy TV Okazje **6.00** Łowcy skarbów. Kto da więcej (466) – reality show Polska 2025 **7.00** Galileo **9.05** #JesteśmyDlaDzieci (354) – magazyn publicyst. **9.30** A na obiad... (12) – magazyn kulinarny **9.35** Galileo (1182, 1228, 1229) – program popularnonauk. Polska 2026 **12.45** ★★ Karate Kid 4: Mistrz i uczennica – dramat USA 1994, reż. Christopher Cain, wyk. Hilary Swank, Pat Morita, Michael Ironside **14.55** Policjantki i policjanci (1486-1490) **20.00** A na deser... (22) – magazyn **20.10** Sprawiedliwi – wydział kryminalny (1088-1091) – serial krym. Polska 2026 **0.20** Gwiazdy kabaretu (192, 191) **2.20** STOP Drogówka (386) **3.25** Lubię Disco! (309) **4.25** Top 10 lista przebojów (2974)

REKLAMA

Fielmann
twój optyk



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

Okulary korekcyjne są wyrobem medycznym służącym do korygowania wad wzroku. Podmiotem prowadzącym reklamę jest Fielmann Sp. z o.o. Producentem okularów przedstawionych na grafice jest Fielmann Group AG. Lista producentów produktów objętych ofertą znajduje się pod adresem www.fielmann.pl/info-producenci

eprasa.pl 775b675a4b

Ale Kino+

7.00 ★★ Stan wyjątkowy – kom. Czechy 2024 **9.10** ★★★★ Bracia ze stali – film biograf. USA/W. Bryt. 2023 **11.50** Sprawa nierozwiązana (1-5) **14.20** ★★★ Ocalona – film sens. USA/W. Bryt. 2015 **16.20** ★★★ Terapia dla par – komediodr. Hiszp. 2023 **18.10** Grantchester (7, 8) **20.10** ★★★ Plan ucieczki – film sens. USA 2013 **22.25** ★★★ Morderstwo na 3. piętrze – komediodr. Fr. 2026 **0.40** ★★★ Pokusa – thriller USA 2012 **2.55** Król (4) **4.20** Wspaniałe kilka minut – film krótkometr.

Kino Polska

8.00 Końce i początki **8.25** Wagary **9.00** ★★★★ Sportowiec mimo woli – kom. Polska 1939 **10.35** ★★★ Za duży na bajki – komedia Polska 2022 **12.50** ★★★ Szatan z siódmej klasy – film przygod. Polska 1960 **15.25** ★★★ Kogel-mogel – kom. obyczaj.Polska 1988 **17.40** ★★★★ Miś – komedia Polska 1980 **20.00** ★★★★ Oficer i szpieg – thriller Francja/Włochy 2019, reż. Roman Polański, wyk. Jean Dujardin, Louis Garrel **22.50** Ekstradycja (1, 2) **1.20** ★★★ Legiony – film wojenny Polska 2019

Polsat Film

9.55 Dawno, dawno temu w „Idolu" – film anim. **10.15** Świętastyczne kolędowanie – film anim. **10.20** ★★★★ Babe, świnka z klasą – kom. USA/W. Bryt. 1995 **12.15** ★★★ Moja dziewczyna II – kom. USA 1994 **14.20** ★★★ Hidalgo – ocean ognia – film przyg. USA/Maroko 2004 **16.55** Epoka lodowcowa – film anim. **18.40** ★★★ Więzień labiryntu – film sf W. Bryt./USA 2014 **21.00** ★★★ Najmro – kom. sens. Polska 2021 **23.00** ★★★ Wszystkie stare noże – thriller USA/Kan. 2022

Stopklatka

DVB T

6.00 Komisarz Rex (6, 6-8) **10.00** Hudson i Rex (4, 5) **12.00** Vera (2) **14.00** ★★ Beethoven – Świąteczna przygoda – kom. USA/Kan. 2011 **15.55** ★★★ Alfa – film przygod. USA/Chiny/Kan. 2018 **17.55** Stawka większa niż życie (11, 12) **20.00** ★★★★★ Szczęki – thriller USA 1975, reż. Steven Spielberg, wyk. Roy Scheider **22.40** ★★★ November Man – thriller USA/W. Bryt. 2014 **0.50** ★★★★ Drogówka – film krym. Polska 2012 **3.30** ★★★★ Kamienie na szaniec – dramat Polska 2014

Canal+ Premium

10.35 Łapu-Capu **10.50** ★★★ Niania w Nowym Jorku – kom. rom. USA 2007 **12.35** ★★★ Pod gwieździstym niebem – kom. romant. USA 2025 **14.15** Piękna łąka kwietna **14.45** ★★★ Ocaleni – thriller USA/Kan. 2008 **16.15** ★★ Saga Zmierzch: Przed świtem. Część I – film przygod. USA 2011 **18.10** ★★★ Niemożliwe – film katastrofic. USA/Hiszpania/Tajlandia 2012 **20.00** ★★★ Pomoc domowa – thriller USA 2025 **22.15** ★★★★ Wrogowie publiczni – dramat USA/Japonia 2009

HBO

10.30 ★★★ Do usług szanownej pani – kom. Francja/Luksemburg 2023 (s.3) **12.20** ★★★★ Duża ryba – film przyg. USA 2003 **14.25** ★★★ Ostatnia sesja w Paryżu – thriller Fr. 2025 **16.10** ★★★ Uncharted – film przygodowy USA 2022 **18.05** ★★★ Jack, pogromca olbrzymów – film fant. USA 2013 **20.00** ★★★★ Borg/McEnroe. Między odwagą a szaleństwem – film biogr. Szwecja/Dania/Finlandia/Czechy 2017 **21.45** ★★★ Wybryk – kom. USA 2025 **23.15** ★★ Wcielenie – horror W. Bryt. 2024

Paramount

9.05 ★★ Guru miłości – kom. W. Bryt./Niemcy/USA 2008 **11.00** ★★★ BFG: Bardzo Fajny Gigant – film fant. USA/Indie/W. Bryt. 2016 **13.30** ★★★ Mali agenci – kom. USA 2001 **15.30** ★★★★ Marzyciel – film biogr. USA-/W. Bryt. 2004 (s.11) **17.50** ★★★★ Dirty Dancing – film muz. USA 1987 **20.00** ★★★ Zaginione miasto – komedia sensacyjna USA 2022 **22.25** ★★★★ Ciche miejsce – horror USA 2018 **0.00** ★★★ Na fali – film sens. Jap./USA 1991 **2.50** ★★★★ Prawo zemsty – thriller USA 2009

Polsat 2

6.30 Bogaty dom – biedny dom **7.30** Sekrety rodziny **8.30** Z klimatem i z pasją **9.00** Dlaczego ja? **14.00** Zawód: Glina **17.00** Nasz nowy dom **18.10** Sekrety rodziny **20.10** ★★★★ Kung Fu szał – kom. sens. Hongk./Chiny/USA 2004, reż. Stephen Chow, wyk. Stephen Chow **22.25** ★★★ Siostry – kom. USA 2015, reż. Jason Moore, wyk. Amy Poehler **0.45** ★★★ Metro strachu – film sens. USA/W. Bryt. 2009, reż. Tony Scott, wyk. Denzel Washington **2.55** Wydarzenia **3.35** Ewa gotuje

TVP Seriale

5.30 Na sygnale (951, 952) **6.30** Zmiennicy (5) **7.35** Na sygnale (953-957) **10.25** Ranczo (71) **11.20** Na dobre i na złe (1005) **12.20** Rodzinka.pl (327, 328) **13.35** Ojciec Mateusz (35, 36) **15.35** Komisarz Alex (331) **16.30** Ranczo (72) **17.30** Zmiennicy (6) **18.35** Stawka większa niż życie (13) **19.45** Ojciec Mateusz (37-39) **22.30** Ranczo (73, 74) **0.15** Komisarz Alex (331) **1.05** Ojciec Mateusz (461) **1.55** Ekstradycja (1, 2) **3.45** Glina (1) **4.35** Rodzinka.pl (192)

AXN

6.20 ★★★★ Dzień Świstaka – kom. USA 1993 **8.05** Rekrut: Feds (18) **9.05** FBI: Most Wanted (13) **10.05** Detektyw Monk (6-10) **15.05** CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas (1-5) **20.00** ★★★ Olimp w ogniu – film sens. USA 2013 **22.25** ★★★ Londyn w ogniu – film sens. USA/W. Bryt./Bułg. 2016 **0.15** ★★★ Sahara – film przygod. USA/W. Bryt./Fr./Niemcy/Hiszp. 2005, reż. Breck Eisner, wyk. Matthew McConaughey, Penélope Cruz **2.50** ★★★ Wykiwać klawisza – kom. USA 2005

13 Ulica

6.00 ★★★ Na granicy: Przepaść – film krym. Niemcy 2022 **7.50** Bez śladu (7-11) **12.35** ★★★ Morderstwa na Gwadelupie – film krym. Fr. 2023 **14.40** Kapitan Marleau (2, 1) **18.45** Astrid i Raphaëlle (1, 2) – serial krym. Fr./Belg./Szwajc. **21.00** Prawo i porządek Toronto: Zbrodniczy zamiar (3) – serial krym. Kan. **22.00** ★★★ Morderstwo w Sainte Baume – film krym. Fr. 2022, reż. Lou Jeunet, wyk. Nicolas Gob, Léa François **0.00** ★★★ Komornik (1) – film sens. W. Bryt./USA 2018

FX

7.05 CSI: Kryminalne zagadki Miami (17, 18) **8.55** CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku (3, 4) **10.45** Z Archiwum X (1-3) **13.30** CIA (8) **14.25** ★★★ Faceci w czerni 3 – film sf USA 2012 **16.35** ★★★★ Królestwo niebieskie – dramat W. Bryt./Niemcy/Hiszp./Maroko/USA/Wł./Fr. 2005 **19.35** ★★★ Terminator: Genisys – film sf USA/Kan. 2015 **22.00** ★★★★ Rambo: pierwsza krew – film sensac. USA 1982 **0.00** ★★★ Resident Evil: Zagłada – horror USA/Niemcy/Meksyk/Kan. 2007 **1.50** Rywale (3)

Eurosport 1

8.40 (L) Biegi narc.: PŚ w Ruce **9.45** Narc. alp.: PŚ kobiet w Gurgl **10.05** (L) Komb. norw.: PŚ w Ruce **11.05** (L) Biegi narc.: PŚ w Ruce **13.00** Narc. alp.: PŚ (m) w Gurgl **13.30** (L) Skoki narc.: PŚ (k) w Hinzenbach **15.00** Skoki narc.: PŚ w Lillehammer **16.00** Studio **16.30** (L) Skoki narc.: PŚ (m) w Ruce **18.00** Studio **18.30** (L) Narc. alp.: PŚ kobiet w Killington **19.30** (L) Narc. alp.: PŚ (m) w Copper Mountain **21.45** Komb. norw.: PŚ (m) w Ruce **22.00** Biegi narc.: PŚ w Ruce

Eurosport 2

8.30 (L) Łyżw. fig.: ISU GP – NHK Trophy (k) w Tokio **10.20** Łyżw. fig.: ISU GP – NHK Trophy (m) w Tokio **10.45** (L) Saneczk.: PŚ (m) w Winterbergu **11.30** Saneczk.: PŚ (k) w Winterbergu **12.00** (L) Łyżw. fig.: ISU GP – NHK Trophy (m) w Tokio **13.20** Narc. dow.: PŚ w Innsbrucku **14.15** (L) Snooker: Mistrzostwa W. Bryt. w Yorku **17.30** Kolarstwo gór. (m): Podsumowanie PŚ **19.00** Snooker: Mistrz. W. Bryt. w Yorku **20.00** (L) Snooker: Mistrz. W. Bryt. w Yorku **23.30** Narc. alp.: PŚ (k) w Killington

Polsat Sport 1

8.30 (L) Łyżwiarstwo figurowe: ISU GP – NHK Trophy kobiet w Tokio: Program dowolny **10.00** Magazyn polskiego sportu **11.00** Magazyn sportowy **11.50** (L) Siatkówka: TAURON Liga: Ślepsk Malow Suwałki – PGE GiEK Skra Bełchatów; Neonet Norwid Częstochowa – ZAKSA Kędzierzyn-Koźle; Stilon Gorzów – Energa Indykpol AZS Olsztyn; Jastrzębie Barkom – BOGDANKA LUK Lublin **23.00** Siatkówka: TAURON Liga **1.00** Siatkówka: TAURON Liga **3.30** Siatkówka: TAURON Liga

TVP Sport

DVB T

8.45 Koszykówka: Elim. MŚ (m): Polska – Chorwacja **10.45** NBA: New York Knicks – Miami Heat **13.05** (L) Biatlon: PŚ w Kontiolahti **14.25** Reportaż **14.50** Studio **15.10** (L) Biatlon: PŚ w Kontiolahti **16.55** (L) Piłka nożna: Arka Gdynia – Ruch Chorzów **19.05** (L) Boks: Polska – Armenia **22.05** (L) HL: Vegas Golden Knights – Montreal Canadiens **22.55** Sportowy wieczór **23.05** NHL: Vegas Golden Knights – Montreal Canadiens **0.00** (L) NHL: Vegas Golden Knights – Montreal Canadiens

Canal+ Sport

9.00 Piłka nożna: Levante UD – Racing Santander **11.15** Premier League Review **12.30** Premier League Preview **13.10** Premier League: The Big Interview **13.55** Piłka nożna: Levante UD – Racing Santander **16.10** (L) Piłka nożna: Málaga CF – Athletic Club **18.15** Premier League Stories **18.50** Boks: Gala w Utilita Arena Cardiff **20.00** Jazda o złoto. Żużel na podsłuchu **22.00** MMA: Gala ONE Friday Fights 180 w Bangkoku **23.05** Piłka nożna: Real Betis – Rayo Vallecano **1.15** Premier League

Canal+ Sport 5

8.20 Żużel: PGE Ekstraliga **11.15** Champions Pack: 5. kolejka fazy ligowej **12.30** Premier League Preview: Zapowiedź 12. kolejki **13.15** 1 na 1 Extra: Krzysztof Ratajski **14.00** (L) Rzutki: Dart: Ladbrokes Players Championship Finals **18.15** Premier League Stories **18.50** Champions Pack: 5. kolejka fazy ligowej **20.00** (L) Rzutki: Dart: Ladbrokes Players Championship Finals **0.15** Liga+ **1.30** Piłka nożna: PKO BP Ekstraklasa: Górnik Zabrze – Wisła Płock **3.55** Ligomistrzowe historie

Eleven Sports 1

8.55 Inside Serie A **9.35** GP Confidential **10.15** F1: GP Kataru **12.55** (L) Piłka nożna: Hertha BSC – Karlsruher SC **15.10** Studio GP **15.25** (L) Formuła 1: GP Kataru **16.40** Studio GP **17.10** (L) Formuła 2: GP Kataru **18.15** Studio GP **18.55** (L) Formuła 1: GP Kataru **20.15** Studio GP **21.00** F1: GP Kataru **22.40** Wywiad z Miroslavem Klose **23.00** Eleven Gol Live **0.10** Podróż do świata calcio **0.50** Olympique Lyon – między legendą a teraźniejszością **1.40** Najlepsze gole Bayernu Monachium

Polsat Sport 3

6.00 Tenis: Finały Pucharu Davisa **8.00** Tenis: Finały Pucharu Davisa **10.00** (L) Skeleton: PŚ kobiet w Altenbergu: 1. przejazd **11.30** (L) Skeleton: PŚ kobiet w Altenbergu: 2. przejazd **12.00** (L) Tenis: Finały Pucharu Davisa: 2. półfinał **14.00** (L) Tenis: Finały Pucharu Davisa: 2. półfinał **16.00** (L) Tenis: Finały Pucharu Davisa: 2. półfinał **18.00** (L) Skeleton: PŚ w Altenbergu: Konk. druż. **20.30** Tenis: Finały Pucharu Davisa **23.00** Siatkówka: Liga Mistrzyń CEV **1.00** MMA: Babilon MMA

TVN 24

8.00 Serwis informacyjny **8.35** Strefa kibica – zima **9.00** Serwis informacyjny **15.30** Ranking Mazura **16.00** Fakty po południu **18.00** Dwie Strony **19.05** Serwis informacyjny **19.25** Fakty po Faktach **20.00** Superwizjer **21.00** Ranking Mazura **21.30** Serwis informacyjny, pogoda **22.00** Szkło kontaktowe **23.00** Dzień po dniu **23.43** Strefa kibica – zima. Kroniki **0.00** Fakty po Faktach **0.40** Superwizjer **1.45** Nic do zgłoszenia **2.40** Nowa Maja w ogrodzie **3.00** Akademia ogrodnika

Polsat News

6.00 Nowy dzień **9.00** Kalejdoskop Wydarzeń **9.55** Cztery strony mediów Tejchmana **11.00** W rytmie dnia **12.50** Wydarzenia **13.30** W rytmie dnia **13.55** Pogoda **14.00** W rytmie dnia **14.55** Pogoda **15.00** W rytmie dnia **15.40** Pogoda **15.50** Wydarzenia **16.30** Czysta Polska **17.00** W rytmie dnia **18.35** Debata polityczna **19.15** Prezydenci i premierzy **19.50** Dobry Wieczór Polsko **21.50** Wydarzenia wieczorne **22.30** Dzień na świecie **23.30** Wydarzenia **0.00** Polsat News ujawnia

TVP Info

DVB T

8.38 Info Senior **9.00** Serwis Info **9.05** Info Poranek **9.30** Serwis Info **9.35** Info Poranek **10.00** Serwis info dzień **15.10** Salonowiec **16.00** Dzień w godzinę **17.00** Teleexpress **17.15** Teleexpress Extra **17.35** Panorama **17.42** Sprawdzamy **17.59** Sprawdzam to Extra **18.00** Panorama **18.20** Teleplotki **18.30** Kiedyś to było **19.00** Serwis info wieczór **19.30** 19.30 **19.58** Pytanie dnia **20.15** Co ludzie powiedzą? **20.56** Serwis info wieczór **21.00** 100 pytań do... **21.45** Panorama

TVP 3

DVB T

9.00 Horyzont wartości. Rozmowa z kard. Grzegorzem Rysiem **9.25** Telekurier **9.50** Magiczne Podhale z Sebastianem Karpielem-Bułecką **10.25** Lecę za miłością **11.00** Fascynujące migracje **12.05** Sanatoria **12.35** Rączka gotuje **13.10** Regiony na TAK **15.00** Koronka do Miłosierdzia Bożego **15.25** (L) Piłka nożna: Bruk-Bet Termalica Nieciecza – Stal Rzeszów **20.00** Dziennik regionów **20.15** Regiony na TAK **20.30** O milimetr **22.00** Dziennik regionów **22.30** Kryminalna Siódemka Extra

TVP Rozrywka

9.35 Koło fortuny **10.10** Tańcząca ze światem **10.50** Szansa na sukces. Opole 2027 **11.55** To jest grane **12.25** Prywatne życie zwierząt **13.00** Daję słowo – Maciej Orłoś **14.00** Postaw na milion **15.45** Moje przeboje **16.20** Jeden z dziesięciu **17.35** Koło fortuny **18.10** Domowe patenty **18.20** Szansa na sukces. Opole 2027 **19.25** Europa da się lubić – nowe pokolenie **20.30** Historia literatury według Kabaretu Moralnego Niepokoju **22.35** Postaw na milion **23.35** Jaka to melodia?

Planete+

10.20 Najdziksze ostępy Europy **11.20** Mongolia. Pomiędzy niebem a ziemią **12.30** Na targach świata **13.05** Polska z góry. Nad wodą **13.35** Krajobrazy świata **14.45** W obronie rodziny **15.50** Bucket – historia pewnego Iwiątka **17.00** Lamparty z Parku Yala na Sri Lance **18.00** Dokąd dzisiaj? **18.40** Polska z góry. Naj... w Polsce **19.40** Céline Dion. Tak rodzi się gwiazda **20.50** Johnny Depp. Wieczny buntownik **22.00** Karl Lagerfeld. Objawienie **23.05** Opowiedz nam Iggy

BBC Earth

8.00 Azja **9.10** Błękitna planeta: morze trosk **10.15** Attenborough i największy dinozaur świata **11.25** Amerykańskie Południe **12.30** W okowach mrozu **15.35** Planeta Ziemia III **17.40** Dziki połów: nieznane wody **18.35** Pewnego razu w kosmosie **19.45** Układ Słoneczny **20.55** Dzikie zakątki Ziemi z Simonem Reevem **22.10** W okowach mrozu **23.10** Attenborough i największy dinozaur świata **0.20** Jenningsowie kontra Alzheimer **1.35** Chirurdzy: kwestia życia i śmierci

Discovery Channel

8.00 Alaska w budowie **9.00** Gorączka złota **11.00** Celnicy na straży Danii **12.00** Kroniki policyjne: Szwecja **13.00** Złomowisko PL **15.00** Celnicy na straży Niemiec **16.00** Przystanek Bieszczady **17.00** Wyzwanie: przetrwanie **18.00** Człowiek kontra niedźwiedź **19.00** Fani czterech kółek: w trasie **21.00** Najniebezpieczniejszy zawód świata **22.00** Alaska w budowie **23.00** Akta ekspedycji **0.00** Nowi badacze UFO **1.00** NASA – archiwum tajemnic **2.00** Łowcy staroci

TVN Turbo

9.00 Jeździć, obserwować **9.45** Uwaga! Oszust: Ściema z ogłoszenia **10.15** Naprawy nie do naprawy **11.00** Ciężarówką przez Malezję **12.00** Po raz trzeci. Sprzedane! **12.45** Kupione, zrobione, sprzedane **13.45** Wojny samochodowe **15.45** Polski supersamochód **16.30** Z drugiej ręki **17.15** Jeździć, obserwować **18.00** Zawodowi handlarze **18.45** Co tu się odjechało? **19.15** Mobilni mechanicy **20.40** Zawodowi handlarze **22.10** Jeździć, obserwować **23.40** The Grand Tour

TVN Style

7.45 Dzień Dobry TVN **11.25** Kuchenne rewolucje: Mroków – Bistro Kociołek **12.25** Jestem z Polski **14.25** Ostre cięcie **16.00** Nowa Szelągowska **17.00** Zgłoś remont – spełniamy marzenia **18.00** Pokładani **19.00** Kuchenne rewolucje: Restauracja „Sielsko Anielsko", Sieradz / Bar „Czerwony kapturek", Poznań **21.05** Teraz one **21.40** Top Model **23.15** Love the Look **0.15** Seks bez tajemnic **1.15** Zagadki seksualności **1.55** Tu jest pięknie **2.40** Wiem, co jem i wiem, co kupuję

Romance TV

8.25 ★★★ Inga Lindström: Na zawsze Vickerby – film obyczaj. Szwecja/Niemcy 2007 **10.20** ★★ Rosamunde Pilcher: Miłość to najlepsza terapia – romans Niemcy 2023 **12.15** ★★★ Rosamunde Pilcher: Lato nad morzem – film obyczaj. Niemcy 1995 **14.05** Statek marzeń: Nusantara **16.05** ★★★ Twój idealny rok – kom. Niemcy 2024 **18.00** Krawcowa z Madrytu (7, 8) **20.00** Weiss & Morales (4) **21.55** Wydział zabójstw Stambuł **23.50** ★★★ Rzeka życia – dramat Niemcy 2014

TVN Fabuła

6.30 Po drugiej stronie kamery **7.30** Seriaale Top 5 **7.45** Magda M. (2-4) **10.45** ★★★ Narodziny – dramat USA 2006 **12.55** ★★★★ Fantastyczne zwierzęta i jak je znaleźć – film przyg. W. Bryt./USA 2016 **15.45** ★★★ Lassie: Nowe przygody – film przygodowy Niemcy 2023 **17.45** ★★★ Godzilla kontra Kong – film sf USA 2021 **20.00** ★★★★ Teściowie – kom. Polska 2021 **21.45** ★★★ Mortal Kombat – film sf USA/Australia 2021 **0.15** ★★★ Na własną rękę – film sens. USA/Meksyk 2002

AMC

6.00 ★★★ Nic nie widziałem, nic nie słyszałem – kom. krym. USA 1989 **8.05** ★★★★ Robin Hood: Faceci w rajtuzach – kom. USA/Fr. 1993 **10.10** W 80 dni dookoła świata (1-3) **16.10** ★★ Poza zasięgiem – film sens. USA/Polska 2004 **17.50** ★★ Porwanie – thriller USA 2011 **20.00** ★★★ Strażnik czasu – film sf USA/Jap. 1994 (s.11) **22.00** ★★★ Krocząc wśród cieni – film sens. USA 2014 **0.30** ★★★★ Porachunki – kom. krym. W. Bryt. 1998 **2.45** ★★★ Dzikie żądze – dramat USA 1998

BBC First

5.00 Co ludzie powiedzą? (4, 1) **6.00** Z pamiętnika położnej (1, 2) **7.50** Co ludzie powiedzą? (3-6) **10.30** Morderstwa w Midsomer (14, 15) **12.35** Ojciec Brown (5-7) **15.35** Shakespeare i Hathaway: prywatni detektywi (7, 8) **17.35** Z pamiętnika położnej (6) **18.45** Śmierć z dala od palm (5) **19.55** Śmierć pod palmami (3) **21.00** Zbrodnie na Szetlandach (2) **22.20** Milczący świadek (1, 2) **0.40** Zaginiona (3) **1.35** Koroner (9) **2.20** Morderstwa w Midsomer (15)

TTV

DVB T

8.45 Gogglebox. Przed telewizorem **9.45** Express **10.05** Gogglebox. Przed telewizorem **11.05** Nic do zgłoszenia **12.05** Zakup w ciemno Extra **12.35** Zakup w ciemno **15.45** Express **16.05** Idź na całość **17.05** Usterka **17.45** Express **18.05** Sport **18.10** Zakup w ciemno Extra **18.45** Damy i wieśniaczki. PL **19.45** Express **20.00** Zakup w ciemno **21.00** Gogglebox. Przed telewizorem **22.00** Nasi w mundurach **23.00** Gogglebox. Przed telewizorem **1.20** Diabelnie boskie

Fokus TV

DVB T

6.05 48 h. Zaginieni (2) **7.00** Rolnicy. Podlasie **9.00** Epoka lodowcowa – mroźna planeta **11.00** Niezwykłe pociągi **13.00** Rolnicy. Podlasie **16.00** Najpiękniejsze domy na wsi **17.00** Nowe tajemnice Trójkąta Bermudzkiego **18.00** Pompeje: Życie w rzymskim mieście **19.00** Jak to wyjaśnić?: Trop w sprawie UFO, yeti na kamerze i zaginione miasto z Zatoki Meksykańskiej **20.00** Największe śledztwa CBSP **22.00** Pogromcy mafii **0.00** Najgorsze więzienia świata **1.00** Rolnicy. Podlasie

National Geographic

8.00 Największe katastrofy budowlane **10.00** Katastrofa w przestworzach: Tragiczny lot czarterowy / Śmiertelne kłamstwo / Norweski koszmar / Podejście w ulewie / Błąd w obliczeniach / Chaos w kabinie **16.00** Najniebezpieczniejsze drogi Europy: chaos **18.00** Najdziwniejsze przedmioty (s.11) **19.00** Ukryte pod miastami **20.00** David Blaine: świat pełen wyzwań **21.00** Procesy czarownic: prawdziwe historie **22.00** Szlakiem przeklętych miejsc **23.00** Miłość w sieci oszustów

Nat Geo Wild

9.00 Gredos: król gór **10.00** Wspaniałe Filipiny **11.00** Oko w oko z dziką naturą **12.00** Critter Fixers – zwierzęcy cudotwórcy **13.00** Afrykańska rzeka widmo **14.00** Sekretne życie pszczół **15.00** Australijskie maluchy **17.00** Pieśń lasu deszczowego **18.00** Życie w Karpatach **19.00** Najdziwniejsze cuda ewolucji **20.00** Europa z powietrza **21.00** Walki zwierząt: Śmiertelne pułapki **22.00** Królestwo drapieżników: Szczenięta **23.00** Europa z powietrza: Belgia **0.00** Niezwykły dr Pol

Metro

6.20 Tajlandia według Jarka Nowaka **6.50** Gorączka złota **8.45** Klan z Alaski **11.55** Złomowisko PL **13.55** Makłowicz w drodze **15.15** Farma Clarksona **16.15** Azja Express **17.55** Kryminalni (13, 1) **20.10** ★★★ Król życia – kom. Pol. 2015, reż. Jerzy Zieliński, wyk. Robert Więckiewicz **22.15** Detektywi. Na zlecenie (25) **23.00** Koszykówka: NBA: Orlando Magic – Washington Wizards **1.20** Kuba Wojewódzki **2.25** Szkoła (704) **3.25** Nowa Maja w ogrodzie **4.35** Szpital (979)

TVP Historia

DVB T

9.15 Czterej pancerni i pies (2) **10.20** Odnaleźć zaginione **10.50** Wszystkie kolory świata **11.50** Świat w filiżance herbaty **12.55** Era przyrody **14.00** Ex libris **14.30** ★★★ U Pana Boga za miedzą – kom. Polska 2009 **16.25** Felieton **16.35** Jeden dzień w Warszawie. ABBA w Polsce **17.30** Daleko od szosy (3) **18.55** Obłoki śmierci. Bolimów 1915 **20.10** Zbrodnie sprzed lat **21.05** ★★★★ Zaklinacz deszczu – dram. USA 1997 **23.25** ★★★ Ferrari – film biogr. W. Bryt./Wł. 2023

TVP Dokument

DVB T

10.55 Orlando – światowa stolica rozrywki **12.00** Opowieści o niedźwiedziu (s.11) **13.00** Lena na Kaukazie **13.30** Pociąg do Polski **14.00** Fascynujące migracje **15.00** Abruzja – klejnot Włoch. Dzika natura **16.05** Misja SolarStratos **17.10** Weekendowe wypady z Greggiem Wallace'em **18.00** Lokalsi **19.00** Kino Muranów **20.10** The Beatles na Stadionie Shea: tamte słowa, tamten dzień **21.45** Camp Century – zimna wojna pod lodem (s.2) **22.45** Pasja według Agnieszki

Zoom TV

6.00 Kobra – oddział specjalny (11, 12) **8.00** Jakubiak rozgryza Polskę **9.35** Wojciech Cejrowski – boso przez świat **12.50** Sensacje XX w. **15.00** ★★★ Hallo Szpicbródka, czyli ostatni występ króla kasiarzy – komedia muzyczna Polska 1978 **17.20** O włos od śmierci **18.50** ★★★★ Gang Olsena wpada w szał – kom. krym. Dania 1976 **21.00** ★★★ Och, Karol – kom. Polska 1985, reż. Roman Załuski, wyk. Jan Piechociński **23.00** Adam szuka Ewy VIP. Holandia **0.00** Magia nagości. Polska

TLC

8.00 Wspólne życie XXL **9.00** Rubiales Vs Hermoso – pocałunek Pucharu Świata **10.00** Salon sukien ślubnych Goka: Wielka Brytania **11.00** Siostry wielkiej wagi **12.00** Wiza na miłość: pierwsze spotkanie **16.00** Kiedy dzieci mają dzieci **18.00** Zaginieni **20.00** Wiza na miłość: na odwrót **22.00** Cztery żony i mąż **23.00** Dr Pryszczylla **0.00** Moje koszmarne stopy: Kłopoty z bąblami **1.00** Wiza na miłość: na odwrót **3.00** Cztery żony i mąż **4.00** Salon sukien ślubnych

Nowa TV

DVB T

6.00 Wehikuł czasu **6.20** TV Okazje **6.55** Wehikuł czasu **7.30** Interwencja – taka jest Polska **8.20** Frieren. U kresu drogi: Aura Gilotyna / Potężna magini **9.30** Dragon Ball Super **11.00** Nowa rewia kabaretowa **15.00** Miodowe lata: Idol / Obiecujący młody człowiek / Napad / Koniec świata / Płyn na porost włosów **19.00** Śmierć pod palmami (5-8, 1) **0.00** Ślad (95): Śmiertelna fantazja **1.00** Łowca pedofilów **3.00** TV Okazje **3.50** Wehikuł czasu **4.00** Daleko od noszy (25, 26) **5.00** Pod lupą

WP

DVB T

6.00 Ucieczka na wieś **7.00** Morderstwa w Midsomer (4) **9.10** Komisarz Cassandre: zbrodnie w Alpach (4) **11.00** Pogoda **11.10** Wariaci za kierownicą **12.10** Pokochaj lub sprzedaj – Quebec **13.05** Pokochaj lub sprzedaj – Vancouver **15.00** Policjanci w akcji **16.00** Policjanci z sąsiedztwa **16.55** Pogoda **17.00** Policjanci z sąsiedztwa **21.00** Strażacy z sąsiedztwa **21.50** Pogoda **22.00** Impreza z Mistrzami Kabaretu **23.00** Mistrzowie kabaretu: Michał Wójcik / Kabaret Ani Mru Mru

Marzyciel

Znajomość z Daviesami jest dla pisarza inspiracją do stworzenia Piotrusia Pana

PARAMOUNT 15:30 ★★★★

Przeżywający kryzys twórczy pisarz James Matthew Barrie spotyka czarującą wdowę


FILM

Sylvię Llewelyn Davies i jej synów. Znajomość przeradza się w przyjaźń, a potem w miłość. Barrie jest żonaty, dlatego otoczenie sceptycznie odnosi się do jego relacji z wdową.

Harry Potter i kamień filozoficzny

Wielka przygoda Harry'ego rozpoczyna się w dniu jego jedenastych urodzin

TVN 19:45 ★★★★

Harry dowiaduje się, że jest synem dwojga potężnych czarodziejów i że on sam również ma


FILM

nadzwyczajne zdolności magiczne. Otrzymuje zaproszenie do elitarnej szkoły magii i czarodziejstwa, gdzie poznaje nowych przyjaciół i odkrywa tajemnicę kamienia filozoficznego.

Strażnik czasu

Max musi cofnąć się w czasie. Ma nadzieję, że uda mu się także zapobiec śmierci żony

AMC 20:00 ★★★

Max pracuje dla tajnej agencji kontrolującej podróże w czasie. Wpada na trop skorumpowa-


FILM

nego polityka manipulującego przeszłością, by przejąć kontrolę nad przyszłością. Rozpoczyna się wyścig z czasem, którego stawką jest nie tylko jego życie, ale i los całego świata.

Red 2

Marzenia o życiu pełnym emocji mogą się czasem spełnić i być bardzo niebezpieczne

TVP 1 21:25 ★★★

Były agent CIA Frank żyje w związku z Sarah. Jej marzenie o niebezpiecznej przygodzie spełnia się za sprawą skradzionej broni Night-


FILM

shade. Panuje przekonanie, że Frank i jego były partner Marvin są w posiadaniu urządzenia nuklearnego, które wielu chciałoby zdobyć. MI6 wydaje na nich wyrok śmierci.


DOKUMENT

Opowieści o niedźwiedziu

O tych zwierzętach opowie znany leśnik Kazimierz Nóżka

TVP DOKUMENT 12:00

Bieszczady potrafią zachwycić widokami o każdej porze roku. A gdy na horyzoncie pojawią się niedźwiedzie oraz Kazimierz Nóżka, to aż chce się rzucić wszystko i po prostu tam pojechać. Zobaczymy unikatowe ujęcia bieszczadzkich niedźwiedzi podczas miłosnych uniesień, wychowywania młodych, zabawy czy wspinania się na drzewa.


