

NETFLIX

Disney+

HBO max

prime video

CANAL+

5.06.-11.06.2026

Popularny magazyn telewizyjny

Nr 23  
1 czerwca 2026  
cena 4,49 zł  
w tym 8% VAT

Nr indeksu 37836A

# Telegazeta

aż **100** stron

Program 98 stacji TV

NA CZASIE:

**JOHN TRAVOLTA  
I JEGO POWRÓT  
NA SZCZYT**

**BLISKO LUDZI:**  
• To znajdziesz teraz  
na etykietach  
żywności

# ALICJA SZEMPLIŃSKA KAMIL BEDNAREK 63. KRAJOWY FESTIWAL POLSKIEJ PIOSENKI W OPOLU

PODZAS TEGO COROCZNEGO ŚWIĘTA MUZYKI  
SPOTKAMY SIĘ ZARÓWNO Z LEGENDAMI ESTRADY,  
JAK I Z OBIECUJĄCYMI DEBIUTANTAMI



MECZ OTWARCIA

**MISTRZOSTWA ŚWIATA  
W PIŁCE NOŻNEJ**



SIATKÓWKA

**LIGA  
NARODÓW  
MĘCZYZN**

PREMIERA W TVP 2

**WYŻSZA  
SZKOŁA JAZDY**



PÓŁFINAŁ

**FESTIWAL  
ZACZAROWANEJ  
PIOSENKI**

SZPITAL  
ŚW. ANNY

WYWIAD

**JOANNA  
LISZOWSKA**

**KUCHNIA NAJLEPSZE CIASTA Z BUDYNIEM NA KAŻDĄ OKAZJĘ**

ISSN 1230-7912  
9 77 1230 791600

Numer  
w sprzedaży  
do 7.06.2026

najpiękniejsze  
melodie

RADIO  
**Pogoda**



*Bonitas &  
polecam  
Ewa Bień*

Warszawa 88,4 FM • Gdańsk 87,8 FM • Bydgoszcz 103,5 FM • Poznań 103,4 FM  
Wrocław 106,1 FM • Opole 104,1 FM • Kraków 102,4 FM • Katowice 94,5 FM

## CHIRURDZY

## Lekarze wciąż na topie

Seriali medycznych nigdy dosyć! Z takiego założenia najwyraźniej wychodzą Shonda Rhimes i Ellen Pompeo, czyli kolejno pomysłodawczyni i gwiazda „Chirurgów”

– niebawem wyprodukuje wspólnie kolejny (już trzeci!) spin-off głośnej serii. Nienazwana jeszcze seria ma opowiadać o pracy lekarzy w centrum medycznym w zachodnim Teksasie. Na razie nie wiadomo, jak fabuła nowego serialu ma się łączyć z pozostałymi produkcjami ani nawet czy wśród bohaterów zobaczymy kogoś z pracowni-

ków Seattle Grace Hospital. Tymczasem w przygotowaniu jest już 23. sezon „Chirurgów”. Premiera prawdopodobnie jesienią!

JK



## HERKULES POIROT

## W nowej odsłonie



Belgijski detektyw znów zagości na ekranach! Stacje i platformy streamingowe stoczyły zaciętą walkę o prawa do nowej adaptacji książek Agathy Christie – ostatecznie

wygrała BBC. W planach są co najmniej trzy sezony serialu. Trwają poszukiwania odtwórcy głównej roli, a zdjęcia mają ruszyć jeszcze tego lata. Za scenariusz odpowiada Benji Walters, współtwórca m.in. Netfliksowego „Lamparta”. Hercule Poirot jest bohaterem ponad 30 powieści i 50 opowiadań, filmowcom nie zabraknie więc materiału. A my w oczekiwaniu na premierę możemy obejrzeć kultowy serial z Davidem Suchetem (dostępny za darmo w TVP VOD).

JK

W życiu Malcolma i Stomila absurd goni absurd.



## ESKAPADA XD

## Podbiją świat biznesu?

Malcolm i Stomil (Tomasz Włosok, Michał Balicki) próbowali już szczęścia na emigracji i podjęli trud edukacji (a ich znajomy pan Zbyszek o twarzy Michała Czerneckiego zabrał nas na ekspedycję). Teraz przyszedł czas na „ESKAPADĘ XD”. W najnowszej odsłonie serialu przyjaciele liczą na szybki

zarobek w świecie garniturów, delegacji i wielkich interesów. Czy wszystko pójdzie zgodnie z planem? Pewnie nie, jak to w życiu. Ekipa weszła już na plan. Scenariusz znów stworzyli wspólnie reżyser Łukasz Kośmicki oraz Malcolm XD, pomysłodawca całej serii, który tu pełni również funkcję producenta kreatywnego. JK

## MUST BE THE MUSIC

## Na scenie z jurorami

Talent show szuka kolejnych uczestników (castingi odbędą się we wrześniu, ale już dziś można wypełnić formularz na stronie stacji), a tymczasem Miurosh zaprosił dwie finalistki 13. edycji do udziału w projekcie „Pieśni Współczesne – Antologia”. Marcycha i Asia Smajdor wystąpią podczas wyjątkowego koncertu już

20 czerwca. Tego dnia na scenie spotka się ponad 130 artystów z różnych muzycznych światów, w tym Natalia Szroeder, Jakub Józef Orliński, Igor Herbut oraz zespół „Śląsk”. Wydarzenie na żywo obejmą widzowie w Arenie Katowice. Polsat planuje retransmisję, ale data nie jest jeszcze znana. JK

Marcelina „Marcycha” Ruczyńska oczarowała wszystkich podczas niedawnego finału.



Nie obyło się bez zamieszania – jury w kategorii „najlepszy reżyser” przyznało dwie nagrody, ale na ceremonii przygotowano tylko jedną statuetkę...



„Ojczyzna” nawiązuje do prawdziwych wydarzeń z 1949 roku.

## 79. MIĘDZYNARODOWY FESTIWAL FILMOWY W CANNES

# Już wkrótce w kinach!

Paweł Pawlikowski z Cannes co prawda wrócił bez głównej nagrody (ta powędrowała do dramatu „Fiord” Cristiana Mungiu), ale za to ze statuetką dla najlepszego reżysera (jury wyłoniło w tej kategorii dwoje laureatów – nagroda powędrowała także do Javiera Calvy i Javiera Ambrossiego, twórców dramatu historycz-

nego „La bola negra”). My nagrodzony film Pawlikowskiego, „Ojczyzna”, będziemy mogli obejrzeć w kinach już od piątku 19 czerwca. To biograficzna opowieść o relacji pisarza Thomasa Manna i jego córki Eriki (w tych rolach Hans Zischler i Sandra Hüller) oraz ich wspólnej podróży po powojennych Niemczech. JK



STANISŁAW JANICKI (1933-2026)

## O filmie wiedział wszystko

Pewnego dnia Stanisław Janicki odebrał telefon od koleżanki pracującej w telewizji. Prosiła, żeby poprowadził magazyn na żywo. Choć nie miał wiele czasu na przygotowanie, krytyk i dziennikarz w roli prezentera sprawdził się tak dobrze, że niebawem został już stałym gospodarzem „W starym kinie” – najdłu-

żej nadawanego programu filmowego w historii polskiej telewizji (na antenie utrzymał się przez ponad 30 lat). Niestety, kolejne pokolenia z wiedzy Janickiego będą mogły korzystać już tylko dzięki materiałom archiwalnym – słynny redaktor, wykładowca, reżyser i scenarzysta zmarł 25 maja, w wieku 92 lat. JK

## MAREK KONDRAT

# Powrotu ciąg dalszy?

Kiedy kilkanaście lat temu ogłosił, że rezygnuje z aktorstwa, nie wszyscy w to wierzyli. Marek Kondrat okazał się jednak czło- wiekiem słownym i dopiero możliwość zagrania Rzeckiego w nowej filmowej „Lalce” skłoniła go do powrotu przed kamerę. Teraz zaś zgodził się wystąpić w Teatrze Telewizji!

Rozmowy na ten temat trwały aż dwa lata; ostatecznie aktor wcieli się w Doktora w nadchodzącej adaptacji „Króla Maciusia Pierwszego”. – Gdy złożyłem mu tę propozycję, powiedział, że ciekawie się składa, bo w filmie z 1957 roku zagrał jego wujek – mówi Michał Kotoński, dyrektor Teatru Telewizji. Premiera jesienią. JK



## MŁODE GLINY

# Na służbie

W maju na plan wróciła ekipa „Młodych glin”. Co ważne, w mocno powiększonym składzie – od 2. sezonu do obsady dołączyli m.in. Paweł Dełąg, Józef Pawłowski, Oliwier Witek, Magdalena Wieczorek, Arkadiusz Detmer oraz Jakub Wierczorek! A co słychać u dobrze nam już znanych bohaterów? W nadchodzących odcinkach Izę (Anna Dereszowska) czeka poważny dylemat, kiedy prywatne sprawy zaczną wpływać na jej obowiązki zawodowe, Michalina (Mayu Gralińska-Sakai) po powrocie z Paryża nawiąże bliską relację z kolegą z pracy, a w życiu Sandry (Dominika Kryszczyńska) ponownie pojawi się ojciec jej dziecka... JK



FILMBOX+ ONE

# Jeszcze więcej

Już 10 czerwca Kino TV zmieni się w FILMBOX+ One. Pod nową nazwą stacja zaprosi nas na spotkanie z ponadczasowymi historiami, jak „Niekończąca się opowieść” czy „Peacemaker”. Zmiany obejmą też pozostałe kanały z oferty: FILMBOX+ Hits postawi na głośne produkcje, jak seria „Iluzja”; FILMBOX+ Emotion na bohaterów z krwi i kości; FILMBOX+ Festival zaś na kino autorskie. W FILMBOX+ Action możemy liczyć na widowiskowe filmy akcji z „Atomic Blonde” na czele (emisja 11 czerwca o 20.00), a w FILMBOX+ Comedy – na dużo powodów do śmiechu. Warto też zajrzeć do serwisu VOD FILMBOX+ Stream. JK





## ZONA DLA POLAKA

# Pod słońcem Australii

Kawalerowie z Chicago mieli już szansę znaleźć swoje drugie półowki; tak samo samotni z Toronto. Pora więc zmienić kontynent! W trzeciej edycji randkowego show Kacper Kuszewski będzie swatał Polaków mieszkających w Australii. Na stronach związanych z tamtejszą Polonią pojawiły się ogłoszenia o castingu na

uczestników programu. „Szukamy singli i singielek (25–60 lat) polskiego pochodzenia mieszkających w Australii, którzy marzą, by poznać swoją drugą półowkę z Polski” – pisze produkcja. I zachęca: „Z nami przeżyjesz coś autentycznego”. Nabór dopiero rusza, na nową edycję poczekamy więc pewnie do zimy. JK

# Naga prawda



**LIDIA STANISŁAWSKA**

## Anekdoty o artystach

Ewa epatuje kobiecością, urodą i... nie bójmy się tego określenia – seksem. Poszła kiedyś w Hiszpanii z koleżankami na plażę, by niezbędnie swoje boskie ciało. Znalazły miejsce wydzielone, gdzie można być golusienko całkiem w zgodzie z prawem. Relaksowały się rozkosznie! Nagle do ich uszu dotarły znajomo brzmiące dźwięki w mowie nadwiślańskiej. Oto zbliżała się grupa rodaków i, przebóg, Ewa została rozpoznana! Zapracowała w końcu na znane lico! Otuliła

się chustą. No i zaczęło się. Autografy, wspólne zdjęcia, ogólne zamieszanie. Nieco zirytowana zażartowała, że czuje się trochę jak miś na Gubałowie, a jemu chociaż wrzucają do kapelusza jakieś złotówki. „O, w razie czego tu jest mój słomkowy kapelusz!”. Grupa popadła w zakłopotanie. Zmieszani, biorąc to na serio, zaczęli się tłumaczyć, że są tu na emigracji i nie mają złotówek i szybko się oddalili. I co? Ewie do zarabiania muszą wystarczyć role!