DOKUMENT

Najdziwniejsze przedmioty

W muzeach i laboratoriach kryją się bardzo tajemnicze obiekty

NATIONAL GEOGRAPHIC 18:00

Analiza maski Tutanchamona ujawnia, że wykryte na niej imię faraona mogło zastąpić inne, jakby próbowano zatrzeć czyjąś tożsamość. Kolejna zagadka dotyczy tajemniczych konstrukcji z drewna, lin i prochu, odkrytych w Ameryce Północnej w czasie II wojny światowej. Rozwiązania wymaga też tajemnica pewnej butelki z Londynu

eprasa.pl 775b675a4b

TVP 1



Zaraz wracam

7.00 Msza św. w Łagiewnikach **8.00** Tydzień **8.30** Polskie parki narodowe (18) **9.00** U Pana Boga w ogródku (12) **9.55** Ojciec Mateusz (335) **10.55** Komisarz Alex (332) **12.00** Anioł Pański **12.15** Między ziemią a niebem **12.45** Taize – Dom serca **13.10** Dzika Skandynawia (2) **14.05** Opowieści o niedźwiedziu **14.25** Rolnik szuka żony. Odwiedziny (11) **14.45** Alternatywy 4 (4)

16.00 Zaraz wracam (182-opis, 183) – serial Polska 2026
Karolina wraca po wyczerpującym przesłuchaniu w CBŚ i kategorycznie żąda od Janka, by zerwał kontakty ze swoją matką. Wiktoria wpada w panikę na wieść, że ciężarna Zuza nie wróciła na noc do Sary.
17.00 Teleexpress
17.35 Daję słowo – Maciej Orłoś: Prof. Jerzy Bralczyk
18.25 Minuta dla Twojego bezpieczeństwa (16)
18.40 Jaka to melodia?
19.30 19.30
19.55 Pytanie dnia
20.25 Rolnik szuka żony (12)
21.25 Rolnik szuka żony. Odwiedziny (12)
21.50 Miłość w Nowym Jorku ★★★ – dram. USA 2000 (s.15)
Reż. Joan Chen, wyk. Richard Gere, Winona Ryder, Anthony LaPaglia
23.45 Red 2 – komedia kryminalna ★★★ USA/Francja/Kanada 2013
Reż. Dean Parisot, wyk. Bruce Willis, John Malkovich, Mary-Louise Parker
1.45 Ostatnia walka Apacza ★★★ – western USA 1954

TVP 2



Na noże

5.10 Barwy szczęścia (3449, 3450) **6.25** M jak miłość (1960) – serial Polska 2026 **7.30** Pytanie na śniadanie – program infor.-publicyst.**10.30** Domowe patenty (21) **10.35** Jak to się mówi, czyli Kasia u Bralczyka (79) – program eduk. Polska **11.10** The Voice of Poland (17): Live – program rozryw. Polska 2026 **14.00** Familiada – teleturniej **14.35** Koło fortuny – teleturniej

15.10 Szansa na sukces. Opole 2026: Kasia Stankiewicz
16.10 Europa da się lubić – nowe pokolenie (12) – teleturniej, prowadzenie Katarzyna Zielińska
17.15 Tak to leciało! – teleturniej
18.15 Omnibus – szybcy i mądrzy – teleturniej
19.10 Kocham Cię, Polsko! – quiz
20.45 Na noże – komedia kryminalna USA 2019 ★★★★
Reż. Rian Johnson, wyk. Daniel Craig, Chris Evans, Michael Shannon
Słynny detektyw musi wyjaśnić tajemnicze okoliczności śmierci autora kryminałów. Benoit Blanc od początku wie jedno – wszyscy członkowie szalenie dysfunkcyjnej rodziny Thrombeyów są podejrzani.
23.00 Kwiatki polskie duże (20) – magazyn publicystyczny
0.00 Dzień z życia artysty (18): Stanisław Baj
0.40 Matylda (7) – serial kostiumowy Polska 2024
1.35 Syn (3, 4) – serial USA 2017
3.15 Baby Boom, czyli Kogel mogel 5 – komedia ★★★ obyczajowa Polska 2024

Polsat



Spadkobiercy

5.25 Telezakupy TV Okazje **6.00** Nowy dzień **8.00** Halo tu Polsat – program informac.-publicystyczny **10.45** Ewa gotuje (588) **11.25** Rybki z ferajny – film anim. USA/Francja/Korea Połud. 2004, dub. Cezary Pazura, Jarosław Boberek, Joanna Trzepiecińska **13.05** Jak wytresować smoka 3 – film anim. USA/Jap. 2019, dub. Grzegorz Drojewski, Julia Kamińska, Wojciech Machnicki

15.25 LEGO Masters. W drodze (3) – program rozrywkowy
16.30 Awantura o kasę – teleturniej, prowadzenie Krzysztof Ibisz
17.40 Hitster. Muzyczna gra przebojów (17) – program muzyczny Polska 2026
18.50 Wydarzenia
19.35 Być gwiazdą
19.55 Dancing with the Stars. Taniec z gwiazdami – program rozrywkowy
22.55 Spadkobiercy – komediodr. USA 2011 ★★★★
Reż. Alexander Payne, wyk. George Clooney, Patricia Hastie, Shailene Woodley
Żona Matta ulega wypadkowi i zapada w śpiączkę. Dotąd to ona zajmowała się domem i wychowaniem ich córek. Opiekę nad zbuntowaną nastoletnią Alex i młodszą Scottie przejmuje teraz Matt, który nie bardzo wie, jak sobie radzić.
1.35 Ted – komedia USA 2012 ★★★★
Reż. Seth MacFarlane, wyk. Mark Wahlberg, Mila Kunis, Seth MacFarlane
3.50 Kabaretowa Ekstraklasa
4.40 Disco gramy!

TVN



Harry Potter i Komnata Tajemnic

5.50 Uwaga! (7761) **6.10** Kuchenne rewolucje: Żnin, bar „Chicken Go" **7.10** Magda gotuje Internet (4) **7.45** Dzień Dobry TVN **11.30** Unboxing – Wielkie otwarcie (6) **12.05** Co za tydzień (1270) **12.50** Kuchenne rewolucje: Żerczyce – Kukuryykuu **14.00** Studio **14.20** Skoki narciarskie: Puchar Świata mężczyzn w Ruce: 2. konkurs ind. na skoczni HS 142 – 1. seria

15.20 Studio Pucharu Świata
15.30 Skoki narciarskie: Puchar Świata mężczyzn w Ruce: 2. konkurs indywidualny na skoczni HS 142 – 2. seria
16.20 Studio Pucharu Świata
16.45 Asterix podbija Amerykę – film anim. Niemcy/Fr./Hiszpania/USA/W. Bryt./Kanada/Dania/Jap. 1994
18.30 Niezwykłe Stany Prokopa – serial dok. Polska 2026
19.00 Fakty
19.45 MasterChef – show
21.35 Harry Potter i Komnata Tajemnic – film przygod. W. Bryt./USA 2002 ★★★★
Reż. Chris Columbus, wyk. Daniel Radcliffe, Rupert Grint, Emma Watson
Hogwart nie jest już bezpieczny i profesor Dumbledore musi przyznać, że w murach akademii czai się zło. Na ścianie pojawia się napis obwieszczający, że legendarna komnata tajemnic została otwarta.
1.05 Robin Hood: Początek ★★★ – film przyg. USA 2018
3.30 Superwizjer
4.05 Uwaga! – magazyn
4.20 Down the road (6)

TVN 7



Jack Reacher: Nigdy nie wracaj

6.50 New Looney Tunes (10, 11) **7.20** ★★★ Gremliny II – film sf USA 1990 **9.25** Top Model (13) **11.05** Ukryta prawda (1639-1642) **15.10** Szpital św. Anny (142, 143) **17.10** Detektywi (338) **18.10** ★★ Akademia policyjna IV: Patrol obywatelski – kom. USA 1987, reż. Jim Drake, wyk. Steve Guttenberg **20.00** ★★★ Jack Reacher: Nigdy nie wracaj – film krym. USA/Chiny 2016, reż. Edward Zwick, wyk. Tom Cruise **22.40** ★★★ Miasto złodziei – dramat USA 2010, reż. Ben Affleck, wyk. Ben Affleck **1.05** ★★★ Dziewczyna moich koszmarów – kom. rom. USA/Meksyk 2007, reż. Bobby Farrelly, Peter Farrelly, wyk. Ben Stiller

TV Puls

6.00 Taki jest świat (47) **6.35** Kobra – oddział specjalny (7) **7.35** Don Matteo: Boski detektyw (17, 18) **9.40** Rodzinny interes (45, 46) **11.35** ★★★ Szklanką po łapkach – komedia USA 1996 **13.25** ★★★ Need for Speed – film sens. USA/Indie 2014 **15.55** ★★ Blondynka w koszarach – kom. obycz. USA 2008 **17.55** ★★★ Niemożliwe – film kat. USA/Hiszp./Tajland. 2012 **20.00** ★★★ Diablo – film sens. USA 2025 **22.00** ★★★★ Terminator 2: dzień sądu – film sf USA 1991 **0.55** ★★ Syberia – film krym. Niemcy 2018

Puls 2

7.00 Taki jest świat (47) **7.25** Aukcja w ciemno (17-19) **8.55** Wojciech Cejrowski. Boso – Meksyk/Paragwaj (1-3) **10.35** ★★★ Hibernatus – komedia Fr./Wł. 1969 **12.20** ★★★★ Gamoń – kom. Hiszp./Fr./Wł. 1965 (s.15) **14.40** ★★★ Kapryśny książę – film fant. Czechy 2022 **16.40** ★★★ Zaczarowany nos – film fant. Niemcy 2021 **18.45** ★★★ Duch w butelce – film fant. Niemcy 2021 **20.00** ★★★ Akt odwagi – film sens. USA 2012 **22.05** ★★★ Wojna Harta – dram. USA 2002 **0.30** Dzielnica strachu (139)

TVP Polonia

7.30 Pytanie na śniadanie **10.30** Świętokrzyskie krajobrazy (3) **10.55** UNESCO: Skarby Polski (11) **11.25** Makłowicz w podróży (132) **11.55** Między ziemią a niebem **12.00** Anioł Pański **12.15** Między ziemią a niebem **12.50** Słowo na niedzielę **13.00** Msza święta z kościoła pw. św. Jerzego w Rydułtowach **14.15** Studio Betclic 1. Ligi **14.20 (L)** Piłka nożna: ŁKS Łódź – Lechia Gdańsk **17.00** Teleexpress **17.25** M jak miłość (1951) **18.20** Do śmiechu! (62) **19.10** Laskowik & Malicki (9) **19.30** 19.30 **19.55** Pytanie dnia **20.20** Komisarz Alex (305) **21.15** ★★★ Planeta singli – kom. Pol. 2016, reż. Mitja Okorn, wyk. Maciej Stuhr **23.30** Gabi Drzewiecka zaprasza **0.25** Muzeum polskiej piosenki (118)

TV Trwam

11.45 Solidarność – narodziny wolności **12.00** Anioł Pański z Ojcem Świętym Leonem XIV **12.15** Papież Polak do rodaków **12.40** Posłani **14.05** Akwarelowy dotyk świętych **14.15** Miasteczko na rozdrożu (2) **15.00** Wieś to też Polska **16.10** Koncert życzeń **16.50** Mateczniki polskości **17.00** Natura et Homo **17.30** Sól Ziemi **18.15** Rozmowy niedokończone **19.30** Baśniowy teatr lalek **20.00** Informacje **20.20** Różaniec **20.50** Myśląc Ojczyzna **21.00** Apel Jasnogórski **21.45** Stan bezpieczeństwa państwa **22.00** Mocni Jego mocą **22.30** Muzyczne chwile **22.45** Jak wygrać małżeństwo? **23.00** Jak my to widzimy – z daleka widać lepiej **23.30** Tam, gdzie Bóg płacze **0.10** Informacje

TVP Kultura

8.00 Nabożeństwo luterańskie w Warszawie **9.00** Cykl adwentowy (1) **9.15** Wspólny dom (43) **9.55** Pamiętniki Sherlocka Holmesa (6) **11.00** Pan wzywał, Milordzie? (4) **12.05** Teatr TV: Dziób w dziób – spektakl Polska 2019 **13.05** ★★★★ Cyd – film przyg. USA/Wł. 1961 **16.10** Czterdziestolatek (16) **17.15** Studio Kultura – niedziela z... **18.10** Violetta – taka jestem – Koncert Violetty Villas (s.2) **19.15** Violetta Villas śpiewa dla zakochanych **20.00** ★★★ Lucie Aubrac – dram. Fr. 1997, reż. Claude Berri, wyk. Carole Bouquet **22.10** Porozmawiajmy szczerze (33) **22.50** Niebezpieczne życie Paula Gauguina – film dok. W. Bryt. 2019 **0.00** Bestie wokół nas – film anim. **0.10** Zasoby ludzkie – film anim.

Super Polsat

6.05 Wydarzenia 21:50 **6.40** SuperLudzie (40) **7.15** Były sobie Ameryki (2-6) **10.00** Pokochaj lub sprzedaj (3) **11.00** ★★★ Ania z Zielonego Wzgórza – film przyg. Kan. 2016 **12.50** ★★ Słyszeliście o Morganach? – kom. romant. USA 2009 **15.00** ★★★★ Wojna o planetę małp – film sensac. USA/Kan./Nowa Zel. 2017 **18.00** Pokochaj lub sprzedaj (4) **19.00** Randka w ciemno (10, 11) **21.00** ★★★★ Zawód szpieg – film sensac. USA/W. Bryt./Niemcy/Jap./Fr. 2001, reż. Tony Scott, wyk. Robert Redford **23.40** ★★★★ Desperado – film sensac. USA/Meksyk 1995, reż. Robert Rodriguez, wyk. Antonio Banderas **1.50** Backdoor – Wyjście awaryjne (9) **2.20** Randka w ciemno (10) **3.20** Złomiarze (3)

TV 6

6.00 Columbo (16, 17): Słodka, lecz śmiertelna / Koneser win – serial krym. USA 1973 **9.35** Poirot (1): Tajemnice błękitnego ekspresu – serial krym. W. Bryt. 2005 **11.50** ★★★★ Władcy umysłów – film sf USA 2011, reż. George Nolfi, wyk. Matt Damon, Emily Blunt (s.3) **14.00** Policjantki i policjanci (311-314) **18.00** Strażnik Teksasu (4, 5): Anioł zemsty / Wielkie zmiany – serial sensac. USA 2000 **20.00** CSI: Kryminalne zagadki Miami (93, 94): Siła ciążenia / Martwa cisza – serial krym. USA 2006 **22.00** Kości (235, 236): Nadzieja mimo horroru / Mózg bota – serial krymin. USA 2017 **0.00** ★ Cudzoziemiec – film sens. USA/Polska 2003, reż. Michael Oblowitz, wyk. Steven Seagal, Max Ryan **2.00** Krejzi Patrol (14)

TV 4

6.00 Łowcy skarbów. Kto da więcej (467) **6.55** Najdziwniejsze domy świata (3) **8.00** Największy pies świata – film dok. **9.00** A na deser... (22) **9.15** Galileo (1230, 1231) **11.15** Mini Galileo (31, 215) **11.55** ★★★★ Powrót do przyszłości II – film przygod. USA 1989, reż. Robert Zemeckis, wyk. Michael J. Fox, Christopher Lloyd, Lea Thompson **14.20** ★★★ Godzilla – film sens. USA/Jap. 1998 **17.05** ★★★ Lot 93 z Newark – film sens. Kan./USA 2006 **19.00** Uroczysko (235, 236) **20.00** Sprawiedliwi. Trójmiasto (205-208) **0.00** STOP Drogówka (387) **1.00** Hitler: mroczny urok dyktatora (3) – serial dok. **3.10** SuperLudzie Extra (31) **3.25** Lubię Disco! (310) **4.25** Top 10 lista przebojów (2975)

REKLAMA

Teraz możesz widzieć wszystko w MAKSYMALNYM POWIĘKSZENIU!



Odczytywanie recept, rachunków, ulotek leków czy programu TV sprawia Ci trudność? Denerwujesz się, że nawleczenie igły na nitkę, przyszycie guzika czy przykręcenie śrubki zabiera Ci zbyt dużo czasu? Twoje oczy męczą się od czytania drobnego druku w gazecie, przepisów w książce kucharskiej czy SMS-ów w telefonie?

JUŻ DZIŚ SPRAW SOBIE NOWE *MULTIFUNKCYJNE LUPO-OKULARY!*

Powiększające lupo-okulary są ultralekkie i wygodne w noszeniu. Dzięki elastycznym oprawkom dopasowują się zarówno do kobiecej, jak i męskiej głowy. Uniwersalny rozmiar i przedłużone zauszniki umożliwiają **założenie lupo-okularów na okulary korekcyjne,** co dodatkowo poprawia komfort użytkowania. Nosząc je, możesz zobaczyć nawet **najdrobniejsze szczegóły w maksymalnym powiększeniu 160%,** bez konieczności trzymania szkła powiększającego!

Dzięki temu **zawsze masz wolne ręce,** więc swobodnie i bez wytężania wzroku możesz:

- ✔ **czytać książki** i gazety, rozwiązywać krzyżówki;
- ✔ **odczytać etykietę na leku,** instrukcję obsługi, paragon, receptę, wiadomość SMS;
- ✔ **szyć, haftować,** malować, majsterkować;
- ✔ **nawlec igłę,** wyciągnąć drzazgę, przykręcić śrubkę, obciąć paznokcie…

Lupo-okulary świetnie sprawdzą się zarówno przy codziennych czynnościach w domu, jak i podczas wizyty **w sklepie, banku czy urzędzie.** Mogą być również bardzo przydatne dla jubilerów, zegarmistrzów, elektroników i hobbystów, którzy wykonują prace wymagające szczególnej precyzji!



Każdy detal staje się czytelny!





SUPERPOWIĘKSZENIE 160%

OFERTA TELEFONICZNA!

Masz szansę otrzymać powiększające multifunkcyjne lupo-okulary **za 87 zł!**
Oferta ważna do wyczerpania zapasów.
Ekspresowa i bezpieczna dostawa kurierem prosto do rąk własnych – 23 zł!

tel. 61 300 38 75

Pon.-pt. 8:00-20:00, sb. i niedz. 9:00-20:00
(Standardowy koszt połączenia telefonicznego dla danego operatora)

Producent: Globadvise Holding LTD 76 King Street, Manchester M2 ANH, Wielka Brytania; contactpl@globadvice.info

TWT Group Sp. z o.o., Marszałkowska 58, 00-545 Warszawa. Szczegóły oraz informacje dotyczące procedury zwrotów i reklamacji dostępne są pod adresem: https://info-for-customers24.com/statute/pl/.

eprasa.pl 775b675a4b

Ale Kino+

6.30 Polska z góry **7.00** Czarna woda – film krótkom. Polska 2023 **7.25** Grantchester (7, 8) **9.30** ★★★ Storm – dramat Norwegia 2022 **11.20** Sprawa nierozwiązana (6-10) **13.50** ★★★ Pies przed sądem – kom. Szwajc./Fr. 2024 **15.30** ★★★ Pęknięte lustro – kom. krym. W. Bryt. 1980, reż. Guy Hamilton, wyk. Angela Lansbury, Elizabeth Taylor (s.15) **17.40** ★★★★ P.S. Kocham Cię – melodr. USA 2007 **20.10** Crá. Torfowiska (1-6) **2.15** Król (5) **3.40** ★★★ Żurek – dramat Polska 2003

Kino Polska

8.00 ★★★ Milion za Laurę – kom. Pol. 1971 **10.00** ★★★ Dziewczyna szuka miłości – film obycz. Pol. 1938 **11.40** ★★★★ Poszukiwany, poszukiwana – kom. Pol. 1972 **13.35** ★★★★ Rozmowy kontrolowane – kom. Pol. 1991 **15.40** ★★★★ Tam i z powrotem – film sens. Pol. 2001 **17.50** ★★★ Orzeł. Ostatni patrol – dram. Polska 2022 **20.00** ★★★ Niepokonani – dramat hist. USA/Emir. Arab./Polska/Indie/Arab. Saud. 2010 (s.15) **22.50** Tama **23.30** ★★★★ Dzień świra – kom. Polska 2002

Polsat Film

9.55 Jeźdźcy smoków: Na końcu świata **10.55** Kung Fu Panda: Święta, święta i Po – film anim. **11.30** Pada Shrek – film anim. **12.00** Epoka lodowcowa – film anim. **13.40** ★★★ Ace Ventura: Zew natury – kom. USA 1995 **15.40** ★★★ Kowboje i obcy – western USA/Indie 2011 **18.00** ★★★ Robin Hood: książę złodziei – film przygod. USA 1991 **21.00** ★★★ Bad Boys – kom. sens. USA 1995, reż. Michael Bay, wyk. Will Smith **23.30** ★★ Futro z misia – kom. Polska 2019 **1.40** Ślad (6)

Stopklatka

DVB T

6.00 Komisarz Rex (8-11) **10.00** Hudson i Rex (6-8) **13.00** Komisarz Montalbano (36) **15.35** ★★★ Ucieczka z Pretorii – thriller Australia/RPA/W. Bryt./USA/Niemcy 2020 **17.40** Czterej pancerni i pies (1, 2) **20.00** ★★★ Złe mamuśki 2: Jak przetrwać święta – kom. USA 2017, reż. Jon Lucas, Scott Moore, wyk. Mila Kunis **22.05** ★★★ Na układy nie ma rady – kom. Pol. 2017 **23.55** ★★★ Komedia małżeńska – kom. Polska 1993 **2.05** ★★★ Prywatne śledztwo – film sens. Polska 1986

Canal+ Premium

9.00 ★★ Zmiennokształtni 2 – film fantasy Niemcy 2026 **10.40** ★★★★ To był zwykły przypadek – thriller Fr./Luks./Iran/USA 2025 **12.25** ★★★ Listy do Julii – kom. rom. USA 2010 **14.10** The Office PL (7, 8) **15.10** ★★★★ Kopnięci w czasie – kom. Fr./Belg. 2025 **16.55** Wstęp **17.25** (L) Piłka nożna: Legia Warszawa – Wieczysta Kraków **19.35** ★★★ Pompeje – film kat. USA2014 **21.25** ★★★ Samotnik – film sensac. W. Bryt. 2026 **23.10** ★★★ Przyjmij/Odrzuć – thriller USA/Irlandia 2025

HBO

8.45 ★★★★ P.S. Kocham Cię – melodramat USA 2007 **10.50** ★★★ Eleanor Wspaniała – dramat USA 2025 **12.30** Fantastyczny Pan Lis – film anim. W. Bryt./USA 2009 **13.55** Żywiciel rodziny – kom. USA 2026 **15.35** ★★★★ La Grazia – dramat Wł. 2025 **17.45** ★★★★ Bohemian Rhapsody – film biograf. USA/W. Bryt. 2018 **20.00** Po polowaniu – thriller USA/Wł. 2025 **22.15** ★★★★ Batman – film sens. USA 2022 **1.05** ★★★★ Dotyk – dramat Isl./W. Bryt. 2024 **3.00** Pozłacany wiek (5)

Paramount

6.00 Pingwiny z Madagaskaru **8.00** ★★★ Mali agenci – kom. USA 2001 **9.55** ★★★★ Marzyciel – film biogr. USA/W. Bryt. 2004 **12.05** ★★★★ Dirty Dancing – film muz. USA 1987 **14.25** ★★★ Zaginione miasto – kom. USA 2022 **16.50** ★★★ Wielki Gatsby – dramz USA 1974 (s.15) **20.00** ★★★★ Dungeons & Dragons: Złodziejski honor – fant. USA 2023 **23.00** ★★★★ Ciche miejsce 2 – horror USA 2020 **0.50** ★★★ Eurotrip – kom. USA 2004 **2.50** ★★★★ The Northman – film przyg. USA 2022

Polsat 2

6.30 Sekrety rodziny **7.30** Z klimatem i z pasją **8.00** Sekrety rodziny **9.00** Trudne sprawy **14.00** Zawód: Glina **17.00** Nasz nowy dom **18.10** Sekrety rodziny **20.10** ★★★ Metro strachu – film sensac. USA/W. Bryt. 2009, reż. Tony Scott, wyk. Denzel Washington, John Travolta **22.30** ★★ Snajper III – film sensacyjny USA 2004, reż. P.J. Pesce, wyk. Tom Berenger, Byron Mann **0.10** Bracia (8) **1.20** Wydarzenia **2.00** Świat według Kiepskich (35) **2.30** Super-Ludzie **3.05** #JesteśmyDlaDzieci

TVP Seriale

5.50 Zmiennicy (6) **6.55** Na sygnale (958-961) **9.10** Stawka większa niż życie (12, 13) **11.30** 07 zgłoś się (2, 3) **13.35** Ojciec Mateusz (38, 39) **15.25** Komisarz Alex (332) **16.30** Ranczo (75): Kontrrewolucja **17.30** 07 zgłoś się (4, 5) **19.45** Ojciec Mateusz (462, 40-41): Paragraf 130 / Wybory / Zbrodnia w bibliotece **22.30** Ranczo (76, 77) **0.15** Rodzinka.pl (328, 329) **1.20** Korona królów. Jagiellonowie (50, 51) **2.15** Krucjata. Znak bliźniąt (2) **3.00** Londyńczycy (8, 9) **3.15** Londyńczycy (9)

AXN

5.05 FBI: International (12) **6.30** ★★ Oficer Blart 2 – kom. sens. USA 2015 **8.10** Agenci NCIS (10) **9.10** Walker: Strażnik Teksasu (14) **10.05** Detektyw Monk (11-13, 1-2) **15.05** CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas (6-10) **20.00** ★★★ Londyn w ogniu – film sens. USA/W. Bryt./Bułg. 2016 **22.00** ★★★ Świat w ogniu – thriller USA/W. Brytania/Portugalia/Kanada/Bułg. 2019 **0.15** ★★★★ Adrenalina – film sens. USA 2006 **2.10** ★★★★ Dzień Świstaka – kom. USA 1993 **4.10** Agenci NCIS: Hawaje (11)

13 Ulica

6.35 Follow (5) **7.30** Bez śladu (12-16) **11.55** Kapitan Marleau (2-4) **18.00** Kasandra (3) – serial krym. Fr. **20.00** Zabójstwo w Périgord – film krym. Fr. 2025, reż. Muriel Aubin, wyk. Andréa Furet **22.00** Zabójstwo w Balagne – film krym. Fr. 2025, reż. Octave Raspail, wyk. Anne Suarez **0.00** ★★★ Morderstwa w Cornouaille – film krym. Fr. 2018, reż. Franck Mancuso, wyk. Sagamore Stévenin **2.10** ★★★ Morderstwo w Sainte Baume – film krym. Fr. 2022 **4.10** Niewidomy detektyw (2)

FX

7.05 CSI: Kryminalne zagadki Miami (19-21) **9.50** CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku (5-7) **12.35** Z Archiwum X (4, 5) **14.25** ★★★★ Królestwo niebieskie – dramat W. Bryt./Niemcy/Hiszp./Maroko/USA/Wł./Fr. 2005 **17.25** ★★★ Faceci w czerni 3 – film sf USA 2012 **19.35** ★★★ xXx – film sensac. USA 2002 **22.00** ★★★ Rambo II – film sens. USA/Meksyk 1985 **0.00** Tulsa King (6) **0.55** CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas (17, 18) **2.50** CSI: Kryminalne zagadki Miami (22, 23)

Eurosport 1

8.50 (L) Kombinacja norw.: PŚ (m) w Ruce **9.30** Skoki narc.: PŚ (m) w Ruce **10.00** (L) Skoki narc.: PŚ (k) w Hinzenbach **12.00** Studio **12.45** (L) Skoki narc.: PŚ (m) w Ruce **13.45** Studio **14.20** (L) Skoki narc.: PŚ (m) w Ruce **16.00** Studio **16.30** Narc. alp.: PŚ (k) w Killington **17.00** Narc. alp.: PŚ (m) w Copper Mountain **17.45** (L) Narc. alp.: PŚ (m) w Copper Mountain **19.30** (L) Narc. alp.: PŚ (k) w Killington **20.45** (L) Narc. alp.: PŚ (m) w Copper Mountain **22.15** Skoki narc.: PŚ (m) w Ruce

Eurosport 2

8.30 Snooker: Mistrz. W. Bryt. **9.45** (L) Biegi narc.: PŚ (m) w Ruce **10.55** (L) Komb. norw.: PŚ (m) w Ruce **11.55** (L) Biegi narc.: PŚ (k) w Ruce **13.00** Biegi narc.: PŚ (m) w Ruce **13.45** The Power of Sport **14.00** (L) Snooker: Mistrz. W. Bryt. **17.30** Saneczk.: PŚ (m) w Winterbergu **18.00** Saneczk.: PŚ (k) w Winterbergu **18.30** Biegi narc.: PŚ (k) w Ruce **19.00** Snooker: Mistrz. W. Bryt.w Yorku **20.00** (L) Snooker: Mistrz. W. Bryt. w Yorku **23.30** Narciarstwo alp.: PŚ (k) w Killington

Polsat Sport 1

5.05 (L) Łyżwiarstwo fig.: ISU GP – NHK Trophy w Tokio **8.00** Siatkówka: TAURON Liga **11.00** Cafe Futbol **12.30** Siatkówka: TAURON Liga **14.45** (L) Siatkówka: TAURON Liga: Podziemia Kredowe ChKS Chełm – Aluron CMC Warta Zawiercie **17.50** (L) Siatkówka: TAURON Liga Kobiet: MOYA Radomka Radom – UNI Opole **20.20** (L) Siatkówka: TAURON Liga Kobiet: KS DevelopRes Rzeszów – Metalkas Pałac Bydgoszcz **23.00** Siatkówka: TAURON Liga **1.00** Siatkówka: TAURON Liga

TVP Sport

DVB T

8.40 Piłka nożna: Bruk-Bet Termalica Nieciecza – Stal Rzeszów **10.55** Rozmowy na medal plus **12.00** NBA Action **12.35** Studio **12.55** (L) Biatlon: PŚ mężczyzn w Kontiolahti **14.25** (L) Piłka nożna: ŁKS Łódź – Lechia Gdańsk **17.00** Studio **17.25** (L) Piłka nożna: Legia Warszawa – Wieczysta Kraków **20.15** Biatlon: PŚ kobiet w Kontiolahti **21.35** Sportowy wieczór **22.00** (L) NBA: San Antonio Spurs – Boston Celtics **0.45** Piłka nożna: Legia Warszawa – Wieczysta Kraków

Canal+ Sport

8.20 Liga+ **9.30** Wysoki pressing **11.00** Byłem królem **11.50** Piłka nożna: LaLiga EA Sports: Real Madryt – Deportivo Alavés **13.55** (L) Piłka nożna: Valencia CF – CA Osasuna; Deportivo A Coruña – FC Barcelona; RC Celta – Villarreal CF **20.55** Jazda o złoto. Żużel na podsłuchu **23.00** Sport+ **0.05** Hola La-Liga!: 14. kolejka **1.15** Piłka nożna: PKO BP Ekstraklasa: Górnik Zabrze – Wisła Płock **3.40** Premier League: The Big Interview **4.20** Jazda o złoto. Żużel na podsłuchu

Canal+ Sport 5

8.20 Premier League Stories **8.55** Premier League: The Big Interview **9.30** Wysoki pressing **11.10** Piłka nożna: PKO BP Ekstraklasa: Widzew Łódź – KGHM Zagłębie Lubin **13.30** Turbokozak: Łukasz Fabiański **14.00** (L) Dart: Ladbrokes Players Championship Finals: Ćwierćfinały **18.15** Wysoki pressing **20.00** (L) Dart: Ladbrokes Players Championship Finals **0.15** MMA: ala ONE Friday Fights 180 na Lumpinee Boxing Stadium w Bangkoku **1.30** Premier League: The Big Interview

Eleven Sports 1

9.00 Piłka nożna: Torino FC – SS Lazio **10.45** Formuła 2: GP Kataru **11.45** Formuła 1: GP Kataru **12.55** (L) Formuła 2: GP Kataru **14.15** Padok IRL: Grand Prix Kataru **15.00** (L) Formuła 1: GP Kataru **15.30** Studio GP **16.55** (L) Formuła 1: GP Kataru **19.00** Studio GP **20.05** Podróż do świata calcio **20.45** Studio Ligi Portugal Betclic **21.25** (L) Piłka nożna: FC Porto – Sporting CP **23.30** Studio Ligi Portugal Betclic **23.50** Eleven Gol Live **1.10** Formuła 1: GP Kataru **3.05** Pierwszy tytuł Kloppa

Polsat Sport 3

8.00 Tenis: Finały Pucharu Davisa: Półfinał **10.00** Bobsleje: PŚ w Altenbergu **12.00** (L) Bobsleje: PŚ kobiet w Altenbergu: 1. przejazd dwójek **13.30** (L) Bobsleje: PŚ kobiet w Altenbergu: 2. przejazd dwójek **15.00** (L) Tenis: Finały Pucharu Davisa: Finał **17.00** (L) Tenis: Finały Pucharu Davisa: Finał **19.00** (L) Tenis: Finały Pucharu Davisa: Finał **21.00** Łyżwiarstwo figurowe: ISU GP – NHK Trophy w Tokio **23.00** Piłka nożna: Copa Libertadores: Palmeiras – Estudiantes La Plata **1.00** Babilon MMA

TVN 24

8.00 Serwis informacyjny **8.35** Strefa kibica – zima **9.00** Serwis informacyjny **10.45** Kawa na ławę **11.55** Loża prasowa **12.50** Ewa Ewart poleca – dokument w TVN24 **14.00** Serwis informacyjny, pogoda **16.00** Fakty po południu **18.00** Serwis informacyjny, pogoda **18.30** Ranking Mazura **19.10** Serwis informacyjny **19.25** Fakty po Faktach **20.00** W kuluarach **21.30** Serwis informacyjny, pogoda **22.00** Szkło kontaktowe **23.00** Dzień po dniu **23.43** Strefa kibica – zima. Kroniki

Polsat News

9.00 Msza święta ze Świątyni Opatrzności Bożej **9.55** Śniadanie Rymanowskiego **11.00** Polityczny wf z gościem **12.00** W rytmie dnia **12.50** Wydarzenia **13.30** W rytmie dnia **14.00** W rytmie dnia **14.55** Pogoda **15.00** W rytmie dnia **15.40** Pogoda **15.50** Wydarzenia **16.30** W rytmie dnia **17.30** Z drugiej strony **18.35** Debata polityczna **19.15** Gość „Wydarzeń" **19.40** Śniadanie Rymanowskiego **21.00** Polsat News ujawnia **21.50** Wydarzenia wieczorne **22.30** Dzień na świecie

TVP Info

DVB T

10.30 Serwis info **11.00** Wydarzy się **12.00** Serwis info **13.00** Jan Paweł II – dzisiaj **13.22** Serwis info **13.30** Polscy szpiedzy **14.14** Serwis info **15.05** Polska. Co dalej? **16.00** Dzień w godzinę **17.00** Teleexpress **17.15** Teleexpress Extra **17.35** Panorama **17.42** Sprawdzamy **18.00** Panorama **18.20** Teleplotki **18.30** Portfel Kowalskiego **19.00** Serwis info wieczór **19.07** Trochę kultury **19.30** 19.30 **19.58** Pytanie dnia **20.15** Raport specjalny **21.00** Serwis info wieczór

TVP 3

DVB T

9.25 Rok w ogrodzie **10.30** Tydzień **11.00** Msza święta na Jasnej Górze **12.00** Całkiem niezła historia **12.25** Ktokolwiek widział, ktokolwiek wie... **13.00** Piosenka dla Ciebie **14.00** Rączka gotuje **15.00** Koronka do Miłosierdzia Bożego **15.25** (L) Piłka nożna: Resovia Rzeszów – Znicz Pruszków **20.00** Dziennik regionów **20.15** Całkiem niezła historia **20.30** Sanatoria **22.00** Dziennik regionów **22.30** Ktokolwiek widział, ktokolwiek wie... **23.00** Kościół z bliska **23.30** Całkiem niezła historia

TVP Rozrywka

8.25 Górna półka smaku **9.00** Między pokoleniami **9.30** Koło fortuny **10.10** Tańcząca ze światem **10.50** Szansa na sukces. Opole 2027 **11.55** Postaw na milion **13.45** Prywatne życie zwierząt **14.15** Super Gary. Gotuj z Bosacką! **14.55** Tak to leciało! **15.45** Moje przeboje **16.20** Jeden z dziesięciu **17.35** Koło fortuny **18.15** Szansa na sukces. Opole 2027 **19.20** Tygodnik Moralnego Niepokoju **20.00** Jaka to melodia? **21.00** Kocham Cię, Polsko! **22.25** Minuta dla Twojego bezpieczeństwa

Planete+

8.10 Krajobrazy świata **10.20** Najdzikse ostępy Europy **11.25** Włochy z góry **12.30** Na targach świata **13.05** Polska z góry. Nad wodą **13.35** Krajobrazy świata **14.40** Łaty i pręgi **15.45** Lamparty z Parku Yala na Śri Lance **16.50** Ratując gepardy **18.00** Dokąd dzisiaj? **18.40** Polska z góry. Naj... w Polsce **19.45** Karl Lagerfeld. Objawienie **20.45** Prost **22.00** Clint Eastwood. Ostatnia legenda **23.10** Ctrl+Sex+Śmierć **0.20** Jak wygrać z Ku Klux Klanem **1.25** Polska z góry...

BBC Earth

8.40 W okowach mrozu **9.40** Dzikie zakątki Ziemi z Simonem Reevem **11.00** Attenborough i morski smok **12.10** W okowach mrozu **13.15** Dziki połów: nieznane wody **14.20** Dzika Wielka Brytania **16.35** Życie na pustkowiu **18.40** Szlakiem wulkanów **19.45** Zielona planeta: Pustynie **20.55** Attenborough i morski smok **22.05** W okowach mrozu **23.05** Na krawędzi katastrofy **0.05** Fenomeny współczesnego życia **1.15** Zabójcza pogoda **2.00** W okowach mrozu

Discovery Channel

8.00 Sekrety Houdiniego **9.00** Złomowisko PL **11.00** Lotnisko **12.00** Przystanek Bieszczady **13.00** Wyzwanie: przetrwanie **14.00** Gorączka złota **15.00** Alaska w budowie **16.00** Budowa na końcu świata **17.00** Celnicy na straży Niemiec **18.00** Celnicy na straży Danii **19.00** Kroniki policyjne: Szwecja **20.00** Gorączka złota **22.00** Alaska w budowie **23.00** Kroniki policyjne: Szwecja **0.00** W oku cyklonu: Łowcy burz **1.00** Sekretne życie kasyna w Las Vegas **2.00** Królowie asfaltu

TVN Turbo

9.20 Raport końcowy **9.45** Co tu się odjechało? **10.15** Uwaga! Oszust: Ściema z ogłoszenia **10.45** Wojny samochodowe **11.45** Z drugiej ręki **12.30** Jeździć, obserwować **13.15** Naprawy nie do naprawy **14.00** Zawodowi handlarze **15.30** Po raz trzeci. Sprzedane! **16.15** Kupione, zrobione, sprzedane **17.15** Ciężarówką przez Mleczę **18.15** Raport końcowy **18.40** Mobilni mechanicy **19.25** Wojny samochodowe **21.25** Zawodowi handlarze **22.10** Kupione, zrobione, sprzedane

TVN Style

5.10 MasterChef **6.45** Zgłoś remont – spełniamy marzenia **7.45** Dzień Dobry TVN **11.30** Ostre cięcie **12.30** Jestem z Polski **16.40** Bitwa o gości **17.45** Nowa Szelągowska **18.45** Kuchenne rewolucje: Kołobrzeg – „Figa z makiem" / Bistro „No i fajnie", Zgierz **20.45** Ostre cięcie **21.50** Szalone Tokio **23.05** Jestem z Polski **0.10** Niezwykłe Stany Prokopa **1.10** Zagadki seksualności **1.45** Tu jest pięknie **2.30** Wiem, co jem i wiem, co kupuję **4.00** Ach, ta impreza!

Romance TV

8.05 Śledztwo prowadzi Watzmann (33-36) **12.15** ★★ Lato na Lazurowym Wybrzeżu – dram. Niem. 2024 **14.05** Weiss & Morales (3) **16.00** ★★ Lilly Schönauer: A potem była miłość – film obyczaj. Austria 2008 **17.55** Zwierzyniec doktor Mertens (89, 90) **20.00** ★★★ Romans w powietrzu – film obyczajowy USA 2020 **21.55** ★★★ Świąteczny azyl – kom. Kanada 2022 **23.45** Käthe i ja **1.40** ★★★ Romans w powietrzu – film obycz. USA 2020 **3.30** ★★★ Najlepsze na koniec – kom. Niemcy 2024

TVN Fabuła

7.05 Kino Buzz TOP5 **7.15** Magda M. (5-7) **10.20** ★★★ Bella i Sebastian III – film przygod. Fr. 2017 **12.05** ★★★ Stowarzyszenie wędrujących dżinsów – kom. USA 2005 **14.40** ★★★★ Złoto dla zuchwałych – film woj. USA/Jugosławia 1970 **17.45** ★★★ Godzilla i Kong: Nowe imperium – film sf USA 2024 **20.00** ★★★ Teściowie II – kom. obycz. Polska 2023 **22.00** ★★★ Jak przeżyć święta – kom. rom. USA 2004 **0.15** ★★★ Wojna światów – film sf USA 2005 **2.30** Seriaale Top 5

AMC

6.40 ★★★★ Atlas chmur – film sf Chiny/Niemcy/USA/Hongkong/Singapur/W. Bryt./Hiszp. 2012 **10.10** ★★★ Błękitna laguna: Przebudzenie – film przygod. USA 2012 **12.10** ★★ Kobiety – komediodramat USA 2008 **14.40** ★★★ W ciemność. Star Trek – film sf USA 2013 **17.30** ★★★ Piękne istoty – film fantasy USA 2013 **20.00** ★★★★ Underworld – thriller USA/W. Bryt./Niemcy/Węgry 2003 **22.30** ★★★ Wrota do piekieł – horror USA 2009 **0.30** ★★★★ Wściekłe psy – dramat USA 1992

BBC First

6.00 Ojciec Brown (8, 9) **7.30** Ulica nadziei (5) **8.25** Śmierć z dala od palm (5) **9.35** Sanditon (8, 1) **11.40** Co ludzie powiedzą? (1-3): Kolacja przy świecach / Moralność Elżbiety / Lekcja dobrych manier **13.35** Morderstwa w Midsomer (16, 1-3) **17.50** Z pamiętnika położnej (7) **18.55** Ulica nadziei (5) **19.55** Śmierć pod palmami (4) **21.00** Śledztwa siostry Bonifacji (5) **22.00** Dobijasz mnie (4-6) **1.00** Happy Valley (2) **2.10** Milczący świadek (5, 6) **4.05** Śmierć z dala od palm (5)

TTV

DVB T

8.50 Ciężarówką przez pół świata **9.45** Express **10.05** Idź na całość **11.05** Zakup w ciemno Extra **11.35** Zakup w ciemno **13.40** Gogglebox. Przed telewizorem **14.45** Nasi w mundurach **15.45** Express **16.05** Idź na całość **17.10** Życie na kredycie **17.45** Express **18.05** Sport **18.10** Życie na kredycie **18.45** Damy i wieśniaczki. PL **19.45** Express **20.00** Zakup w ciemno **21.00** Gogglebox. Przed telewizorem **22.00** Żony Podlasia **23.00** Ciężarówką przez pół świata

Fokus TV

DVB T

6.00 Wehikuł czasu **6.05** 48 h. Zaginieni (3): Na pełnej adrenalinie **7.00** Rolnicy. Podlasie **9.00** Z klimatem i z pasją **10.00** Świat z góry. Izrael **11.00** Świat z góry. Jedwabny Szlak **12.00** Wojny magazynowe **14.00** Gwiazdy lombardu **15.00** Poszukiwacze złota w Australii **17.00** Rolnicy. Podlasie **21.00** Podglądacze przyrody: Żółwie błotne / Królik europejski **22.00** Trumpowie. Pozłacana dynastia (s.2) **23.00** Poza kontrolą **0.00** Kataklizmy, które wstrząsnęły światem **1.00** Rolnicy. Podlasie

National Geographic

8.00 Porzucone konstrukcje **10.00** Ostatni lot: anatomia katastrofy **11.00** Kosmiczne horyzonty **12.00** Ikony lotnictwa **13.00** Superfabryki **14.00** Górnicy z Chile: wyścig z czasem **15.00** Egipt: miejsce pełne tajemnic **16.00** Megażywioły **17.00** Hitler i jego świta **18.00** Odkopać historię **20.00** Potwory: prawda i mity **21.00** Megażywioły **22.00** Ostatni lot: anatomia katastrofy **23.00** Operacja transport **0.00** Katastrofa w przestworzach: raport specjalny **2.00** Miasta w liczbach

Nat Geo Wild

9.00 Niezwykłe wędrówki zwierząt **10.00** Dzikie lasy Australii **11.00** Ratując żyrafy **12.00** Weterynarze z Nebraski **13.00** Dzika Japonia **14.00** Dust: Pustynny szlak przetrwania **15.00** Afryka: dom dzikiej przyrody **16.00** Kalahari: podziemne życie pustyni **17.00** Wulkaniczne wyspy Indonezji **18.00** Krokodyle z Karaibów **19.00** Podejrzane na safari **20.00** Europa z powietrza **21.00** Dzika konfrontacja: Zabójcze spotkanie **22.00** Zimowe królestwo: Zamarznięta Azja **23.00** Dzika Japonia

Metro

6.45 Gorączka złota **7.40** Klan z Alaski **9.45** Ekspres polarny – film anim. USA/Australia 2004 **11.50** ★★★ Narodziny – dramat hist. USA 2006, reż. Catherine Hardwicke, wyk. Keisha Castle-Hughes, Oscar Isaac, Hiam Abbass **14.00** Makłowicz w drodze **14.35** 39 i pół (8, 9) **16.45** Kryminalni (2-3, 1) **20.00** Wallander (13) **22.05** Chyłka – Inwigilacja (5, 6) **23.55** Zbrodnie z pierwszych stron gazet: Zaginiony **0.55** Szpital (980) **1.55** Szkoła (705) **2.55** Nowa Maja w ogrodzie **4.30** Szpital (980)

TVP Historia

DVB T

8.55 Czterej pancerni i pies (3) **9.55** Ex libris **10.15** Wojownicy czasu **10.55** Wszystkie kolory świata **11.55** Saga prastarej puszczy **13.00** Dziewicze zakątki Ziemi **14.00** Flesz historii **14.30** ★★★★ Ranczo Wilkowyje – komedia obycz. Polska 2007 **16.05** Tajemnice kultowych seriali **16.55** Starożytne mocarstwa **17.55** Daleko od szosy (4) **19.15** Kennedy, Sinatra i mafia **20.15** W kręgu Hitlera **21.15** Polskie 100 lat **21.45** Król (3) **22.55** ★★★★ Zaklinacz deszczu – dramat obyczajowy USA 1997

TVP Dokument

DVB T

11.45 Weekendowe wypady z Gr. Wallace'em **12.40** Szlaczkoń szaraniec. Ochrona ginącego gatunku motyla **13.10** Lena na Kaukazie **13.40** Pociąg do Polski **14.05** Normandia między oceanem a niebem **15.10** Lis, który uratował wyspę **16.10** Bogactwo dźwięków przyrody **17.10** Weekendowe wypady z Gr. Wallace'em **18.05** Wspólna sprawa **18.35** Casting **19.00** Sean Penn, amerykański wichrzyciel **20.05** Molly kontra algorytmy (s.15) **21.50** She **22.55** Tamte lata, tamte dni

Zoom TV

6.00 Kobra – oddział specjalny (13, 14) **7.55** Jakubiak rozgryza Polskę **9.30** Wojciech Cejrowski – boso przez świat **11.40** Sensacje XX w. **13.45** ★★★★ Nie lubię poniedziałku – kom. Polska 1971 **15.55** Dynamo – więcej niż magia **16.55** Gordon Ramsay – wyższy poziom gotowania (1, 2) **18.55** ★★★ Gang Olsena znowu w akcji – kom. Dania 1977 **21.00** ★★★ Kogel-mogel – kom. Polska 1988, reż. Roman Załuski, wyk. Grażyna Błęcka-Kolska **23.05** Magia nagości. Czechy i Słowacja

TLC

8.00 Kamera, akcja, wpadka! **9.00** Wiza na miłość: na odwrót **11.00** Cztery żony i mąż **12.00** Wiza na miłość: pierwsze spotkanie **16.00** Szczęście nie zna wagi **18.00** Dom wygrany na loterii **20.00** Mad Pooper: kto to zrobił? **21.00** Wiza na miłość: single na polowaniu **22.00** Wiza na miłość: single na polowaniu. Między sporami **23.00** Dr Pryszczylla **0.00** Moje koszmarne stopy: Tajemnicza masa **1.00** Mad Pooper: kto to zrobił? **2.00** Wiza na miłość: single na polowaniu

Nowa TV

DVB T

6.00 Wehikuł czasu **6.20** TV Okazje **6.55** Wehikuł czasu **7.30** Interwencja – taka jest Polska **8.20** Frieren. U kresu drogi **9.30** Dragon Ball Super **11.00** Nowa rewia kabaretowa **14.00** Kabaret na dobry wieczór. Paranienormalni Show **16.00** Kabaret na żywo – Klinika Skeczów Męczących **18.00** Kabaretowa Dynastia **19.00** Ojciec Brown (36-40) **0.00** Zdrady (17): Śpij słodko **1.00** Łowca pedofilów **3.00** TV Okazje **3.50** Wehikuł czasu **4.00** Daleko od noszy (27, 28) **5.00** Pod lupą

WP

DVB T

9.00 Pogoda **9.05** Komisarz Cassandre: zbrodnie w Alpach (1) **11.00** Pogoda **11.10** Pogromca tajemnic **12.05** Niepojęte: strefa tajemnic wszechświata **13.05** Pokochaj lub sprzedaj – Vancouver **14.00** Pokochaj lub sprzedaj – Quebec **15.00** Strażacy z sąsiedztwa **16.00** Policjanci z sąsiedztwa **16.55** Pogoda **17.00** Policjanci z sąsiedztwa **20.00** Policjanci w akcji **21.00** Policjanci z sąsiedztwa **21.50** Pogoda **22.00** Mistrzowie kabaretu: Kabaret Rewers / Nowaki / Kabaret Konkubenci

Gamoń

Bourvil jako nieświadomy przemytnik w zwariowanej komedii kryminalnej

PULS 2 12:20 ★★★★



Antoine sposobił się do wakacji we Włoszech, gdy jego wysłużony samochód został zdemolowany w ulicznej kraksie z rolls-royce'em Léopolda. Sprawca proponuje mu wspólną podróż. Antoine z radością przyjmuje propozycję, nie wiedząc, że Leopold to szef gangu.

Pęknięte lustro

Ekranizacja prozy mistrzyni kryminału Agathy Christi, z udziałem panny Marple

ALE KINO+ 15:30 ★★★



Do angielskiego miasteczka przyjeżdżają amerykańscy filmowcy, by realizować tam produkcję z gwiazdorską obsadą. Dwie słynne aktorki szczerze się nienawidzą i dają temu wyraz na każdym kroku. Podczas przyjęcia powitalnego dochodzi do zagadkowego morderstwa.

Wielki Gatsby

Gatsby ze zdziwieniem odkrywa, że pewnych rzeczy w towarzystwie nie wypada robić

PARAMOUNT 16:50 ★★★



Milioner Jay Gatsby spotyka dawną miłość z lat młodzieńczych, Daisy Buchanan. By ponownie rozbudzić jej zainteresowanie, rzuca się w wir podejrzanych interesów, które, choć przynoszą mu bogactwo, wzbudzają niesmak i zażenowanie towarzystwa.

Niepokonani

Film oparty na historiach ucieczek z Syberii

KINO POLSKA 20:00 ★★★



W 1940 roku grupa śmiałków z różnych krajów ucieka z gułagu. Bez mapy i kompasu uciekinierzy podejmują się niemożliwego. Z Syberii przez tajgę, wyżyny Mongolii, pustynię Gobi, Tybet i Himalaje docierają aż do Indii. Niezwykła podróż przez sześć tysięcy kilometrów pełna jest heroicznej walki o przetrwanie. Nie sprzyjają im mordercze mrozy i nieznośny upał.



Miłość w Nowym Jorku

Richard Gere, Winona Ryder i nowe „Love Story"

TVP 1 21:50 ★★★

Will, mimo pięćdziesiątki, czuje się młody i zamierza korzystać z życia. Pewnego wieczoru poznaje Charlotte, stylistkę świętującą 21. urodziny. Zauroczony dziewczyną, zaprasza ją na bal. Nawiązują romans, ale Will na początku nie traktuje jej poważnie. Wkrótce okazuje się, że Charlotte jest chora.



Molly kontra algorytmy

Internetowe media podsuwały dziecku samobójcze treści

TVP DOKUMENT 20:05

Śledztwo w sprawie tragicznej śmierci czternastoletniej Molly Russell. Jej zdeterminowany ojciec odkrywa, że bezduszne algorytmy mediów społecznościowych, takich jak Instagram i Pinterest, celowo podsuwały dziewczynce tysiące szkodliwych, samobójczych treści. Zrozpaczony mężczyzna rozpoczyna trudną walkę o lepszą ochronę dzieci w sieci.

eprasa.pl 775b675a4b

TVP 1



Słoneczna. Poza ciszą

7.00 Msza św. na Jasnej Górze **7.30** Studio Raban (451) **8.00** Serwis Info **8.10** Pogoda Info **8.35** Zaraz wracam (180) **9.10** Ranczo (70): Seks nocy letniej **10.05** Komisarz Alex (23): Zabójcza dawka **11.00** Ojciec Mateusz (336): Zmyłka **12.00** Serwis Info **12.10** Agrobiznes **12.40** Rok w ogrodzie extra **12.55** Dzika Skandynawia (2) **14.00** Splątane losy (98)

15.00 Serwis Info – magazyn
15.10 Reporterzy – magazyn
15.35 Gra słów. Krzyżówka
16.00 Dziedzictwo (1081)
16.50 Zapowiedź Teleexpressu
17.00 Teleexpress
17.25 Jaka to melodia?
18.05 Klan (4786)
18.40 Akacjowa 38 (1009)
19.30 19.30
19.55 Pytanie dnia
20.30 Słoneczna. Poza ciszą (6) Alina, przy wsparciu Charlotte, z zaangażowaniem rozwija swój profil w mediach społecznościowych. To nowe zajęcie szybko staje się jej wielką pasją, dając upragnione poczucie niezależności i wolności.
20.55 Teatr TV: Wojna peloponeska – Polska 2026 **(s.2)** Reż. Wawrzyniec Kostrzewski, wyk. Maja Komorowska, Olga Sarzyńska, Agnieszka Podsiadlik
22.25 Postscriptum: Wojna peloponeska – magazyn
22.55 Wolne sądy – film dok. Polska 2026
0.10 Balans bieli
0.50 Maratończyk – film ★★★★ kryminalny USA 1976

TVP 2



Na sygnale

5.30 M jak miłość (1891) **6.20** Rodzina (nie od) święta (62) **6.55** Barwy szczęścia (3450) **7.30** Pytanie na śniadanie – program inform.-publicystycz. **11.50** Okrasa łamie przepisy (436) **12.30** Koło fortuny – teleturniej **13.15** Panna młoda (261) – serial obyczajowy Turcja 2024 **14.05** Va banque – teleturniej **14.35** Na sygnale (961): Widmo teściowej – serial obyczaj. Polska 2026

15.05 La Promesa – pałac tajemnic (530)
16.00 Koło fortuny – teleturniej
16.35 Familiada – teleturniej
17.20 Panna młoda (262)
18.15 Va banque – teleturniej
18.50 Jeden z dziesięciu
19.25 Barwy szczęścia (3450)
19.55 Domowe patenty (22)
20.05 Barwy szczęścia (3451) – serial Polska 2026 **(s.18)**
20.40 Kulisy „M jak miłość”
20.50 M jak miłość (1961) **(s.18)**
21.50 Na sygnale (962-963) – opis, serial obycz. Polska Benio rozważa inwestycję w grę online polecaną przez Tadzika. Doktor Vick jedzie do kościoła, by pomóc ofierze nietypowego zatrucia. Alek i Britney ratują rowerzystę, na którego spadła paczka z drona.
22.55 Hotel Mumbaj – dramat ★★★★ obycz. Australia/USA/Indie/W. Bryt./Singap. 2018 **(s.3)** Reż. Anthony Maras, wyk. Dev Patel, Armie Hammer, Nazanin Boniadi
1.10 Francuska ruletka (1) – serial krym. Francja 2023
2.00 Na noże – komedia ★★★★ kryminalna USA 2019

Polsat



Szakal

6.00 Nowy dzień – program informac.-publicystyczny **8.20** Trudne sprawy (1145): Ludzie nie zapominają **9.20** Dlaczego ja? (846-848): Auto 40-letniej macochy zostaje przewrócone do góry nogami / Zrozpaczona córka chce udowodnić niewinność ojca / Matka kradnie dla córki luksusowe buty **12.20** Gliniarze (1070-1072): Trzynastka / Strzał w serce / Powtórka z rozrywki

15.30 Wydarzenia
15.50 Pogoda
15.55 Gliniarze (1153)
16.55 Gliniarze Śląsk (1) – serial krym. Polska 2026
18.00 Pierwsza miłość (4297) – serial Polska 2026 **(s.18)**
18.50 Wydarzenia
19.15 Gość „Wydarzeń”
19.55 Milionerzy – teleturniej
20.35 Konklawe – film fabularny ★★★★ W. Bryt./USA 2024 **(s.3)** Reż. Edward Berger, wyk. Ralph Fiennes, Stanley Tucci, Isabella Rossellini
23.05 Szakal – film sensacyjny ★★★ USA/W. Bryt./Francja/Niemcy/Japonia 1997 Reż. Michael Caton-Jones, wyk. Richard Gere, Bruce Willis, Diane Venora Szakal, zabójca wynajęty przez rosyjską mafię, ma zabić urzędnika USA. Aby go powstrzymać, szef FBI werbuje więźnia – terrorystę IRA. To jedyny człowiek, który zna twarz Szakala i chce go dopaść.
1.50 Old – thriller USA/Japonia/Chiny 2021
4.15 Kabaretowa Ekstraklasa
4.40 Disco gramy!

TVN



Instynkt przetrwania

5.15 Zamieszkać na plaży (9) **5.40** Uwaga! (7762) **5.55** Ukryta prawda (1548) **6.50** Kuchenne rewolucje: Rawicz – Głodny Polak **7.45** Dzień Dobry TVN – program inform.-publicystyczny **11.20** Doradca smaku (3) **11.30** Kuchenne rewolucje: Żerczyce – Kukurykuu / Warszawa – bar mleczny **13.40** Ukryta prawda (1724-1726) – serial fabularno-dokumentalny Polska 2025

16.50 Szpital św. Anny (98) – serial obycz. Polska 2026
17.55 Detektywi (163)
19.00 Fakty
19.40 Kroniki Pucharu Świata w skokach narciarskich
19.55 Uwaga! – magazyn
20.15 Na Wspólnej (4320) – serial Polska 2026 **(s.18)**
20.50 Instynkt przetrwania ★★ – thriller USA/Kenia 2021 Reż. M.J. Bassett, wyk. Rebecca Romijn, Philip Winchester, Jerry O'Connell Halseyowie wybierają się na safari w Kenii. Wielka przygoda w gronie najbliższych zmienia się w desperacką walkę o przeżycie, gdy samochód bohaterów zostaje przewrócony przez agresywnego nosorożca.
23.05 Ścigane – film sensacyjny ★★★ W. Bryt./USA 2019 Reż. Vicky Jewson, wyk. Noomi Rapace, Eoin Macken, Indira Varma
1.00 Freestyle – film sensacyjny ★★★ Polska 2023
2.50 Co za tydzień – magazyn
3.30 Uwaga! – magazyn
3.50 Młode gliny (66)
4.50 Jak to jest zrobione? (17)

TVN 7



Ocaleni

6.45 Szkoła (615, 616) **8.40** Ukryta prawda (1440, 1646, 1647) **11.45** W-11 Wydział Śledczy (842-844) **13.50** Detektywi (222) **14.55** Szpital św. Anny (184) **15.55** Ukryta prawda (1235) **17.00** Sędzia Anna Maria Wesołowska (4, 5) **19.00** Ukryta prawda (1483) **20.00** ★★★ Ocaleni – film sens. Tajl./Irl. 2019, reż. Tom Waller, wyk. Jim Warny **22.25** ★★★★ Harry Potter i kamień filozoficzny – film fant. W. Bryt./USA 2001, reż. Chris Columbus, wyk. Daniel Radcliffe **1.20** ★★★ Annabelle – horror USA 2014, reż. John R. Leonetti, Erik Thomson, wyk. Annabelle Wallis **3.25** Mówię Wam (15) **4.40** Dorota was urządzi (9) **5.15** Ten moment (48)

TV Puls

6.00 Policjanci z Miami (15, 16) **8.00** Kobra – oddział specjalny (7, 8) **10.00** Zaklinaczka duchów (83) **11.00** Kotka (83) **12.00** Mój grzech (20) **13.00** Wspaniałe stulecie (56) **14.00** Rodzinny interes (49) **15.00** Lombard. Życie pod zastaw (674, 675) **17.00** Rodzinny interes (50) **18.00** Lombard. Życie pod zastaw (1043, 1044) **20.00** ★★★ Bóg zemsty – film sens. USA 2011 **22.05** ★★ Czarny pies – film sens. USA/W. Bryt./Fr./Niemcy/Jap. 1998 **23.55** ★★★ Sposób na świętego – komedia USA/Kan./W. Bryt. 2020

Puls 2

7.30 Seriale anim. dla dzieci **13.00** Nowe przygody Kubusia Puchatka (5) **13.35** Smerfy (15) **14.00** Baranek Shaun (8-10) **14.35** Marta mówi! (20) **15.00** Miraculous: Biedronka i Czarny Kot (20, 24) **16.00** Koci domek Gabi (17, 18) **17.00** Fineasz i Ferb (20, 21) **18.00** Pingwiny z Madagaskaru (31, 32) **19.00** Kacze opowieści (40, 41) **20.00** Lombard. Życie pod zastaw (1063) **21.00** Dzielnica strachu (140, 141) **23.00** Wstydliwe choroby (4, 5) **1.00** Dzielnica strachu (139) **2.00** Lombard. Życie pod zastaw (101, 363)

TVP Polonia

7.30 Pytanie na śniadanie **11.40** Notacje (614) **12.00** Serwis Info **12.10** Blondynka (93, 94) **13.50** Zmiennicy (13) **15.00** Serwis Info **15.10** 100 pytań do... (60) **16.00** Pan Mama (21) **16.30** Barwy szczęścia (3419) **17.00** Teleexpress **17.20** Gra słów. Krzyżówka **17.50** Teleexpress Extra **18.15** Słownik polsko@polski (704) **18.45** 72 godziny na granicy **19.15** Opowieści o niedźwiedziu **19.30** 19.30 **19.55** Pytanie dnia **20.25** Wojenne dziewczyny (16) **21.15** Dom (12) **23.00** 63. KFPP w Opolu **23.15** Panorama **23.45** Polska. Co dalej? (17) **0.40** Moda na język polski (75) **1.05** Przez pamięć i zapomnienie (13) **1.30** 19.30 **1.55** Pytanie dnia **2.15** Komisarz Alex (305)

TV Trwam

11.30 Warto być ojcem **11.45** Muzyczne chwile **12.20** Droga Ojca Łukasza **13.00** Wszystkim i wszędzie **13.30** Msza święta z Jasnej Góry **14.20** Muzyczne chwile **14.30** Wykłady z kongresu „Katolicy a cielesność” **15.00** Powstańczym śladem **15.50** Ma się rozumieć **16.00** Informacje **16.10** Sanktuaria polskie **16.30** Porady medyczne bonifratrów **17.00** Świadkowie **17.30** Moja parafia **18.15** Rozmowy niedokończone **19.30** Poznajemy Polskę **19.45** Modlitwa z tel. udziałem dzieci **20.00** Informacje **20.20** Różaniec **20.50** Myśląc Ojczyzna **21.00** Apel Jasnogórski **21.40** Polski punkt widzenia **22.00** Głos serca (141) **22.45** Z wędką nad wodę w Polskę i świat **23.10** O. Gabriel

TVP Kultura

8.25 Tamte lata, tamte dni (99) **9.00** Daleko od szosy (1) **10.20** ★★★ Niespotykanie spokojny człowiek – komedia Polska 1975 **11.30** Nasze marzenia – film dok. Fr. 2023 **13.10** ★★★ Kramarz – film obycz. Polska 1990 **14.45** Pan wzywał, Milordzie? (3) **15.45** ★★★★★ Przyjęcie na dziesięć osób plus trzy – film obycz. Polska 1973 **16.50** Daleko od szosy (2) **18.20** Dobry tytuł (63) **18.55** Rawhide (106) **20.00** ★★★ Valmont – melodr. USA/Fr./W. Bryt. 1989, reż. Miloš Forman, wyk. Colin Firth **22.25** ★★★ Lucie Aubrac – dramat Fr. 1997, reż. Claude Berri, wyk. Carole Bouquet **0.25** ★★★ Ukryta sieć – thriller Polska 2023 **2.15** Niebezpieczne życie Paula Gauguina – film dok. W. Bryt. 2019

Super Polsat

6.45 SuperLudzie Extra (37) **6.55** Doktor uśmiech (4) **7.30** Pokochaj lub sprzedaj (4) **8.30** Świat według Kiepskich (479-481) **10.00** Wydarzenia **10.30** SuperMocni (1, 5) **11.30** Świat według Kiepskich (433-436) **13.30** Farma (103) **14.30** Hell's Kitchen – piekielna kuchnia (52) **16.05** Ninja Warrior Polska (23) **17.50** Pokochaj lub sprzedaj (4) **18.55** Świat według Kiepskich (560, 561) **19.55** Złomiarze (33) **21.00** ★★ Słyszeliście o Morganach? – komedia romantycz. USA 2009, reż. Marc Lawrence, wyk. Hugh Grant **23.20** ★★★ Królowa wojownik – dramat USA/RPA/Irl. 2022, reż. Gina Prince-Bythewood, wyk. Viola Davis **1.55** 48 h. Zaginieni (39, 40) **4.00** Farma (102, 103)

TV 6

6.00 Więzienie (150, 151) **6.55** Policjantki i policjanci (909, 910) **8.55** 48 h. Zaginieni (92-96): Tajemnica Daniela / Taka piękna dziewczyna / Wychowawca / Matka i córka / Gdzie jest Staś – serial krym. Polska 2022 **13.55** Policjantki i policjanci (1300) **14.55** Uroczysko (246, 247) **16.00** Strażnik Teksasu (18-19, 13-14): Nikomu nie ufaj / Filmiki / Walka o wzrok / Kwestia zasad – serial sensacyjny USA 1995/2000 **20.00** CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku (189, 190): Gangsterska krew / Oryginał – serial kryminalny USA/Kanada 2012 **22.00** Mentalista (38): Czerwony pieprz – serial kryminalny USA 2010 **23.05** Łowca pedofilów (178-182) **1.40** Więzienie (215-217, 170) **3.35** Septagon (63, 64)

TV 4

5.30 Telezakupy TV Okazje **6.00** Strażnik Teksasu: Przebudzenie / Kwestia zasad **7.55** Bogaty dom – biedny dom (136) **8.55** Policjantki i policjanci (774-776) **11.55** Na ratunek 112 (962, 963) **12.55** Trudne sprawy (898-900) **15.55** Łowcy skarbów. Kto da więcej (444, 495) **17.55** Policjantki i policjanci (1500, 1371) **20.00** Uroczysko (209, 210) **21.05** Sprawiedliwi. Trójmiasto (157) **22.05** Sprawiedliwi – wydział kryminalny (1040) **23.05** ★★ 7 sekund – film akcji USA/Szwajcaria/Rumunia/Wielka Brytania 2005, reż. Simon Fellows, wyk. Wesley Snipes, Deobia Oparei **1.10** Opowiem ci o zbrodni (1): Katarzyna Bonda: Łaska **1.35** Love Island. Wyspa miłości (10) **2.50** SuperLudzie (33-37)

Ale Kino+

7.00 Wolna krowa **7.40** ★★★ Benek – komediodramat Polska/Austria 2007 **9.45** Przybieżeli **10.20** The Office PL (5, 6): Równouprawnienie / Klient **11.35** Niezwykłe miejsce na śmierć (4) **13.30** Bestia (5, 6) **15.30** ★★★★ Bracia ze stali – film biograf. USA/W. Bryt. 2023 **18.05** Detektyw Foyle (1): Niemiecka żona **20.10** ★★★★ Szpieg – thriller W. Bryt./Fr./Niemcy 2011, reż. Tomas Alfredson, wyk. Gary Oldman, Colin Firth, Mark Strong **22.40** Paryż w ogniu. Paris Has Fallen (7, 8) **0.45** Ciepło

Kino Polska

9.00 ★★★ Ostatnie dni – film wojenny Polska 1969 **10.50** ★★★ Komedia małżeńska – kom. Polska 1993 **12.55** ★★★ Pieczone gołąbki – kom. Polska 1966 **15.00** ★★★★ Kingsajz – kom. Polska 1988 **17.20** Pogranicze w ogniu (18, 19) **20.00** Ekstradycja (3, 4) **22.30** ★★★★ Wymyk – film sens. Polska 2011, reż. Greg Zgliński, wyk. Robert Więckiewicz, Łukasz Simlat **0.25** ★★ Zgorszenie publiczne – kom. rom. Polska 2009 **2.10** ★★★ Bo we mnie jest seks – film biograf. Polska 2021

Polsat Film

7.30 Poirot (10) **8.35** Przyjaciółki (143, 144) **10.30** Świat według Kiepskich (3-4, 201, 207, 195) **13.45** ★★★ Hidalgo – ocean ognia – film przygod. USA/Maroko 2004 **16.35** ★★★ Więzień labiryntu – film sf W. Bryt./USA 2014 **18.55** ★★ 1000 lat po Ziemi – film sf USA 2013 **21.00** ★★★ Wszystkie stare noże – thriller USA/Kan. 2022, reż. Janus Metz, wyk. Chris Pine **23.05** ★★★★ Looper – Pętla czasu – film sens. USA/Chiny 2012, reż. Rian Johnson, wyk. Joseph Gordon-Levitt

Stopklatka

DVB T

6.55 Wojciech Cejrowski – boso przez świat **8.00** Robert Makłowicz **9.50** Vera (1) **11.55** MacGyver (20, 21) **14.00** Katastrofy w przestworzach **18.00** Wojny magazynowe: Kanada **19.05** Aukcja w ciemno **20.00** ★★★ Kuloodporni – kom. USA 1996, reż. Ernest R. Dickerson, wyk. Damon Wayans, Adam Sandler **21.50** ★★★ Incydent – thriller USA 1997, reż. Jonathan Mostow, wyk. Kurt Russell **23.40** ★★★ Ajlawju – kom. Polska 1999 **1.40** ★★★★ Pitbull – film sens. Polska 2005

Canal+ Premium

9.05 ★★★ Królowa chmur – kom. Polska 2003 **10.25** Łapu-Capu **10.40** ★★★ Kiedy nadchodzi jesień – dram. Fr. 2024 **12.20** ★★★★ Kiler – kom. Pol. 1997 **14.05** Larger Than Life: Złota era boysbandów **15.40** ★★★★ Nowa fala – film biogr. Fr. 2025 **17.25** Wolna krowa **18.00** ★★★ Saga „Zmierzch": Zaćmienie – film fant. USA 2010 **20.00** S.W.A.T. Exiles (5) **20.50** ★★ Mexicali. Ziemia bezprawia – film sens. USA 2026 **22.30** Yellowjackets (1) **23.30** Nagie Oko – film krótkom. Polska 2023

HBO

9.35 ★★★ Witajcie w Marwen – kom. USA/Chiny 2018 **11.30** ★★★ Pierwsza sprawa – dram. Fr. 2023 **13.10** ★★★ W skrócie – komediodramat Niemcy 2024 **14.55** ★★★ Za duży na bajki 2 – film przyg. Polska 2024 **16.30** ★★★ Piotruś Pan – film przyg. W. Bryt./USA/Nowa Zel. 2003 **18.20** ★★★ Tak się poznaliśmy – kom. USA 2023 **20.00** Pozłacany wiek (5) **21.00** Amerykański zakładnik (5) **21.50** Koniec ulicy Dębowej – horror USA 2026 **23.30** Normal – film sens. Kan./USA 2025

Paramount

6.00 Czarodziejki (14-17) **9.20** Policyjna grupa pościgowa **10.25** ★★★★ Star Trek – film sf USA/Niemcy 2009 **13.00** Czarodziejki (18, 19) **15.00** Pingwiny z Madagaskaru **15.30** ★★★★ Dirty Dancing – film muz. USA 1987 **17.45** ★★★ Ostatnie wakacje – kom. USA 2006 **20.00** ★★★ Zmowa pierwszych żon – kom. obycz. USA 1996 **22.10** ★★★★ Pakt z diabłem – dramat USA/W. Bryt. 2015 **0.30** Pretty Thing – thriller USA 2025 **2.30** ★★★ Eurotrip – kom. obycz. USA/Czechy 2004

Polsat 2

7.30 Na ratunek 112 **8.30** Sekrety rodziny: Blef / Ulubiony zięć / Po sąsiedzku **11.30** Trudne sprawy: Zakazana miłością **12.35** Więzienie **14.30** Świat według Kiepskich (61-65): Powóz zajechał / Rachunek sumienia / Ręka wisielca / Rybny targ / Sandały ojca Gaudentego **17.00** Komisarz mama (3) **18.00** Dlaczego ja? **20.00** Gliniarze – serial fabularno-dokumentalny Polska 2024 **21.55** Pogromcy mafii **22.55** Ślad (66, 67): Bezmyślna zemsta: Bogate wesele, biedny pogrzeb **0.55** Zdrady

TVP Seriale

7.35 Ojciec Mateusz (137) **8.25** Komisarz Alex (168) **9.15** Rodzinka.pl (206) **9.45** Klan (1552) **10.10** Ranczo (73, 74) **11.45** M jak miłość (1960) **12.35** Komisarz Alex (332) **13.25** Ojciec Mateusz (41-43) **15.40** Minuta dla Twojego bezpieczeństwa **15.50** Komisarz Alex (169) **16.40** Na sygnale (589, 590) **17.40** Ranczo (76, 77) **19.25** Minuta dla Twojego bezpieczeństwa **19.35** Ojciec Mateusz (44, 138) **21.30** Ranczo (78, 79) **23.15** Ojciec Mateusz (45) **0.10** Na sygnale (958-961)