**EWA KASPRZYK**

## ULGA DLA ZMĘCZONYCH NÓG

# Miałem ciężkie nogi

Georg, emerytowany rolnik, zawsze dbał o sprawność fizyczną. Mimo to pojawiły się u niego przykre dolegliwości nóg, które go ograniczały. Na szczęście znalazł wsparcie w postaci Active Legs™.



Georg ma 75 lat i mieszka w Danii, gdzie ma gospodarstwo rolne. Jest pogodny i zawsze był aktywny fizycznie. Tańczył i jeździł konno, gdy tylko pojawiła się okazja. Jednak od kilku lat zaczął odczuwać dolegliwości nóg.

funkcjonowanie żył, witamina C ma wpływ na prawidłowe funkcjonowanie naczyń krwionośnych, a o sośnie śródziemnomorskiej również wcześniej słyszałem” – wyjaśnia Georg.

### Dyskomfort w nogach

Georg jest na emeryturze, ale nadal zajmuje się swoim lasem. Wymaga to dużej aktywności fizycznej. „Moje nogi były ciężkie i zmęczone a to mnie ograniczało”.



Na szczęście Georg znalazł wsparcie w tabletkach Active Legs z witaminą C, liśćmi winorośli i korą sosny. Teraz może dalej prowadzić aktywne życie.

### Woda przynosiła ulgę

Georg próbował sam znaleźć sposób na problemy z nogami. „Aby załagodzić dolegliwości, polewałem nogi zimną wodą i to pomagało, ale tylko chwilowo” – mówi.

Kiedy więc przeczytał o Active Legs, postanowił go wypróbować. „Brzmiało to interesująco. Liście winorośli mogą wspierać

### Pozytywne doświadczenie

Po jakimś czasie Georg poczuł poprawę. „Nie mogłem uwierzyć! Nastąpiła duża poprawa.” Georg stosuje Active Legs od kilku miesięcy i jest bardzo zadowolony. „Naprawdę polecam ten produkt każdemu z podobnymi problemami” – podsumowuje z zadowoleniem.

## Korzyści z Active Legs™

Produkowany w Szwecji suplement diety Active Legs wspiera funkcjonowanie żył i naczyń krwionośnych. Jego składniki bioaktywne pomagają zmniejszyć uczucie zmęczonych nóg. Ekstrakt z liści winorośli redukuje uczucie ciężkich nóg i wspiera pracę żył, kora sosny morskiej poprawia krążenie, a witamina C wspomaga produkcję kolagenu, który jest ważny dla funkcjonowania naczyń krwionośnych.



## Zapytaj o Active Legs™ skandynawskiej firmy New Nordic

Dostępny w aptekach i na [www.newnordic.pl](http://www.newnordic.pl) w opakowaniach zawierających 30 tabletek.

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

Kod BLOZ 3348161 ułatwi zamówienie produktu.



[www.newnordic.pl](http://www.newnordic.pl)  
tel.: +48 22 212 54 10

New Nordic Healthbrands Polska Sp. z o.o.

Ulga dla zmęczonych i ciężkich nóg!





JOANNA LISZOWSKA

# Coś zawsze musi się wydarzyć

Trudno w to uwierzyć, ale w tym roku mija 25 lat od jej debiutu na scenie. Wciąż jest piękna, tryska energią, a zawodowo rozwija skrzydła zarówno w teatrze, jak i na małym ekranie. Ostatnio możemy ją oglądać w roli dr. Katarzyny Hajduk w serialu „Szpital św. Anny”. Dalsze losy jej bohaterki poznamy we wrześniu w czwartym sezonie serialu.

➔ SZPITAL ŚW. ANNY 50

6.06 godz. 14.45 TVN 7

**K**iedy przemienia się Pani w dr Katarzynę Hajduk – gdy zakłada Pani lekarski strój, a może w chwili wejścia na plan?

To jest proces, który bardzo lubię. Najpierw ubieram kostium, potem idę do charakteryzacji i powolutku budzi się we mnie Kaśka. Do tego dochodzą kwestie techniczne, w tym dotyczące kamery. Muszę wiedzieć, jaką mam przestrzeń do poruszania się na planie. Dokładnie przegadujemy całą scenę. I kiedy to wszystko jest już ustalone, zaczynam budować emocje, które mają pojawić się w danej relacji. Trochę inaczej ten proces wygląda w teatrze...

...który, dodajmy, jest Pani ukochanym miejscem pracy. Uwielbiam teatr! I chociaż zawodowo robiłam różne rzeczy związane z aktorstwem, to zawsze byłam wierna teatralnej scenie. Czasami było jej mniej, czasami więcej, ale zawsze musiała być obecna w moim życiu. Teatr to moje korzenie, moja podstawa. W tym roku mija 25 lat od mojego debiutu teatralnego. Przez te wszystkie lata czerpię z tego, że występuję na scenie. Praca w serialu trochę inaczej wygląda, bo kamera wszystko wyłapuje, więc wyrazistość i ekspresja, tak potrzebne w teatrze, tutaj

## W KILKU SŁOWACH

Ur. 12 grudnia 1978 roku w Krakowie. W 2001 roku ukończyła PWST w Krakowie. W tym samym roku zadebiutowała w Teatrze Wielkim w Warszawie, a także zajęła trzecie miejsce na Przeglądzie Piosenki Aktorskiej we Wrocławiu. Ma na koncie wiele ról, m.in. w serialach, takich jak: „Na dobre i na złe”, „Przyjaciółki” oraz „Leśniczówka”, a ostatnio też w „Szpitalu św. Anny”. Zawodowo spełnia się zarówno jako aktorka, jak i wokalistka. Jest mamą dwóch córek: Emmy (ur. w 2011 r.) i Stelli (ur. w 2013 r.).

są raczej przeszkodą. Cieszy mnie jednak, że mogę doświadczać aktorstwa na te dwa sposoby.

**Na planie „Szpitala św. Anny” jest wielu aktorów, którzy na co dzień grają też w teatrze.**

To prawda. Pod tym względem stanowimy naprawdę niesamowitą ekipę. Nawet w epizodycznych rolach pojawia się wielu aktorów z krakowskich teatrów.

**Wśród nich są może Pani znajomi – wszak to Pani rodzinne miasto i ukończyła Pani tamtejszą PWST.**

Ależ oczywiście! Spotkałam się na przykład z Rafałem Dziwiszem, aktorem Teatru im. Słowackiego w Krakowie, który gra w serialu ordynatora Zychowicza. Zaraz po ukończeniu studiów wystąpiłam u jego boku w sztuce „Wielebni” w reżyserii Kazimierza Kutza – to była moja pierwsza rola w Teatrze Telewizji. I po tylu latach spotkaliśmy się ponownie w pracy! Bardzo mnie to ucieszyło.

**Jest Pani gotowa, żeby zostać w „Szpitalu św. Anny” na tyle lat, co w „Przyjaciółkach”?**

Czyli co najmniej na czterenaście? Nie myślę o tym. Tak naprawdę z miesiąca na miesiąc wpisuję w kalendarz dni zdjęciowe, żeby nie kolidowały z innymi zobowiązaniami zawodowymi. Na razie bardzo cieszę się z udziału w tym projekcie i daję z siebie wszystko, bo świetnie mi się tutaj pracuje. Mam ogromne szczęście, że trafiłam do kolejnego serialu, w którym

czuję się komfortowo. Mimo zmęczenia, zabiegania i licznych obowiązków, jakie mam jako kobieta i matka, z przyjemnością tutaj przyjeżdżam. Nie byłabym w stanie wytrzymać w żadnym projekcie, gdybym nie lubiła ludzi, z którymi pracuję. Poza tym wychodzę z założenia, że liczy się „tu i teraz”. Co ma być, to będzie. Wiadomo, że jeżeli rozpoczynam coś nowego, chciałabym, żeby trwało jak najdłużej.

**„Szpital św. Anny” zadebiutował w ubiegłym roku i szybko podbił serca widzów. Już po pierwszym sezonie serial zdobył Telekamerę Tygodnia.**

To było dla nas fantastyczne, ogromne zaskoczenie! Zobaczyliśmy, że zostaliśmy zauważeni i docenieni. Bardzo nas do podbudowało. Wszyscy cieszymy się, że tak szybko zdobyliśmy życzliwość i sympatię widzów. Nie ma przecież lepszej nagrody za naszą pracę.

**Siłą tego serialu są znakomici aktorzy, ale także ciekawe wątki obyczajowe. Pani bohaterka w pracy niesie pomoc dzieciom, ale w życiu prywatnym zmaga się z bolesnym rozwdem.**

Znakomicie czuję się w tej roli. Cieszę się, że stawiane są przede mną wyzwania aktorskie. Podobają mi się scenariusze. Świetnie się je

czyta i naprawdę jest co grać. Myślę, że ten wątek, dotyczący drastycznych sytuacji w relacjach damsko-męskich, w tym rozpadu związku – a taką sytuację przeżywa moja bohaterka z mężem Bartkiem (Maciej Makowski, od red.) – jest szczególnie poruszający dla kobiet. A jeśli dochodzą do tego dzieci, to taka historia zyskuje jeszcze większy ładunek emocjonalny. Zapewne wiele widzek odnajdzie w tym sytuacji z własnego życia.