AXN

5.10 Agenci NCIS: Hawaje (12) **6.00** CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas (1, 2) **7.30** Agenci NCIS (24, 1) **9.10** Castle (10, 11) **11.10** Detektyw Monk (3, 4) **13.10** Agenci NCIS (2, 3) **15.05** Zabójcza broń (6, 7) **17.05** CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas (22, 1): Powrót / Karma **19.05** Castle (12, 13): Telefon do burmistrza / Zakłopotanie ladacznic **21.05** FBI: International (16, 17) **22.55** CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas (22, 1) **0.45** Castle (12, 13) **2.40** FBI: International (16, 17)

13 Ulica

6.40 Niewidomy detektyw (3) **8.30** Magnum: Detektyw z Hawajów (14, 15) **10.25** Bez śladu (15, 16) **12.15** Kapitan Marleau (4) **14.15** Niewidomy detektyw (4) **16.15** Magnum: Detektyw z Hawajów (16, 17) **18.10** Bez śladu (17, 18): Nakręcony / Satelity – serial sens. USA 2008 **20.00** Kapitan Marleau (1): Niepełne wdowy – serial krym. **22.00** Astrid i Raphaëlle (3, 4) – serial krym. Fr./Belg./Szwajc. **0.10** Kasandra (3) **2.10** Magnum: Detektyw z Hawajów (14, 15) **4.05** Niewidomy detektyw (3)

FX

7.00 Kości (8, 9) **9.00** FBI (14) **9.55** Agenci NCIS (1) **10.55** CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas (1) **11.50** CSI: Kryminalne zagadki Miami (1, 2) **13.45** Castle (11) **14.40** Lucyfer (15) **15.35** CSI: Kryminalne zagadki Miami (3, 4) **17.25** Z Archiwum X (5, 6) **21.05** CSI: Kryminalne zagadki Miami (4) **22.00** Tulsa King (7) **22.55** Z Archiwum X (6) **23.50** CSI: Kryminalne zagadki Miami (3) **0.45** CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku (8) **1.40** Lucyfer (15) **2.35** Zabójcze umysły (9) **3.30** Agenci NCIS (1)

Eurosport 1

8.30 Skoki narciarskie: PŚ (m) w Ruce **10.00** Narciarstwo alpejskie: PŚ (m) w Copper Mountain **11.00** Narciarstwo alpejskie: PŚ (k) w Killington **12.00** Snooker: Mistrzostwa W. Bryt. w Yorku **14.00** (L) Snooker: Mistrzostwa W. Bryt. w Yorku **17.30** Skoki narciarskie: PŚ (m) w Ruce **19.00** Snooker: Mistrzostwa Wielkiej Brytanii w Yorku **20.00** (L) Snooker: Mistrzostwa Wielkiej Brytanii w Yorku **23.30** Narciarstwo alpejskie: PŚ (m) w Copper Mountain **0.30** Narciarstwo alpejskie: PŚ (k) w Killington

Eurosport 2

8.30 Snooker: Mistrz. W. Bryt. **11.00** Biegi narc.: PŚ w Ruce **11.30** Biegi narc.: PŚ (m) w Ruce **12.15** Biegi narc.: PŚ (k) w Ruce **13.00** Narc. alp.: PŚ (m) w Copper Mount. **14.00** Narc. alp.: PŚ (k) w Killington **15.00** Skoki narc.: PŚ (m) w Ruce **17.00** Narc. alp.: PŚ (m) w Copper Mount. **18.00** Narc. alp.: PŚ (k) w Killington **19.00** Biegi narc.: PŚ w Ruce **19.30** Biegi narc.: PŚ (m) w Ruce **20.00** Biegi narc.: PŚ (k) w Ruce **20.30** Skoki narc.: PŚ (m) w Ruce **0.00** MŚ En. FIA – 6 g. Spa-Francorchamps

Polsat Sport 1

8.30 Magazyn polskiego sportu **9.30** Cafe Futbol **11.00** Siatkówka: TAURON Liga: Stilon Gorzów – Energa Indykpol AZS Olsztyn **13.00** Siatkówka: TAURON Liga **15.00** Siatkówka: TAURON Liga **17.20** (L) Siatkówka: TAURON Liga: Asseco Resovia Rzeszów – GKS Katowice **20.20** (L) Siatkówka: TAURON Liga: PGE Projekt Warszawa – Energa Trefl Gdańsk **23.00** Formuła 1: GP Kataru: Skrót wyścigu **0.00** Siatkówka: TAURON Liga **2.00** Siatkówka: TAURON Liga

TVP Sport

DVB T

8.25 NBA: San Antonio Spurs – Boston Celtics **10.30** Koszykówka: El. MŚ (m): Hiszpania – Grecja; Hiszpania – Grecja **12.25** (L) Badminton: SKB Litpol-Malow Suwałki – Legia W-wa **15.05** Magazyn Betclic 2. Ligi **15.50** Magazyn Betclic 1. Ligi **17.10** (L) Piłka nożna: Miedź Legnica – Polonia Bytom **19.20** (L) Koszykówka: El. MŚ (m): Niemcy – Polska **21.35** Gol **23.05** Sportowy wieczór **23.35** Boks: Kenshiro Teraji – Jassiel Amador, Riku Masuda – Seiya Tsutsumi, David Jimenez – Seigo Yuri Akui

Canal+ Sport

5.35 Turbokozak **6.00** Wysoki pressing **7.45** Sport+ **9.00** Piłka nożna: LaLiga EA Sports: Deportivo A Coruña – FC Barcelona **11.20** Piłka nożna: PKO BP Ekstraklasa: Legia Warszawa – Wieczysta Kraków **13.40** Sport+ **14.45** Liga+ Extra **16.45** Wysoki pressing **18.30** Sport+ **19.30** Jej Wysokość Premier League: 12. kolejka – magazyn **20.55** Piłka nożna: LaLiga EA Sports: Deportivo A Coruña – FC Barcelona **23.05** Ekstraklasa po godzinach **0.05** Ekstrapaka: 16. kolejka

Canal+ Sport 5

6.00 Piłka nożna: PKO BP Ekstraklasa: Lech Poznań – Pogoń Szczecin **8.30** Wysoki pressing **10.15** Żużel: PGE Ekstraliga **13.00** Premier League Stories **13.45** Premier League: The Big Interview **14.15** Żużel: PGE Ekstraliga **17.15** Hola LaLiga!: 14. kolejka **18.25** Studio **18.55** (L) Piłka nożna: PKO BP Ekstraklasa: Korona Kielce – Cracovia **21.00** Ekstraklasa po godzinach – magazyn **22.00** Ekstrapaka: 16. kolejka **23.15** Jej Wysokość Premier League: 12. kolejka – magazyn

Eleven Sports 1

9.00 Piłka nożna: Torino FC – SS Lazio **11.00** Bundesliga Clubs: Bayern Monachium; Borussia Dortmund; RB Lipsk **12.00** Piłka nożna: FC Porto – Sporting CP **14.00** Formuła 1: GP Kataru **16.00** Ligue 1 McDonald's **16.40** Bundesliga **17.15** Serie A Enilive **17.45** Formuła 1: GP Kataru: Skrót **18.25** (L) Piłka nożna: US Lecce – Atalanta BC; Cagliari Calcio – AC Milan **22.55** Eleven Top Goals **0.00** Podróż do świata calcio **1.20** Olympique Lyon – między legendą a teraźniejszością

Polsat Sport 3

6.00 Koszykówka: PGE Basket Liga **8.30** Cafe Futbol **10.00** Magazyn polskiego sportu **11.00** Piłka ręczna: ORLEN Superliga: Industria Kielce – ORLEN Wisła Płock **13.00** Bobsleje: PŚ w Altenbergu **15.00** Łyżwiarstwo figurowe: ISU GP – NHK Trophy w Tokio **17.30** Piłka nożna: Eredivisie: PSV – Go Ahead Eagles – transmisja **20.00** Łyżwiarstwo figurowe: ISU GP – NHK Trophy w Tokio **23.00** Handball Arena **0.00** Tenis: Finały Pucharu Davisa **2.00** MMA: Babilon MMA

TVN 24

8.35 Strefa kibica – zima **9.00** Serwis informacyjny, pogoda **9.55** Biznes **10.00** Serwis informacyjny, pogoda **10.55** Biznes **11.00** Serwis informacyjny, pogoda **11.55** Biznes **12.00** Serwis informacyjny, pogoda **13.55** Biznes **14.00** Serwis informacyjny, pogoda **14.55** Biznes **15.00** 15 na żywo **16.00** Fakty po południu **18.00** Tak jest **19.15** Serwis informacyjny **19.30** Fakty po Faktach **20.00** Kropka nad i **20.30** Czarno na białym **21.00** Polska i świat **22.00** Szkło kontaktowe

Polsat News

6.00 Nowy dzień **7.40** Graffiti **8.00** Nowy dzień **10.00** W rytmie dnia **12.50** Wydarzenia **13.30** W rytmie dnia **13.55** Pogoda **14.00** W rytmie dnia **14.55** Pogoda **15.00** W rytmie dnia **15.40** Pogoda **15.50** Wydarzenia **16.30** Punkt widzenia Jankowskiego **18.00** Najważniejsze pytania **19.15** Gość „Wydarzeń" **19.50** Debata Gozdyry **21.50** Wydarzenia wieczorne **22.30** Dzień na świecie **23.30** Obraz dnia **0.00** Najważniejsze pytania **1.25** Punkt widzenia Jankowskiego

TVP Info

DVB T

10.00 Serwis info dzień **11.55** Za pięć dwunasta **13.00** Serwis info dzień **14.30** 14.30 **14.50** Serwis info dzień **15.45** Panorama **16.00** Dzień w godzinę **16.55** Sprawdzam to Extra **17.00** Teleexpress **17.15** Teleexpress Extra **17.35** Wolne sądy **18.34** Debata po filmie „Wolne sądy" **19.30** 19.30 **19.58** Pytanie dnia **20.18** Bez retuszu **21.00** Kwiatki polskie **21.45** Panorama **22.10** Oko na świat **22.30** Program informacyjny **22.45** 112. Magazyn kryminalny **23.00** Wydarzy się jutro

TVP 3

DVB T

10.00 Złoty chłopak (292) **11.00** Regiony na TAK **11.30** Sanatoria **12.00** Ktokolwiek widział, ktokolwiek wie... **12.30** Okrasa łamie przepisy **13.00** Agrobiznes **13.30** Między pokoleniami **14.10** Całkiem niezła historia **14.30** Prog. infor. **15.00** Koronka do Miłosierdzia Bożego **15.20** Serwis Info **19.30** Misja Przyroda! **19.45** Kryminalna siódemka **20.00** Dziennik regionów **20.13** Gość regionów **20.30** Kryminalna Siódemka Extra **22.00** Dziennik regionów **22.30** Złoty chłopak (293)

TVP Rozrywka

8.20 Familiada **8.50** Va banque **9.20** Koło fortuny **9.55** Minuta dla Twojego bezpieczeństwa **10.05** Makłowicz w podróży **11.00** Postaw na milion **12.45** Familiada **13.15** Zmiennicy **14.20** Rodzinka.pl **15.55** Kocham Cię, Polsko! **17.15** Minuta dla Twojego bezpieczeństwa **17.25** Va banque **18.00** Koło fortuny **18.35** Okrasa łamie przepisy **19.40** Jaka to melodia? **20.15** Postaw na milion **22.00** Rodzinka.pl **23.00** The Voice of Poland **1.45** Koło fortuny **2.20** Kabaretomaniacy

Planete+

10.20 Dokąd dzisiaj? **11.25** Świetliki. Boskie światło natury **12.35** Niezwykłe podróże koleją **13.40** Podróż do wnętrza chmur **14.45** 360° – świat bez granic **15.50** Średniowieczne serce Czech **16.55** Mongolia. Pomiędzy niebem a ziemią **18.00** Dokąd dzisiaj? **18.15** Polska z góry. Naj... w Polsce **19.05** Ekskluzywna szkoła dla lokajów **19.40** Ostatni neandertalczyk **20.50** Byblos. Wielki port Fenicjan **22.00** Ewangelia dobrobytu. Historia kapitalizmu (s.2) **23.05** Fire Island

BBC Earth

8.15 Najpiękniejsze trasy spacerowe **9.15** Mroźna planeta **10.15** Życie na pustkowiu **11.15** Skarby przeszłości i ich tajemnice **12.20** Najpiękniejsze trasy spacerowe **13.20** Mroźna planeta **14.25** W okowach mrozu **15.30** Życie na pustkowiu **16.30** Dziki połów: nieznane wody **17.30** Mroźna planeta **18.35** Najpiękniejsze trasy spacerowe **19.45** Fenomeny współczesnego życia **20.55** W okowach mrozu **22.55** Dziki połów: nieznane wody **23.55** Dzikie zakątki Ziemi z Simonem Reevem

Discovery Channel

8.00 Brudne skarby **9.00** Gorączka złota: na kłopoty Freddy Dodge **10.00** Budowa na końcu świata **11.00** Klan z Alaski **12.00** Celnicy na straży Szwecji **13.00** Nagi instynkt przetrwania: tajemnicza wyspa **15.00** Złomowisko PL **16.00** Kroniki policyjne: Szwecja **17.00** Celnicy na straży Danii **18.00** Porty **19.00** Złomowisko PL **20.00** W oku cyklonu **21.00** Celnicy na straży Niemiec **22.00** Celnicy na straży Danii **23.00** Kroniki policyjne: Szwecja **0.00** W oku cyklonu

TVN Turbo

8.15 DeFacto **9.05** Fani czterech kółek **10.00** Raport Turbo **10.15** Samochód marzeń – kup i zrób **11.15** Wojny samochodowe **12.15** Naprawy nie do naprawy **13.00** Zawodowi handlarze **14.30** Wojny samochodowe **16.30** Jeździć, obserwować **18.00** Raport Turbo **18.15** Wojny samochodowe **19.15** Kupione, zrobione, sprzedane **20.15** Ciężarówką przez Malezję **21.15** Zawodowi handlarze **22.00** Raport Turbo **22.15** Jeździć, obserwować **23.45** Naprawy nie do naprawy

TVN Style

7.10 Co za tydzień **7.45** Dzień Dobry TVN **11.20** Jestem z Polski **12.20** Ugotowani **13.25** Kuchenne rewolucje: Restauracja „Marysieńka", Babice koło Oświęcimia / Bar „Niebo w gębie i na talerzu", Pabianice **15.35** Ugotowani **16.40** Poukładani **17.40** Kuchenne rewolucje: Pizzeria „Magiliana", Sosnowiec / Bar „Krupniok", Namysłów / Restauracja „Sjesta", Częstochowa **20.50** Jestem z Polski **22.50** Hotel Paradise **23.45** EuroPOLKI studentki **0.40** Pojedynek na podróże **1.40** Tu jest pięknie

eprasa.pl 775b675a4b

SERIALE

Pierwsza miłość
POLSAT 18:00

Oskar zmienia spojrzenie na świat po spotkaniu na moście. Melka ukrywa prawdę przed bliskimi, którzy cieszą się jej ciążą. Angelika, żeby uczcić dobre wieści od lekarzy, zabiera Nikolę na przejażdżkę. Zabierają auto Bolesława, a to może się źle skończyć.

Barwy szczęścia
TVP 2 20:05

Karolina podejrzewa Brunona o psucie jej referencji i planuje szantaż z użyciem bogatego klienta. Natalia prosi Łukasza o pomoc w uwolnieniu Michała z aresztu. Tolek szykuje się do rozwodu, ale Irena błaga go o powrót.

M jak miłość
TVP 2 20:50

Natalia ma problemy z Hanią, która się z nią kłóci i w dodatku przyłapuje matkę na kłamstwie w sprawie Mikołaja. Karską czeka trudna rozmowa z mężem, bo Adam zdaje sobie sprawę, że dyrektor szkoły podkochuje się w jego żonie.

Czas honoru

Byli młodzi, pełni energii, zapału i wiary. Pięknie żyli i ginęli – dumnie, z godnością

TVP HISTORIA 17:10

Wiosną 1941 roku grupa przeszkolonych w Anglii polskich żołnierzy zostaje zrzucona na teren okupowanej Polski. Ich zadaniem jest przeprowadzanie akcji dywersyjnych. W skład oddziału wchodzą: major Czesław, jego synowie Waldek i Michał, a także Janek i Bronek.



Na Wspólnej

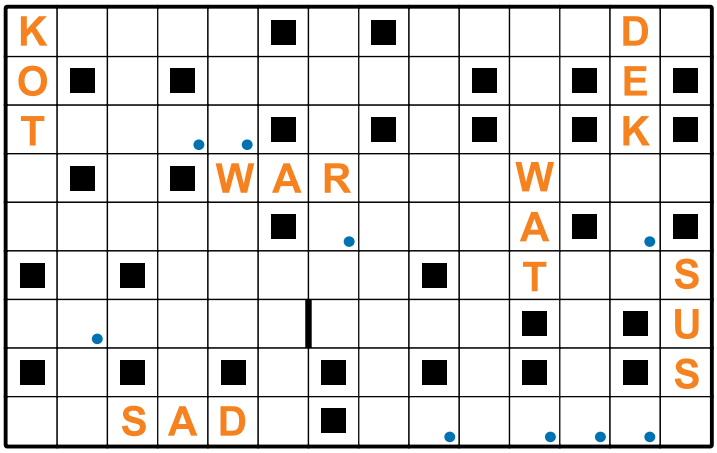
Ula wyznaje ojcu, że została zgwałcona! Sławek broni Piotra

TVN 20:15

Ula ma dzisiaj poprawkę z histologii. Jest zszokowana, gdy na egzaminie pojawia się Wysocki. Sławek, Iga i Piotr rozpracowują siatkę pedofilską. Pojawia się rzecznik dyscyplinarny w sprawie pobicia przez Piotra aresztowanego. Na pierwszy ogień pytań odpowiada Sławek...



JOLKA



Litery w polach z kropką, czytane rzędami, utworzą rozwiązanie. Ujawniono niektóre litery. W kolejności przypadkowej:
– cesarz z Nipponu – struś z pampasów
– front budynku – wiązany pod szyją
– mieszkaniec naszej stolicy – zbiór map
– naczynie na mleko – taniec z Argentyny
– w plecaku ucznia – żółty niemetal
– co ..., to rozum – gwałtowny wir powietrza
– słup z flagą – stalowy łącznik
– niewygodne posłanie – sitwa, kamaryla
– leśny chrust – „Płynie w nas ...", piosenka Bajmu
– amerykański gryzoń – atrybut Temidy
– żołnierz Grota Roweckiego – pokaz mody
– dawna sypialnia
– okres 10 dni
– Indianin z Ameryki Północnej
– słowackie miasto i rzeka

Romance TV

8.20 Śledztwo prowadzi Watzmann (36) **9.20** ★★★ Pokój ze stajnią – kom. Niemcy 2022 **11.15** Zwierzyniec doktor Mertens (89, 90) **13.20** ★★ Inga Lindström: Weekend w Söderholm – film obyczajowy Niemcy 2007 **15.15** Światła, kamera, romans – komedia romantyczna USA 2020 **17.05** Lena Lorenz: Kruche szczęście **19.00** Górscy ratownicy (135) **20.00** ★★★ Gniazdowanie – kom. Niemcy 2021 **21.55** Przepisy na miłość i zbrodnię (9, 10) **23.50** Górscy ratownicy (135)

TVN Fabuła

6.30 Kino Buzz **6.45** Julia (96, 97) **7.45** Detektywi **9.50** Młode gliny **10.55** Magda M. (1) **11.55** Prawo Agaty (9, 10) **13.55** Młode gliny **14.55** Detektywi **16.05** Na Wspólnej (190, 191) **17.10** Seriaale: Rozmowy **18.05** ★★★ Bella i Sebastian III – film przygod. Fr. 2017 **20.00** ★★★ Starcie Tytanów – film przygod. W. Bryt./Australia/USA 2010 **22.30** ★★★ Gniew Tytanów – film przygod. USA/Hiszpania 2012 **0.30** ★★★ Kolekcjoner – dramat USA 1997 **2.50** Dziewczyny z Hollywood

AMC

6.15 ★★★ K-19 – film sens. USA/W. Bryt./Niemcy/Kanada 2002 **8.55** ★★ Supernowa (1) – film sf USA/RPA 2005 **12.45** ★★★★ Kupiec wenecki – dramat USA/Włochy/Luksemburg/W. Bryt. 2004 **15.25** ★★★ Strażnik czasu – film sf USA/Japonia 1994 **17.20** ★★★ Supergliny z Miami – kom. sens. Włochy 1985 **19.30** ★★★ Dzielnica Lakeview – thriller USA 2008 **22.00** The Audacity (6) **23.00** ★★ Thirst – horror USA 2015 **0.50** ★★ W sieci kłamstw – thriller Hol./W. Bryt./USA/Polska 2020

BBC First

7.25 Zagadki doktora Blake'a (5) **8.40** Z pamiętnika położnej (2) **9.50** Ojciec Brown (10, 1) **11.50** London Kills (4) **12.50** Shakespeare i Hathaway: prywatni detektywi (10) **13.50** Śledztwa siostry Bonifacji (7, 8) **15.55** Tajemnice Brokenwood (4) **17.55** Morderstwa w Midsomer (3) **19.55** Śmierć pod palmami (5) **21.00** Zbrodnie Saint-Pierre (8) **22.00** Zbrodnie na Szetlandach (6) **23.20** Agatha Christie: Tommy i Tuppence (1) **0.20** Tajemnice Majorki (8) **1.20** Zbrodnie Saint-Pierre (3)

TTV

8.00 DeFacto **8.30** Kartoteka **10.35** Detektywi **12.35** Zakup w ciemno **14.35** Nic do zgłoszenia **15.35** Złomowisko PL **16.45** Express **17.00** Sport **17.05** Ukryta prawda **17.45** Życie na kredycie **18.40** Ciężarówką przez Australię **19.45** Express **20.05** Zakup w ciemno **21.05** Zakup w ciemno Extra **21.45** Express **22.00** Gogglebox. Przed telewizorem **0.20** Idź na całość **1.20** Kochaj albo wróć **2.20** Wyburzacze **3.40** Sędzia Anna Maria Wesołowska **4.25** Nauka jazdy

Fokus TV

6.00 Wehikuł czasu **6.05** 48 h. Zaginieni (63) **7.00** Był sobie człowiek **8.55** Wehikuł czasu **9.00** Starożytni kosmici **11.00** Gwiazdy lombardu **12.00** Poszukiwacze historii: Bitwa wyrska / Tajna kwatera Luftwafe **13.00** Wielkie konstrukcje III Rzeszy: Wojna i kolej / Koleje zagłady **15.00** Przygody poszukiwaczy złota **16.00** Dorwać tuńczyka **18.00** Rolnicy. Podlasie **20.00** Galileo **21.00** Militarny top 10 **22.00** Dziwne oblicza wojny **0.00** Starożytni kosmici **1.00** Rolnicy. Podlasie

National Geographic

8.00 Ikony lotnictwa **9.00** Megażywioły **10.00** Śladami tajemnic: Jerozolima **11.00** Katastrofa w przestworzach: raport specjalny **13.00** Katastrofa w przestworzach **15.00** Katastrofa w przestworzach: raport specjalny **16.00** Katastrofa w przestworzach **21.00** Ostatni lot: anatomia katastrofy **22.00** Katastrofa w przestworzach: raport specjalny **23.00** Ostatni lot: anatomia katastrofy **0.00** Katastrofa w przestworzach: raport specjalny **1.00** Katastrofa w przestworzach

Nat Geo Wild

8.00 Australijskie maluchy **9.00** Niezwykły dr Pol **12.00** Bertie Gregory na biegunach **13.00** Morze Czerwone: magiczny ogród ewolucji **14.00** Hipopotamy z Gabonu: nietypowi surferzy **15.00** Drapieżnik kontra ofiara **16.00** Olśniewająca Ameryka **17.00** Critter Fixers – zwierzęcy cudotwórcy **18.00** Niezwykły dr Pol **19.00** Walki zwierząt **20.00** Afryka: dom dzikiej przyrody **21.00** Niezwykły dr Pol: Szczenięca miłość / Pechowe maluchy / W pełnej gotowości / Pudle i spółka / Podejrzani pacjenci

Metro

6.20 Detektywi. Na zlecenie (19, 20) **7.40** Szpital (328-330) **10.40** Sędzia Anna Maria Wesołowska (562, 563) **12.40** Szkoła (699) **13.40** Fachowcy **14.25** Brzydula (219, 220) **15.35** Druga szansa (12) **16.45** The Floor **18.00** Złomowisko PL **19.00** Kartoteka (11, 12) **21.05** Kryminalni (2, 3) **23.15** Spartakus: Krew i piach (7): Sacramentum **0.20** Zbrodnie z pierwszych stron gazet: Podmiejskie sekrety **1.25** Szpital (981) **2.25** Szkoła (706) **3.25** Nowa Maja w ogrodzie **4.30** Szpital (981)

TVP Historia

9.15 Encyklopedia II wojny światowej **9.40** Polskie 100 lat **10.10** Narodziny chirurgii **11.05** Wszystkie kolory świata **12.00** Era przyrody **13.00** Obłoki śmierci. Bolimów 1915 **14.15** Zmiennicy (4) **15.20** Sensacje XX w. **17.10** Czas honoru (1) (s.18) **18.00** Felieton **18.10** Polskie bitwy **20.00** Pitbull (8) **20.50** Upadek nazizmu **21.50** W kręgu Hitlera **22.45** Sensacje XX w. **0.35** Encyklopedia II wojny światowej **1.00** Czas honoru (1) **1.55** Pitbull (8) **2.40** Historia w postaciach zapisana

TVP Dokument

10.10 Bogactwo dźwięków przyrody **11.10** Weekendowe wypady z Gr. Wallace'em **12.05** Bocian biały **12.35** Ludzie z mikroplastiku **13.40** Królestwo mrówek **14.40** Królestwo mokradeł **15.45** Owady. Czy czeka nas katastrofa? **16.35** Świątynie świata **17.35** Wolne sądy **18.30** Debata po filmie „Wolne sądy" **19.30** Miałem farta **20.10** Jak pieniądz kształtował świat **21.15** Krainy cudów natury **22.25** Ukryta wojna Chin **23.40** Niebezpieczne drogi **0.40** Sekrety dzikich kwiatów

Zoom TV

6.10 MacGyver (12, 13) **8.10** Strażnik Teksasu (11, 12) **10.05** Kobra – oddział specjalny (6, 7) **12.20** FBI (5, 6): Upadły glina / Dwukrotnie ślepi **14.20** Bitwa o palety **15.30** Wojny magazynowe: Kanada **16.50** Sensacje XX w. **19.00** Kobra – oddział specjalny (15, 16): Otchłań / Długa droga **21.00** CSI: Kryminalne zagadki Miami (16, 17): Polowanie na ludzi / Przesyłka specjalna **23.00** Magia nagości. Hiszpania **0.05** Magia nagości. Finlandia **0.35** Adam szuka Ewy. Niemcy **2.55** I love kabaret

TLC

8.00 Cztery żony i mąż **9.00** Siostry wielkiej wagi **10.00** Wiza na miłość: na odwrót **12.00** Wspólne życie XXL **14.00** Cztery żony i mąż **15.00** Mali ludzie, wielka rodzina **16.00** Siostry wielkiej wagi **17.00** Salon sukien ślubnych **18.00** Wiza na miłość: na odwrót **20.00** Wiza na miłość – oczami bohaterów **21.00** Wiza na miłość: single na polowaniu **22.00** Wiza na miłość: single na polowaniu. Między sporami **23.00** Dr Pyszczylla **0.00** Moje koszmarne stopy **1.00** Wiza na miłość – oczami bohaterów

Nowa TV

6.00 Wehikuł czasu **6.20** TV Okazje **6.55** Wehikuł czasu **7.00** Disco Landia – nutki do pobudki **7.30** Wielkie wycieczkowce **8.30** Więzienie **10.00** Ojciec Brown (40, 41) **12.00** Śmierć pod palmami (1, 2) **14.00** Świat według Kiepskich (513, 514) **15.00** Świat według Bundych (54-59) **18.00** Całkiem nowe lata miodowe (15) **18.30** Miodowe lata **21.00** Zdrady (111) **22.00** Ślad (61-62, 106) **1.00** Łowca pedofilów **3.00** TV Okazje **3.50** Wehikuł czasu **4.00** Daleko od noszy (29, 30)

WP

6.00 Pogoda **6.05** Policjanci z sąsiedztwa **7.55** Pogoda **8.00** Policjanci z sąsiedztwa **8.55** Pogoda **9.00** Tlit **9.50** Pogoda **10.00** Strażacy z sąsiedztwa **11.00** Wariaci za kierownicą **12.00** Komisarz Cassandre: zbrodnie w Alpach (3) **14.00** Pokochaj lub sprzedaj – Vancouver **16.00** Pokochaj lub sprzedaj **16.55** Pogoda **17.00** Inspektor Vera (3) **19.00** Makłowicz w podróży **22.00** Pogoda **22.10** Mistrzowie kabaretu: Hrabi cz.1 / Kabaret Skeczów Męczących / Sławomir / Czesuaf

eprasa.pl 775b675a4b

TVP 1

SERIAL 18:40



Akacjowa 38

7.00 Msza św. na Jasnej Górze **7.30** Kościół z bliska **8.00** Serwis Info **8.25** Zaraz wracam (181) **9.05** Ranczo (71): Dzieci rewolucji **10.00** Komisarz Alex (24): Prawdziwa śmierć **11.00** Ojciec Mateusz (337): Przykrywkowiec **12.00** Serwis Info **12.10** Agrobiznes **12.40** Magazyn rolniczy **13.05** Dzikie korytarze (1): Lwy pustynne w Namibii – serial dok. Fr. 2023 **14.00** Splątane losy (99)

15.00 Serwis Info – magazyn
15.10 Reporterzy – magazyn
15.35 Gra słów. Krzyżówka
16.00 Dziedzictwo (1082)
17.00 Teleexpress
17.25 Jaka to melodia?
18.05 Klan (4787)
18.40 Akacjowa 38 (1010)
Profesor rysunku zaprasza Susanę i Rosinę na zajęcia z niespodzianką. Trini domaga się od księdza Telma mszy po to, by dziecko nie urodziło się rude. Carmen prosi Servanda, aby wziął Raula na ucznia.
19.30 19.30
19.55 Pytanie dnia
20.30 Słoneczna. Poza ciszą (7) – serial obycz. Polska 2026
21.05 Sekielski wieczorową porą – magazyn publicyst.
22.10 Złoto pustyni – dramat woj. ★★★★ USA/Australia 1999 **(s.21)**
Reż. David O. Russell, wyk. George Clooney, Mark Wahlberg, Ice Cube
0.10 Miłość w Nowym Jorku ★★★ – dram. miłosny USA 2000
2.00 Spona – komedia ★★ obyczajowa Polska 1998
3.35 Sekielski wieczorową porą – magazyn publicyst.

TVP 2

FILM 23:05



80 milionów

5.35 M jak miłość (1892) **6.25** Post filipowy – reportaż **6.55** Barwy szczęścia (3451) **7.55** Pytanie na śniadanie – program informacyjno-publicystyczny **11.50** Rosół polski (37) **12.30** Koło fortuny – teleturniej **13.15** Panna młoda (262) – serial obyczajowy Turcja 2024 **14.05** Va banque – teleturniej **14.35** Na sygnale (962): Czarna skrzynka – serial obyczaj. Polska 2026

15.05 La Promesa – pałac tajemnic (531)
16.00 Koło fortuny – teleturniej
16.35 Familiada – teleturniej
17.20 Panna młoda (263)
18.15 Va banque – teleturniej
18.50 Jeden z dziesięciu
19.25 Barwy szczęścia (3451)
19.55 Domowe patenty (22)
20.05 Barwy szczęścia (3452) – serial Polska 2026 **(s.21)**
20.40 Kulisy „M jak miłość”
20.50 M jak miłość (1962) (s.21)
21.50 SOR (7) (s.21)
22.30 Na sygnale (964)
23.05 80 milionów – film ★★★ przygodowy Polska 2011
Reż. Waldemar Krzystek, wyk. Wojciech Solarz, Krzysztof Czeczot, Maciej Makowski
Dziesięć dni przed ogłoszeniem stanu wojennego działacze „Solidarności” postanawiają wypłacić z banku należące do związku pieniądze. Rozpoczyna się niebezpieczna rozgrywka.
1.00 Hotel Mumbaj – dramat ★★★★ obyczaj. Australia/USA/Indie/W. Bryt./Singap. 2018
3.05 Co się kryje pod katedrą Notre-Dame? – film dok.

Polsat

FILM 20:35



Bez litości 2

5.25 Telezakupy TV Okazje **6.00** Nowy dzień – program informacyjno-publicystyczny **8.20** Trudne sprawy (1146): Najlepsza dieta cud **9.20** Dlaczego ja? (849-851): Singiel z przekonania zostaje nagle ojcem / Młoda matka postrzelona na osiedlu / Podły rekonwalescent pada czyjąś ofiarą **12.20** Gliniarze (1073-1075): Psia Karma / Siostrzany układ / Sprawiedliwy wyrok

15.30 Wydarzenia
15.50 Pogoda
15.55 Gliniarze (1154): Złe miejsce i czas – serial fab.-dok.
16.55 Gliniarze Śląsk (2)
18.00 Pierwsza miłość (4298) – serial Polska 2026 **(s.21)**
18.50 Wydarzenia
19.15 Gość „Wydarzeń”
19.55 Milionerzy – teleturniej
20.35 Bez litości 2 – film ★★★ kryminalny USA 2018
Reż. Antoine Fuqua, wyk. Denzel Washington, Pedro Pascal, Ashton Sanders
Druga część kinowego hitu o szukającym zemsty i walczącym o sprawiedliwość byłym tajnym agencie. Jego długoletnia przyjaciółka i współpracowniczka, Susan, zostaje zamordowana.
23.05 Pan Wypadek: Wakacje zabójcy – komedia sensac. ★★★ W. Bryt./USA 2022 **(s.21)**
Reż. George Kirby, Harry Kirby, wyk. Scott Adkins, Ray Stevenson, Perry Benson, Sarah Chang
1.10 21 – dramat obyczajowy ★★★ USA 2008
3.55 Kabaretowa Ekstraklasa
4.40 Disco gramy!