**Wielką wartością tego serialu jest połączenie wątków medycznych z osobistymi bohaterów.**

Zgadzam się. Bardzo lubię, kiedy moja postać ma do rozwiązania przypadki medyczne powiązane z psychiką pacjenta. A ponieważ Kaśka jest nie tylko bystrą lekarzką, ale także świetnym psychologiem, szybko potrafi odkryć dodatkowe przyczyny danej choroby. Często dokopuje się np. do trudnych relacji z rodzicami. Mało tego, zdarza się, że w niektórych sytuacjach odnajduje także źródło swoich problemów. I to jest bardzo ważne, że nasze bohaterki są nie tylko lekarzami, ale też zwykłymi kobietami, które przychodzą

*„Nie byłabym w stanie wytrzymać w żadnym projekcie, gdybym nie lubiła ludzi, z którymi pracuję.”*

Od 1. odcinka

**W „Szpitalu św. Anny” gra Katarzynę, która niesie pomoc innym, choć sama doświadcza trudnych sytuacji w życiu osobistym.**

do pracy, niosą ze sobą bagaż problemów z prywatnego życia. Mimo to muszą być absolutnie profesjonalne i skupione, ponieważ biorą odpowiedzialność za zdrowie, a często i życie pacjentów, co nieraz jest bardzo trudne.

**Czy sceny pełne emocji są największym wyzwaniem?**

Owszem, a jednocześnie to one najbardziej nas aktorsko pobudzają! Co tu dużo kryć – jeżeli mamy sielankową relację, gdzie jest miło i sympatycznie, to czy na dłuższą metę nie stanie się to dla widza nudne? Coś zawsze musi się wydarzyć, jakiś zakręt, kłoda czy kolec. Dopiero wtedy zaczyna się robić ciekawie. Zresztą doskonale wiemy, że życie na tym polega – sielanka nie trwa wiecznie. Może to i dobrze, bo pewne zawrośnięcia, jeżeli się z nich wyjdzie, powodują, że bardziej potrafimy docenić to, co było wcześniej, albo to, co mamy teraz.

**ROZMAWIAŁA  
MARZENA JURACZKO**



**PPRZYJACIÓŁKI (2012-2025)**

Przez 14 lat grała Patrycję. Na zdjęciu z Małgorzatą Sochą i Magdaleną Stuzińską-Brauer.



**LEŚNICZÓWKA (2023-2024)** Do serialu dołączyła jako Lilka, ukochana Roberta (Przemysław Stippa).



**PIĘKNA LUCYNDĄ (OD 2019)**

Przebojowa sztuka wystawiana w warszawskim Teatrze 6. piętro. Na zdj. z Adrianą Kalską.

## wokół ekranu

### HALLE BERRY

Zaczęła jako siedemnastolatka od udziału w konkursie piękności. Później uczestniczyła w licznych modowych pokazach, ale ciągle chciała czegoś więcej. Udało jej się dostać niewielką rolę w sitcomie „Living Dolls”, dzięki której zauważył ją Spike Lee i obsadził w filmie „Malaria”. Potem była komedia „Bumerang”, gdzie pojawiła się u boku Eddiego Murphy’ego i jej kariera ruszyła z kopyta. Dziś na koncie ma Oscara i rolę dziewczyny Bonda. We „Flinstonach” gra przebiegłą sekretarkę.

➔ FLINSTONOWIE PT 5.06 godz. 13.55 KINO TV

### MODELKI AKTORKAMI

# Nie tylko uroda...

Prawie wszystkie zaczynały na wybiegach. Potem, głównie ze względu na ich urodę, zapraszano je przed kamerę i... musiały udowodnić znacznie więcej niż zawodowe artystki. Jednak niektórym z nich udało się sprawić, że przestano mówić o nich „była modelka”, a zaczęto nazywać aktorką!



### SHARON STONE

Najpierw rzuciła studia, by zostać modelką. Potem zaczęła myśleć o aktorstwie. – Spakowałam walizki, wróciłam do Nowego Jorku i stanęłam w kolejce, aby zostać statystką w filmie Woody’ego Allena – wspominała. I rzeczywiście została nią we „Wspomnieniach z gwiazdowego pyłu”. Ale na prawdziwy debiut musiała zaczekać. Wprawdzie zagrała w „Kopalniach króla Salomona” i w czwartej części serii „Akademia policyjna”, ale dopiero udział w filmach Paula Verhoevena – „Pamięć absolutna” i „Nagi instynkt” sprawiły, że zaczęto myśleć o niej jako aktorce.

➔ AKADEMIA POLICYJNA 4: PATROL OBYWATELSKI  
ND 7.05 godz. 13.30 WARNER TV

### MILLA JOVOVICH

Modelką została jako dwunastolatka, a pierwszy raz na ekranie pojawiła się rok później w „Nocnym pociągu do Katmandu”. Ale prawdziwy rozgłos przyniósł jej „Powrót do błękitnej laguny”, a uznanie rola w „Piątym elemencie” Luca Bessona. Potem stała się gwiazdą serii filmów „Resident Evil”. Choć od lat występuje w licznych dramatach, dla większości kinomanów na zawsze zostanie wojowniczą Alice z dzieł swego męża, Paula W.S. Andersona.

➔ RESIDENT EVIL  
SO 6.06 godz. 22.00 AMC HD



### CAMERON DIAZ

Piękna blondwłosa nastolatka z Kalifornii już w szkole średniej podpisała kontrakt z Elite Model Management i pojawiła się w reklamach Calvina Kleina i Levi'sa. Pięć lat później trafiła na casting do filmu „Maska”, a po tym jak go wygrała, zaczęła brać lekcje aktorstwa. Ale zanim poznała techniki gry, okrzyknięto ją symbolem seksu. Przez kolejne lata, grając w dramatach i filmach kostiumowych udowodniła, że śmiało można nazywać ją aktorką. W „Gangach Nowego Jorku” zagrała oszustkę Jenny Everdeane.

➔ **GANGI NOWEGO JORKU CZ**  
**11.06 godz. 20.00 STOPKLATKA**



### KIM BASINGER

Na początku lat 70. zeszłego wieku pojawiła się na wielu okładkach i w reklamach. Ale cały czas marzyła o podbiciu Hollywood. Pracowała na wybiegach, śpiewała w nocnych klubach i... uczyła się aktorstwa. Na dużym ekranie zadebiutowała w westernie „Kraj dla twardej”, potem została dziewczyną Bonda w „Nigdy, nie mów nigdy”, a w 1986 roku zagrała w „9 i 1/2 tygodnia”. I filmowy świat oszalał na jej punkcie. Po rolach w kinie akcji i komediach zaczęła grywać w dramatach – w 1998 roku zgarnęła Oscara za „Tajemnice Los Angeles”. A w „Strażniku” z 2006 roku zagrała żonę prezydenta.

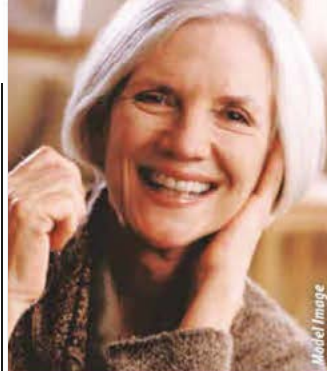
➔ **STRAŻNIK**  
**SO 6.06 godz. 20.00 TVP 2**



### ANDIE MACDOWELL

Zanim w 1994 roku zdobyła Złoty Glob, przekonała się, że okładki w „Vogue”, billboardy na Times Square czy udział w reklamówkach Calvina Kleina nie wystarczą, by przyciągnąć do siebie krytyków filmowych. Bo ci nie mieli litości, oceniając jej pierwszą rolę, którą zagrała w „Greystoke: Legenda Tarzana, władcy małp”... Ale ona się nie poddała! Zainwestowała w prywatne lekcje aktorstwa i cztery lata później zachwyciła rolę w filmie „Seks, kłamstwa i kasety wideo”. W kultowym już „Dniu świstaka” wcieliła się w Ritę, której po wielokroć próbuje zaimponować Phil (Bill Murray).

➔ **DZIEŃ ŚWISTAKA SO 6.06 godz. 14.15 SCI FI**



### CZUŁAM SIĘ WYŁĄCZONA...



### FAKTY O GRYPE I MIŁORZĘBIE

#### PRODUKOWANY W SKANDYNAWII TONE ZAWIERA:

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

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

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

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

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

**Wyciąg z czarnej borówki:** silny przeciwutleniacz.

## Moje problemy ze słuchem zaczynały się stopniowo

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

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

### Hałasujące wnuczka

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

### Nadal stosuję Tone™

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

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

## Produkt Roku 2024 wg ŚWIATA FARMACJI

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

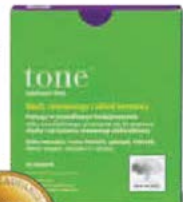
Dostępny w aptekach i na [www.newnordic.pl](http://www.newnordic.pl) w opakowaniach 60 i bardziej ekonomicznych – 120 tabletek.

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

Kod BLOZ 8255901  
ułatwi zamówienie produktu.



[www.newnordic.pl](http://www.newnordic.pl)  
tel.: +48 22 212 54 10  
New Nordic Healthbrands Polska Sp. z o.o.



wydarzenie

Kamila Bednarka  
zobaczymy  
w Premierach u boku  
Patrycji Markowskiej  
i Andrzeja Krzywego.

Czy duet Daryi  
i Sebastiana  
Fabijańskiego zachwyci  
publiczność i jury?

63. KFPP W OPOLU

# Wielkie święto muzyki

Przed nami kolejne dni festiwalu opolskiego, pełne muzycznych wrażeń i dobrej zabawy! Będziemy wspominać twórczość legendarnego autora tekstów wielu przebojów – Bogdana Olewicza, a także Magdy Umer i Agnieszki Osieckiej. Oprócz tego koncert Premier oraz trzy jubileusze.

Na  
żywo

Wśród hip-hopowych gwiazd na scenie opolskiego amfiteatru pojawi się m.in. grupa Grammatik.

„Autobiografię” ze słowami Bogdana Olewicza zespół Perfect wykona z Łukaszem Drapałą.

## JUBILEUSZ BOGDANA OLEWICZA I NEO-NÓWKA

„Miałem dziesięć lat / Gdy usłyszał o nim świat / W mej piwnicy był nasz klub” – tymi słowami zaczyna się „Autobiografia” – jeden z największych polskich przebojów. Napisał je Bogdan Olewicz, który 28 czerwca skończy 80 lat! Jego twórczość przypomną m.in. zespół Perfect, ALICJA, Natalia Kukulska, Alicja Majewska i Włodzisław Korcz, Kamil Bednarek i Urszula. Po przerwie, o g. 21.55 rozpocznie się widowisko – „Kabaret Neo-Nówka. 26-lecie”.