TVN

SERIAL 17:55



Detektywi

5.15 Zamieszkać na plaży (14) **5.40** Uwaga! (8141) **5.55** Ukryta prawda (1549) **6.50** Kuchenne rewolucje: Warszawa – Bistro Rozmaryn **7.45** Dzień Dobry TVN – program informac.-publicystyczny **11.20** Doradca smaku (23) **11.30** Kuchenne rewolucje: Szczecin – „Cafe Elegancko” / Górki Wielkie – Dziupla u Wuja **13.40** Ukryta prawda (1727-1729) – serial fab.-dok. Polska

16.50 Szpital św. Anny (99) – serial obycz. Polska 2026
17.55 Detektywi (164):
Kochanka widmo – serial fabularno-dokumentalny Polska 2025
Kobieta zatrudnia detektywów, by dowiedzieli się, kto zamordował jej narzeczonego. Policja podejrzewa, że to ona jest sprawczynią, bo dzień wcześniej pokłóciła się z partnerem o to, że ją zdradził.
19.00 Fakty
19.55 Uwaga! – magazyn
20.15 Na Wspólnej (4321) – serial Polska 2026 **(s.21)**
20.50 Kuba Wojewódzki (14)
22.05 Spectre – film sensacyjny ★★★ W. Bryt./USA 2015
Reż. Sam Mendes, wyk. Daniel Craig, Christoph Waltz, Léa Seydoux
1.05 Superwizjer
1.45 Uwaga! (8142) – magazyn interwencyjny
2.05 Młode gliny (67, 68) – serial krym. Polska 2026
4.00 Jak to jest zrobione? – serial dok. Kanada 2010
4.30 Zamieszkać na plaży – serial dok. USA 2020

TVN 7

FILM 20:00



Posejdon

6.45 Szkoła (618, 619) **8.40** Ukryta prawda (1441, 1648, 1649) **11.45** W-11 Wydział Śledczy (845-847) **13.50** Detektywi (223) **14.55** Szpital św. Anny (185) **15.55** Szpital (741) **17.00** Sędzia Anna Maria Wesołowska (6, 7) **19.00** Ukryta prawda (1484) **20.00** ★★★ Posejdon – film katastr. USA 2006, reż. Wolfgang Petersen, wyk. Josh Lucas, Kurt Russell, Jacinda Barrett **22.10** ★★★★ Harry Potter i Komnata Tajemnic – film przyg. W. Bryt./USA 2002, reż. Chris Columbus, wyk. Daniel Radcliffe **1.30** ★★★ Matka – horror USA 2017, reż. Darren Aronofsky, wyk. Jennifer Lawrence **3.55** Prawdziwy horror **5.15** Ten moment (49) **5.50** Szkoła (620)

TV Puls

6.00 Policjanci z Miami (16, 17) **8.00** Kobra – oddział specjalny (8, 9) **10.00** Zaklinaczka duchów (84) **11.00** Kotka (84) **12.00** Mój grzech (21) **13.00** Wspaniałe stulecie (57) **14.00** Rodzinny interes (50) **15.00** Lombard. Życie pod zastaw (312, 313) **17.00** Rodzinny interes (51) **18.00** Lombard. Życie pod zastaw (1044, 1045) **20.00** ★★★ Droga bez przebaczenia – thriller Australia 2023 **22.05** ★★★ Bodyguard zawodowiec – film akcji USA/Hol./Bułg./Hongk./Kan./W. Bryt./Fr. 2017 **0.35** ★★★ Revolt – film sf USA 2017

Puls 2

7.30 Seriale anim. dla dzieci **13.00** Nowe przygody Kubusia Puchatka (6) **13.35** Smerfy (16) **14.00** Baranek Shaun (11-13) **14.35** Marta mówi! (21) **15.00** Miraculous: Biedronka i Czarny Kot (24, 25) **16.00** Koci domek Gabi (19, 20) **17.00** Fineasz i Ferb (21, 22) **18.00** Pingwiny z Madagaskaru (33, 34) **19.00** Kacze opowieści (41, 42) **20.00** Lombard. Życie pod zastaw (1064) **21.00** Dzielnica strachu (141, 142) **23.00** Wstydliwe choroby (6, 7) **1.00** Dzielnica strachu (140) **2.00** Lombard. Życie pod zastaw (102)

TVP Polonia

7.00 Rączka gotuje **7.30** Pytanie na śniadanie **11.40** Na tropach historii (2) **12.00** Serwis Info **12.10** Komisarz Alex (305) **13.05** Ranczo (47) **14.00** Polska. Co dalej? (17) **15.00** Serwis Info **15.10** Kulturalni (46) **16.00** Pan Mama (22) **16.30** Barwy szczęścia (3420) **17.00** Teleexpress **17.20** Gra słów. Krzyżówka **17.50** Teleexpress Extra **18.15** Oko na Wschód (99) **18.45** Panorama **19.20** Niezwykłe miejsca (151) **19.30** 19.30 **19.55** Pytanie dnia **20.25** Stulecie Winnych (14) **21.20** Ojciec Mateusz (46) **22.15** Bł. ks. Michał Sopoćko – sługa Miłosierdzia **23.15** Panorama **23.45** Magazyn Ekspresu Reporterów **0.40** Dziennik regionów **1.00** Pan Mama (21) **1.30** 19.30

TV Trwam

11.40 Ma się rozumieć **11.50** Święty na każdy dzień **12.20** Głos serca (141) **13.05** Blask prawdy **13.30** Msza święta z Jasnej Góry **14.20** Muzyczne chwile **14.30** Post Scriptum **15.00** W górę Rio Negro **15.50** Ma się rozumieć **16.00** Informacje **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 tel. udziałem dzieci **20.00** Informacje **20.20** Różaniec **20.50** Myśląc Ojczyzna **21.00** Apel Jasnogórski **21.40** Polski punkt widzenia **22.00** Solidarność – narodziny wolności **22.15** Głos serca (142) **23.00** Będziesz miłował

TVP Kultura

8.20 Porozmawiajmy szczerze **9.00** Daleko od szosy (2) **10.25** Hipoteza – film krótkometr. Polska 1972 **11.05** Kuba – film dok. Polska 2023 **12.35** Pan wzywał, Milordzie? (4) **13.40** ★★★★ Cyd – film przyg. USA/Wł. 1961 **16.45** Daleko od szosy (3) **18.15** W poszukiwaniu dobrego filmu **18.55** Rawhide (107) **20.00** Teatr TV: Nic nie wiemy na pewno – jubileuszowy spektakl Teatru Ósmego Dnia – Polska 2026 **21.15** ★★★ Prosta przyjaźń – kom. Fr. 2023, reż. Eric Besnard, wyk. Lambert Wilson, Grégory Gadebois **23.05** ★★★ Valmont – melodr. USA/Fr./W. Bryt. 1989, reż. Miloš Forman, wyk. Colin Firth, Annette Bening **1.25** Chick Corea – w służbie muzyki – film dok. USA 2011

Super Polsat

6.05 Wydarzenia 21:50 **6.45** SuperLudzie Extra (38) **6.55** Cobra Kai (29, 30) **8.20** SuperLudzie Extra (39) **8.30** Świat według Kiepskich (482-484) **10.00** Wydarzenia **10.30** SuperLudzie (9, 10) **11.30** Świat według Kiepskich (437-440) **13.30** Farma (104) **14.30** Hell's Kitchen – piekielna kuchnia (53) **16.10** Ninja Warrior Polska (24) **18.00** Świat według Kiepskich (490-491, 562-563) **20.00** Złomiarze (34) **21.00** ★★★ Raj dla par – komedia USA 2009, reż. Peter Billingsley, wyk. Vince Vaughn, Jason Bateman **23.15** ★★★ Skąd wiesz? – kom. rom. USA 2010, reż. James L. Brooks, wyk. Reese Witherspoon **1.55** 48 h. Zaginieni (41, 42) **3.55** Farma (104) **4.55** Złomiarze (34)

TV 6

6.00 Więzienie (152, 153) **6.55** Policjantki i policjanci (911, 912) **8.55** 48 h. Zaginieni (97-101) **13.55** Policjantki i policjanci (1301) **14.55** Uroczysko (248, 249) **16.00** Strażnik Teksasu (20-21, 15-16): Na uświęconej ziemi / Sprawa zamknięta / Siła gromu / Spóźniona sprawiedliwość – serial sensacyjny USA 1995/2000 **20.00** CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku (191, 192): Wydrukowane morderstwo / Cywilizowane kłamstwa – serial krymin. USA/Kan. 2013 **22.00** Mentalista (39): Czerwony alarm – serial kryminal. USA 2010 **23.00** Sprawiedliwi – wydział kryminalny (812, 813) **1.00** Kości (231, 232): Głowa w podporze / Umrzyk w klifie – serial krym. USA 2016 **3.00** Cobra Kai (1)

TV 4

6.00 Strażnik Teksasu: Walka o wzrok / Kwestia zasad **7.55** Bogaty dom – biedny dom (137) **8.55** Policjantki i policjanci (777-779) **11.55** Uroczysko (1, 2) **13.00** Trudne sprawy (901-903) **16.00** Łowcy skarbów. Kto da więcej (445, 496) **18.00** Policjantki i policjanci (1372, 1373) **20.00** Uroczysko (211, 212) **21.05** Sprawiedliwi. Trójmiasto (158) **22.05** Sprawiedliwi – wydział kryminalny (1041) **23.05** ★★★ Con Air: lot skazańców – film sens. USA 1997, reż. Simon West, wyk. Nicolas Cage, John Malkovich **1.40** Opowiem ci o zbrodni (2): Wojciech Chmielarz – Portret kobiety nad brzegiem morza **2.00** Love Island. Wyspa miłości (11) **3.05** SuperLudzie Extra (2) **3.20** SuperLudzie (36-39)

Ale Kino+

7.00 ★★★ Miss mokrego podkoszulka – kom. obycz. Polska 2002 **8.25** ★★★ Wszyscy święci – dramat Polska 2002 **10.00** The Office PL (7, 8) **11.20** Detektyw Foyle (1) **13.35** Van der Valk (1) **15.40** ★★★ W 80 dni dookoła świata – film przygod. USA/Niemcy/Irl./W. Bryt. 2004 **18.05** Detektyw Foyle (2) **20.10** ★★★ Ścigani – dramat USA 2009 **(s.21) 22.35** ★★★ Martwych nie boli – western Kan./Dania/Meks./W. Bryt./ USA 2023 **1.15** ★★★★ Ból i blask – dramat Hiszp./Fr. 2019 **3.40** Król (6)

Kino Polska

8.00 Stawiam na Tolka Banana (1, 2) **9.35** ★★★ Szaleństwa panny Ewy – film dla młodzieży Polska 1984 **11.40** ★★★ Nad Niemnem (1) – film obyczaj. Polska 1986 **15.45** ★★★ Papierowe małżeństwo – kom. rom. Polska/W. Bryt. 1992 **17.40** Pogranicze w ogniu (19, 20) **20.00** ★★★ Carte blanche – dramat Polska 2015, reż. Jacek Lusiński, wyk. Andrzej Chyra, Urszula Grabowska **(s.21) 22.30** ★★★ Mała wielka miłość – kom. rom. Polska/USA 2008 **0.50** ★★★ Chemia – dramat Polska 2015

Polsat Film

7.30 Poirot (1) **8.35** Przyjaciółki (145, 146) **10.30** Świat według Kiepskich (5-6, 203-204, 207) **13.50** ★★★★ Jak rozpętałem II wojnę światową – kom. Polska 1970 **15.40** ★★★ Robin Hood: książę złodziei – film przyg. USA 1991 **18.35** ★★★ Jumanji: Przygoda w dżungli – film przygod. USA 2017 **21.00** ★★ Futro z misia – kom. Polska 2019, reż. Kacper Anuszewski, Michał Milowicz, wyk. Olaf Lubaszenko **23.05** ★★★ Parkingowy – kom. USA 2022, reż. Richard Wong, wyk. Eugenio Derbez

Stopklatka

DVB T

6.55 Wojciech Cejrowski – boso przez świat **8.00** Robert Makłowicz **9.50** Vera (2) **12.00** MacGyver (21, 22) **14.00** Katastrofy w przestworzach **18.00** Wojny magazynowe: Kanada **19.10** Aukcja w ciemno **20.00** ★★★ Najlepsi z najlepszych – film sens. USA 1989, reż. Hark Tsui, Robert Radler, wyk. Eric Roberts **22.00** ★★ Icarus – thriller Kan. 2010, reż. Dolph Lundgren, wyk. Dolph Lundgren **23.55** ★★★ Człowiek mafii – film sens. USA 2015 **1.55** ★★★★ Konopielka – kom. Pol. 1981

Canal+ Premium

9.20 ★★★ Benek – komediodramat Polska/Austria 2007 **11.05** Koncert Elton John & Brandi Carlile **12.00** ★★★ Nadzieja – dramat Niemcy/Polska 2006 **13.40** Ekstremalne opady: niszczycielski żywioł **14.30** ★★★ Peacock – dramat USA 2010 **16.00** ★★★ Pod gwieździstym niebem – kom. rom. USA 2025 **17.45** ★★★ Holiday – kom. romant. USA 2006 **20.00** ★★★★ Młode matki – dramat Belgia/Francja 2025 **21.45** I Follow Rivers. Mam rzekę we krwi **23.20** Eksperyment: Odsiadka

HBO

8.30 ★★★★ Harry Potter i Komnata Tajemnic – film przygod. W. Bryt./USA 2002 **11.05** ★★★ Lato w grudniu – dramat Hiszp. 2024 **12.40** Horton słyszy Ktosia! – film animow. USA/W. Bryt. 2008 **14.05** ★★ Kolejna zwyczajna przysługa – thriller USA 2025 **16.05** Wielka mała koza – film animowany USA 2026 **17.45** ★★★ Szybcy i wściekli: Hobbs i Shaw – film sens. USA 2019 **20.00** Hacks (9, 10) **21.20** Outlander: Krew z krwi (8) **22.20** ★★ Holland – thriller USA 2025

Paramount

5.00 Śmieszniej nie będzie **6.00** Czarodziejki (16-19) **9.20** Policyjna grupa pościgowa **10.20** ★★★ W ciemność. Star Trek – film sf USA 2013 **13.00** Czarodziejki (20, 21) **14.55** Pingwiny z Madagaskaru **15.55** ★★★ Zmowa pierwszych żon – kom. USA 1996 **18.05** ★★★★ Jeszcze pięć minut – film obyczaj. Kan./USA 2021 **20.00** ★★★ Wojna światów – film sf USA 2005 **22.30** ★★★★ Ciche miejsce – horror USA 2018 **0.15** ★★★ Zrodzony w ogniu – thriller USA/W. Bryt. 2013

Polsat 2

6.30 Pielęgniarki **7.30** Na ratunek 112 **8.30** Sekrety rodziny **11.30** Trudne sprawy: Nowy on **12.35** Więzienie **14.30** Świat według Kiepskich (66-70): Spirytyści / Sposób na blondynkę / Szczur lądowy / Szkielet fon Bibersztajna / Tajemnica X muzy **17.00** Komisarz mama (4) **18.00** Dlaczego ja? **20.00** Gliniarze – serial fabularno-dokumentalny Polska 2025 **22.00** Łowca pedofilów **23.00** Ślad (68, 69): Kryptonim nietoperz / Życie wieczne **1.00** Zdrady **2.05** Wydarzenia

TVP Seriale

6.30 Na sygnale (588, 589) **7.35** Ojciec Mateusz (138) **8.35** Komisarz Alex (169) **9.25** Rodzinka.pl (207) **10.00** Klan (1553) **11.00** Ranczo (75) **11.45** M jak miłość (1961) **12.45** Zaraz wracam (178, 179) **13.50** Ojciec Mateusz (43, 44) **15.45** Komisarz Alex (170) **16.30** Na sygnale (590, 591) **17.40** Ranczo (77, 78) **19.30** Ojciec Mateusz (45, 139) **21.30** Ranczo (79, 80) **23.25** Ojciec Mateusz (46) **0.20** Na dobre i na złe (1006) **1.20** Czas honoru (8, 9) **3.00** Wojenne dziewczyny (43)

AXN

5.10 FBI: Most Wanted (15) **6.00** CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas (3, 4) **7.30** Agenci NCIS (2, 3) **9.15** Castle (12, 13) **11.10** Detektyw Monk (5, 6) **13.10** Agenci NCIS (4, 5): Statek miłości / Filadelfia **15.05** Zabójcza broń (8, 9) **17.05** CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas (2, 3): Danie lokalu / Dzikie kwiaty **19.05** Castle (14, 15): Niebieski motyl / Pandora **21.05** FBI: International (18, 19) **22.55** CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas (2, 3) **0.45** Castle (14, 15) **2.40** FBI: International (18, 19)

13 Ulica

6.35 Niewidomy detektyw (4) **8.25** Magnum: Detektyw z Hawajów (16, 17) **10.20** Bez śladu (17, 18) **12.10** Kapitan Marleau (1) **14.15** Niewidomy detektyw (5) **16.15** Magnum: Detektyw z Hawajów (18, 19) **18.10** Bez śladu (1, 2) – serial sens. USA 2008 **20.00** Kapitan Marleau (2) – serial krym. Fr. 2020 **22.00** Prawo i porządek Toronto: Zbrodniczy zamiar (4) – serial krym. Kan. **23.00** ★★★★ Człowiek w ogniu – thriller Szwajc./W. Bryt./USA 2004, reż. Tony Scott, wyk. Denzel Washington

FX

7.00 Kości (10, 11) **9.00** FBI (15) **9.55** Agenci NCIS (2) **10.55** CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas (2) **11.50** CSI: Kryminalne zagadki Miami (3, 4) **13.45** Castle (13) **14.40** Lucyfer (16) **15.35** CSI: Kryminalne zagadki Miami (5, 6) **17.25** Z Archiwum X (6, 7) **21.05** CSI: Kryminalne zagadki Miami (6) **22.00** Zabójcze umysły (5) **23.00** Z Archiwum X (7): Czułe słówka **0.00** CSI: Kryminalne zagadki Miami (5, 6) **1.00** CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku (9) **1.55** Lucyfer (16)

Eurosport 1

8.30 Narciarstwo alpejskie: PŚ (m) w Copper Mountain **9.15** Narciarstwo alpejskie: PŚ (k) w Killington **10.00** Skoki narciarskie: PŚ (m) w Ruce **12.00** Snooker: Mistrzostwa W. Bryt. w Yorku **14.00 (L)** Snooker: Mistrzostwa Wielkiej Brytanii w Yorku **17.30** Narciarstwo alpejskie: PŚ (m) w Copper Mountain **18.15** Narciarstwo alpejskie: PŚ (k) w Killington **19.00** FIA TCR World Tour: Wyścigi w Makau **19.30** Snooker: Mistrzostwa Wielkiej Brytanii w Yorku **23.30** Skoki narciarskie: PŚ (m) w Ruce

Eurosport 2

8.30 Snooker: Mistrz. W. Bryt. **11.00** Narc. alp.: PŚ (m) w Copper Moun. **12.00** Narc. alp.: PŚ (k) w Killington **13.00** Biegi narc.: PŚ w Ruce **13.30** Biegi narc.: PŚ (m) w Ruce **14.15** Biegi narc.: PŚ (k) w Ruce **15.00** Narc. alp.: PŚ (m) w Copper Mount. **16.00** Narc. alp.: PŚ (k) w Killington **17.00** Skoki narc.: PŚ (m) w Ruce **19.00** Narc. alp.: PŚ (m) w Copper Mount. **20.00** Narc. alp.: PŚ (k) w Killington **21.00** Biegi narc.: PŚ w Ruce **21.30** Biegi narc.: PŚ (m) w Ruce **22.15** Biegi narc.: PŚ (k) w Ruce

Polsat Sport 1

6.00 Siatkówka: TAURON Liga **8.00** Formuła 1: GP Kataru **9.00** Siatkówka: TAURON Liga **11.00** Siatkówka: TAURON Liga **13.30** Siatkówka: TAURON Liga **16.00** Siatkówka: TAURON Liga **18.00** Studio **18.35 (L)** Piłka ręczna: Liga Europejska EHF: PGE Wybrzeże Gdańsk – VfL Gummersbach **20.40** Studio **20.55 (L)** Piłka nożna: Puchar Włoch: 1/8 finału: Inter Mediolan – Genoa CFC **23.00** Siatkówka: TAURON Liga **1.00** Siatkówka: TAURON Liga **3.00** Siatkówka: TAURON Liga

TVP Sport

DVB T

8.20 Magazyn Betclic 1. Ligi **9.50** Piłka nożna: Miedź Legnica – Polonia Bytom **11.55 (L)** Piłka nożna: Avia Świdnik – Górnik Zabrze **14.00** Reportaż **14.30** Koszykówka: El. MŚ mężczyzn: Niemcy – Polska **16.30** Piłka kobiet **17.25** Studio **17.55 (L)** Piłka nożna: El. MŚ kobiet UEFA: Polska – Irlandia **20.40 (L)** Piłka nożna: Puchar Niemiec: Bayern Monachium – Hertha BSC **22.45** Sportowy wieczór **23.15** Piłka nożna: Avia Świdnik – Górnik Zabrze **3.25** Boks: Chris Billam-Smith – Ryan Rozicki

Canal+ Sport

8.00 1 na 1 Extra: Patrick Kluivert **8.45** Piłka nożna: Real Madryt – Deportivo Alavés **11.00** Football Office **12.35** Piłka nożna: Górnik Zabrze – Wisła Płock **15.00** Ligomistrzowe historie **15.45** Piłka nożna: Elche CF – Atlético Madryt **18.00** LaLiga Highlights Magazine **18.35** Jazda o złoto. Żużel na podsłuchu **19.30** Premier League Review **20.30** Premier League Netbusters **21.00** Liga+ Extra **23.10** MMA: Gala ONE Friday Fights 180 w Bangkoku **0.15** Premier League Review

Canal+ Sport 5

6.00 Hola LaLiga! **7.15** 1 na 1 Extra: Petr Čech **8.15** Żużel: PGE Ekstraliga **11.00** Piłka nożna: LaLiga EA Sports: Deportivo A Coruña – FC Barcelona **13.15** Ekstrapaka: 16. kolejka **14.20** Ekstraklasa po godzinach **15.30** Żużel: Metalkas 2. Ekstraliga **18.10** Football Office **20.00** Żużel: PGE Ekstraliga **22.30** LaLiga Highlights Magazine: 14. kolejka **23.20** Premier League Netbusters **0.00** Piłka nożna: PKO BP Ekstraklasa: Górnik Zabrze – Wisła Płock **2.30** Ligomistrzowe historie

Eleven Sports 1

9.00 Piłka nożna: Inter Mediolan – Genoa CFC **11.00** Bundesliga Clubs: VfB Stuttgart; TSG 1899 Hoffenheim; Bayer 04 Leverkusen **12.00** Piłka nożna: Lidze Portugal Betclic: SL Benfica – FC Famalicão **14.00** Formuła 1: GP Kataru **16.00** Piłka nożna: Torino FC – SS Lazio **18.00** Piłka nożna: Hamburger SV – Bayern Monachium **20.00** Ligue 1 Show **20.40 (L)** Piłka nożna: Puchar Niemiec: Bayern Monachium – Hertha BSC **22.50** Podróż do świata calcio **0.05** Historie Serie A

Polsat Sport 3

6.00 Tenis: Finały Pucharu Davisa – transmisja turnieju **8.30** Tenis: Finały Pucharu Davisa – transmisja turnieju **11.00** Łyżwiarstwo figurowe: ISU GP – NHK Trophy w Tokio – transmisja **13.30** Piłka nożna: Serie A Enilive – transmisja **16.00** Bobsleje: PŚ w Altenbergu – transmisja **18.30** Piłka nożna: Eredivisie – transmisja meczu **21.00** Łyżwiarstwo figurowe: ISU GP – NHK Trophy w Tokio **23.00** Magazyn koszykarski **0.00** Bobsleje: PŚ w Altenbergu – transmisja **2.00** Babilon MMA

TVN 24

10.00 Serwis informacyjny **10.25** Raport smogowy **10.30** Serwis informacyjny **10.55** Biznes **11.00** Serwis informacyjny **11.55** Biznes **12.00** Serwis informacyjny, pogoda **12.27** Raport smogowy **12.30** Serwis informacyjny, pogoda **13.55** Biznes **14.00** Serwis informacyjny, pogoda **14.55** Biznes **15.00** 15 na żywo **16.00** Fakty po południu **18.00** Tak jest **19.15** Serwis informacyjny **19.30** Fakty po Faktach **20.00** Kropka nad i **20.40** Czarno na białym **21.00** Polska i świat

Polsat News

6.00 Nowy dzień **7.40** Graffiti **8.00** Nowy dzień **10.00** W rytmie dnia **12.50** Wydarzenia **13.30** W rytmie dnia **13.55** Pogoda **14.00** W rytmie dnia **14.55** Pogoda **15.00** W rytmie dnia **15.40** Pogoda **15.50** Wydarzenia **16.30** Punkt widzenia Jankowskiego **18.00** Punkt widzenia Szubartowicza **19.15** Gość „Wydarzeń" **19.50** Debata Gozdyry **21.50** Wydarzenia wieczorne **22.30** Dzień na świecie **23.30** Obraz dnia **0.00** Punkt widzenia Jankowskiego **1.25** Punkt widzenia Szubartowicza

TVP Info

DVB T

10.00 Serwis info dzień **11.55** Za pięć dwunasta **13.00** Serwis info dzień **14.30** 14.30 **14.50** Serwis info dzień **15.45** Panorama **16.00** Dzień w godzinę **16.55** Sprawdzam to Extra **17.00** Teleexpress **17.15** Teleexpress Extra **17.35** Panorama **17.42** Wykrywacz kłamstw **18.00** Panorama **18.30** Kontrapunkt **19.25** Sprawdzam to Extra **19.30** 19.30 **19.58** Pytanie dnia **20.18** Trójkąt polityczny **21.00** Kwiatki polskie **21.45** Panorama **22.10** Oko na świat **22.30** Program inf.

TVP 3

DVB T

9.05 Al w służbie sportowcom **9.30** Post filipowy **10.00** Złoty chłopak (293) **11.00** Rok w ogrodzie **11.30** Wiek to tylko liczba **12.00** O milimetr **12.30** Rączka gotuje **13.00** Agrobiznes **13.30** Bez retuszu **14.20** Poznaj region **14.30** Program informacyjny **15.00** Koronka do Miłosierdzia Bożego **15.20** Serwis Info **20.00** Dziennik regionów **20.13** Gość regionów **20.30** Telekurier **22.00** Dziennik regionów **22.30** Złoty chłopak (294) **23.30** Kryminalna siódemka **23.55** Panorama

TVP Rozrywka

9.00 Va banque **9.35** Koło fortuny **10.10** Makłowicz w podróży **10.50** Postaw na milion **12.35** Familiada **13.15** Zmiennicy **14.15** Rodzinka.pl **15.25** Rolnik szuka żony **16.25** Kabaretomaniacy **17.25** Va banque **18.00** Koło fortuny **18.40** Okrasa łamie przepisy **19.45** Jaka to melodia? **20.25** Postaw na milion **22.10** Rodzinka.pl **22.45** Tak to leciało! **23.45** Kabaret. Super Show Dwójki **0.50** Koło fortuny **2.05** Do śmiechu! **3.50** Hity wszech czasów **4.45** Prywatne życie zwierząt

Planete+

9.20 Polska z góry **10.20** Dokąd dzisiaj? **11.25** Motyle. Superbohaterowie przyrody **12.35** Niezwykłe podróże koleją **13.40** Podróż do wnętrza chmur **14.50** 360° – świat bez granic **15.50** Średniowieczne serce Czech **16.55** Mongolia. Pomiędzy niebem a ziemią **18.00** Dokąd dzisiaj? **18.40** Zaginiony lot MH370 **19.45** Wielka rewolucja RNA **20.50** Operacja Barbarossa. Wojna wyniszczająca **22.00** Jak oligarchowie korumpują Zachód **23.10** Jak wygrać z Ku Klux Klanem

BBC Earth

8.25 Najpiękniejsze trasy spacerowe **9.25** Mroźna planeta **10.25** Życie na pustkowiu **11.25** Skarby przeszłości i ich tajemnice **12.25** Najpiękniejsze trasy spacerowe **13.25** Mroźna planeta **14.30** W okowach mrozu **15.30** Życie na pustkowiu **16.30** Cywilizacje: rozkwit i upadek **17.45** Mroźna planeta **18.45** Najpiękniejsze trasy spacerowe **19.45** Attenborough i morski smok **20.55** W okowach mrozu **22.55** Chirurdzy: kwestia życia i śmierci **0.25** Sekrety długowieczności

Discovery Channel

8.00 Brudne skarby **9.00** Gorączka złota: na kłopoty Freddy Dodge **10.00** Budowa na końcu świata **11.00** Klan z Alaski **12.00** Celnicy na straży Szwecji **13.00** Nagi instynkt przetrwania: tajemnicza wyspa **15.00** Złomowisko PL **16.00** Poszukiwacze przeklętego złota **17.00** Nic do zgłoszenia (1) **18.00** Porty **19.00** Złomowisko PL **21.00** Wyzwanie: przetrwanie **22.00** Alaska w budowie **23.00** Bimbrownicy **0.00** Fani czterech kółek: w trasie **1.00** Zoom na architekturę

TVN Turbo

9.05 Fani czterech kółek **10.00** Raport Turbo **10.15** Samochód marzeń – kup i zrób **11.15** Wojny samochodowe **12.15** Naprawy nie do naprawy **13.00** Zawodowi handlarze **14.30** Wojny samochodowe **16.30** Jeździć, obserwować **18.00** Raport Turbo **18.15** Z drugiej ręki **19.45** Duda kontra Szafrański **20.30** Uwaga! Oszust: Ściema z ogłoszenia **21.00** Wojny samochodowe **22.00** Raport Turbo **22.15** Naprawy nie do naprawy **23.00** Kupione, zrobione, sprzedane

TVN Style

7.45 Dzień Dobry TVN **11.20** Jestem z Polski **12.20** Ugotowani **13.25** Kuchenne rewolucje: Restauracja „Kwadratowy talerz", Wrocław / „Quatro", Brańsk **15.35** Ugotowani **16.40** Kochaj albo wróć **17.40** Kuchenne rewolucje: „Pracownia dobrych smaków – Rozmaryn", Szczecin / Restauracja „Perfect Pub", Pasłęk / Restauracja „Ziołowa Chata", Brenna **20.50** Ostre cięcie **21.50** Teraz one **22.20** Love the Look **23.20** Hotel Paradise – Rajskie Rozdanie **0.15** EuroPOLKI studentki

Romance TV

8.25 Górscy ratownicy (135) **9.25** Käthe i ja: Podrzutek **11.20** ★★ Pokój ze stajnią – kom. Niemcy 2022 **13.15** ★★ Rosamunde Pilcher: Pani Szczęście – film obyczaj. Niemcy 2026 **15.05** ★★★ Dziewczyna na rowerze – kom. romant. Niemcy/Fr./USA 2013 **17.05** Górski lekarz (1, 2) **19.00** Górscy ratownicy (136) **20.00** ★★★ Rosamunde Pilcher: Złamane serce – film obyczajowy Niemcy/Austria 2010 **21.55** ★★★ Dora Heldt: Ucieczka ciotki Inge – kom. Niemcy 2011 **23.50** Górscy ratownicy (136)

TVN Fabuła

6.00 Top 100: filmy wszech czasów **6.30** Kino Buzz TOP5 **6.45** Julia (98, 99) **7.45** Detektywi **9.50** Młode gliny **10.55** Magda M. (2) **11.55** Prawo Agaty (11, 12) **13.55** Młode gliny **14.55** Detektywi **16.05** Na Wspólnej (192, 193) **17.10** Grażyna Torbicka zaprasza **17.50** ★★★ Jack Frost – kom. USA 1998 **20.00** ★★★ Snake Eyes: Geneza G.I. Joe – film akcji USA 2021 **22.40** ★★★ Jedyne prawdziwe miłości – komediodr. USA 2023 **0.35** ★★★ Jak przeżyć święta – kom. romant. USA 2004

AMC

9.15 ★★ Przygody Herkulesa – film przygod. Wł./USA 1983 **10.55** ★★ Przygody Herkulesa 2 – film przygod. USA/Wł./Hol. 1985 **12.50** ★★★★ Twarda laska – kom. USA/Australia 2001 **14.50** ★★★★ Atlas chmur – film sf Chiny/Niemcy/USA/Hongk./Singapur/W. Bryt./Hiszpania 2012 **18.20** ★★ Poza zasięgiem – film sens. USA/Polska 2004 **19.55** ★★★ Bibliotekarz: Tajemnica włóczni – film przygod. USA/Niemcy 2004 **22.00** ★★★ Wolf Creek – horror Australia 2005 **0.00** The Audacity (6)

BBC First

7.00 Co ludzie powiedzą? (5) **8.25** Zagadki doktora Blake'a (4) **9.40** Z pamiętnika położnej (3) **10.40** Ojciec Brown (2, 3) **12.40** London Kills (5) **13.40** Tajemnice Majorki (1) **14.30** Morderstwa w Midsomer (1) **15.20** Detektyw z Chelsea (1) **16.15** Tajemnice Brokenwood (1) **18.00** Morderstwa w Midsomer (4) **19.55** Śmierć pod palmami (6) **21.00** Agatha Christie: Tommy i Tuppence (2) **22.00** Tajemnice Majorki (8) **23.00** Detektyw z Chelsea (8) **0.15** Zbrodnie Saint-Pierre (8)

TTV

DVB T

8.00 DeFacto **8.30** Kartoteka **10.35** Detektywi **12.35** Zakup w ciemno **14.35** Nic do ukrycia **15.35** Gogglebox. Przed telewizorem **16.45** Express **17.03** Raport smogowy **17.05** Sport **17.10** Ukryta prawda **17.45** Życie na kredycie **18.40** Żony Podlasia **19.45** Express **20.05** Zakup w ciemno Extra **21.45** Express **22.00** Damy i wieśniaczki. PL **23.00** Kochaj albo wróć **0.00** Nic do zgłoszenia **1.00** Farma Clarksona **2.00** Osadzone. Blok F **3.00** Szpital

Fokus TV

DVB T

6.00 Wehikuł czasu **6.05** 48 h. Zaginieni (64) **7.00** Był sobie człowiek **8.55** Wehikuł czasu **9.00** Starożytni kosmici **11.00** Gwiazdy lombardu **12.00** Poszukiwacze historii: Legenda bagna w Lipnie / Bitwa pod Pomiecem **13.00** Wielkie konstrukcje III Rzeszy: Włochy – forteca Hitlera / Luftwaffe **15.00** Przygody poszukiwaczy złota **16.00** Dorwać tuńczyka **18.00** Rolnicy. Podlasie **20.00** Galileo **21.00** Militarny top 10 **22.00** Dziwne oblicza wojny **0.00** Starożytni kosmici **1.00** Rolnicy. Podlasie

National Geographic

9.00 Grecja: miejsce pełne tajemnic **11.00** Imperium Mongołów: historia Czyngis-chana **12.00** Ostatni lot: anatomia katastrofy **13.05** Katastrofa w przestworzach **15.00** Katastrofa w przestworzach: raport specjalny **16.00** Najdziwniejsze przedmioty **17.00** Burzliwa historia Tudorów **18.00** Otchłań: powstanie i upadek nazizmu **19.05** Hitler i jego świta **20.00** Katastrofa w przestworzach **21.00** II wojna światowa: historia przed trybunałem **22.00** Wojna widziana z powietrza

Nat Geo Wild

9.00 Niezwykły dr Pol **10.00** Rodzinny biznes doktora Pola **11.00** Niezwykły dr Pol **12.00** Atak rekina: dochodzenie **13.00** Nadciąga wielka woda **14.00** Afrykańska rzeka widmo **15.00** Drapieżcy z raf koralowych **16.00** Dzika przyroda Europy **17.00** Afryka: dom dzikiej przyrody **18.00** Olśniewająca Ameryka **19.00** Walki zwierząt **20.00** Niszczycielskie żywioły **21.00** Niezwykły dr Pol: Strachy i pęcherze / Zwierzęcy patrol/ Ucho olbrzyma / Sezon chorobowy / O, rany kłute!

Metro

6.20 Detektywi. Na zlecenie (21, 22) **7.40** Szpital (331-333) **10.40** Sędzia Anna Maria Wesołowska (564, 565) **12.40** Szkoła (700) **13.40** Fachowcy **14.25** Brzydula (221, 222) **15.35** Druga szansa (13) **16.45** The Floor **18.00** Złomowisko PL **19.00** Kartoteka (13, 14) **21.05** Kryminalni (4, 5) **23.15** Spartakus: Krew i piach (8) **0.20** Zbrodnie z pierwszych stron gazet: Zabójstwo w chińskiej dzielnicy **1.25** Szpital (982) **2.25** Szkoła (707) **3.25** Nowa Maja w ogrodzie **4.30** Szpital (982)

TVP Historia

DVB T

8.10 Na tropach historii **9.15** Encyklopedia II wojny światowej **9.40** Polskie 100 lat **10.20** Starożytne mocarstwa **11.15** Szalenie odważna hrabina **12.15** Dziewicze zakątki Ziemi **13.10** Upadek nazizmu **14.10** Zmiennicy (5) **15.15** Sensacje XX w. **17.05** Prasa donosi **17.20** Czas honoru (2) **18.20** Odnaleźć zaginione **18.55** Tunka **20.00** Pitbull (9) **20.50** Lądowanie w Normandii, nieznane taśmy **22.00** Druga wojna światowa w kolorze. Droga do zwycięstwa **23.00** Sensacje XX w.