➔ 63. KFPP W OPOLU – AUTOBIOGRAFIA. JUBILEUSZ BOGDANA OLEWICZA  
SO 6.06 godz. 20.00 TVP 1

Tegoroczna reprezentantka Polski na Eurowizji, ALICJA, zaśpiewa w dwóch koncertach.

## PREMIERY, JUBILEUSZ I HIP-HOP

Piątkowe koncerty rozpoczną Premiery. Usłyszymy dziesięć piosenek, a na koniec zostanie wyłoniona dwójka laureatów. Zwycięzca wybrany przez publiczność otrzyma 30 tysięcy złotych, a faworyt jurorów – 35 tysięcy złotych. Podczas głosowania swój jubileusz będzie świętować Justyna Steczkowska, a po przerwie o g. 21.55 zacznie się widowisko „Hip-hop. Jedno podwórko 2”, które poprowadzi CNE, czyli Tomasz Kleff.


➔ 63. KFPP W OPOLU - PREMIERY  
PT 5.06 godz. 20.00 TVP 1



Justyna Steczkowska będzie świętować jubileusz 30-lecia wydania płyty „Dziewczyna szamana”.




Michał Gawliński, Radosław Bielecki i Roman Żurek, czyli kabaret Neo-Nówka!




Na festiwalu w Opolu nie zabraknie też występu Alicji Majewskiej i Włodzimierza Korcza.

# POLE 63

KRAJOWY FESTIWAL POLSKIEJ PIOSENKI  
4-7 CZERWCA 2026



Lady Pank świętować będzie 45-lecie powstania zespołu.




Katarzynę Żak, zwyciężczynię ubiegłorocznych Premier, znów usłyszymy w Opolu.

## LADY PANK I KONCERT WSPOMNIEN

„Tańcz głupia, tańcz”, „Mniej niż zero”, „Zawsze tam, gdzie ty” – to tylko początek długiej listy wielkich przebojów zespołu Lady Pank. Weterani polskiego rocka wystąpią ostatniego dnia festiwalu. Następnie o g. 21.55 rozpocznie się widowisko zatytułowane „Kiedy mnie już nie będzie... W hołdzie Magdzie Umer i Agnieszce Osieckiej”. Na scenie pojawią się m.in. tacy artyści jak Wiktor Zborowski, Piotr Polk, Katarzyna Żak, Maciej Żakościelny oraz Kuba Badach.

➔ 63. KFPP W OPOLU – 45 LAT.  
JUBILEUSZ LADY PANK ND 7.06  
godz. 20.00 TVP 1



Talent Kuby Badacha będziemy mogli podziwiać i w sobotę, i w niedzielę.

**na czasie**

**TRIUMF W CANNES**

Większość ludzi kina nie ma wątpliwości, że aktor zasłużył na Złotą Palmę. Oburzenie nagrodą wyraził tylko reżyser Paul Schrader, twierdząc, że Travolta zagrał w wielu kiepskich filmach. Ale czyż wzloty i upadki nie są wpisane nawet w los największych gwiazd?

**JOHN TRAVOLTA**

# Znowu na fali!

Jego nazwisko jest w centrum uwagi! Wszyscy mówią o honorowej Złotej Palmie i debiucie reżyserskim 72-letniego Johna Travolta. A także o jego olśniewającej córce Elli Bleu.

**JEGO WIELKA DUMA**

Berety Travolta stały się sensacją w Cannes, ale i tak największe wrażenie robiło to, z jaką czułością i dumą patrzył na 26-letnią córkę Ellę Bleu.

☉ **MICHAEL**

**WT 9.06 godz. 15.00**

**PARAMOUNT NETWORK**

**W** 1976 roku John Travolta dowiedział się, że zagra Tony'ego Manero w filmie „Gorączka sobotniej nocy”. Był wtedy jeszcze chłopakiem znikąd. Rok później świat oszalał na jego punkcie. Gdy tylko pojawiał się na ekranie, widzowie wstrzymywali oddech: „Co za ruchy! Jakie wyczucie rytmu! I ten wdźwięk!” – szepiano.

Pół wieku później organizatorzy Festiwalu Filmowego w Cannes postanowili nagrodzić go Złotą Palmą za całokształt twórczości. Co ciekawe, zasiadając za sterami samolotu lecącego

na Lazurowe Wybrzeże, nie miał pojęcia o szykowanej dla niego niespodziance. Uśmiechnięty, w eleganckim berecie i pod ramię z córką Ellą Bleu, zapowiedział z kokpitu: – Szanowni państwo, mówi kapitan. Nasz lot do Francji potrwa osiem godzin i 45 minut. Proszę usiąść wygodnie i cieszyć się podróżą. Szampan idzie na mój koszt.

**Książka i marzenie**

Ładując w Nicei, wiedział tylko, że na festiwalu odbędzie się premiera ekranizacji powieści „Propeller One-Way Night Coach” – jego reżyserskiego debiutu. – W 1997 roku napisałem książkę o 8-letnim Jeffie, który marzył o lataniu i był

absolutnie zafascynowany samolotami. Akcja rozgrywa się w latach 50., czyli w czasach, które wielu uważa za złotą erę lotnictwa. Chłopiec wyrusza z mamą do Hollywood. To niezwykle osobista historia, oparta na moich wspomnieniach z dzieciństwa i emocjach, które towarzyszyły mi podczas pierwszego lotu samolotem. Marzyłem o tym, żeby ją sfilmować i wreszcie mi się udało! – opowiadał.

Co ciekawe, w produkcji wystąpiła Ella, która wcieliła się w stewardesę. Oboje – córka i ojciec – nie kryli zaskoczenia, gdy przed projekcją dyrektor festiwalu Thierry Frémaux ogłosił, że Travolta otrzymuje honorową Złotą Palmę.

W jednej chwili 72-letni gwiazdor stał się bohaterem nagłówków. Emocje budziły również fantastyczne berety szczęśliwego laureata. Każdego dnia pojawiał się bowiem w innym nakryciu głowy, zamieniając festiwalowe spacery w małe pokazy mody. Nie był to jedynie kaprys... – Przejrzałem setki zdjęć reżyserów ze złotej ery Hollywood. Zauważyłem, że wielu z nich nosiło charakterystyczne berety i okulary. Postanowiłem więc odegrać rolę reżysera z dawnych lat, by oddać hołd mojej wielkiej miłości, jaką jest stare amerykańskie kino – wyjaśnił.

**Piękne wspomnienia**

Ale debiut reżyserski i nagroda, o której wielu

**MICHAEL (1996)**

Pachniał ciastkami, uwielbiał kobiety i łamał wszystkie stereotypy o aniołach. Aktor w jednej ze swoich najbardziej niezwykłych ról lat dziewięćdziesiątych.

**ADWOKAT (1998)**

Jako prawnik Jan Schlichtmann, który stanął do walki z potężnymi korporacjami oskarżanymi o skażenie wody i śmierć dzieci.

➔ **PT 5.06 godz. 17.45**

**STOPKLATKA**

REKLAMA

**ZOOM**

**TELEWIZJA,  
KTÓRA  
POKAZUJE  
WSZYSTKO**

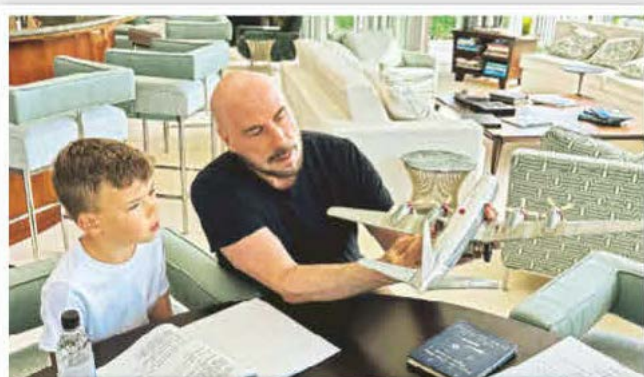
**DAJ SIĘ WCIĄGNĄĆ**

jego kolegów może tylko pomarzyć, to nie wszystko. Powrót do Cannes miał bowiem dla Travolty bardzo osobisty wymiar. Tymi samymi nadmorskimi bulwarami przechadzał się w 1994 roku u boku swojej żony, Kelly Preston. Przyjechali wtedy na premierę filmu „Pulp Fiction”, który po okresie zastoju na nowo uczynił go gwiazdą pierwszej wielkości. Byli zakochani i szczęśliwi. Światowa prasa opisywała ich jako idealną parę. Gdy „Pulp Fiction” zdobyło Złotą Palmę, wyprzedzając „Irzy kolorzy: Czerwony” Kieślowskiego, w Cannes zawrzało.

Werdykt wywołał burzliwe dyskusje i podzielił widzów. Oni jednak zdawali się tym zupełnie nie przejmować...

Film „Michael”, który możemy obejrzeć w tym tygodniu, powstał krótko po powrocie aktora z festiwalu. Gra w nim nieokrzesanego archanioła, który pojawia się w życiu kilku osób, gdy najbardziej potrzebują nadziei – i odmienia ich los. Podobno po śmierci ukochanej Kelly często wracał do tej opowieści. – Pomogła mi przetrwać najtrudniejsze chwile – mówił. Ale to już zupełnie inna historia.

**MACIEJ MISIORNY**

**PROPELLER ONE-WAY NIGHT COACH (2026)**

John Travolta na planie filmu, który sam wyreżyserował i w którym zagrał kapitana. Obok Clark Shotwell – odtwórca roli ośmioletniego Jeffa, miłośnika samolotów.

➔ **APPLE TV**



Monika dowiadyuje się, że rodzina Mirelli...



Sielanka w życiu Igora to pozory.



Smolny ostro krytykuje decyzję Sandry.



...była szantażowana przez Krupskiego.

## Na Wspólnej

Kochanka szefa naraża na szwank dobre imię wydawnictwa. Nastolatka pomaga policji w aresztowaniu senatora. Nowak wciąż nie ma pracy.