TVP Dokument

DVB T

9.15 Królestwo mokradeł **10.20** Owady. Czy czeka nas katastrofa? **11.10** Świątynie świata **12.10** Saga prastarej puszczy **13.10** Jak pieniądz kształtował świat **14.15** Narodziny motyla **15.15** Królestwo mokradeł **16.15** Sekrety piramid **17.10** Świątynie świata **18.15** Tatarzy polscy (1) **19.05** Buntowniczka nie z wyboru (s.2) **20.10** Jak pieniądz kształtował świat **21.15** Krainy cudów natury **22.30** Paczka do Gruzji **23.25** Niebezpieczne drogi **0.25** Sekrety dzikich kwiatów

Zoom TV

6.15 MacGyver (13, 14) **8.15** Strażnik Teksasu (12, 13) **10.15** Kobra – oddział specjalny (7, 8): Stracone dzieci / Wszystko z miłości **12.25** FBI (6, 7): Dwukrotnie ślepi / Próba sił **14.25** Bitwa o palety **15.30** Wojny magazynowe: Kanada **16.50** Sensacje XX w.: Największy wróg Hitlera **19.00** Kobra – oddział specjalny (16, 1) **21.00** CSI: Kryminalne zagadki Miami (17, 18): Przesyłka specjalna / Tajemnicza twarz **23.00** Magia nagości. Polska **0.15** Magia nagości. Hiszpania **1.20** Magia nagości

TLC

8.00 Siostry wielkiej wagi **10.00** Wiza na miłość: na odwrót **12.00** Przyjaźń wielkiej wagi **14.00** Cztery żony i mąż **15.00** Mali ludzie, wielka rodzina **16.00** Siostry wielkiej wagi: Człowiek kontra waga **17.00** Salon sukien ślubnych **18.00** Wiza na miłość: na odwrót **20.00** Historie wielkiej wagi: Brazylia **22.00** Wspólne życie XXL **23.00** Dr Pryszczylla: Potwór w lustrze **0.00** Moje koszmarne stopy: Dziecko kosmitów **1.00** Historie wielkiej wagi: Brazylia **2.00** Wspólne życie XXL

Nowa TV

DVB T

6.00 Wehikuł czasu **6.20** TV Okazje **6.55** Wehikuł czasu **7.00** Disco Landia – nutki do pobudki **7.30** Wielkie wycieczkowce **8.30** Więzienie **10.00** Ojciec Brown (41, 42) **12.00** Śmierć pod palmami (42, 43) **14.00** Świat według Kiepskich (515, 516) **15.00** Świat według Bundych (57-62) **18.00** Całkiem nowe lata miodowe (16) **18.30** Miodowe lata **21.00** Zdrady (113) **22.00** Ślad (62-63, 107) **1.00** Łowca pedofilów **3.00** TV Okazje **3.50** Wehikuł czasu **4.00** Daleko od noszy (31, 32)

WP

DVB T

8.00 Policjanci z sąsiedztwa **9.05** Tlit **9.50** Pogoda **10.00** Strażacy z sąsiedztwa **11.00** Wariaci za kierownicą **12.00** Komisarz Cassandre: zbrodnie w Alpach (4) **14.00** Pokochaj lub sprzedaj – Vancouver **16.00** Pokochaj lub sprzedaj **16.50** Pogoda **17.00** Inspektor Vera (4) **19.00** Makłowicz w podróży **20.00** Strażacy z sąsiedztwa **21.00** Policjanci w akcji **21.50** Pogoda **22.00** Mistrzowie kabaretu: Grzegorz Halama / Zdolni i Skromni / Paranienormalni, Łukasz Rybarski, KMN

Carte blanche

Inspirowana prawdziwymi wydarzeniami historia nauczyciela z liceum

KINO POLSKA 20:00 ★★★

Kacper, nauczyciel historii, dowiaduje się, że grozi mu utrata wzroku. Za wszelką cenę stara się ukryć problem przed otoczeniem, by móc pracować i doprowadzić podopiecznych do matury. Próbuje też pomóc jednej z uczennic, zbuntowanej Klarze, która również skrywa sekret.



Ścigani

Perypetie ludzi różnych narodowości, ubiegających się o przyznanie zielonej karty

ALE KINO+ 20:10 ★★★

Agent Max musi przekazać syna deportowanej kobiety dziadkom chłopca i odwiedza dom imigrantów z Bangladeszu. Agent Cole dowiaduje się, że australijska aktorka nielegalnie przebywa w kraju. Wymusza na niej seks w zamian za obietnicę przyznania zielonej karty.



Złoto pustyni

Zadanie jest proste: żołnierze mają wyjechać po skarb o wschodzie i wrócić na lunch...

TVP 1 22:10 ★★★★

Archie dostaje rozkaz opiekowania się dziennikarką. Niechętny mediom, postanawia się jej pozbyć, zwłaszcza że w jego ręce trafia niezwykłe znalezisko. Jeden z irackich jeńców ukrywał mapę, dzięki której można podobno dotrzeć do skarbów wywiezionych z Kuwejtu.



Pan Wypadek: Wakacje zabójcy

Musi znowu zabijać, by uratować życie swojego kolegi i naprawić relacje z ojcem

POLSAT 23:05 ★★★

Pechowy płatny zabójca Mike Fallon przenosi się na Maltę. Tam spotyka kolegę, który specjalizuje się w niekonwencjonalnej broni. Panowie zaczynają działać razem. Po wykonaniu kolejnego zlecenia zostają porwani. Okazuje się, że szefowa mafii chce, by Mike wyeliminował zabójców, którzy przyjęli zlecenie na jej syna.



SERIALE

Pierwsza miłość

POLSAT 18:00



Stan Szymona ulega znacznemu pogorszeniu. Florek i Filip rozpoczynają bezwzględną walkę o rezydenturę. Jolka, skuszona łatwym zarobkiem, ulega namowom Dagi na udział w sesji na stronie dla dorosłych.

Barwy szczęścia

TVP 2 20:05

Do celi Cezarego i Michała trafia agresywny Waldi. Rawicz otrzymuje pozew rozwodowy od Natalii. Emilka pewnie przystępuje do egzaminu ósmoklasisty. Tolek walczy o rozwód na spotkaniu z Ireną i mediatorką.

Na Wspólnej

TVN 20:15



Daria nie może zapomnieć rozmowy z ośmioletnią Polą, która mówiła jej o żałobie taty. Dziedziczówna nie ma pojęcia, że smutnym ojcem Poli jest Piotr - nowy kolega ojca z pracy...

M jak miłość

TVP 2 20:50

Po bandyckim ataku w lesie Agnes nadal jest w szpitalu i niespodziewanie traci władzę w nogach. Gdy Artur konsultuje się z Olkiem, ten diagnozuje u dziewczyny krwiak w kanale kręgowym, dostrzega też kawałek kości wbity w rdzeń.

SOR

TVP 2 21:50



Piotr żąda od Kaśki praw do Milenki. Przed szpitalem zostaje porzucony ranny robotnik z postępującym paraliżem. Sytuację pogarsza zasłabnięcie Basi.

eprasa.pl 775b675a4b

TVP 1



Fin del Mundo?

7.00 Msza św. na Jasnej Górze **7.30** Rodzina (nie od) święta (62) **8.00** Serwis Info **8.35** Zaraz wracam (182) **9.10** Ranczo (72): Przeciek kontrolowany **10.10** Komisarz Alex (25) **11.05** Ojciec Mateusz (338): Strzeżonego Pan Bóg strzeże **12.00** Serwis Info **12.10** Agrobiznes **12.35** Magazyn rolniczy **13.00** Dzikie korytarze (2): Niedźwiedzie w Rumunii **14.00** Splątane losy (100)

15.00 Serwis Info – magazyn
15.10 Reporterzy – magazyn
15.35 Gra słów. Krzyżówka
16.00 Dziedzictwo (1083)
17.00 Teleexpress
17.25 Jaka to melodia?
18.05 Klan (4788)
18.40 Akacjowa 38 (1011)
19.30 19.30
19.55 Pytanie dnia
20.30 Słoneczna. Poza ciszą (8)
21.05 Rocky 3 – film
★★★ sensac. USA 1982 **(s.24)**
Reż. Sylvester Stallone, wyk. Sylvester Stallone, Talia Shire, Burt Young
22.55 Sztafeta zmiany. Tour the Konstytucja – film dokumentalny Polska 2025
0.00 Fin del Mundo?
★★★ – komediodr. Polska 2023
Reż. Piotr Dumała, wyk. Stanisław Brudny, Helena Norowicz, Andrzej Szeremeta, Gabriela Muskała
Waldi i trzy siostry mieszkają w starej willi pod miastem, a w piwnicy żyją duchy ich rodziców. Pewnego dnia Waldi odkrywa w sobie nadprzyrodzone moce.
1.30 Morderstwa w Chartres
★★★ – film krym. Francja 2025

TVP 2



Wszystko albo nic

5.35 M jak miłość (1893) **6.25** Pożyteczni.pl (390) **6.50** Barwy szczęścia (3452) **7.30** Pytanie na śniadanie – program informacyjno-publicystyczny **11.50** Gwiazdorska kuchnia Ani (58) **12.30** Koło fortuny – teleturniej **13.15** Panna młoda (263) – serial obyczajowy Turcja 2024 **14.10** Va banque – teleturniej **14.35** Na sygnale (963): Guru – serial obyczajowy Polska 2026

15.05 La Promesa – pałac tajemnic (532)
15.50 Domowe patenty (22)
16.00 Koło fortuny – teleturniej
16.35 Familiada – teleturniej
17.20 Panna młoda (264)
18.15 Va banque – teleturniej
18.50 Jeden z dziesięciu
19.25 Barwy szczęścia (3452-odc. powtórkowy**, 3453)**
– serial Polska 2026 **(s.24)**
20.40 Przepis dnia – magazyn
20.55 Na dobre i na złe (1007)
– serial obycz. Polska **(s.24)**
21.50 Na sygnale (965)
22.20 Magazyn Ekspresu Reporterów – magazyn
23.20 Wszystko albo nic
★★★ – komedia rom. Słowacja/Czechy/Polska 2017
Reż. Marta Ferencová, wyk. Tatiana Pauhofová, Klára Issová, Michał Żebrowski
Linda i Vanda przyjaźnią się i prowadzą księgarnię. Choć różnią się charakterami, marzą o romantycznej miłości. Gdy w ich życiu pojawią się James i Aldar, wszystko się zmienia.
1.20 Peaky Blinders (25)
2.30 Sen o Warszawie – film dokumentalny Polska 2014

Polsat



Gliniarze Śląsk

6.00 Nowy dzień – program informacyjno-publicystyczny **8.20** Trudne sprawy (1147): Bezdomna miłość **9.20** Dlaczego ja? (852-854): Kursant prawa jazdy celowo powoduje wypadek podczas egzaminu / Nagi dyrektor znaleziony przed szkołą / Kobieta znajduje nadajnik GPS w torebce **12.20** Gliniarze (1076-1078): Internetowy predator / Pożądanie / Czerwona linia

15.30 Wydarzenia
15.50 Pogoda
15.55 Gliniarze (1155): Ciepłe kraje – serial fabularno-dokumentalny Polska 2026
16.55 Gliniarze Śląsk (3)
Po nocnej strzelaninie przy autostradzie policja znajduje ciało kobiety i furgonetkę. Śledztwo ujawnia próbę przemytu narkotyków. Kowalski odkrywa cenne tropy w sprawie Mitręgi.
18.00 Pierwsza miłość (4299)
– serial Polska 2026 **(s.24)**
18.50 Wydarzenia
19.15 Gość „Wydarzeń"
19.55 Milionerzy – teleturniej
20.35 Baby Boom, czyli Kogel mogel 5 – komedia obycz. Polska 2024 **(s.24)**
Reż. Anna Wieczur-Bluszcz, wyk. Maciej Zakościelny, Katarzyna Skrzynecka, Aleksandra Hamkało
22.20 Ted 2 – kom. USA 2015
★★★ Reż. Seth MacFarlane, wyk. Mark Wahlberg, Seth MacFarlane, Amanda Seyfried
0.55 Gorący towar – komedia
★★★ krym. USA/W. Bryt. 2013
3.30 Nasz nowy dom (343)

TVN



Jestem legendą

5.00 Kto was tak urządził? **5.40** Uwaga! (8142) **5.55** Ukryta prawda (1550) **6.50** Kuchenne rewolucje: Konin – Czarny Domek **7.45** Dzień Dobry TVN – program informacyjno-publicystyczny **11.20** Doradca smaku (36) **11.30** Kuchenne rewolucje: Restauracja „Smaczne...go", Tomaszów Mazowiecki / Gdańsk – „Mio Gastro" **13.40** Ukryta prawda (1730-1732)

16.50 Szpital św. Anny (100)
– serial obycz. Polska 2026
17.55 Detektywi (166): Wszystkie kobiety Kasjana – serial fabul.-dokum. Polska 2025
19.00 Fakty
19.35 Top Model – przed finałem
19.55 Uwaga! – magazyn
20.10 Top Model – przed finałem
20.15 Na Wspólnej (4322)
– serial Polska 2026 **(s.24)**
20.50 Top Model (14) – reality show Polska 2026
22.35 Jestem legendą
★★★★ – film sf USA/W. Bryt. 2007
Reż. Francis Lawrence, wyk. Will Smith, Alice Braga, Charlie Tahan
Wirus doprowadził do zagłady niemalże całej ludzkiej populacji, a tych, którzy przeżyli, zmienił w krwiożercze potwory. W Nowym Jorku ocalał jedynie naukowiec, który poszukuje szczepionki.
0.50 Szpital św. Anny (130, 131) – serial obyczajowy Polska 2026
2.45 Uwaga! (8143)
– magazyn interwencyjny
3.05 Młode gliny (69, 70)
– serial krym. Polska 2026

TVN 7



Na bank się uda

6.45 Szkoła (621, 622) **8.40** Ukryta prawda (1442, 1650, 1651) **11.45** W-11 Wydział Śledczy (848-850) **13.50** Detektywi (224) **14.55** Szpital św. Anny (186) **15.55** Szpital (742) **17.00** Sędzia Anna Maria Wesołowska (8, 9) **19.00** Ukryta prawda (1485) **20.00** ★★★ Na bank się uda – kom. krym. Polska 2019, reż. Szymon Jakubowski, wyk. Marian Dziędziel **22.20** ★★★ Jack Reacher: Nigdy nie wracaj – film krym. USA/Chiny 2016, reż. Edward Zwick, wyk. Tom Cruise **0.45** ★★ Głupcy – dramat Polska/Rum./Niemcy 2022, reż. Tomasz Wasilewski, wyk. Dorota Kolak **3.05** Prawdziwy horror **4.05** Fachowcy (2) **4.45** Usterka (15) **5.15** Ten moment (50)

TV Puls

6.00 Policjanci z Miami (17, 18) **8.00** Kobra – oddział specjalny (9, 10) **10.00** Zaklinaczka duchów (85) **11.00** Kotka (85) **12.00** Mój grzech (22) **13.00** Wspaniałe stulecie (58) **14.00** Rodzinny interes (51) **15.00** Lombard. Życie pod zastaw (314, 315) **17.00** Rodzinny interes (52) **18.00** Lombard. Życie pod zastaw (1045, 1010) **20.00** ★★★ Nocny łowca – film akcji Kanada 2018 **22.00** ★★★★ Igrzyska śmierci: W pierścieniu ognia – film przygod. USA 2013 **1.00** ★★★★ Dorwać gringo – dramat USA/Meksyk 2012

Puls 2

7.30 Seriale anim. dla dzieci **13.00** Nowe przygody Kubusia Puchatka (7) **13.35** Smerfy (17) **14.00** Baranek Shaun (14-16) **14.35** Marta mówi! (22) **15.00** Miraculous (25, 26) **16.00** Koci domek Gabi (21, 22) **17.00** Fineasz i Ferb (22, 23) **18.00** Pingwiny z Madagaskaru (35, 36) **19.00** Kacze opowieści (42, 43) **20.00** Lombard. Życie pod zastaw (1065) **21.00** ★★ Pociąg strachu – film sens. USA/Aruba 2002 **22.55** Zabójca – film sens. USA/Korea Pd. 2022 **1.00** Lombard. Życie pod zastaw (103, 142, 366-367)

TVP Polonia

7.30 Pytanie na śniadanie **11.40** Polacy na ratunek Żydom (82) **12.00** Serwis Info **12.10** Stulecie Winnych (14) **13.05** Stawka większa niż życie (13) **14.05** Turystyczna jazda **14.25** Kiedyś to było (137) **15.00** Serwis Info **15.10** Vito odkrywa Polskę (3) **15.40** Przez pamięć i zapomnienie (13) **16.05** Moda na język polski (75) **16.30** Barwy szczęścia (3421) **17.00** Teleexpress **17.20** Gra słów. Krzyżówka **17.50** Teleexpress Extra **18.15** Polki w Gruzji **18.45** Panorama **19.20** Niezwykłe miejsca (150) **19.30** 19.30 **19.55** Pytanie dnia **20.25** Cisza nad rozlewiskiem (5, 6) **22.10** Rozmowy (nie)wygodne (62) **22.45** Tygodnik Moralnego Niepokoju (12) **23.15** Panorama **23.45** Sekielski wieczorową porą

TV Trwam

11.10 Mateczniki polskości **11.25** Jestem mamą **11.40** Myśląc historia **11.50** Odnaleźć siebie **12.20** Głos serca (142) **13.05** Droga pięknego życia **13.30** Msza święta z Jasnej Góry **14.20** Muzyczne chwile **14.30** Życie lasu – bogactwo przyrodnicze **15.00** Kurierskim szlakiem. Azymut Węgry **15.50** Ma się rozumieć **16.10** Na zdrowie **16.30** Rozmowy o edukacji **17.00** Po stronie prawdy **18.15** Rozmowy niedokończone **19.20** Odnaleźć siebie **19.30** Bóg z nami **19.45** Modlitwa z tel. udziałem dzieci **20.00** Informacje **20.20** Różaniec **21.00** Apel Jasnogórski **21.40** Polski punkt widzenia **22.00** Przetrwaliśmy **22.30** Droga do świętości **23.40** Bazylika Bożego Ciała w Krakowie

TVP Kultura

8.20 Tamte lata, tamte dni (89) **9.00** Daleko od szosy (3) **10.25** ★★★★ Pograbek – dramat Polska 1992 **11.55** Chick Corea – w służbie muzyki – film dok. USA 2011 **13.40** Czterdziestolatek (15) **15.00** ★★★ Braciszek – film biogr. Polska 2007 **16.50** Daleko od szosy (4) **18.15** Kolekcja **18.30** Informacje kulturalne **18.55** Rawhide (108) **20.00** ★★★ Zupa nic – kom. Polska 2021, reż. Kinga Dębska, wyk. Kinga Preis **21.40** Wstęp do spektakli tanecznych **21.50** Boa **22.55** Zniknąć bez śladu – film dok. Niemcy/Jap. 2024 **0.25** ★★★ Prosta przyjaźń – kom. Fr. 2023, reż. Eric Besnard, wyk. Lambert Wilson **2.05** ★★★★ Koty to dranie – film obycz. Polska 1978 **3.10** Porozmawiajmy szczerze

Super Polsat

6.05 Wydarzenia 21:50 **6.45** SuperLudzie Extra (40) **6.55** Cobra Kai (31, 32) **8.20** SuperLudzie Extra (41) **8.30** Świat według Kiepskich (485-487) **10.00** Wydarzenia **10.30** SuperLudzie (13, 14) **11.30** Świat według Kiepskich (441-444) **13.30** Farma (105) **14.25** Hell's Kitchen – piekielna kuchnia (54) **15,55** Ninja Warrior Polska (25) **17.50** Świat według Kiepskich (492-493, 564-565) **20.00** Złomiarze (35) **21.00** Snajper: Ostatni bój – film sens. USA/W. Bryt. 2025, reż. Danishka Esterhazy, wyk. Chad Michael Collins **23.05** ★★★★ Zawód szpieg – film sens. USA/W. Bryt./Niemcy/Jap./Fr. 2001, reż. Tony Scott, wyk. Robert Redford **1.40** Świat według Kiepskich (407) **2.10** 48 h. Zaginieni (43, 44)

TV 6

6.00 Więzienie (154, 155) **6.55** Policjantki i policjanci (913, 914) **8.55** 48 h. Zaginieni (102-106) **13.55** Policjantki i policjanci (1302) **14.55** Uroczysko (250, 251) **16.00** Strażnik Teksasu (22-23, 17-18): Wspomnienie, część 1. i 2. / Dzień oczyszczenia / Uniewinnienie – serial sens. USA 1995/2000 **20.00** CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku (193, 194): Dziewięć i trzynaście / Białe złoto – serial krym. USA/Kanada 2013 **22.00** Mentalista (40): Czerwona szkatułka – serial kryminalny USA 2010 **23.00** Sprawiedliwi – wydział kryminalny (814, 815) **1.00** Kości (233, 234): Klejnot w koronie / Koszmar wewnątrz koszmaru – serial krym. USA 2016 **3.00** Cobra Kai (2) **3.35** Septagon (67, 68)

TV 4

5.30 Telezakupy TV Okazje **6.00** Strażnik Teksasu: Siła gromu / Spóźniona sprawiedliwość **7.55** Bogaty dom – biedny dom (138) **8.55** Policjantki i policjanci (780-782) **11.55** Uroczysko (3, 4) **13.00** Trudne sprawy (904-906) **16.00** Łowcy skarbów. Kto da więcej (446, 497) **18.00** Policjantki i policjanci (1374, 1375) **20.00** Uroczysko (213, 214) **21.05** Sprawiedliwi. Trójmiasto (159) **22.05** Sprawiedliwi – wydział kryminalny (1042) **23.05** ★★★ Hanna – film sens. USA/W. Bryt./Niemcy 2011, reż. Joe Wright, wyk. Saoirse Ronan, Eric Bana **1.35** Opowiem ci o zbrodni (3): Katarzyna Puzyńska. Morderstwo na dziesiątym piętrze **2.00** Love Island. Wyspa miłości (12) **3.25** Lubię Disco! (311)

Ale Kino+

7.00 Ciepło **7.25** ★★★ Wszyscy święci – dramat Polska 2002 **9.00** ★★★ Długi weekend – film obyczaj. Polska 2004 **10.30** The Office PL (9, 10) **11.45** Detektyw Foyle (2) **13.55** Van der Valk (2) **16.00** ★★★★ Był sobie chłopiec – komedia W. Bryt./ USA/Francja/Niemcy 2002 **18.05** Detektyw Foyle (3) **20.10** Blizna (1, 2) **22.35** ★★★ Anatomia zemsty – kom. kryminalna USA 2013, reż. Daniel Schechter, wyk. Jennifer Aniston, Mos Def, John Hawkes (s.24) **0.45** Koniec lata (1, 2) **3.10** Król (7)

Kino Polska

7.55 Stawiam na Tolka Banana (2, 3) **9.35** Syn szczęścia **9.50** ★★★★ Gdzie jest generał? – kom. Polska 1963 **11.55** ★★★ Quo vadis – film hist. Polska/USA 2001 **15.45** ★★★ Ostatnie dni – film woj. Polska 1969 **17.20** Pogranicze w ogniu (20, 21) **20.00** ★★★ Wróg doskonały – film sens. Hiszp./Niemcy/Fr. 2020, reż. Kiké Maillo, wyk. Tomasz Kot, Athena Strates **21.50** ★★★ Niepokonani – dramat USA/Emir. Arab./Polska/Indie/Arab. Saud. 2010 **0.45** ★★★ Milioner – film obyczaj. Polska 1977

Polsat Film

7.25 Poirot (2) **8.35** Przyjaciółki (147, 148) **10.30** Świat według Kiepskich (7-8, 205-206, 3) **13.25** ★★★★ Ogniem i mieczem – dramat Polska 1999 **17.00** ★★ 1000 lat po Ziemi – film sf USA 2013 **19.20** ★★★ Opancerzony – film sens. USA 2009 **21.00** ★★★★ Looper – Pętla czasu – film sens. USA/Chiny 2012, reż. Rian Johnson, wyk. Joseph Gordon-Levitt **23.20** ★★★ Przykładny obywatel – film sens. USA/W. Bryt./ Norwegia/Kan./Fr. 2019, reż. Hans Petter Moland, wyk. Liam Neeson

Stopklatka

DVB T

6.55 Wojciech Cejrowski – boso przez świat **8.00** Robert Makłowicz **9.50** Vera (3) **12.00** MacGyver (22, 1) **14.00** Katastrofy w przestworzach **18.00** Wojny magazynowe: Kanada **19.10** Aukcja w ciemno **20.00** ★★★ Snajper – thriller USA/ Peru 1993, reż. Luis Llosa, wyk. Tom Berenger, Billy Zane **22.05** ★★★ Klient – film sens. USA 1994, reż. Joel Schumacher, wyk. Susan Sarandon, Tommy Lee Jones **0.40** ★★ Nieśmiertelny III: Czarnoksiężnik – film fantasy Kan./Fr./W. Bryt. 1994

Canal+ Premium

9.40 Imagine Dragons: Live at the Hollywood Bowl **11.50** ★★★ Królowa chmur – kom. obyczaj. Polska 2003 **13.10** Co ukrywa Elon Musk? **14.40** ★★★★ Juno – komediodramat USA/Kanada 2007 **16.15** ★★★★ Miss Potter – film biograficzny W. Brytania/USA 2006 **17.45** Call me lala **18.15** ★★★ Pompeje – film katastrof. USA/Niemcy 2014 **20.00** ★★★★ Everest – thriller USA/Isl./W. Bryt. 2015 **22.00** Eksperyment: Odsiadka **22.50** ★★ Piep*zyc Mickiewicza 3 – komediodr. Polska 2026

HBO

8.20 ★★★★ Harry Potter i Czara Ognia – film przygod. USA/W. Bryt. 2005 **10.55** ★★★ Szybcy i wściekli: Hobbs i Shaw – film sens. USA 2019 **13.10** Happy Feet: Tupot małych stóp – film anim. USA/Australia 2006 **14.55** Happy Feet: Tupot małych stóp 2 – film anim. Australia/USA/ Nowa Zel. 2011 **16.35** ★★★★ Makbet – dramat W. Bryt./Fr. 2015 **18.25** ★★★ Karate Kid: Legendy – kom. USA/Kan. 2025 **20.00** Po polowaniu – thriller USA/Wł. 2025 **22.15** ★★★ Panna młoda! – horror USA 2026

Paramount

6.00 Czarodziejki (18-21) **9.20** Policyjna grupa pościgowa **10.25** ★★★★ Star Trek: W nieznane – film sf USA/Chiny/Emir. Arab./Kan. 2016 **13.00** Czarodziejki (21, 22) **15.00** Pingwiny z Madagaskaru **16.00** Świąteczne spotkanie klasowe – kom. USA/Kan. 2022 **18.00** Czarodziejki (1, 2) **20.00** ★★★ Bogowie Egiptu – film fantasy USA/Australia/ Chiny/Hongk. 2016 **22.35** ★★★★ Ciche miejsce 2 – horror USA 2020 **0.25** ★★★★ The Northman – film przygod. USA/W. Bryt./Chiny 2022

Polsat 2

6.30 Pielęgniarki **7.30** Na ratunek 112 **8.30** Sekrety rodziny: Zła matka / Układanka / Uczucie nie wybiera **11.30** Trudne sprawy: Gęś w okularach **12.35** Więzienie **14.30** Świat według Kiepskich (71-75): Telewidz / Titanic / Trendi / W pale się nie mieści / Waldek Tour **17.00** Komisarz mama (5) **18.00** Dlaczego ja? **20.00** Gliniarze – serial fabularno-dokum. Polska 2025 **22.00** Zawód: Glina **23.00** Ślad (70, 71): Nadgryziona reszka / Królestwo niebieskie **1.00** Zdrady **2.05** Wydarzenia

TVP Seriale

6.30 Na sygnale (589, 590) **7.35** Ojciec Mateusz (139) **8.30** Komisarz Alex (170) **9.20** Rodzinka.pl (208) **9.55** Klan (1554) **10.40** Ranczo (76) **11.30** Na dobre i na złe (1006) **12.30** Zaraz wracam (180, 181) **13.40** Ojciec Mateusz (44, 45) **15.40** Komisarz Alex (171) **16.30** Na sygnale (591, 592) **17.35** Ranczo (78, 79) **19.30** Ojciec Mateusz (146, 140) **21.30** Ranczo (80, 81) **23.25** Ojciec Mateusz (47, 462) **1.20** Krucjata. Znak bliźniąt (2, 3) **2.50** Wojenne dziewczyny (44, 45)

AXN

6.00 CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas (5, 6) **7.30** Agenci NCIS (4, 5) **9.20** Castle (14, 15) **11.10** Detektyw Monk (7, 8) **13.10** Agenci NCIS (6, 7) **15.05** Zabójcza broń (10, 11) **17.05** CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas (4, 5): To był bardzo dobry rok / Na tropie zabójcy **19.05** Castle (16, 17): Zatyczka / Było sobie przestępstwo **21.05** FBI: International (20, 21) **23.00** CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas (4, 5) **0.45** Castle (16, 17) **2.40** FBI: International (20, 21) **4.30** FBI: Most Wanted (1)

13 Ulica

6.35 Niewidomy detektyw (5) **8.25** Magnum: Detektyw z Hawajów (18, 19) **10.20** Bez śladu (1, 2) **12.10** Kapitan Marleau (2) **14.15** Niewidomy detektyw (6) **16.15** Magnum: Detektyw z Hawajów (20) **17.15** Chicago P.D. (1) **18.10** Bez śladu (3, 4) – serial sens. USA 2008 **20.00** Kapitan Marleau (3): Królowa lodu – serial krym. Fr. 2020 **22.00** Kasandra (4) – serial krym. Fr. 2026 **0.00** Astrid i Raphaëlle (3, 4) **2.10** Magnum: Detektyw z Hawajów (18, 19) **4.05** Niewidomy detektyw (5)

FX

7.00 Kości (12, 13) **9.00** FBI (12) **9.55** Agenci NCIS (3) **10.55** CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas (1) **11.50** CSI: Kryminalne zagadki Miami (5, 6) **13.45** Castle (14) **14.40** Lucyfer (17) **15.35** CSI: Kryminalne zagadki Miami (7, 8) **17.25** Z Archiwum X (7, 8) **19.15** CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku (9, 10) **21.05** CSI: Kryminalne zagadki Miami (8) **22.00** Matlock (15) **22.55** Z Archiwum X (8) **23.50** CSI: Kryminalne zagadki Miami (7) **0.45** CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku (10)

Eurosport 1

8.30 Skoki narc.: PŚ (m) w Ruce **10.00** Biegi narc.: PŚ w Ruce **11.00** Biegi narc.: PŚ (m) w Ruce **12.00** Snooker: Mistrzostwa W. Bryt. w Yorku **14.00** **(L)** Snooker: Mistrzostwa W. Bryt. w Yorku **17.30** Narciarstwo alp.: PŚ (m) w Copper Mountain **18.15** Narciarstwo alp.: PŚ (k) w Killington **19.00** Podsumowanie SailGP: Mubadala Abu Dhabi Sail Grand Prix **20.00** **(L)** Snooker: Mistrzostwa W. Bryt. w Yorku **23.30** Narciarstwo alp.: PŚ (m) w Copper Mountain **0.30** Narciarstwo alp.: PŚ (k) w Killington

Eurosport 2

8.30 Snooker: Mistrz. W. Bryt. w Yorku **11.00** Skoki narc.: PŚ (m) w Ruce **13.00** Narc. alp.: PŚ (m) w Copper Mountain **14.00** Narciarstwo alp.: PŚ (k) w Killington **15.00** Biegi narc.: PŚ w Ruce **15.30** Biegi narc.: PŚ (m) w Ruce **16.15** Biegi narc.: PŚ (k) w Ruce **17.00** MŚ Endurance FIA – 24 g. Le Mans **19.00** Skoki nar.: PŚ (m) w Ruce **21.00** Narc. alp.: PŚ (m) w Copper Mountain **22.00** Narc. alp.: PŚ (k) w Killington **23.00** Skoki narc.: PŚ (m) w Ruce **0.00** MŚ Endurance FIA – 6 godzin São Paulo

Polsat Sport 1

6.00 Siatkówka: TAURON Liga **8.30** Siatkówka: TAURON Liga **11.00** Siatkówka: TAURON Liga **13.30** Siatkówka: TAURON Liga **16.00** Siatkówka: TAURON Liga **17.20** **(L)** Siatkówka: TAURON Liga: ZAKSA Kędzierzyn-Koźle – Podziemia Kredowe ChKS Chełm – transmisja meczu **20.20** **(L)** Siatkówka: TAURON Liga: PGE GiEK Skra Bełchatów – Stilon Gorzów – transmisja meczu **23.00** Siatkówka: TAURON Liga **1.00** Siatkówka: TAURON Liga **3.00** Siatkówka: TAURON Liga

TVP Sport

DVB T

8.40 Piłka nożna: Puchar Niemiec: Bayern Monachium – Hertha BSC **9.50** Piłka nożna: El. MŚ (k) UEFA: Polska – Irlandia **11.55** **(L)** Piłka nożna: Siarka Tarnobrzeg – Stal Rzeszów **14.05** Reportaż **14.25** Pełnosprawni **14.55** **(L)** Piłka nożna: GKS Tychy – Chrobry Głogów; Odra Opole – Ruch Chorzów **19.55** Studio **20.55** **(L)** Piłka nożna: Polonia Warszawa – Raków Częstochowa **23.30** Sportowy wieczór **0.00** Piłka nożna: Puchar Niemiec: Eintracht Frankfurt – Borussia Dortmund

Canal+ Sport

8.00 Premier League Review **9.00** Piłka nożna: Valencia CF – CA Osasuna **11.20** Piłka nożna: Lech Poznań – Pogoń Szczecin **13.45** Premier League Netbusters **14.30** Premier League Review **15.40** Piłka nożna: RCD Espanyol – Getafe CF **17.55** Hola LaLiga! **18.55** **(L)** Piłka nożna: LaLiga EA Sports **21.00** Premier League Stories **21.30** Football Office **23.10** Jazda o złoto. Żużel na podsłuchu **1.20** LaLiga Highlights Magazine **2.00** Piłka nożna: Wisła Kraków – Motor Lublin

Canal+ Sport 5

6.00 Liga+ Extra **8.15** Żużel: PGE Ekstraliga **11.00** Hola LaLiga!: 14. kolejka – magazyn piłkarski **12.10** Żużel: Metalkas 2. Ekstraliga **15.00** Piłka nożna: PKO BP Ekstraklasa: Lech Poznań – Pogoń Szczecin **17.15** Żużel: PGE Ekstraliga **20.00** Żużel: PGE Ekstraliga **22.45** Premier League Stories – magazyn **23.25** LaLiga Highlights Magazine: 14. kolejka – magazyn **0.10** Piłka nożna: PKO BP Ekstraklasa: Wisła Kraków – Motor Lublin **2.30** Ligomistrzowe historie: Real Madryt

Eleven Sports 1

9.00 Piłka nożna: AS Roma – AC Monza **11.00** Bundesliga Clubs: SC Freiburg; Eintracht Frankfurt; FC Augsburg **12.00** Piłka nożna: FC Porto – Sporting CP **14.00** Formuła 1: GP Kataru **16.00** Piłka nożna: Inter Mediolan – Genoa CFC **18.00** Piłka nożna: Puchar Niemiec: Bayern Monachium – Hertha BSC **20.00** Full Impact Serie A **20.40** **(L)** Piłka nożna: Puchar Niemiec: Eintracht Frankfurt – Borussia Dortmund **22.50** Bundesliga Special Show **23.25** Ligue 1 Show **0.00** Eleven Top Goals

Polsat Sport 3

8.30 Bobsleje: PŚ w Altenbergu **11.00** Piłka ręczna: ORLEN Superliga: Industria Kielce – ORLEN Wisła Płock **13.00** Piłka ręczna: Liga Europejska EHF: PGE Wybrzeże Gdańsk – VfL Gummersbach **15.30** Bobsleje: PŚ w Altenbergu **18.00** Łyżwiarstwo figurowe: ISU GP – NHK Trophy w Tokio **20.35** **(L)** Piłka ręczna: LM EHF: Aalborg Håndbold – ORLEN Wisła Płock **23.00** Piłka ręczna: LM EHF: GOG Håndbold – Industria Kielce **1.00** MMA: Babilon MMA

TVN 24

10.30 Serwis informacyjny, pogoda **10.55** Biznes **11.00** Serwis informacyjny, pogoda **11.55** Biznes **12.00** Serwis informacyjny, pogoda **12.27** Raport smogowy **12.30** Serwis informacyjny, pogoda **13.55** Biznes **14.00** Serwis informacyjny, pogoda **14.55** Biznes **15.00** 15 na żywo **16.00** Fakty po południu **18.00** Tak jest **19.15** Serwis informacyjny **19.30** Fakty po Faktach **20.00** Kropka nad i **20.40** Czarno na białym **21.00** Polska i świat **22.00** Szkło kontaktowe

Polsat News

6.00 Nowy dzień **7.40** Graffiti **8.00** Nowy dzień **10.00** W rytmie dnia **12.50** Wydarzenia **13.30** W rytmie dnia **13.55** Pogoda **14.00** W rytmie dnia **14.55** Pogoda **15.00** W rytmie dnia **15.40** Pogoda **15.50** Wydarzenia **16.30** Punkt widzenia Jankowskiego **18.00** Punkt widzenia Szubartowicza **19.15** Gość „Wydarzeń" **19.50** Debata Gozdyry **21.50** Wydarzenia wieczorne **22.30** Dzień na świecie **23.30** Obraz dnia **0.00** Punkt widzenia Jankowskiego **1.25** Punkt widzenia Szubartowicza

TVP Info

DVB T

9.30 Serwis Info **9.35** Info Poranek **10.00** Serwis info dzień **11.55** Za pięć dwunasta **13.00** Serwis info dzień **14.30** 14.30 **14.50** Serwis info dzień **15.45** Panorama **16.00** Dzień w godzinę **16.55** Sprawdzam to Extra **17.00** Teleexpress **17.15** Teleexpress Extra **17.35** Panorama **17.42** Wykrywacz kłamstw **18.00** Panorama **18.30** Kontrapunkt **19.25** Sprawdzam to Extra **19.30** 19.30 **19.58** Pytanie dnia **20.18** Bez trybu Justyna Dobrosz-Oracz **21.00** Kwiatki polskie **21.45** Panorama

TVP 3

DVB T

9.05 Witaj w klubie! **9.30** Jedzenie ma znaczenie **10.00** Złoty chłopak (294) **11.00** Zielnik regionalny **11.30** Lecę za miłością **12.00** Telekurier **12.30** Górna półka smaku **13.00** Agrobiznes **13.30** Daję słowo – Maciej Orłoś **14.30** Program informacyjny **15.00** Koronka do Miłosierdzia Bożego **15.20** Serwis Info **19.30** Całkiem niezła historia **19.45** Kryminalna siódemka **20.00** Dziennik regionów **20.13** Gość regionów **20.30** Telekurier **22.00** Dziennik regionów **22.30** Złoty chłopak (295)

TVP Rozrywka

6.45 Gra słów. Krzyżówka **7.15** Okrasa łamie przepisy **8.20** Familiada **8.50** Va banque **9.25** Koło fortuny **10.00** Makłowicz w podróży **10.40** Postaw na milion **12.30** Familiada **13.05** Zmiennicy **14.05** Rodzinka.pl **14.35** The Voice of Poland **17.25** Va banque **18.00** Koło fortuny **18.40** Okrasa łamie przepisy **19.45** Jaka to melodia? **20.25** Postaw na milion **22.10** Rodzinka.pl **22.45** Rolnik szuka żony **23.55** Kabaret. Super Show Dwójki **1.00** Koło fortuny **2.15** Do śmiechu!