**TVN, 20.15 PO ODC. 4224**

Monika namawia matkę Fiony na wspólny podcast o hejcie, który dotyka ich dzieci. Cieślikowa spotyka się też z matką Mirelli, dziewczyny, która oskarżyła Damiana o pedofilię. Ujawnia ona, że grozi im eksmisja, a pomoc w zamian za obciążające zeznania obiecał senator

Krupski. W trakcie rozmowy Mirella zostaje zatrzymana. Andrzej godzi się z Darkiem. Chce przekazać mu kancelarię. **35 min**

**WT ODC. 4225**

Hania panicznie boi się, że po rozwodzie rodziców trafi do domu dziecka, a Junior wciąż nie potrafi wybaczyć matce. Jarek

dowiaduje się, że Eliza odwiedza kochankę w szpitalu. Zakościelnie nie radzi sobie z prowadzeniem kancelarii. Traci klientów i rozważa jej zamknięcie. Igor bez powodzenia szuka pracy. Okłamuje jednak Julkę, że wciąż mają oszczędności. Dziewczyna wyłudza pieniądze od Ewy i oddaje je Leonowi. **35 min**

**ŚR ODC. 4226**

Rano Igor kłóci się z Julką. Anka ma dość napiętej atmosfery. Tymczasem nastolatka pomaga Leonowi, który dostaje szansę występu na festiwalu hip-hopowym. Udaje jego menadżerkę, dzwoni do organizatora i negocjuje dobre warunki. **35 min**

**CZ ODC. 4227**

Zduński szantażuje Olę. Zmusza ją do spotkania w hotelu. Sandra, pod nieobecność Smolnego, puszcza niesprawdzony temat. Publicznie skrytykowana przez Krzysztofa żąda jego zwolnienia. Policja organizuje prowokację z udziałem Mirelli. **35 min**

**PO ODC. 4232**

## Pierwsza miłość

Bolesław składa kontrpropozew. Krzyżanowski pragnie zwykłego życia. Przeszłość daje o sobie znać.

**Polsat, 18.00 PT ODC. 4231**

Paweł spotyka się z Marysią, mimo że tego dnia miał stawić się w komisariacie. **50 min**

**WT ODC. 4233**

Zenek wyznaje Róży prawdę o nocy, kiedy zniknęła Kazanowa. Pierwszego dnia pracy Paweł doznaje ataku. **50 min**

**ŚR ODC. 4234**

Lucynka organizuje pogrzeb kompozytora. Przytłoczona problemami nagle mdleje. **50 min**

**CZ ODC. 4235**

Kargulewicz dostaje informację o losach Kazanowej. Paweł trafia na oddział zamknięty. Dostaje silne leki. **50 min**



Dawny ukochany Marysi ma problemy.



Ratownicy spieszą na pomoc ofiarom wybuchu.

**ŚR ODC. 841, 842**

Po pracy ratownicy z Leśnej Góry spotykają się w barze, by pożegnać Zdzisia. Britney planuje ślub z Alkiem. Dopadają ją jednak wątpliwości. Pacjentem Basi i Piotra jest mężczyzna, który cierpi na kamicę nerkową. Okazuje się, że padł on ofiarą błędu lekarskiego. Chory wpada we wstrząs septyczny. **35 min**

## Na sygnale

Z miejscowej fabryki wydostaje się chmura toksycznych gazów.

**TVP 2, 21.50 PO ODC. 837, 838**

Zespół doktor Reiter zajmuje się kierowcą TIR-a, który ma objawy poważnego zatrucia. Romek i Piotr odkrywają, że w fabryce chemicznej doszło do eksplozji. Z zakładu wydostają się toksyczne opary. **35 min**

**WT ODC. 839, 840**

Martyna i Piotr pomagają klientowi SPA, który po wizycie w saunie wskoczył do beczki z lodowatą wodą. Ekipa Banacha zajmuje się mężczyzną, który ma krwotok. Okazuje się, że pacjent uciekł z więzienia. **35 min**

od piątku 5.06 do czwartku 11.06



Wycieczka o włos nie kończy się dramatem.

## Barwy szczęścia

Pies Ksawerego cudem unika wypadku. Rawicz zostaje aresztowany.

**TVP 2, 19.25 PT ODC. 3328**

Tomasz wywiera na Oliwce presję w kwestii powiększenia rodziny. Karol nie chce wystawić Renacie recepty. Ta postanawia zdobyć leki na własną rękę. **30 min**

**PO ODC. 3329**

Nad ranem do Natalii i Cezarego przychodzi policja. Rawicz zostaje aresztowany pod zarzutem zlecenia zabójstwa. Funkcjonariusze zatrzymują też jego matkę. **40 min**



Rano Natalię i Cezarego budzi policja.

**WT ODC. 3330**

Natalia nie chce zeznawać przeciwko mężowi. Broda znajduje partnerkę do brydża. **40 min**

**SR ODC. 3331**

Modrzycki wraca do tematu zemsty Rawiczów na Zastoi. Może przez to stracić pracę. **40 min**

**CZ ODC. 3332**

Kasia, Mariusz i Ksawery idą się na grzyby. Ich pies nagle wybiega przed rozpadnięte auto. **40 min**

## Na dobre i na złe

Troje lekarzy decyduje się na pionierski zabieg.

**TVP 2, 16.20 SO ODC. 983**

Doktor Zawada i Gloria zajmują się nastolatką z niewydolnością serca, która czeka na przeszczep. Chirurg decyduje się na pionierski zabieg – plastykę mięśnia sercowego z rekonstrukcją przegrody, który może dać ich pacjentce szansę na normalne życie. Beger robi



Maks nie chce, by jego koledzy...

wszystko, by nie dopuścić do zbyt ryzykownej, jego zdaniem, operacji. Tymczasem Blanka i Homolka opiekują się kobietą, która spodziewa się czworaków. Trzy miesiące przed terminem zaczęły się u niej skurcze. Lekarze za wszelką cenę starają się zatrzymać poród. **60 min**



...podejmowali w pracy tak duże ryzyko.

REKLAMA

**POLE**  
KRAJOWY FESTIWAL  
POLSKIEJ PIOSENKI

**SR**

**4-7 CZERWCA  
NA ŻYWO 20:00**

**TVP 1**

**TVP VOD**



WSPÓŁORGANIZATOR:



SPONSORZY:



PARTNER:



PATRONI MEDIALNI:





## Szpital św. Anny

**TVN, 16.50 PT-CZ ODC.40-44**

Na SOR trafia młoda kobieta, która nagle traci przytomność. Kaja diagnozuje u niej chorobę serca. Nadchodzi dzień ślubu Zosi i Filipa. Atmosfera między narzeczonymi jest napięta. Panna młoda nagle znika. Wkrótce na weselu zjawia się Łukasz, który traci przytomność. W szpitalu okazuje się, że dostał zawału serca.

Zyta spotyka na oddziale dawnego pacjenta, więźnia leczonego na czerniaka. Organizuje konsylium. Marta otwarcie mówi Piotrkowi, że kocha Tomka. Ratownicy jadą do robotników, którzy zatruli się tlenkiem węgla. Pomocy wymaga także 60-latek z silną dusznością. Zosia podejrzewa gruźlicę. **65 min**



## Policjantki i Policjanci

**TV 4, 19.00 PT-CZ ODC.1375-1379**

Bartek i Edyta odwiedzają chorą Darię. Ona nagle mdleje. Kostyra wprowadza zmiany w komendzie. Kobieta rzuca się z pięściami na nieznanego w parku. Śledczy wkraczają w świat ciemnych interesów i freak fightów. Zostaje pobita niepełnosprawna nastolatka. Okazuje się, że jest prześladowana przez rówieśników.

Mikołaj musi podjąć jedną z najtrudniejszych decyzji w całej swojej dotychczasowej karierze. Lena i Tyrmon wszczynają śledztwo w sprawie luksusowej call girl, która padła ofiarą pobicia. Ktoś atakuje młodą kobietę i goli jej głowę. Ważnym tropem są kontakty z jej aplikacji randkowych. **60 min**



## Pan Mama

**TVP 2, 18.30 ND ODC. 58**

W domu Dzików jak zwykle panuje spore zamieszanie, a codzienność przynosi nowe niespodzianki. Sylwester liczy na wysoką premię, dzięki której zabierze rodzinę na wymarzone egzotyczne wakacje. Zamiast gotówki dostaje jednak... ekspres do kawy. Zdeterminowany, by zdobyć brakujące pieniądze, wpada na ryzykowny pomysł. Oczywiście może przy tym liczyć na pomoc Mirasa, specjalisty od brawurowych interesów. Razem z nim korzysta z podejrzanej oferty i inwestuje oszczędności w zakup złota. Wierzy, że szybko pomnoży kapitał. Nie zdaje sobie sprawy, że ta decyzja może przynieść znacznie więcej kłopotów niż zysków. **30 min**



## Lombard. Życie pod zastaw 18

**TV Puls, 19.00 PO ODC. 968** Ania chce przejść korektę płci. Zastawia biżuterię i inwestuje w kryptowaluty. Andżelika zwierza się Romanowi ze swoich problemów z Igorkiem.

**WT ODC. 969** Prawnik Kanicki pracuje w urzędzie. Przytępuje przełożonego na molestowaniu sekretarki. Alicja chce odwiedzić córkę. Barski oferuje, że będzie jej towarzyszył.

**SR ODC. 970** Dariusz prowadzi z ojcem sieć myjni samochodowych. Musi zebrać pieniądze na leczenie córki. Nano martwi się, że nie znajdzie mieszkania na wynajem.

**CZ ODC. 971** Kornel nie dostał zaległej wypłaty. Rozważa zemstę na szefie. Guru z grupy wsparcia proponuje Andżelice wyjazd. **60 min**

## Ranczo 4



**TVP 1, 9.15**

**PT-CZ ODC.48-53**

W telewizji internetowej odbywa się debata kandydatów. Cyniczne działania

wójta i Czerepacha sprawiają, że Lucy czeka bolesna konfrontacja. Oburzona postawą Arkadiusza Łodzia staje po stronie Wilskiej. Pietrek osiąga sukces jako piosenkarz. **60 min**

## Zmiennicy



**TVP 2, 11.25**

**SO ODC.1**

Lata 80., Warszawa. Jacek i pan Stanisław jeżdżą na zmianę starą taksówką. Strażak

Kuśmider czerpie zyski z nielegalnego handlu benzyną. Student z Tajlandii, Krashan, ma kłopoty z wierzycielami. Prezes Klusek podaje mu adres, pod którym znajdzie pomoc. **65 min**

## Zbrodnie w Ystad



**Ale kino+, 20.10**

**ND ODC.1, 2**

Mąż inspektora Iris Broman, Christian, ginie jako przypadkowa ofiara zamachu na jej życie. Po tej tragedii policjantka przenosi się do Sztokholmu do Ystad. Wkrótce w okolicznych lasach zostaje znaleziona ludzka czaszka. Iris wszczynają śledztwo. **115 min**

## Ludzie i bogowie



**TVP 2, 22.55**

**PO-CZ ODC.7-13**

Jednostka Pazur ma zlikwidować Ernsta Ruddfelda, szmalcownika Grochola

oraz konfidenta Kowala. Dager żeni się z Jadwigą. Tuż po ślubie dowiadyje się, że Onyks trafił na Pawiak. Opuszcza wesele, by wziąć udział w akcji odbicia przyjaciela. **50 min**

## La Promesa – pałac tajemnic



**TVP 2, 15.05**

**PT-SR ODC.405-408**

Jana i Maria szukają zaginionej walizki z pieniędzmi.