Planete+

9.20 Polska z góry **10.20** Dokąd dzisiaj? **11.25** Motyle. Superbohaterowie przyrody **12.35** Niezwykłe podróże koleją **13.40** Podróż do wnętrza chmur **14.50** 360° – świat bez granic **15.50** Średniowieczne serce Czech **16.55** Mongolia. Pomiędzy niebem a ziemią **18.00** Dokąd dzisiaj? **18.40** Zaginiony lot MH370 **19.45** O wolny Tybet. Głosy wygnanych **20.50** Operacja Barbarossa. Wojna wyniszczająca **22.00** Jak oligarchowie korumpują Zachód **23.10** Jak wygrać z Ku Klux Klanem

BBC Earth

8.20 Najpiękniejsze trasy spacerowe **9.20** Mroźna planeta **10.25** Życie na pustkowiu **11.25** Skarby przeszłości i ich tajemnice **12.25** Najpiękniejsze trasy spacerowe **13.25** Mroźna planeta **14.30** W okowach mrozu **15.30** Życie na pustkowiu **16.35** Pociągiem przez starożytny Egipt **17.35** Mroźna planeta II **18.45** Najpiękniejsze trasy spacerowe **19.45** Imperium brytyjskie **20.55** W okowach mrozu **22.55** Pociągiem przez starożytny Egipt **23.55** Skarby przeszłość...

Discovery Channel

8.00 Brudne skarby **9.00** Gorączka złota: na kłopoty Freddy Dodge **10.00** Budowa na końcu świata **11.00** Złoto drwali **12.00** Celnicy na straży Szwecji **13.00** Nagi instynkt przetrwania: tajemnicza wyspa **15.00** Złomowisko PL (1) **16.00** Poszukiwacze przeklętego złota **17.00** Nic do zgłoszenia **18.00** Porty **19.00** Złomowisko PL **22.00** W oku cyklonu: Łowcy burz **23.00** Sekretne życie kasyna w Las Vegas **0.00** Fani czterech kółek: w trasie **1.00** Zoom na architekturę

TVN Turbo

9.05 Fani czterech kółek **10.00** Raport Turbo **10.15** Samochód marzeń – kup i zrób **11.15** Wojny samochodowe **12.15** Naprawy nie do naprawy **13.00** Zawodowi handlarze **14.30** Wojny samochodowe **16.30** Jeździć, obserwować **18.00** Raport Turbo **18.15** Zawodowi handlarze **19.00** Naprawy nie do naprawy **19.45** Co tu się odjechało? **20.15** Jeździć, obserwować **21.00** Wojny samochodowe **22.00** Raport Turbo **22.15** Z drugiej ręki **23.00** Po raz trzeci. Sprzedane!

TVN Style

7.45 Dzień Dobry TVN **11.20** Jestem z Polski **12.20** Ugotowani **13.25** Kuchenne rewolucje: Restauracja „Helios", Czerwionka-Leszczyny / Restauracja „Kanion", Szklarska Poręba **15.35** Ugotowani **16.40** Zgłoś remont – spełniamy marzenia **17.40** Kuchenne rewolucje: Restauracja „Alladyn's", Wrocław / Restauracja „Włoszczyzna", Łódź / „Czarny bawół", Stare Czarnowo **20.50** Nowa Szelągowska **21.50** Jestem z Polski **22.50** Hotel Paradise **23.45** EuroPOLKI studentki

eprasa.pl 775b675a4b

SERIALE

Pierwsza miłość
POLSAT 18:00



Eliza otrzymuje dobre wieści z prokuratury, a niespodzianka Świdra dodatkowo ją motywuje. Kochański proponuje Radkowi pracę w szpitalu, co powoduje zacieśnienie relacji z nim i Mają. Zaprasza nawet parę na kolację.

Barwy szczęścia
TVP 2 20:05



Celina Brońska próbuje zdemaskować męża klientki. Zaprasza do siebie Pilara i sugeruje wspólne ćwiczenia. Mężczyzna jednak odkrywa intrygę. Proponuje Celinie łapówkę. Gdy to nie przynosi rezultatu, zaczyna jej otwarcie grozić.

Na Wspólnej
TVN 20:15



Nalepa dowiaduje się od neurologa, że utrata wzroku podczas operacji to reakcja na przewlekły stres i zmęczenie. Lekarz zgadza się na powrót Lwa do pracy. Kiedy słyszy o tym Adamski, nie kryje oburzenia - po szpitalu krążą plotki, że Nalepa pije w pracy!

Na dobre i na złe
TVP 2 20:55



Policja identyfikuje mężczyznę, z którym spotkała się Zuza. Blanka i Mario planują potajemny wyjazd z kraju z Niną, ale Zuza wyciąga od Blanki ich nowy adres. Oliwia zajmuje się Teresą, matką Samira.

Cesarzowa

Akcja rozgrywa się u schyłku panowania jednej z najświetniejszych dynastii Chin

AMC 17:35 ★★★★

Piękna i żądna władzy cesarzowa Phoenix od lat romansuje z pasierbem. Tuż przed rozpoczęciem Święta Złotego Kwiatu rodzina ma wybrać następcę tronu. Phoenix marzy, aby zasiadł na nim jej pierworodny syn. Aby zamiar się powiódł, obmyśla skomplikowaną intrygę.



Baby Boom, czyli Kogel mogel 5

Nad bliskimi cały czas czuwa z zaświatów babcia Solska, dbając o szczęśliwy koniec

POLSAT 20:35 ★★★

Piotruś towarzyszy siostrze w trakcie porodu i sam zaczyna marzyć o dziecku. Marcin, świeżo upieczony tata, wpada w panikę i znika. Rodzina dochodzi do wniosku, że chłopak jest gejem i porzucił Agnieszkę. W Brzózkach zjawia się tajemnicza Kamila w ciąży i szuka Zawady.



Rocky 3

Chciał spędzić reszty życia dostatnio, spokojnie i bez stresu, z rodziną u boku...

TVP 1 21:05 ★★★

Chcąc odzyskać tytuł po gorzkiej porażce, Rocky musi zmierzyć się z najgroźniejszym dotychczas przeciwnikiem – Clubberem Langiem. Z pomocą nieoczekiwanego sprzymierzeńca, Apollo Creeda, Rocky przygotowuje się do najbardziej wyczerpującego rewanżu w karierze.



Anatomia zemsty

Komedia kryminalna z Jennifer Aniston, jako ofiarą niezbyt udanego porwania

ALE KINO+ 22:35 ★★★

Louis i Ordell dokonują drobnych przekrętów i kradzieży samochodów. Nie wiedzie im się najlepiej. Po kolejnym pobycie w więzieniu postanawiają zarobić fortunę, porywając Mickey, żonę dewelopera Franka, który dorobił się dzięki oszustwom. Nie mają jednak szczęścia, bo Frank nie zamierza zapłacić okupu.



Romance TV

8.25 Górscy ratownicy (136): Czas, który pozostanie **9.20** ★★ Zakonnica i komisarz – kom. Niemcy 2006 **11.15** ★★★ Toni – akuszer – kom. Niemcy 2021 **13.05** ★★★ Rosamunde Pilcher: Kiedy cię odnajdę – rom. Niemcy 2023 **15.00** ★★★ O, mamma mia! – kom. Niemcy 2012 **17.05** Górski lekarz (3, 4): Zdecydowane cięcie / Kłótnie i kwarantanna **19.00** Górscy ratownicy (137) **20.00** Kryminał z Bolzano **21.55** Przepisy na miłość i zbrodnię (9, 10) **23.50** Górscy ratownicy (137)

TVN Fabuła

6.45 Julia (100, 101) **7.45** Detektywi **9.50** Młode gliny **10.55** Magda M. (3) **11.55** Prawo Agaty (13, 1) **13.55** Młode gliny **14.55** Detektywi **16.05** Na Wspólnej (194, 195) **17.10** Magia kina **17.35** Motywy filmowe **17.50** ★★★ Starcie Tytanów – film przygodowy W. Bryt./Australia/USA 2010 **20.00** ★★★★ Godziny szczytu – film sensacyjny USA 1998 **22.10** ★★★ Godziny szczytu II – film sens. USA/Hongk. 2001 **0.00** ★★★★ Złoto dla zuchwałych – film wojenny USA/Jugosławia 1970

AMC

6.00 ★★★ Samotny jeździec – western USA 2008 **7.45** ★★★ Piękne istoty – film fantasy USA 2013 **10.15** ★★★ K-19 – film sens. USA/W. Bryt./Niemcy/Kan. 2002 **13.05** ★★ Porwanie – thriller USA 2011 **15.15** ★★ Kobiety – komediodr. USA 2008 **17.35** ★★★★ Cesarzowa – dramat Hongk./Chiny 2006 **(s.24)** **20.00** ★★★ Obsesja namiętności – thriller USA/Jap. 1992 **22.20** ★★★ Komenda: zabij – horror W. Bryt. 2016 **0.20** ★★★ Wrota do piekieł – horror USA 2009 **2.25** The Audacity (6)

BBC First

7.00 Co ludzie powiedzą? (6) **8.25** Zagadki doktora Blake'a (7) **9.40** Z pamiętnika położnej (4) **10.40** Ojciec Brown (4, 5) **12.40** London Kills (1) **13.40** Tajemnice Majorki (2) **14.30** Morderstwa w Midsomer (2) **15.20** Detektyw z Chelsea (2) **16.15** Tajemnice Brokenwood (2) **18.00** Morderstwa w Midsomer (5) **19.55** Śmierć pod palmami (7) **21.00** Morderstwa w Midsomer (1) **22.45** Agatha Christie: Tommy i Tuppence (2) **23.45** Ludwig (2) **0.50** McDonald i Dodds (2)

TTV

DVB T

8.00 DeFacto **8.30** Kartoteka **10.35** Detektywi **12.35** Zakup w ciemno **14.35** Nic do ukrycia **15.35** Gogglebox. Przed telewizorem **16.45** Express **17.03** Raport smogowy **17.05** Sport **17.10** Ukryta prawda **17.45** Życie na kredycie **18.40** Żony Podlasia **19.45** Express **20.05** Zakup w ciemno **21.05** Zakup w ciemno Extra **21.45** Express **22.00** Ciężarówką przez pół świata **23.00** Gogglebox. Przed telewizorem **0.20** Fachowcy **1.05** Nasi w mundurach **2.05** Dobra robota

Fokus TV

DVB T

6.05 48 h. Zaginieni (65) **7.00** Był sobie człowiek **8.55** Wehikuł czasu **9.00** Starożytni kosmici **11.00** Gwiazdy lombardu **12.00** Poszukiwacze historii: Gołdap 1944: Legnica 1241, czyli nie wierzcie dziejopisom **13.00** Wielkie konstrukcje III Rzeszy: Propaganda / Arktyczna twierdza Hitlera **15.00** Przygody poszukiwaczy złota **16.00** Dorwać tuńczyka **18.00** Rolnicy. Podlasie **20.00** Galileo **21.00** Militarny top 10: Wozy bojowe **22.00** Dziwne oblicza wojny **0.00** Starożytni kosmici

National Geographic

8.00 Ikony lotnictwa **9.00** Grecja: miejsce pełne tajemnic **11.00** Imperium Mongołów: historia Czyngis-chana **12.00** UFO: przełomowe śledztwa **12.55** Złapać przemytnika **14.55** Katastrofa w przestworzach: raport specjalny **15.55** Najdziwniejsze przedmioty **16.55** Burzliwa historia Tudorów **17.55** Otchłań: powstanie i upadek nazizmu **19.00** Normandia '44: inwazja **20.00** Katastrofa w przestworzach **21.00** Operacja transport **22.05** Megażywioły **23.00** Uwaga, katastrofa!

Nat Geo Wild

9.00 Niezwykły dr Pol **10.00** Rodzinny biznes doktora Pola **11.00** Niezwykły dr Pol **12.00** Atak rekina: dochodzenie **13.00** Nadciąga wielka woda **14.00** Afrykańska rzeka widmo **15.00** Zabójcze szerzenie Azji **16.00** Dzikie szlaki Europy **17.00** Afryka: dom dzikiej przyrody **18.00** Oślniewająca Ameryka **19.00** Walki zwierząt **20.00** Niszczycielskie żywioły **21.00** Niezwykły dr Pol: Kot włóczykij / Świat na czterech łapach/ Zagwozdka z kopytem / Szczeniaki atakują / Apetyt na wszystko

Metro

6.20 Detektywi. Na zlecenie (25, 24) **7.40** Szpital (334-336) **10.40** Sędzia Anna Maria Wesołowska (566, 567) **12.40** Szkoła (701) **13.40** Fachowcy **14.25** Brzydula (223, 224) **15.35** Druga szansa (1) **16.45** The Floor **18.00** Złomowisko PL **19.00** Kartoteka (15, 16) **21.05** Kryminalni (6, 7) **23.15** Spartakus: Krew i piach (9): Potwory **0.15** Zbrodnie z pierwszych stron gazet: Prawo i morderstwo **1.20** Szpital (983) **2.20** Szkoła (708) **3.15** Nowa Maja w ogrodzie **4.20** Szpital (983)

TVP Historia

DVB T

8.00 Wojownicy czasu **9.20** Encyklopedia II wojny światowej **9.50** Polskie 100 lat **10.20** Zalana dolina **11.15** Tajemnice samolotów prezydenckich **12.15** Wszystkie kolory świata **13.15** Największe mity historii USA **14.10** Zmiennicy (6) **15.10** Sensacje XX w. **17.20** Czas honoru (3) **18.25** Fake czy historia? **19.15** Pod znakiem orła, pod znakiem Gryfa **20.00** Pitbull (10) **20.55** Nieznana wojna na Północy **21.55** Wojny Rosji **(s.2)** **23.00** Sensacje XX w. **0.50** Encyklopedia II wojny światowej

TVP Dokument

DVB T

8.15 Narodziny motyla **9.15** Królestwo mokradeł **10.15** Sekrety piramid **11.10** Świątynie świata **12.10** Saga prastarej puszczy **13.10** Jak pieniądz kształtował świat **14.15** Islandia, królestwo maskonurów **15.15** Wielka naturalna bariera **16.15** Sekrety piramid **17.10** Świątynie świata **18.15** Tatarzy polscy (2) **19.05** Był taki człowiek... Jerzy Bińczycki **20.10** Jak pieniądz kształtował świat **21.20** Krainy cudów natury **22.30** Zbyt ciasny system **23.35** Niebezpieczne drogi

Zoom TV

6.15 MacGyver (14, 15) **8.15** Strażnik Teksasu (13, 14) **10.15** Kobra – oddział specjalny (8, 9) **12.25** FBI (7, 8): Próba sił / W niebezpieczeństwie **14.25** Bitwa o palety **15.30** Wojny magazynowe: Kanada **16.50** Sensacje XX w. **19.00** Kobra – oddział specjalny (1, 2): Stłumiony ból / Bez litości **21.05** CSI: Kryminalne zagadki Miami (18, 19): Tajemnicza twarz / W klatce **23.00** Milf manor – mamuśki rządzą **0.00** Magia nagości. Finlandia **0.40** Magia nagości. Dania **1.20** I love kabaret

TLC

8.00 Wspólne życie XXL **9.00** Siostry wielkiej wagi **10.00** Wiza na miłość: na odwrót **12.00** Przyjaźń wielkiej wagi **14.00** Cztery żony i mąż **15.00** Mali ludzie, wielka rodzina **16.00** Siostry wielkiej wagi **17.00** Salon sukien ślubnych **18.00** Wiza na miłość: na odwrót **20.00** Ekstremalne choroby **21.00** Transplantacja: drugie życie **22.00** Moje paranoje **23.00** Dr Pryszczylla **0.00** Moje koszmarne stopy **1.00** Ekstremalne choroby **2.00** Transplantacja: drugie życie **3.00** Moje paranoje

Nowa TV

6.00 Wehikuł czasu **6.20** TV Okazje **6.55** Wehikuł czasu **7.00** Disco Landia – nutki do pobudki **7.30** Wielkie wycieczkowce **8.30** Więzienie **10.00** Ojciec Brown (42, 43) **12.00** Śmierć pod palmami (43, 44) **14.00** Świat według Kiepskich (517, 518) **15.00** Świat według Bundych (60-65) **18.00** Całkiem nowe lata miodowe (17) **18.30** Miodowe lata **21.00** Zdrady (114) **22.00** Ślad (63-64, 108) **1.00** Łowca pedofilów **3.00** TV Okazje **3.50** Wehikuł czasu **4.00** Daleko od noszy (33, 34)

WP

6.05 Policjanci z sąsiedztwa **8.00** Policjanci z sąsiedztwa **9.00** Pogoda **9.10** Tlit **9.50** Pogoda **10.00** Strażacy z sąsiedztwa **11.00** Wariaci za kierownicą **12.00** Komisarz Cassandre: zbrodnie w Alpach (1) **14.00** Pokochaj lub sprzedaj – Vancouver **16.00** Pokochaj lub sprzedaj **16.50** Pogoda **17.00** Inspektor Vera (1) **19.00** Makłowicz w podróży **20.00** Policjanci z sąsiedztwa **21.55** Pogoda **22.00** Mistrzowie kabaretu: Formacja Chatelet / Kabaret Chyba **23.55** Przebojowe kabarety

eprasa.pl 775b675a4b

TVP 1



Klangor

7.00 Msza św. na Jasnej Górze **7.30** Pełnia wiary (128) **8.00** Serwis Info **8.35** Zaraz wracam (183) **9.10** Ranczo (73): Świadek koronny **10.05** Komisarz Alex (26): Ostatnia sprawa Lucyny **11.00** Ojciec Mateusz (339): Jak wiatr **12.00** Serwis Info **12.10** Agrobiznes **12.35** Magazyn rolniczy **13.00** Dzikie korytarze (3): Sępy we Francji **14.00** Splątane losy (101)

15.00 Serwis Info – magazyn
15.10 Reporterzy – magazyn
15.35 Gra słów. Krzyżówka
16.00 Dziedzictwo (1084) – serial obycz. Turcja 2020
17.00 Teleexpress
17.25 Jaka to melodia?
18.05 Klan (4789) – telenowela Polska 2026
18.40 Akacjowa 38 (1012) – serial obycz. Hiszp. 2018
19.30 19.30
19.55 Pytanie dnia
20.30 Ojciec Mateusz (463) – serial krym. Polska 2026
21.25 Sprawa dla reportera
22.30 Klangor (4-opis**, 5)** – serial kryminalny Polska 2021
Rafał odmawia przyjęcia do wiadomości teorii policji o samobójstwie jego córki. Poszukiwania dziewczyny zaczynają się w okolicach klifów, gdzie jej telefon logował się ostatnio.
0.20 Złoto pustyni – dramat ★★★★ woj. USA/Australia 1999
Reż. David O. Russell, wyk. George Clooney, Mark Wahlberg, Ice Cube
2.15 Magazyn Ekspresu Reporterów
3.15 Sprawa dla reportera

TVP 2



Peaky Blinders

5.30 M jak miłość (1894) **6.20** Operacja zdrowie (94) **6.55** Barwy szczęścia (3453) **7.30** Pytanie na śniadanie – program inf.-publicyst. **11.50** Jedzenie ma znaczenie, nauka na talerzu (38) **12.30** Koło fortuny – teleturniej **13.15** Panna młoda (264) – serial obyczajowy Turcja 2024 **14.05** Va banque – teleturniej **14.35** Na sygnale (964): Daj sobie szansę – serial obycz. Polska 2026

15.05 La Promesa – pałac tajemnic (533)
16.00 Koło fortuny – teleturniej
16.35 Familiada – teleturniej
17.20 Panna młoda (265)
18.15 Va banque – teleturniej
18.50 Jeden z dziesięciu
19.25 Barwy szczęścia (3453)
19.55 Domowe patenty (22)
20.05 Barwy szczęścia (3454) – serial Polska 2026 **(s.27)**
20.40 Postaw na milion
21.40 Super Gary. Gotuj z Bosacką! (17)
22.20 SOR (7) – serial lekarski Polska 2026
23.00 Rodzinka.pl (329) – serial kom. Polska 2026
23.30 Europa da się lubić – nowe pokolenie (12)
0.30 Peaky Blinders (26): Czarne koty – serial gangsterski Wielka Brytania 2019
Michael wraca z Ameryki z ciężarną żoną Giną. Rodzina Shelbych wita go z nieufnością. Zignorował rozkazy Tommy'ego, narażając bliskich na straty finansowe i nawiązał w Belfaście kontakty z jego wrogami.
1.40 80 milionów – film ★★★ przygodowy Polska 2011

Polsat



Gliniarze

6.00 Nowy dzień – program inf.-public. **8.20** Trudne sprawy (1148): Zdjęcie przystojnego mężczyzny **9.20** Dlaczego ja? (855-857): 28-latka mieszka z małym dzieckiem w samochodzie / Tajemniczy motocyklista sieje niepokój w rodzinie / Grzegorz powinien przejrzeć na oczy **12.20** Gliniarze (1079-1081): Sama przeciw wszystkim / Niedoskonała / Krwawe rozliczenie

15.30 Wydarzenia
15.50 Pogoda
15.55 Gliniarze (1156) – serial fab.-dok. Polska 2026
Śledczy badają sprawę śmierci emerytowanego wychowawcy z zakładu karnego. Głównymi podejrzanymi są jego byli podopieczni, recydywiści. Śledczy biorą również pod lupę skomplikowaną relację ofiary z córką.
16.55 Gliniarze Śląsk (4): Szafir – serial krym. Polska 2026
18.00 Pierwsza miłość (4300) – serial Polska 2026 **(s.27)**
18.50 Wydarzenia
19.15 Gość „Wydarzeń"
19.55 Milionerzy – teleturniej
20.30 Nasz nowy dom
21.50 Anioły i demony – thriller ★★★ USA/Włochy 2009 **(s.27)**
Reż. Ron Howard, wyk. Tom Hanks, Ewan McGregor, Stellan Skarsgård
0.50 Siostry – komediodramat ★★★ USA/Niemcy/W. Bryt. 2005
Reż. Curtis Hanson, wyk. Cameron Diaz, Toni Collette, Shirley MacLaine
3.40 Kabaretowa Ekstraklasa
4.40 Disco gramy!

TVN



Dwa tygodnie na miłość

5.05 Jak to jest zrobione? (19) **5.40** Uwaga! (8143) **5.55** Ukryta prawda (1551) **6.50** Kuchenne rewolucje: Borysławice, „Schab w Panierce" **7.45** Dzień Dobry TVN – program informacyjno-publicystyczny **11.20** Doradca smaku (26) **11.30** Kuchenne rewolucje: Restauracja „Cudnie", Puławy / Bytom – Restauracja „Pod Orzechem" **13.40** Ukryta prawda (1733-1735)

16.50 Szpital św. Anny (101) – serial obycz. Polska 2026
17.55 Detektywi (167)
19.00 Fakty
19.55 Uwaga! – magazyn
20.15 Na Wspólnej (4323) – serial Polska 2026 **(s.27)**
20.50 Kuchenne rewolucje – reality show Polska 2026
22.00 Dwa tygodnie na miłość ★★★ – komedia romantyczna USA/Australia 2002
Reż. Marc Lawrence, wyk. Sandra Bullock, Hugh Grant, Alicia Witt
George Wade zatrudnia błyskotliwą prawniczkę Lucy Kelson na stanowisku doradcy. Sukcesy na arenie finansowej oraz dyspozycyjność pracownicy wkrótce czynią ją niezbędnym elementem życia George'a.
0.00 Zbliżenie. Mówię Wam podcast (8)
1.00 Szpital św. Anny (132) – serial obycz. Polska 2026
2.10 Uwaga! – magazyn
2.30 Młode gliny (71)
3.30 Down the (7) – serial dokumentalny Polska 2026
4.30 Jak to jest zrobione? (20) – serial dok. Kanada 2012

TVN 7



Och, Karol

6.45 Szkoła (624, 625) **8.40** Ukryta prawda (1443, 1652, 1653) **11.45** W-11 Wydział Śledczy (851-853) **13.50** Detektywi (225) **14.55** Szpital św. Anny (187) **15.55** Szpital (743) **17.00** Sędzia Anna Maria Wesołowska (10, 11) **19.00** Ukryta prawda (1486) **20.00** ★★★ Och, Karol – komedia Polska 1985, reż. Roman Załuski, wyk. Jan Piechociński **22.15** ★★★ Nigdy w życiu! – komedia rom. Polska 2004, reż. Ryszard Zatorski, wyk. Danuta Stenka, Joanna Brodzik **0.20** ★★★★ Zabójcza broń II – film sens. USA 1989, reż. Richard Donner, wyk. Mel Gibson **2.40** Prawdziwy horror **3.40** Fachowcy (3) **4.20** Usterka (16) **5.15** Ten moment (51)

TV Puls

6.00 Policjanci z Miami (18, 19) **8.00** Kobra – oddział specjalny (10, 11) **10.00** Zaklinacz duchów (86) **11.00** Kotka (86) **12.00** Mój grzech (23) **13.00** Wspaniałe stulecie (59) **14.00** Rodzinny interes (52) **15.00** Lombard. Życie pod zastaw (316, 317) **17.00** Rodzinny interes (53) **18.00** Lombard. Życie pod zastaw (1010, 1011)**20.00** ★★★ Infiltrator – thriller USA/Emir. Arab./W. Bryt. 2013 **22.10** ★★ Tajny informator – thriller Kanada/USA 2023 **0.00** ★★★ Wykonać wyrok – film sensacyjny USA/Kanada 1990

Puls 2

7.30 Seriale anim. dla dzieci **13.00** Nowe przygody Kubusia Puchatka (8) **13.35** Smerfy (18) **14.00** Baranek Shaun (17-19) **14.35** Marta mówi! (23) **15.00** Miraculous: Biedronka i Czarny Kot (26, 14) **16.00** Koci domek Gabi (23, 24) **17.00** Fineasz i Ferb (23, 24) **18.00** Pingwiny z Madagaskaru (37, 38) **19.00** Kacze opowieści (43, 44) **20.00** Lombard. Życie pod zastaw (1066) **21.00** ★★★ Champion – dramat USA/Niemcy/Jap. 2002 **23.00** ★★ Piekielna noc – thriller USA 2007 **0.30** Dzielnica strachu (141, 142)

TVP Polonia

7.30 Pytanie na śniadanie **11.35** Stacja innowacja (48) **12.00** Serwis Info **12.10** Cisza nad rozlewiskiem (5, 6) **13.50** Taniec z rosyjskim niedźwiedziem (1) **14.45** Słowo daję! (18) **15.00** Serwis Info **15.10** Zakochaj się w Polsce (266) **15.35** Słownik polsko@polski (704) **16.00** Tamte lata, tamte dni (97) **16.30** Barwy szczęścia (3422) **17.00** Teleexpress **17.20** Gra słów. Krzyżówka **17.50** Teleexpress Extra **18.15** Tańcząca ze światem (4) **18.45** Panorama **19.20** Niezwykłe miejsca (149) **19.30** 19.30 **19.55** Pytanie dnia **20.25** Ranczo (48) **21.20** Polonia 24. Tygodnik **22.25** Ekstradycja (3) **23.20** Panorama **23.50** Tajemnica Gwiaździstej Eskadry **1.10** Dziennik regionów **1.30** 19.30

TV Trwam

11.35 Przyroda i ludzie **12.20** Wykłady naukowe **13.00** Wypłyń na głębię **13.20** Przegląd katolickiego tygodnika „Niedziela" **13.30** Msza święta z Jasnej Góry **14.20** Muzyczne chwile **14.30** Jan Ledóchowski. Część pierwsza: moja Austria **15.00** Po stronie prawdy **15.50** Ma się rozumieć **16.10** Z wędką nad wodę w Polskę i świat **16.35** Sól Ziemi **17.00** Modlitwa w Sanktuarium św. Józefa w Kaliszu **19.25** Rodzinny Ogród Zoologiczny „Królestwo Stworzenia" **20.00** Informacje **20.20** Różaniec **20.50** Głos Polski **21.00** Apel Jasnogórski **21.40** Polski punkt widzenia **22.00** Głos serca (143) **22.45** Kamienie wołać będą **23.45** Muzyczne chwile **0.00** Modlitwa w Sanktuarium św. Józefa w Kaliszu

TVP Kultura

8.30 Dzień z życia artysty (18) **9.00** Daleko od szosy (4) **10.30** ★★★ Braciszek – film biogr. Polska 2007 **12.20** Reżyserzy (5) **13.20** Czterdziestolatek (16) **14.25** ★★★★ Stan posiadania – film obyczaj. Polska/Niemcy 1989 **16.20** Daleko od szosy (5) **17.40** Którędy po sztukę (220) **17.45** Tuż obok. O rzeźbie w przestrzeni publicznej (5) **18.05** Kulturalni (47) **18.55** Rawhide (109) **20.05** ★★★★ Książę i aktoreczka – kom. W. Bryt./USA 1957, reż. Laurence Olivier, wyk. Marilyn Monroe **(s.3) 22.15** Hala odlotów (211) **23.15** ★★★ Zupa nic – kom. Polska 2021, reż. Kinga Dębska, wyk. Kinga Preis **0.55** ★★★ Wino truskawkowe – kom. Polska/Słow. 2007, reż. Dariusz Jabłoński, wyk. Jiří Macháček

Super Polsat

6.05 Wydarzenia 21:50 **6.45** SuperLudzie Extra (42) **6.55** Cobra Kai (33, 34) **8.20** SuperLudzie Extra (43) **8.30** Świat według Kiepskich (488-490) **10.00** Wydarzenia **10.30** SuperLudzie (15, 16) **11.30** Świat według Kiepskich (353-356) **13.30** Farma (106) **14.25** Hell's Kitchen – piekielna kuchnia (55) **15.55** Ninja Warrior Polska (26) **17.55** Świat według Kiepskich (494-495, 566-567) **20.00** Złomiarze (36) **21.00** ★★ Ryzykanci – film sensac. USA/Hongk. 1997, reż. Hark Tsui, wyk. Jean-Claude Van Damme **22.55** ★★★ Monster Hunter – film fantasy USA/Niemcy/Kanada/Jap./Chiny/RPA 2020, reż. Paul W.S. Anderson, wyk. Milla Jovovich **1.05** Świat według Kiepskich (408, 409)

TV 6

6.00 Więzienie (156, 157) **6.55** Policjantki i policjanci (915, 916) **8.55** 48 h. Zaginieni (107-111) **13.55** Policjantki i policjanci (1303) **14.55** Uroczysko (252, 253) **16.00** Strażnik Teksasu (24-25, 19-20): Impas, część 1. i 2. / Żołnierze nienawiści / Powrót generała – serial sens. USA 1995/2000 **20.00** CSI: Kryminalne zagadki Miami (99, 100): Rio / Basen śmierci – serial krym. USA 2006 **22.00** Mentalista (41): Czerwona woda – serial krym. USA 2010 **23.00** ★★ Boski żigolo w Europie – kom. obycz. USA 2005, reż. Mike Bigelow, wyk. Rob Schneider, Eddie Griffin, Til Schweiger **0.40** Kości (235, 236): Nadzieja mimo horroru / Mózg bota – serial krym. USA 2017 **2.40** Septagon (69, 70)

TV 4

5.30 Telezakupy TV Okazje **6.00** Strażnik Teksasu: Dzień oczyszczenia / Uniewinnienie **7.55** Bogaty dom – biedny dom (139) **8.55** Policjantki i policjanci (783-785) **11.55** Uroczysko (5, 6) **12.55** Trudne sprawy (907-909) **16.00** Łowcy skarbów. Kto da więcej (447, 498) **18.00** Policjantki i policjanci (1376, 1377) **20.00** Uroczysko (215, 216) **21.05** Sprawiedliwi. Trójmiasto (160) **22.10** Sprawiedliwi – wydział kryminalny (1043) **23.10** ★★★ Glass – thriller USA/Chiny 2019, reż. M. Night Shyamalan, wyk. Bruce Willis, Sarah Paulson, Anya Taylor-Joy **1.55** Love Island. Wyspa miłości (13) **2.55** Śmierć na 1000 sposobów (10) **3.25** Lubię Disco! (312) **4.25** Top 10 lista przebojów (2977)

Ale Kino+

7.00 ★★★ Moje pieczone kurczaki – film obyczaj. Polska 2002 **8.25** ★★★ Królowa chmur – kom. Polska 2003 **10.00** The Office PL (11, 12) **11.20** Detektyw Foyle (3): Lekcja zabijania **13.30** Van der Valk (3) **15.35** ★★★★ Stan gry – thriller USA-/W. Bryt./Fr. 2009 **18.05** Detektyw Foyle (4): Dzień Orła **20.10** ★★★★ Była sobie dziewczyna – film obyczaj. W. Bryt./USA 2009 **22.15** ★★★ Carte blanche – dramat Polska 2015 **0.35** ★★ Igrając z ogniem – thriller Fr./Belg. 2023 **2.20** Król (8)

Kino Polska

7.45 Polska Kronika Filmowa **7.55** Stawiam na Tolka Banana (3, 4) **9.30** Nibylandek **9.55** ★★★ Pieczone gołąbki – komedia Polska 1966 **11.55** ★★★ Ada! To nie wypada! – kom. Polska 1936 **13.55** ★★★★ Pan Wołodyjowski – film historyczny Polska 1969 **17.15** Pogranicze w ogniu (21, 22) **20.00** ★★★★ Miś – kom. Polska 1980, reż. Stanisław Bareja, wyk. Stanisław Tym, Barbara Burska **22.35** ★★★ 7 uczuć – komediodramat Polska 2018 **0.55** ★★★ Wyjazd integracyjny – kom. Polska 2011

Polsat Film

7.05 Drwale i inne opowieści Bieszczadu **7.30** Poirot (3) **8.35** Przyjaciółki (149, 150) **10.30** Świat według Kiepskich (9-10, 207-208, 89, 50) **14.20** ★★ Dawid i elfy – kom. USA/Polska 2021 **16.30** ★★★ Jumanji: Przygoda w dżungli – film przygod. USA 2017 **18.50** ★★ Nie kłam, kochanie – kom. rom. Polska 2008 **21.00** ★★★ Parkingowy – kom. USA 2022, reż. Richard Wong, wyk. Eugenio Derbez **23.40** ★★★ Napad – dramat Polska 2024, reż. Michał Gazda, wyk. Olaf Lubaszenko

Stopklatka

DVB T

6.55 Wojciech Cejrowski – boso przez świat **8.00** Robert Makłowicz **9.50** Vera (4) **12.00** MacGyver (1, 2) **14.00** Katastrofy w przestworzach **18.00** Wojny magazynowe: Kanada **19.10** Aukcja w ciemno **20.00** ★★ Zaraz wracam – thriller USA/Kanada/Niemcy 2008, reż. Susan Montford, wyk. Kim Basinger, Lukas Haas **21.50** ★★★★ Seksmisja – kom. sf Polska 1984, reż. Juliusz Machulski, wyk. Olgierd Łukaszewicz, Jerzy Stuhr **0.30** ★★★★ Kamienie na szaniec – dramat woj. Polska 2014

Canal+ Premium

10.15 Arco – film anim. Fr./USA/W. Bryt. 2025 **11.45** ★★★★ Pan Tadeusz – film hist. Polska/Fr. 1999 **14.15** Balony **14.45** ★★★ Niemożliwe – film kat. USA/Hiszp./Tajland. 2012 **16.35** Hollywood Buzz **17.10** ★★★ Trzej muszkieterowie – film przyg. USA/Niemcy/Fr./W. Bryt. 2011 **19.00** The Office PL (7, 8) **20.00** ★★ Mężczyzna bez pamięci – film sens. USA/Meksyk 2022 **21.20** ★★★ Ekspedycja XD – kom. Polska 2026 **22.15** S.W.A.T. Exiles (5) **23.05** ★★★ Piła III – horror USA/Kan. 2006