Manuel wyznaje Jimenie, że nie widzi szans na ocalenie ich małżeństwa. Ona podejrzewa go o romans z Blanką. Lorenzo szantażuje Pelaya. **55 min**

## Rodzinka.pl



**TVP 2, 20.05**

**PT, SO ODC.291, 292**

Magda nie może pogodzić się z tym, że z winy Tomka muszą mieszkać

w zniszczonym domu z Kubą i jego dziewczyną. Nie znajduje wsparcia w Natalii. Boscypominają z przyjaciółmi zmarłego Staszka. **35 min**

## Dom



**TVP 1, 14.15**

**ND ODC.19**

Służba Bezpieczeństwa przesłuchuje Prokopa, Halinę i pracowników WFD.

Montażystka Lusja traci posadę. Wrotek mówi jej, że przynosi się do winy. Andrzej obiecuje Nice, że opuści żonę i zamieszkać razem. **105 min**

## FBI: International 4



**AXN, 21.05**

**PO ODC.8**

Vilmos Barany ginie w więzieniu z rąk Grega Czonki, zanim zdąży

złożyć obciążające go zeznania. Członkowie Fly Team wspierają węgierską prokuraturę podczas procesu. Obrona próbuje podważyć wiarygodność Mitchella. **50 min**

## Akacyjowa 38



**TVP 1, 18.25**

**PT-CZ ODC.884-888**

Silvia ujawnia swoją tożsamość w prasie. Blanca i Diego

zostają napadnięci. Kobieta zaczyna rodzić. Nie wierzy, że dziecko przyszło na świat martwe. Sądzi, że jej syn jest teraz w domu Ursuli. **65 min**

## To nie jest zagadka kryminalna



**CANAL+ PREMIUM, 21.00 PT ODC.6**

**OSTATNI**

Nadchodzi wieczór otwarcia wystawy.

Wernisaż przybiera nieoczekiwany obrót, a na jaw wychodzą kolejne sekrety. Wszystko to może przynieść artystom światową sławę. **55 min**

## FBI: Most Wanted 4



**AXN, 21.55**

**PO ODC.11**

W elektrowni dochodzi do eksplozji. Agenci szukają biznesmena

Grahama Solindera, porwanego przez działaczy klimatycznych. Wkrótce odkrywają, kto naprawdę stoi za jego uprowadzeniem. **60 min**

## Wiem, co widziałam



**Ale kino+, 20.10**

**SR ODC.3, 4**

Penny wciąż szuka dowodów świadczących o winie Phila. Chce

namówić Olliego, by zeznawał przeciwko niemu. Wszystko to sprawia, że Grace, przekonana o niewinności ojca, zrywa kontakty z matką. **120 min**



## Uroczysko

**TV 4, 20.00 PO ODC. 165** Policjanci wyjaśniają, kto zabił przebywającą na wakacjach Mariolę. Chcą odkryć, kim naprawdę była ofiara i czemu ukrywała się w damskiej komunie.  
**WT ODC. 167** Ginie 16-letni Franek. Do tego ofiarą zbrodni padają kolejni członkowie zespołu disco. Przełom w śledztwie może przynieść zabezpieczony ślad buta.  
**SR ODC. 169** Zostają znalezione zwłoki geniusza matematycznego, profesora Kotarby. Wkrótce pojawia się kolejna ofiara, a trop wiedzie do płatnego zabójcy z Francji.  
**CZ ODC. 171** Podczas turnieju piłki plażowej ktoś atakuje dziewczynę kapitana drużyny Wilków. Kluczowy dla śledztwa okazuje się przedmiot znaleziony w jej żołądku. **30 min**



## Prokurator

**TVP 1, 20.30 PO ODC. 1** Kazimierz Proch, uznany prokurator, i żywiołowy inspektor Witold Kielak dostają pierwszą wspólną sprawę. Dotyczy ono rzekomego samobójstwa. Szybko ustalają, że doszło do zbrodni. Ruszają tropem sprawcy.  
**WT ODC. 2** Niewidoma dziennikarka Krystyna odkrywa w studiu ciało zamordowanej koleżanki. Podejrznie pada na byłego chłopaka ofiary, uczestnika misji w Afganistanie. Krystyna naprowadza jednak śledczych na nowy, interesujący trop.  
**SR ODC. 3** Jarosław Łagodzki umiera otruty talem. Przed laty spowodował wypadek, w którym zginął jego syn. Proch i Kielak podążają tropem zostawionej przez denata tajemniczej wiadomości. **55 min**



## Sprawiedliwi. Trójmiasto

**TV 4, 21.00 PO ODC. 109** Nad rzeką zostaje znalezione ciało nauczyciela historii, Józefa Kowalskiego. Trop prowadzi Wiktora i Maję do recydywisty Włodka Leśniaka.  
**WT ODC. 110** Patrycja i Paulina badają sprawę zabójstwa Olafa Ciepłaka. Ustalają, że sprzedawał on wadliwy sprzęt medyczny, przez co mógł doprowadzić do tragedii.  
**SR ODC. 111** W publicznej toalecie ktoś odkrywa ciało noworodka. Matką prawdopodobnie jest młoda narkomanka, jednak ona twierdzi, że zostawiła dziecko lekarzowi.  
**CZ ODC. 112** Szreder i Kiszczak tropią morderców dziennikarza, który badał sprawę turystyki snajperskiej w Bośni i Hercegowinie. **60 min**



## Sprawiedliwi – Wydział Kryminalny

**TV 4, 22.00 PO ODC. 992** 15 lat temu Grażyna została skazana za zabójstwo męża. Jego ciała nie odnaleziono. Teraz to się zmienia i śledztwo rusza na nowo.  
**WT ODC. 993** Basia i Sławek muszą ustalić, kto skrzywdził nastoletnią Mariolę. Wśród podejrzanych są jej ojczym i nauczyciel. Żaden nie chce poddać się badaniom DNA.  
**SR ODC. 994** Ofiarą zbrodni pada młody piłkarz, który stosował nielegalne środki dopingujące. Śledczy łączą sprawę z niewyjaśnionym morderstwem sprzed 25 lat.  
**CZ ODC. 995** Na policję dociera informacja, że nastoletni Antek Woźniak planuje atak w liceum. Chłopak kupił już broń. **65 min**

REKLAMA

# NOWY STANDARD W GOJENIU RAN

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



PREMIERA 10.06

## Kolory zła. Czerń

➔ **KRYMINALNY**

Po karnym przeniesieniu z Sopotu do Kartuz prokurator Leopold Bilski (Jakub Gierszał) nie jest w najlepszym nastroju. Tymczasem Anna Górńska (Marianna Żydek) właśnie zdała egzamin prokuratorowski i rozpoczyna pracę jako asesor. Jej pierwsza sprawa dotyczy zagi-

nięcia 13-letniej dziewczynki. Gdy trop prowadzi ją do kaszubskiego miasteczka, nawiązuje współpracę z Bilskim. Wkrótce na jaw wychodzą wstrząsające, skrywane przez lokalną społeczność tajemnice. Film jest drugą częścią serii „Kolory zła” i adaptacją powieści Małgorzaty Oliwii Sobczak.



**CHCESZ  
WIEDZIEĆ  
WIĘCEJ?  
CZYTAJ  
NETFILM**

NETFLIX



PREMIERA 5.06

## Przyłodek strachu

➔ **SERIAL THRILLER**

Spokojne, szczęśliwe życie małżeństwa prawników Anny i Toma Bowdenów (Amy Adams, Patrick Wilson) zostaje zburzone, gdy z więzienia wychodzi ich największy wróg. Niebezpieczny morderca Max Cady (Javier Bardem) został skazany po głośnym procesie,

w którym Bowdenowie występowali jako oskarżyciele. Po odzyskaniu wolności Cady ma tylko jeden cel – zemścić się za lata spędzone za kratkami. Miniserial jest inspirowany kultowym filmem z 1991 roku w reżyserii Martina Scorsese, który z kolei był remakiem produkcji z 1962 roku.

PREMIERA 4.06

## Jedyny świadek

➔ **SERIAL DRAMATYCZNY**

Rok 1992. Na błoniach Wimbledonu zostaje zamordowana Rachel Nickell. Kobieta otrzymuje 49 ciosów nożem i umiera na oczach swojego dwuletniego synka, Aleksa (Max Fincham). Po tragedii pogrążony w żałobie ojciec chłopca, André Hanscombe (Jordan Bolger),

stara się przywrócić dziecku poczucia bezpieczeństwa. Alex, będący jedynym naocznym świadkiem zabójstwa, przeżywa emocjonalne piekło – cierpi po stracie mamy, a na dodatek znajduje się w centrum zainteresowania niecierpliwych śledczych i żądnych sensacji mediów. Serial oparty na faktach.



JESZCZE WIĘCEJ  
**VOD**  
DO WYBORU



**PREMIERA 3.06**

## Farma Clarksona 5

➔ **SERIAL DOKUMENTALNY**

Jeremy Clarkson powraca wraz ze swoją partnerką Lisą, a także Kalebem, Charliem i Geraldem, by zmierzyć się z nowymi wyzwaniami. W obliczu wprowadzenia nowego rządowego budżetu, który wywołał burzę wśród brytyjskich rolników, Jeremy dochodzi do wniosku,

że bez poważnych zmian jego farma nie będzie działała jak należy. Dlatego postanawia zastosować zaawansowane technologie, które mają uchronić go przed bankructwem. Wkrótce Kaleb wyrusza w swoją pierwszą zagraniczną podróż, a reszta ekipy przygotowuje się do nadchodzących zmian.

prime video

**PREMIERA 11.06**

## Słodkie magnolie 5

➔ **SERIAL OBYCZAJOWY**

Wszystkie drogi znów prowadzą do malowniczego miasteczka Serenity w Karolinie Południowej oraz... do Nowego Jorku. Od czasu, gdy Maddie (JoAnna Garcia Swisher) dostała atrakcyjną propozycję pracy w nowojorskim wydawnictwie, życie trzech przyjaciółek

będzie toczyć się między prowincją a wielkim miastem. Wkrótce jednak i w samym Serenity pojawią się nowe wyzwania. Helen (Heather Headley) zacznie przygotowywać się do wyczekiwane go ślubu z Erikiem, a Dana Sue (Brooke Elliott) będzie musiała w końcu podjąć ważną biznesową decyzję.



NETFLIX



**PREMIERA 3.06**

## Zapiski śmiertelnika

➔ **TRAGIKOMEDIA**

Bohater filmu, F.P. (Ireneusz Czap), ma 50 lat i uważa, że to właściwy moment, by odejść z tego świata. Mimo że ma pieniądze, rodzinę i pozornie niczego mu nie brakuje, mężczyzna planuje popełnić samobójstwo. Gdy pisze list pożegnalny do żony (Magdalena

Popławska), nawiedza go duch zmarłego ojca (Marian Dziędziel), który również odebrał sobie życie. Senior zaczyna odwozić syna od tego dramatycznego kroku. Jednak im więcej argumentów przedstawia, tym bardziej F.P. wydaje się zdecydowany, by zakończyć swoje życie. Do czasu...