HBO

10.45 ★★★ Karate Kid: Legendy – kom. USA/Kan. 2025 **12.20** Noc przed Świętami w Krainie Czarów – film animow. W. Bryt. 2024 **13.45** ★★★ Po prostu uwierz – film obyczaj. USA 2024 **15.30** Horton słyszy Ktosia! – film animow. USA/W. Bryt. 2008 **16.55** ★★★ Blue Moon – film biograf. USA/Irl. 2025 **18.35** ★★★ Królewskie święta – kom. rom. USA 2023 **20.00** ★★★★ Wielki Gatsby – dramat USA/Australia 2013 **22.20** Najlżejszy dotyk **23.20** ★★★ Oni cię zabiją – horror USA 2026

Paramount

6.00 ★★★★ Jeszcze pięć minut – film obyczaj. Kan./USA 2021 **7.35** Czarodziejki (21, 22) **9.20** Pingwiny z Madagaskaru **9.50** ★★★ Wielki Gatsby – dramat USA 1974 **13.00** Czarodziejki (1, 2) **15.00** Pingwiny z Madagaskaru **15.30** ★★★★ Oto święta – komediodr. W. Bryt. 2022 **18.00** Czarodziejki (3, 4) **20.00** ★★★ Tomb Raider – film przygod. W. Bryt./USA 2018 **22.30** ★★★★ American Psycho – horror USA/Kan. 2000 (s.27) **0.25** ★★★★ Grindhouse: Death Proof – thriller USA 2007

Polsat 2

6.30 Pielęgniarki **7.30** Na ratunek 112 **8.30** Sekrety rodziny: Kto jest w ciąży? / To czego nie widać / Spalony dom **11.30** Trudne sprawy: Bigos z żurawiną **12.35** Więzienie **14.30** Świat według Kiepskich (76-80): Waldemar / Wizerunek / Wszystko dla ciebie / Zaczadzony umysł / Złote kierpce **17.00** Komisarz mama (6) **18.00** Dlaczego ja? **20.00** Gliniarze – serial fabularno-dokumentalny Polska 2025 **22.00** Bracia (9) **23.00** Ślad (72, 73): Działkowa historia / Wszyscy nienawidzą Grześka

TVP Seriale

7.35 Ojciec Mateusz (140) **8.35** Komisarz Alex (171) **9.25** Rodzinka.pl (209) **9.55** Klan (1555) **10.40** Ranczo (77) **11.25** Ojciec Mateusz (462) **12.25** Na sygnale (964) **13.00** Rodzinka.pl (297) **13.35** Ojciec Mateusz (45, 46) **15.35** Komisarz Alex (172) **16.25** Na sygnale (592, 593) **17.35** Ranczo (79, 80) **19.30** Ojciec Mateusz (47) **20.25** Komisarz Alex (332) **21.30** Ranczo (81, 82) **23.25** Ojciec Mateusz (48) **0.15** SOR (6, 7) **1.40** Ekstradycja (3, 4) **3.35** Wojenne dziewczyny (46) **4.20** Klan (1555)

AXN

6.00 CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas (7, 8) **7.30** Agenci NCIS (6, 7) **9.15** Castle (16, 17) **11.10** Detektyw Monk (9, 10) **13.10** Agenci NCIS (8, 9) **15.10** Zabójcza broń (12, 13) **17.05** CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas (6, 7) **19.05** Castle (18, 19): Taniec ze śmiercią / 47 sekund **21.05** FBI: International (1, 2): Ulga / Nie wymawiaj jej imienia **23.00** CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas (6, 7): Dwójkowy atak / Upadłe anioły **0.45** Castle (18, 19) **2.40** FBI: International (1, 2) **4.25** FBI: Most Wanted (2)

13 Ulica

6.40 Niewidomy detektyw (6) **8.30** Magnum: Detektyw z Hawajów (20) **9.30** Chicago P.D. (1) **10.25** Bez śladu (3, 4) **12.15** Kapitan Marleau (3) **14.15** Niewidomy detektyw (7) **16.15** Chicago P.D. (2, 3) **18.10** Bez śladu (5, 6) **20.00** Kapitan Marleau (4) – serial kryminal. Fr. 2020 **22.00** ★★★★ Zaginiona dziewczyna – thriller USA 2014, reż. David Fincher, wyk. Ben Affleck **1.00** Prawo i porządek Toronto: Zbrodniczy zamiar (4) **2.00** ★★★ Morderstwo w Sainte Baume – film krym. Francja 2022

FX

7.00 Kości (14, 15) **9.00** FBI (16) **9.55** Agenci NCIS (4) **10.55** CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas (2) **11.50** CSI: Kryminalne zagadki Miami (7, 8) **13.45** Castle (15) **14.40** Lucyfer (18) **15.35** CSI: Kryminalne zagadki Miami (9, 10) **17.25** Z Archiwum X (8, 9) **19.15** CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku (10, 11) **21.05** CSI: Kryminalne zagadki Miami (10) **22.00** Rywale (4) **23.10** Z Archiwum X (9) **0.15** CSI: Kryminalne zagadki Miami (9) **1.20** CSI: Kryminalne zagadki Now. Jorku (11)

Eurosport 1

8.30 Biegi narci.: PŚ w Ruce **9.30** Biegi narc.: PŚ (m) w Ruce **10.15** Biegi narc.: PŚ (k) w Ruce **11.00** SailGP: Mubadala Abu Dhabi Sail Grand Prix **12.00** Snooker: Mistrz. W. Bryt. **14.00** (L) Snooker: Mistrz. W. Bryt. w Yorku **17.30** Narc. alp.: PŚ (m) w Copper Mountain **18.00** Narc. alp.: PŚ (k) w Killington **18.45** (L) Narc. alp.: PŚ (m) w Beaver Creek **20.30** (L) Snooker: Mistrz. W. Bryt. w Yorku **23.30** Jeździectwo: PŚ – Liga Zachodnioeuropejska w Madrycie **0.30** Narc. alp.: PŚ (m) w Beaver Creek

Eurosport 2

8.30 Snooker: Mistrz. W. Bryt. **11.00** Biegi narc.: PŚ w Ruce **12.00** Biegi narc.: PŚ (m) w Ruce **12.30** Biegi narc.: PŚ (k) w Ruce **13.00** Skoki narc.: PŚ (m) w Ruce **15.00** Narc. alp.: PŚ (m) w Copper Mountain **16.00** Narciarstwo alp.: PŚ (k) w Killington **17.00** Biegi narc.: PŚ (m) w Ruce **17.45** Biegi narc.: PŚ (k) w Ruce **18.30** Jeździectwo: PŚ – Liga Zachodnioeuropejska w Madrycie **19.30** (L) Golf: PGA Tour – Hero World Challenge **22.30** Narc. alp.: PŚ (m) w Beaver Creek

Polsat Sport 1

6.00 Siatkówka: TAURON Liga **8.30** Siatkówka: TAURON Liga **11.00** Siatkówka: TAURON Liga **13.30** Siatkówka: TAURON Liga **16.00** Magazyn sportowy **17.00** (L) Siatkówka: TAURON Liga: Energa Indykpol AZS Olsztyn – Ślepsk Malow Suwałki – tranmisja meczu **19.30** Studio **20.00** Relacja: Siatkówka: Losowanie fazy grupowej MŚ mężczyzn **21.00** Studio **22.00** Siatkówka: TAURON Liga – tranmisja **1.00** Siatkówka: TAURON Liga **3.00** Siatkówka: TAURON Liga

TVP Sport

DVB T

8.40 Piłka nożna: GKS Tychy – Chrobry Głogów **11.55** (L) Piłka nożna: Górnik Łęczna – Wisła Płock **14.05** Reportaż **14.25** Piłka nożna: Polonia W-wa – Raków Częstochowa **16.30** Studio **16.55** (L) Piłka nożna: Bruk-Bet Termalica Nieciecza – Jagiellonia Białystok **19.40** Ring TVP Sport **20.40** Piłka nożna: Eintracht Frankfurt – Borussia Dortmund **22.45** Sportowy wieczór **23.15** Piłka nożna: Górnik Łęczna – Wisła Płock **1.20** Piłka nożna: Bruk-Bet Termalica Nieciecza – Jagiellonia Białystok

Canal+ Sport

8.20 Premier League Stories **9.00** Piłka nożna: FC Barcelona – Atlético Madryt **11.20** Piłka nożna: Śląsk Wrocław – GKS Katowice **13.45** Premier League Stories **14.30** Hola LaLiga! **15.40** Piłka nożna: Real Sociedad – Real Madryt **18.00** Ekstraklasa po godzinach **19.15** LaLiga Highlights Magazine **20.00** Premier League: The Big Interview **20.30** LaLiga Show **21.00** Jazda o złoto. Żużel na podsłuchu **23.15** Hola LaLiga! **0.20** MMA: Gala ONE Friday Fights 180 w Bangkoku

Canal+ Sport 5

8.15 Żużel: PGE Ekstraliga **11.10** Premier League Stories **11.45** Premier League Netbusters **12.30** Football Office **14.10** Piłka nożna: PKO BP Ekstraklasa: Legia Warszawa – Wieczysta Kraków **16.30** LaLiga Highlights Magazine: 14. kolejka **17.15** Żużel: Metalkas 2. Ekstraliga **20.00** Żużel: PGE Ekstraliga **22.45** Premier League: The Big Interview **23.25** LaLiga Show: Zapowiedź 15. kolejki **0.00** Piłka nożna: PKO BP Ekstraklasa: Wisła Kraków – Motor Lublin **2.30** Ligomistrzowe historie

Eleven Sports 1

9.00 Piłka nożna: Como 1907 – Juventus FC **11.00** Bundesliga Clubs: Bayern Monachium; Borussia Dortmund; RB Lipsk **12.00** Piłka nożna: SL Benfica – FC Famalicão **14.00** Formuła 1: GP Kataru **16.00** Piłka nożna: AS Roma – AC Monza **18.00** Full Impact Serie A **18.40** Ligue 1 Show **19.10** Wywiad z Miroslavem Klose **19.25** Inside Serie A **20.00** Bundesliga Weekly **20.40** Formuła 1: GP Kataru **22.45** Ligue 1 Preview **23.20** Bundesliga Special Show **0.00** Podróż do świata calcio

Polsat Sport 3

6.00 Piłka ręczna: PGE Wybrzeże Gdańsk – VfL Gummersbach **8.30** Łyżwiarstwo fig.: ISU GP – NHK Trophy w Tokio **11.00** Magazyn **11.30** Piłka nożna: Como 1907 – US Cremonese **14.00** Piłka ręczna: LM EHF: GOG Håndbold – Industria Kielce **16.30** Siatkówka: Liga Mistrzyń CEV: Igor Gorgonzola Novara – KS Developres Rzeszów **19.55** (L) Koszykówka: Anwil Włocławek – WKS Śląsk Wrocław **22.30** Piłka ręczna: LM EHF: GOG Håndbold – Industria Kielce **1.00** MMA: Babilon MMA

TVN 24

10.00 Serwis informacyjny **10.25** Raport smogowy **10.30** Serwis informacyjny **10.55** Biznes **11.00** Serwis informacyjny **11.55** Biznes **12.00** Serwis informacyjny, pogoda **12.27** Raport smogowy **12.30** Serwis informacyjny, pogoda **13.55** Biznes **14.00** Serwis informacyjny, pogoda **14.55** Biznes **15.00** 15 na żywo **16.00** Fakty po południu **18.00** Tak jest **19.15** Serwis informacyjny **19.30** Fakty po Faktach **20.00** Kropka nad i **20.40** Czarno na białym **21.00** Polska i świat

Polsat News

6.00 Nowy dzień **7.40** Graffiti **8.00** Nowy dzień **10.00** W rytmie dnia **12.50** Wydarzenia **13.30** W rytmie dnia **13.55** Pogoda **14.00** W rytmie dnia **14.55** Pogoda **15.00** W rytmie dnia **15.40** Pogoda **15.50** Wydarzenia **16.30** Punkt widzenia Jankowskiego **18.00** Punkt widzenia Szubartowicza **19.15** Gość „Wydarzeń" **19.50** Debata Gozdyry **21.50** Wydarzenia wieczorne **22.30** Dzień na świecie **23.30** Obraz dnia **0.00** Punkt widzenia Jankowskiego **1.25** Punkt widzenia Szubartowicza

TVP Info

DVB T

10.00 Serwis info dzień **11.55** Za pięć dwunasta **13.00** Serwis info dzień **14.30** 14.30 **14.50** Serwis info dzień **15.45** Panorama **16.00** Dzień w godzinę **16.55** Sprawdzam to Extra **17.00** Teleexpress **17.15** Teleexpress Extra **17.35** Panorama **17.42** Wykrywacz kłamstw **18.00** Panorama **18.30** Kontrapunkt **19.25** Sprawdzam to Extra **19.30** 19.30 **19.58** Pytanie dnia **20.18** Niebezpieczne związki **21.00** Kwiatki polskie **21.45** Panorama **22.10** Oko na świat **22.30** Program inf.

TVP 3

DVB T

10.00 Złoty chłopak (295) **11.00** Gwiazdorska kuchnia Ani **11.35** Turystyczna jazda **11.50** Niezwykłe miejsca **12.00** Telekurier **12.30** Okrasa łamie przepisy **13.00** Agrobiznes **13.30** Bez trybu Justyna Dobrosz-Oracz **14.20** Poznaj region **14.30** Program informacyjny **15.00** Koronka do Miłosierdzia Bożego **15.20** Serwis Info **19.30** Z indeksem w ręku **19.45** Kryminalna siódemka **20.00** Dziennik regionów **20.13** Gość regionów **20.30** Telekurier **22.00** Dziennik regionów

TVP Rozrywka

8.25 Familiada **9.00** Va banque **9.35** Koło fortuny **10.10** Makłowicz w podróży **10.50** Postaw na milion **12.35** Familiada **13.15** Zmiennicy **14.20** Pan Mama **15.35** Europa da się lubić – nowe pokolenie **16.35** Kabaretomaniacy **17.25** Va banque **18.00** Koło fortuny **18.40** Okrasa łamie przepisy **19.45** Jaka to melodia? **20.25** Do śmiechu! **22.15** Malicki & Laskowik. The best of **22.50** Postaw na milion **0.40** Koło fortuny **1.55** Malicki & Laskowik. The best of **2.30** Kabaretomaniacy

Planete+

9.50 Polska z góry **10.20** Dokąd dzisiaj? **11.25** Motyle. Superbohaterowie przyrody **12.35** Niezwykłe podróże koleją **13.40** Podróż do wnętrza chmur **14.50** 360° – świat bez granic **15.50** Średniowieczne serce Czech **16.55** Zaginiona świątynia Artemidy **18.00** Dokąd dzisiaj? **18.40** Zaginiony lot MH370 **19.40** Odpowiedzialny biznes. Czyli jaki? **20.50** System przedszkolny NRD. Wstęp do piekła **22.00** Jak oligarchowie korumpują Zachód **23.10** Jak wygrać z Ku Klux Klanem

BBC Earth

8.25 Najpiękniejsze trasy spacerowe **9.25** Mroźna planeta II **10.30** Życie na pustkowiu **11.30** Skarby przeszłości i ich tajemnice **12.30** Najpiękniejsze trasy spacerowe **13.30** Mroźna planeta II **14.35** W okowach mrozu **15.35** Życie na pustkowiu **16.35** Fenomeny współczesnego życia **17.45** Mroźna planeta II **18.50** Najpiękniejsze trasy spacerowe **19.45** Na krawędzi katastrofy **20.55** W okowach mrozu **22.55** Życie z PTSD **0.00** Chirurdzy: kwestia życia i śmierci

Discovery Channel

8.00 Brudne skarby **9.00** Gorączka złota: na kłopoty Freddy Dodge **10.00** Budowa na końcu świata **11.00** Złoto drwali **12.00** Celnicy na straży Szwecji **13.00** Nagi instynkt przetrwania: tajemnicza wyspa **15.00** Złomowisko PL **16.00** Fani czterech kółek: w trasie **17.00** Nic do zgłoszenia **18.00** Porty **19.00** Złomowisko PL (1) **20.00** W oku cyklonu **21.00** Gorączka złota **22.00** Łowcy opali **23.00** Akta ekspedycji **0.00** Fani czterech kółek: w trasie **1.00** Zoom na architekturę

TVN Turbo

9.05 Fani czterech kółek **10.00** Raport Turbo **10.15** Samochód marzeń – kup i zrób **11.15** Wojny samochodowe **12.15** Naprawy nie do naprawy **13.00** Zawodowi handlarze **14.30** Wojny samochodowe **16.30** Jeździć, obserwować **18.00** Raport Turbo **18.15** Po raz trzeci. Sprzedane! **19.00** Ciężarówką przez Malezję **20.00** Co tu się odjechało? **20.30** Uwaga! Oszust: Ściema z ogłoszenia **21.00** Kupione, zrobione, sprzedane **22.00** Raport Turbo **22.15** Jeździć, obserwować

TVN Style

7.45 Dzień Dobry TVN **11.20** Jestem z Polski **12.20** Ugotowani **13.25** Kuchenne rewolucje: Restauracja „Ibis", Goszczanów / Restauracja „Esencja i smak", Pszów **15.35** Ugotowani **16.40** Ostre cięcie **17.40** Kuchenne rewolucje: Restauracja „James Bomba-lina", Białystok / Restauracja „Karuzela smaku", Warszawa / Restauracja „Zorba", Tychy **20.50** Zgłoś remont – spełniamy marzenia **21.50** Jestem z Polski **22.50** Hotel Paradise **23.45** Kochaj albo wróć **0.45** Do zobaczenia

Romance TV

8.40 Górscy ratownicy (137) **9.30** Statek marzeń **11.25** ★★★★ Lato w Amsterdamie – film obyczaj. Niemcy 2014 **13.20** Kryminał z Bolzano **15.15** ★★ Lato we Włoszech – romans Niemcy 2024 **17.05** Górski lekarz (5, 6) **19.00** Górscy ratownicy (138): Za wszelką cenę – część 2. **20.00** ★★ Inga Lindström: Decyzja podjęta nad rzeką – romans Niemcy 2005 **21.50** Dr Nice: Złamane serca **23.45** Górscy ratownicy (138) **0.45** ★★ Inga Lindström: Decyzja podjęta nad rzeką – romans Niemcy 2005

TVN Fabuła

5.05 Szkoła (68) **6.00** Seriaale **6.30** Dziewczyny z Hollywood **6.45** Julia (102, 103) **7.45** Detektywi **9.50** Młode gliny **10.55** Magda M. (4) **11.55** Prawo Agaty (2, 3) **13.55** Młode gliny **14.55** Detektywi **16.05** Na Wspólnej (196, 197) **17.10** Grażyna Torbicka zaprasza **17.55** ★★★ Gniew Tytanów – film przygod. USA/Hiszp. 2012 **20.00** ★★★★ Diuna – film sf USA/Kan. 2021 **23.15** ★★★ Odważna – dramat USA/Australia 2007 **1.45** ★★★ Jak boss – kom. USA 2020 **3.20** Alfabet filmowy

AMC

6.00 ★★★ Ukochana z sąsiedztwa – kom. USA 2006 **7.50** ★★ Tajemnica Stonehenge – film sf Kan. 2010 **9.45** ★★★ Supergliny z Miami – kom. Wł. 1985 **11.45** ★★ Supernowa (1) – film sf USA/RPA 2005 **15.25** ★★★ Nic nie widziałem, nic nie słyszałem – kom. krym. USA 1989 **17.35** ★★★ W ciemność. Star Trek – film sf USA 2013 **20.15** ★★★ Aligator – Lake Placid – horror USA 1999 **22.00** ★★★ Potrójne zagrożenie – film sens. Tajland./USA 2019 **0.00** ★★★ Ong Bak 3 – film sens. Tajland. 2010

BBC First

7.00 Co ludzie powiedzą? (7) **8.25** Zagadki doktora Blake'a (8) **9.40** Z pamiętnika położnej (5) **10.40** Ojciec Brown (6, 7) **12.40** London Kills (2) **13.40** Tajemnice Majorki (3) **14.30** Morderstwa w Midsomer (3) **15.20** Detektyw z Chelsea (3) **16.15** Tajemnice Brokenwood (3) **18.00** Morderstwa w Midsomer (6) **19.55** Śmierć pod palmami (8) **21.00** Na niebieskich światłach (5, 6) **23.10** Zaginiona (3) **0.15** Koroner (10) **1.10** Śmierć pod palmami (8) **2.10** Tajemnice Brokenwood (3)

TTV

DVB T

8.00 DeFacto **8.30** Kartoteka **10.35** Detektywi **12.35** Zakup w ciemno **14.35** Nic do ukrycia **15.35** Gogglebox. Przed telewizorem **16.45** Express **17.03** Raport smogowy **17.05** Sport **17.10** Nauka jazdy **17.40** Idź na całość **18.40** Żony Podlasia **19.45** Express **20.05** Zakup w ciemno **21.05** Zakup w ciemno Extra **21.45** Express **22.00** Życie na kredycie **23.00** Damy i wieśniaczki. PL **0.00** Detektywi **2.00** Dobra robota **2.35** 11 września: dni, które wstrząsnęły światem

Fokus TV

DVB T

6.05 48 h. Zaginieni (66) **7.00** Był sobie człowiek **8.55** Wehikuł czasu **9.00** Starożytni kosmici **11.00** Gwiazdy lombardu **12.00** Poszukiwacze historii: Zakazane pole: Tajemniczy sygnał w Wiązownicy **13.00** Wielkie konstrukcje III Rzeszy: wojna z Ameryką: Etos wojownika / Japońska wyspa śmierci **15.00** Przygody poszukiwaczy złota **16.00** Dorwać tuńczyka **18.00** Rolnicy. Podlasie **20.00** Galileo **21.00** Poszukiwacze historii **23.00** Zakochana w Hitlerze **0.00** Starożytni kosmici

National Geographic

9.00 Grecja: miejsce pełne tajemnic **11.00** Imperium Mongołów: historia Czyngis-chana **12.00** UFO: przełomowe śledztwa **12.55** Starożytne konstrukcje **14.55** Katastrofa w przestworzach: raport specjalny **15.55** Najdziwniejsze przedmioty **16.55** Ukryte pod miastami **17.55** Otchłań: powstanie i upadek nazizmu **19.00** Normandia '44: inwazja **20.00** Katastrofa w przestworzach **21.00** Morskie megamaszyny **22.00** Makro inżynieria **23.05** Największe katastrofy budowlane

Nat Geo Wild

10.00 Rodzinny biznes doktora Pola **11.00** Niezwykły dr Pol **12.00** Atakrekina: dochodzenie **13.00** Wspaniałe Filipiny **14.00** Afrykańska rzeka widmo **15.00** Królestwo krokodyli: Grumeti i Mara **16.00** Dzikie szlaki Europy **17.00** Pieśń lasu deszczowego **18.00** Olśniewająca Ameryka **19.00** Walki zwierząt **20.00** Niszczycielskie żywioły **21.00** Niezwykły dr Pol: Szczęśliwe szczeniaki / Halloweenowe przygody / Megaszczeniaki / Dzień jak co dzień / Zagadki medyczne **2.00** Wspaniałe Filipiny

Metro

6.20 Detektywi. Na zlecenie (25, 26) **7.40** Szpital (337-339) **10.40** Sędzia Anna Maria Wesołowska (568, 569) **12.40** Szkoła (702) **13.40** Fachowcy **14.25** Brzydula (225, 226) **15.35** Druga szansa (2) **16.45** The Floor **18.00** Złomowisko PL **19.00** Kartoteka (17, 18) **21.05** Kryminalni (8, 9): Śmierć za śmierć / Gdzie jest Maciek? **23.15** Kuba Wojewódzki **0.20** Zbrodnie z pierwszych stron gazet: Dziewięć lat w cieniu **1.20** Szpital (984) **2.20** Szkoła (709) **3.15** Nowa Maja w ogrodzie

TVP Historia

DVB T

8.20 Było, nie minęło... **9.25** Encyklopedia II wojny światowej **9.55** Polskie 100 lat **10.25** Wszystkie kolory świata **11.30** Ex libris **11.55** Świat w filiżance herbaty **12.50** Nieznana wojna na Północy **14.10** Zmiennicy (7) **15.15** Sensacje XX w. **17.20** Czas honoru (4) **18.30** Gdańsk 1939 **19.30** Flesz historii **20.00** Pitbull (11) **20.50** Zbrodnie sprzed lat **21.40** To był lipiec 1945 **22.40** Sensacje XX w. **0.30** Encyklopedia II wojny światowej **1.00** Pitbull (11) **1.50** Czas honoru (4)

TVP Dokument

DVB T

11.10 Świątynie świata **12.10** Saga prastarej puszczy **13.10** Jak pieniądz kształtował świat **14.15** W krainie pszczoły miodnej **15.15** Wielka naturalna bariera **16.20** Ssaki. Życie przed dinozaurami **17.20** Świątynie świata **18.20** Tatarzy polscy (3) **19.15** Człowiek ze złotym obiektywem – Marek Karewicz (s.27) **20.10** Jak pieniądz kształtował świat **21.15** Potoki, jeziora i wodospady Vorarlbergu **22.15** Kobieta w Kabulu **23.15** Niebezpieczne drogi **0.15** Sekrety dzikich kwiatów

Zoom TV

6.15 MacGyver (15, 16) **8.15** Strażnik Teksasu (14, 15) **10.05** Kobra – oddział specjalny (9, 10) **12.25** FBI (8, 9): W niebezpieczeństwie / Skok w ogień **14.30** Bitwa o palety **15.35** Wojny magazynowe: Kanada **16.55** Sensacje XX w. **19.00** Kobra – oddział specjalny (2, 3): Bez litości / Odlot **21.00** CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku (4, 5): Korporacyjni wojownicy / Taniec z rybami **23.05** Magia nagości. Czechy i Słowacja **0.25** Magia nagości. Polska **1.30** Magia nagości. Norwegia

TLC

8.00 Siostry wielkiej wagi **10.00** Wiza na miłość: na odwrót **12.00** Przyjaźń wielkiej wagi **14.00** Cztery żony i mąż **15.00** Mali ludzie, wielka rodzina **16.00** Siostry wielkiej wagi **17.00** Salon sukien ślubnych **18.00** Wiza na miłość: na odwrót **20.00** Wspólne życie XXL **21.00** Jak zostać amiszem **22.00** Siostry wielkiej wagi **23.00** Dr Pryszczylla: Balony pod oczami **0.00** Moje koszmarne stopy: Gotowi na lato **1.00** Wspólne życie XXL **2.00** Jak zostać amiszem **3.00** Siostry wielkiej wagi

Nowa TV

DVB T

6.00 Wehikuł czasu **6.20** TV Okazje **6.55** Wehikuł czasu **7.00** Disco Landia – nutki do pobudki **7.30** Wielkie wycieczkowce **8.30** Więzienie **10.00** Ojciec Brown (43, 44) **12.00** Śmierć pod palmami (44, 45) **14.00** Świat według Kiepskich (519, 520) **15.00** Świat według Bundych (63-68) **18.00** Całkiem nowe lata miodowe (1) **18.30** Miodowe lata **21.00** Zdrady (115) **22.00** Ślad (64-65, 109) **1.00** Łowca pedofilów **3.00** TV Okazje **3.50** Wehikuł czasu **4.00** Daleko od noszy (35, 36)

WP

DVB T

8.00 Pogoda **8.05** Policjanci z sąsiedztwa **9.05** Pogoda **9.10** Tłit **9.50** Pogoda **10.00** Strażacy z sąsiedztwa **11.00** Wariaci za kierownicą **12.00** Komisarz Cassandre: zbrodnie w Alpach (2) **14.00** Pokochaj lub sprzedaj – Vancouver **16.00** Pokochaj lub sprzedaj **16.50** Pogoda **17.00** Inspektor Vera (2) **19.00** Makłowicz w podróży **20.00** Policjanci z sąsiedztwa **21.50** Pogoda **22.00** Perypetie małżeńskie z Mistrzami Kabaretu **23.00** Mistrzowie kabaretu: Paranienormalni / Jurki

Anioły i demony

Ekranizacja bestsellerowej powieści Dana Browna - kontynuacji Kodu da Vinci

POLSAT 21:50 ★★★

Robert Langdon, wykładowca na Harvardzie, zostaje wezwany do położonego koło Genewy centrum badań jądrowych. Jego zadaniem jest zidentyfikowanie zagadkowego wzoru wypalonego na ciele zamordowanego fizyka. Langdon ze zdumieniem stwierdza, że jest to symbol bractwa Iluminatów – potężnej, lecz nieistniejącej od czterystu lat organizacji walczącej z Kościołem. Jak się okazuje, Iluminaci przetrwali w ukryciu do czasów współczesnych i planują vendettę.



Thriller USA/Włochy 2009, reż. Ron Howard, występują: Tom Hanks, Ewan McGregor, Stellan Skarsgård

American Psycho

Traci kontrolę nad chorymi skłonnościami, ale dzięki temu jego życie nabiera sensu

PARAMOUNT 22:30 ★★★★

Patrick Bateman sprawia wrażenie człowieka, który osiągnął wszystko. Jego ubiór i styl życia dopracowane są w najdrobniejszych szczegółach. Ale prowadzący śledztwo w sprawie o zabójstwo detektyw Donald Kimball podejrzewa, że Patrick jest seryjnym mordercą.



Człowiek ze złotym obiektywem – Marek Karewicz

Dokumentował świat muzyków, głównie jazzowych i rockandrollowych

TVP DOKUMENT 19:15

Autorzy przypominają największe sukcesy Marka Karewicza jako fotografika i autora okładek płytowych. W dokumencie znalazły się rozmowy z muzykami, menedżerami branży muzycznej, artystami i dziennikarzami.



SERIALE

Pierwsza miłość

POLSAT 18:00



Zaniepokojony Maurycy dociera na Podlasie i dowiaduje się od roztrzęsionego Zdzicha o nagłym porodzie Lucynki i o tym, że pogotowie nie zdążyło dotrzeć na czas. Szymon wbrew zaleceniom lekarza postanawia zabrać żonę w daleką podróż kamperem. Gdy Paweł dowiaduje się, że Artur stracił mieszkanie, robi mu awanturę, ale też rozwiązuje problem. Obaj z córkami trafiają pod jeden dach. Ich pierwszy wspólny wieczór psuje jednak wiadomość od Emanuela.

Barwy szczęścia

TVP 2 20:05



Bruno uświadamia Karolinie, że nie zgodził się na jej powrót do hotelu, co na nowo zaognia ich małżeński spór. Tymczasem Kasia drży o Ksawerego, który spędza czas w mieście z ryzykownym towarzystwem. Rawiczowa donosi uwięzionemu Cezaremu, że Natalia jest sama, podczas gdy mecenas Zwoleńska wskazuje Majakowi kryjówkę noża użytego do ataku na Michała i prosi o pomoc Marcina.

Na Wspólnej

TVN 20:15



Elena ma jutro wstępną rozprawę o opiekę nad synkiem. Wydaje się to bagatelizować. Włodek zwraca jej uwagę, żeby skupiła się tylko na tym i odpuściła przygotowania do otwarcia baru. Dorota przekonuje Elenę, że potrzebny jej adwokat, ale Kurkowej nie stać na pomoc prawną... Jest w szoku, kiedy pojawia się... Darek Żbik!

TELEMAGAZYN

Redakcja: Magdalena Dańda-Pyzik, Ingrid Hintz-Nowosad **Dyrektor artystyczny:** Tomasz Bocheński **Grafik i fotoedytor:** Jacek Mosiński **Foto:** Sylwia Dąbrowa **Wydawca:** Polska Press Sp. z o.o. **Redakcja:** ul. Domaniewska 45, 02-672 Warszawa, tel. 451 172 430, telemagazyn@polskapress.pl **Reklama:** Luiza Zimna, tel. +48 514 800 822, luiza.zimna@polskapress.pl

Menedżer produktu: Izabela Marciniak, tel. 502 499 380, izabela.marciniak@polskapress.pl **Druk:** Eurodruk Poznań; **Serwis tv i foto:** media-press.tv **Reklama:** strony 7, 9, 13, 28 **Zdjęcie na okładce:** Materiały prasowe

Telefony dla widzów: **TVP** 22 547 44 50; **Polsat** 22 514 52 50; **TVN** 22 856 61 61

eprasa.pl 775b675a4b

REKLAMA

WIELKI JUBILEUSZ 150-LECIA OBJAWIEŃ MARYI W POLSCE.

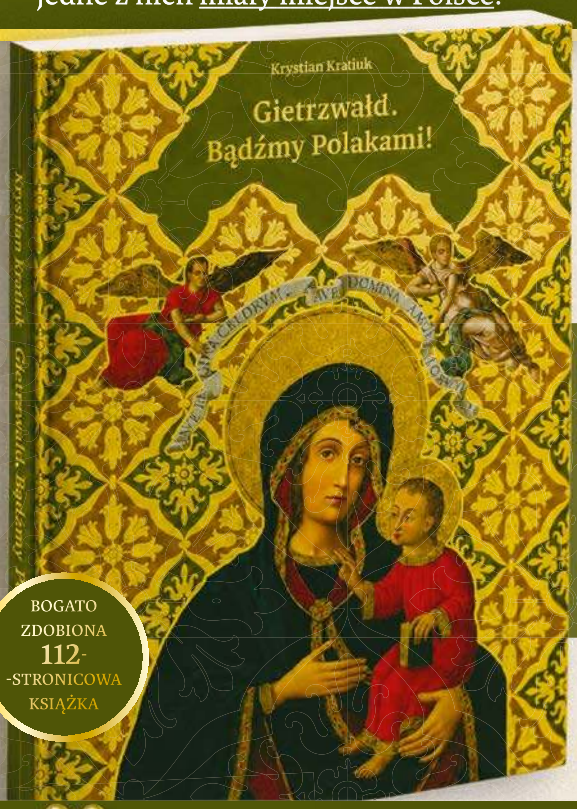
Znasz ich treść?



150. ROCZNICA OBJAWIEŃ GIETRZWAŁD 1877 – 2027

Czy wiesz, że...

- w całej historii Kościoła tylko kilkanaście objawień Maryjnych zostało oficjalnie uznanych przez Stolicę Apostolską;
- jedne z nich miały miejsce w Polsce!



BOGATO ZDOBIONA 112-STRONICOWA KSIĄŻKA

W 1877 roku w Gietrzwałdzie, niepozornej wsi na Warmii, dwójce dzieci ukazała się Matka Boża siedząca na polskim tronie. Objawiła się jako Królowa kraju, który był wówczas pozbawiony nie tylko władcy, ale i własnej państwowości czy granic. Maryja wezwała Polaków do nawrócenia, koniecznego aby Jej królestwo na ziemi mogło odrodzić się i wzrastać w chwale.

Czy Polacy spełnili prośby Matki Zbawiciela? **Odpowiedź znajdziesz w wyjątkowej książce…**

Każdy Polak powinien znać te objawienia! Poznaj je i Ty! TERAZ!

Książka pt. *Gietrzwałd. Bądźmy Polakami!* zawiera wszystko, co każdy katolik powinien wiedzieć o objawieniach w Gietrzwałdzie:

- kontekst historyczny, w jakim doszło do objawień;
- dokładną treść przesłania Matki Bożej do narodu polskiego;
- rolę Gietrzwałdu w całej historii objawień Maryjnych;
- historię obrania Matki Bożej na Królową Polski.



Autor publikacji, **Krystian Kratiuk**, jest redaktorem naczelnym portalu PCh24.pl, zajmującego się sprawami wiary i Kościoła. Tematykę objawień w Gietrzwałdzie zgłębiał przez wiele lat. Ta książka jest zwieńczeniem jego pracy.

Wartość książki to jedyne 12 zł. Odbierz teraz, a otrzymasz w prezencie:



Poświęcony różaniec wydany z okazji **150. rocznicy objawień w Gietrzwałdzie.**



Kartę Zawierzenia, dzięki której możesz przesłać swoje podziękowania i prośby do Gietrzwałdzkiej Pani!



Poświęcony przez kapłana duży, piękny obrazek z wizerunkiem Matki Bożej Gietrzwałdzkiej.

Zatem nie zwlekaj i…

JUŻ DZIŚ SIĘGNIJ PO KSIĄŻKĘ *GIETRZWAŁD. BĄDŹMY POLAKAMI!*

zadzwoń:
12 444 78 88
i podaj kod:
01 00 07

lub

wyślij SMS
o treści **1 00 07** pod nr:
661 007 676
(koszt zwykłego SMS-a)

lub

zeskanuj kod QR lub odbierz książkę na **Gietrzwald.org**

eprasa.pl 775b675a4b