CANAL+

**JUŻ DOSTĘPNY**

## Prisoner

➔ **SERIAL THRILLER**

Amber Todd (Izuka Hoyle) pracuje jako funkcjonariuszka transportu więziennego. Podczas swojej zmiany dostaje zadanie eskortowania płatnego zabójcy Tibora Stone'a (Tahar Rahim), który ma zeznawać przeciwko swoim dawnym zleceniodawcom z mafii. Gdy dochodzi do ata-

ku na konwój, Amber podejmuje błyskawiczną decyzję – przykuwa się kajdankami do więźnia, aby uniemożliwić mu ucieczkę. Szybko okazuje się, że znajdują się w śmiertelnym niebezpieczeństwie i wspólnie muszą znaleźć sposób, by wydostać się z pułapki. Od tego, czy sobie zaufają, zależy ich życie.



sky SHOWTIME

TELETYDZIEŃ 19

## MOTORYZACJA I TECHNIKA

Na całym świecie inżynierowie i architekci śmiało sięgają po nowe rozwiązania, by mogły powstać zadziwiające konstrukcje.

**Nasz hit**

# Materiały przyszłości

**PT Planete+, 20.50** Sektor budowlany przeżywa rozkwit i jednocześnie zmienia się dzięki nowym technologiom. Naukowcy opracowują materiały, które są wydajniejsze i przyjazne dla środowiska.

Jeszcze niedawno budowa kojarzyła się głównie z betonem i stalą, które ukształtowały oblicze nowoczesności. Dziś coraz częściej mówi się o ekologii, oszczędności energii i powrocie do natury. Nowe technologie zmieniają placę budowy w laboratoria innowacji. Projekty są coraz bardziej zaawansowane, a jednocześnie przyjazne środowisku. Twórcy serii przyjrzyli się bliżej inteligentnym rozwiązaniom w branży budowlanej. Wśród nowatorskich rozwiązań

zaskakuje powrót do jednego z najstarszych materiałów – gliny. To surowiec naturalny, dostępny niemal wszędzie. Dobrze izoluje i pomaga utrzymać przyjemną temperaturę w domu. Współczesne technologie pozwalają formować ją szybciej i trwalej niż kiedyś, łącząc tradycję z nowoczesnością.

### Domy z drukarki

Rośnie popularność budowania za pomocą drukarek 3D. Specjalne urządzenia wyciskają

mieszkankę budowlaną warstwa po warstwie, tworząc ściany w ciągu godzin. Taka metoda ogranicza ilość odpadów i skraca czas pracy. Przekonamy się też, że stalowe wzmocnienia betonu można zastąpić odpowiednio przygotowanymi materiałami tekstylnymi. Dowiemy się, jak powstają konstrukcje z bambusa zostawiające zerowy ślad węglowy i jakie właściwości ma beton rzymski. Zobaczymy domy, których integralną częścią są naturalnie rosnące drzewa.

### Car SOS

**SO National Geographic, 16.00**



Po raz pierwszy eksperci zajmą się motocyklem. Do wyremontowania mają maszynę marki Triumph Bonneville z 1973 roku. Okaze się, czy zdążą ze wszystkimi pracami na finał.

20 TELETYDZIEŃ

### Grand Prix Monako...

**ND National Geographic, 12.00**



By na ulicach Monte Carlo mógł się odbyć wyścig Formuły 1, fachowcy w siedem tygodni budują tam tor o długości 3,5 km, trybuny dla 20 000 widzów i konstrukcje z 2000 ton metalu.

### W sieci eksperymentów

**WT Discovery Science, 23.00**



W Internecie jest pełno filmów, na których domorośli naukowcy prezentują swoje dokonania. Eksperti przyjrzą się ich osiągnięciom, a potem wybiorą spośród nich najbardziej godne uwagi.

## PRZYRODA I PODRÓŻE

### Blask natury

**SO National Geo. Wild, 15.00**



Zwierzęta wykorzystują światło do tworzenia strategii polowań, kamuflażu i zmylenia przeciwnika. Badacze analizują ich aktywność, by zastosować zdobytą wiedzę w inżynierii i medycynie.

### Wyprawa w nieznaną 10

**ND Discovery Science, 20.00**



Josh Gates, korzystając z nowych relacji świadków, nurkuje w wodach Pacyfiku w poszukiwaniu waku samolotu P-47 Thunderbolt, którego pilot był bohaterem II wojny światowej.

### Błękitna planeta: powrót

**PO BBC Earth, 17.45**



Badacze zanurzają się w głębiny wschodniego wybrzeża Ameryki, Bahamów oraz Wielkiej Rify Koralowej Australii. Tym razem skupią uwagę na poznawaniu tajemnic rekinów.

### Kobieta na krańcu świata

**CZ Travel Channel, 16.40**



Martyna Wojciechowska odwiedza Rumunię. Członkinie romskiej społeczności Gaborów zajmują się domem. Podróżniczka poznaje Rosalinę, która pragnie zostać rzemieślniczką.

## HISTORIA I BIOGRAFIE

**Keynes kontra kryzysy**  
SO Planete+, 22.00



John M. Keynes żył w latach 1883-1946. Był wybitnym ekonomistą, który podczas I wojny światowej opracował plan pozwalający Wielkiej Brytanii uniknąć kryzysu finansowego.

**Natalie Portman...**  
ND Ale kino+, 10.20



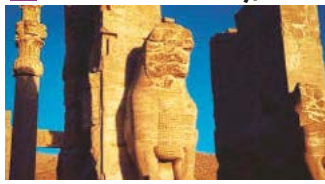
Opowieść o drodze artystki od debiutu do statusu gwiazdy kina. Rola w „Leonie Zawodowcu” otworzyła aktorce drzwi do kariery. Kolejne kreacje m.in. Anny Boleyn, ugruntowały jej pozycję.

**Atom, narkotyki, brudne...**  
SR Planete+, 22.00



W latach 90. fala zamachów w Izraelu doprowadziła do utworzenia jednostki Mossadu zwanej Harpoon. W tym czasie DEA odkryła powiązania Hezballahu z kolumbijskimi kartelami.

**Wielkie konflikty...**  
CZ Polsat Viasat History, 20.00



W 486 roku p.n.e. Kserkses, władca Persji, rozpoczął wojnę z Atenami. Dowódca wojsk ateńskich, Temistokles, wykorzystał w walce flotę i zjednoczył rywalizujące ze sobą greckie polis.

## CZŁOWIEK I SPOŁECZEŃSTWO

**Złapać przemytnika**  
SO National Geographic, 21.00



W Saint Louis trwa pościg za handlarzami bronią, którzy uciekli z miejsca prowokacji. W sortowni pocztowej na lotnisku JFK funkcjonariusze trafiają na paczki z substancjami odurzającymi.

**Meghan Markle: Jak...**  
ND WP, 11.05



Twórcy ukazują życie żony księcia Harry'ego od biznesowej strony. Odślaniają kulisy lukratywnych umów medialnych, tworzenia projektów lifestyle'owych, a także społeczne reakcje na rozwój marki.

**Wszystko o Marii. Matce Bożej**  
PO Planete+, 22.00



Portret matki Jezusa, ukazany w perspektywie zmian zachodzących przez stulecia w sztuce, religii i życiu społecznym. Jej najstarsze wyobrażenia odnaleźć można w rzymskich katakumbach.

**Cukrzyca, słony rachunek**  
CZ TVP Dokument, 15.50



Film przybliży codzienne życie osób z cukrzycą i wyjaśnia różnice między typem 1 i 2 tej choroby. Eksperci przewidują, że do 2040 roku dotknie ona co dziesiątego dorosłego na świecie.

## DOM I KUCHNIA

**Kobieta na Dzikim Zachodzie**  
SO Food Network, 15.40



Ree Drummond przyrządza krewetki cajun z tequilą we wrapach z sałaty. Następnie serwuje burgera według przepisu z Kolorado. Na koniec podaje orzeźwiająca margaritę.

**U sąsiadów w kuchni 16**  
ND CANAL+ KUCHNIA, 17.15



Twórcy serii kontynuują pełną niezwykłych odkryć kulinarną podróż dookoła świata, poznając lokalne smaki, tradycyjne potrawy i zwyczaje związane z jedzeniem. Zawitają m.in. na Kretę.

**Będzie pięknie**  
SR HGTV, 19.05



Dorota mieszka w domu, który zaprojektował jej mąż Piotr. Nie podobają jej się loftowe, betonowe wnętrza z metalowymi wykończeniami. Marzy o bardziej przytulnej aranżacji.

**Bitwa o gości**  
CZ TVN Style, 20.50



Justyna i Olaf zapraszają konkurencję do domków na wodzie pod Krakowem, a Ania i Robert do 120-letniego domu. Kasia i Andrzej oferują rywalom nocleg w agroturystyce ze stadniną koni.

## MOCNE OPOWIEŚCI

**Jak zarobić na Etiopii**  
PT TVP Dokument, 23.35



Mroczne kulisy chińskiej ekspansji gospodarczej w Afryce. Działania inwestorów z Państwa Środka skutkują między innymi wywłaszczeniem rolników i wzbudzają liczne protesty.

**Sprawa dla medium...**  
SO ID, 20.00



W Ripley Steve DiSchiavi i Amy Allan badają sprawę aktywności paranormalnej, która zagraża mężczyźnie i jego bliskim. Analizują historię domu, próbując ustalić źródło zjawisk.

**Arktyka się zbroi**  
ND Fokus TV, 22.00



Topnienie arktycznego lodu odślania ogromne złoża surowców i nowe szlaki żeglugowe. Z tego powodu północne obszary stają się polem globalnej konkurencji gospodarczej i politycznej.

**Morderstwa w Austin**  
CZ HBO, 21.45



6 grudnia 1991 r. w lodziarni w Austin zamordowano cztery nastolatki. Niektóre z nich zostały zgwałcone. Aby zatrzeć ślady, zabójca podpalił lokal. Nadal nie udało się ustalić sprawcy.

## FAMILIJNY

## KOMEDIA

## KOMEDIA ROMANTYCZNA

## DRAMAT

PIĄTEK



PREMIERA W TV

### Zbuntowana księżniczka i ekipa ratunkowa

**PT PULS 2, 19.00**

Mina, w polskiej wersji językowej przemawiająca głosem Weroniki Bochat-Piotrowskiej, zostaje porwana przez złego czarodzieja. Z pomocą rusza jej ukochany, Ronan.

**120 min** Wielka Brytania/Cypr 2024 reż. A. Tsitsilin, dub. R. Zawierucha, J. Boberek



### Trick

**PT Kino Polska, 22.00**

Odsiadający wyrok oszust dostaje ofertę od władz. W zamian za skrócenie kary ma sfałszować pieniądze na okup. Wciągająca intryga, dobra obsada i przede wszystkim duża dawka humoru.

**120 min** Polska 2010 reż. J. Hryniak, wyk. P. Adamczyk, M. Dziędziel, A. Chyra, J. Trela



### Pożyczony narzeczony

**PT TV Puls, 17.45**

Rachel żyje w cieniu przebojowej przyjaciółki, która planuje ślub. Pewnego ranka budzi się u boku jej narzeczonego, w którym kocha się od lat. Na podstawie książki Emily Giffin.

**135 min** USA 2011 reż. L. Greenfield, wyk. G. Goodwin, K. Hudson, J. Krasinski, S. Howey



NA FAKTACH

### Papillon. Motylek

**PT TVP 2, 20.40**

Niesłusznie skazany za zabójstwo złodziejzek trafia do kolonii karnej w Gujanie Francuskiej. Planuje ucieczkę z auzubierem Louisem. Adaptacja autobiograficznej powieści Henriego Charrière'a.

**140 min** Czechy/Hiszpania/USA 2017 reż. M. Noer, wyk. C. Hunnam, R. Malek, D. Oklopdzic

SOBOTA

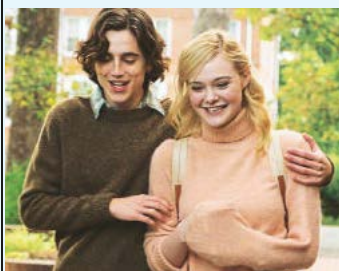


### BFG: Bardzo Fajny Gigant

**SO STOPKLATKA, 17.40**

Opowieść o przyjaźni dziewczynki z olbrzymem, który zabiera ją do krainy gigantów. Obraz Stevena Spielberga jest adaptacją powieści fantastycznej dla dzieci pióra Roalda Dahla. Dwa Saturny.

**140 min** USA/Indie 2016 reż. S. Spielberg, wyk. M. Rylance, R. Barnhill, P. Wilton, R. Hall



### W deszczowy dzień w Nowym Jorku

**SO TVP 2, 21.55**

Gatsby chce pokazać ukochanej Nowy Jork. Wizyta odbiega od jego wyobrażeń. Mieszanka komedii, farsy i groteski, czyli niepodrabialny styl Woody'go Allena.

**100 min** USA 2019 reż. W. Allen, wyk. T. Chalamet, E. Fanning, L. Schreiber, S. Smith



### Ja cię Kocham, a ty śpisz

**SO PULS 2, 20.30**

Film, który stał się wizytówką Sandy Bullock. Kasjerka metra, Lucy, ratuje życie przystojnemu Peterowi, który trafia w stanie śpiączki do szpitala. Przez pomyłkę zostaje wzięta za jego narzeczoną.

**120 min** USA 1995 reż. J. Turteltaub, wyk. S. Bullock, B. Pullman, P. Gallagher, J. Warden



PREMIERA W TV

### Prawdziwy ból

**SO HBO, 20.00**

Amerikanin David oraz jego kuzyn Benji odwiedzają Polskę, by uczcić pamięć babci. W trakcie podróży narastają między nimi napięcia. Zdjęcia kręcono między innymi w Warszawie oraz Lublinie.

**90 min** USA 2024 reż. J. Eisenberg, wyk. J. Eisenberg, K. Culkin, W. Sharpe, O. Bosova

NIEDZIELA



### Pan Samochodzik i templariusze

**ND TVN, 15.30**

Poszukiwacz skarbów znajduje trop prowadzący do rozwiązania pewnej zagadki. Pomaga mu troje harcerzy. Na podstawie książki Edmunda Niziurskiego.

**145 min** Polska 2023 reż. A. Nykowski, wyk. M. Janicki, S. Drzymalska, M. Dębska, J. Beler



### Najmro

**ND Polsat, 20.00**

Dawid Ogrodnik w roli jednego z najsłynniejszych przestępców PRL, który zręcznie umykał milicji i był nazywany królem złodziei. Gdy zakochał się w Teresie, postanowił zmienić swoje życie.

**130 min** Polska 2021 reż. M. Rakowicz, wyk. D. Ogrodnik, R. Więckiewicz, R. Zawierucha



### Skołowani

**ND Polsat, 22.10**

Maks chce uwieść Annę. Zostaje wzięty za osobę niepełnosprawną. Nie prosi o wymiary. Sytuacja komplikuje się, gdy kobieta przedstawia go siostrze. Film inspirowany francuskim „Kręć się”.

**150 min** Polska 2023 reż. J. Macierewicz, wyk. A. Grochowska, M. Czernecki, M. Zydek



NA FAKTACH

### Wielkie oczy

**ND TVP 2, 20.40**

Ekscentryczny twórca „Soku z żuka” przedstawia historię oszusta Waltera Keane'a, który sprzedawał obrazy żony jako własne. Za swoją kreację aktorską Amy Adams została nagrodzona Złotym Globem.

**120 min** USA/Kanada 2014 reż. T. Burton, wyk. A. Adams, C. Waltz, D. Huston, K. Ritter

## SENSACJA I THRILLER



### Transporter: Nowa moc

**PT TV Puls, 20.00**

Femme fatale chce rozprawić się z gangiem. Wciąga w swój plan byłego agenta, który nie jest świadomy jej zamiarów. Kolejna odsłona przebojowej serii. JASONA STATHAMA zastąpił ED SKREIN.

**120 min** Fr./Chiny/Bel. 2015 reż. C. Delamarre, wyk. E. Skrein, R. Stevenson, L. Chabanol, W. Yu

## AKCJA I PRZYGODA



### Piraci z Karaibów: Kłątwa „Czarnej Perły”

**PT Polsat, 19.50**

Początek historii Jacka Sparrowa i jego kompanów. Kapitan pragnie odzyskać swój statek. Los stawia na jego drodze płatnerza, któremu porwano ukochaną.

**190 min** USA 2003 reż. G. Verbinski, wyk. J. Depp, K. Knightley, O. Bloom, J. Davenport

## HORROR I SF



### Diuna

**PT TVN, 20.00**

Nagrodzona sześcioma Oscarami adaptacja prozy Franka Herberta. Na pustynnej planecie wybucha konflikt. Stawką są bezcenne złoża melanzu. Ważną rolę w tej historii odegra młody Paul z rodu Atrydów.

**200 min** Kan./USA 2021 reż. D. Villeneuve, wyk. T. Chalamet, R. Ferguson, S. Skarsgard

## KLASYKA



### Och, Karol

**PT Kino Polska, 20.00**

Żona niewiernego architekta i jego trzy kochanki planują zemstę. Wszystkie zamieszkują w domu playboya i nie odstępują go na krok. Znamięta komedia twórcy popularnego „Kogla-mogła”.

**120 min** Pol. 1985 reż. R. Żałuski, wyk. J. Piechociński, D. Kamińska, D. Kowalska



### Strażnik

**SO TVP 2, 20.00**

Terrorystyci przygotowują zamach na prezydenta USA. Agent Secret Service próbuje pokrzyżować ich plany. Michael Douglas w filmie opartym na sprawdzonych schematach kina sensacyjnego.

**115 min** USA 2006 reż. C. Johnson, wyk. M. Douglas, K. Sutherland, E. Longoria



### Ocean's 8

**SO TVN 7, 20.00**

Kobięca odsłona serii zapoczątkowanej w 2001 roku przez Stevena Soderbergha. Złodziejka Debbie, siostra Danny'ego, planuje kradzież naszyjnika o wartości 150 mln dol. Kompletuje ekipę.

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



### Wszystko wszędzie naraz

**SO TVN 7, 22.20**

Zpracowana Evelyn natrafia na klucz do multiwersum. Jest zachwycona, jednak wieloświat skrywa też mroczny sekret. Oparty na intrygującym pomysle obraz zdobył siedem Oscarów.

**165 min** USA 2022 reż. D. Scheinert, D. Kwan, wyk. M. Yeoh, S. Hsu, K. H. Quan, J. Hong



### Uczta Babette

**SO TVP Kultura, 16.30**

XIX w., Dania. Kucharka wygrywa na loterii dużą sumę pieniędzy. Urządza uroczystą kolację, która ukazuje nowe oblicza jej sąsiadów. Wyróżniona Oscarem adaptacja prozy Karen Blixen.

**115 min** Dania 1987 reż. G. Axel, wyk. S. Audran, B. Federspiel, B. Kjer, J. Lafont



### Jack Ryan: Teoria chaosu

**ND TVN 7, 20.00**

Rosyjski oligarcha chce doprowadzić USA do upadku. As wywiadu musi temu zapobiec. Tytułową postać stworzył Tom Clancy. Produkcja ta tylko nawiązuje do jego książek.

**140 min** USA/Rosja/Wlk. Bryt. 2014 reż. K. Branagh, wyk. C. Pine, K. Costner, K. Knightley



### Bodyguard Zawodowiec

**ND TV Puls, 20.00**

Ochroniarz ma strzec bezpieczeństwa ważnego świadka. Ich tropem ruszają agenci, bandyci i łowcy nagród. Ryan Reynolds i Samuel L. Jackson w filmie nawiązującym do stylistyki kina akcji lat 80. i 90.

**140 min** USA/Hongkong/Bułgaria 2017 reż. P. Hughes, wyk. R. Reynolds, S. L. Jackson



### Hellboy

**ND Super Polsat, 23.15**

Naziści sprowadzają z piekiel demona pod postacią dziecka. Mimo szatańskiego rodowodu staje się on uosobieniem dobra. Imponująca wizualnie adaptacja komiksu Mike'a Mignoli.

**155 min** USA 2004 reż. G. del Toro, wyk. R. Perlman, J. Hurt, S. Blair, R. Evans



### Miś

**ND STOPKLATKA, 20.00**

Rysard chce dotrzeć do banku w Londynie przed byłą żoną. Szuka sobowtóra. Jedną z najlepszych komedii Stanisława Barei, w której reżyser puentuje absurdu rzeczywistości przełomu lat 70. i 80.

**155 min** Polska 1981 reż. S. Bareja, wyk. S. Tym, B. Burska, C. Paul, K. Kowalewski

PONIEDZIAŁEK

## FAMILIJNY



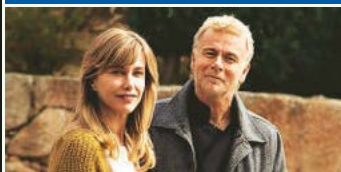
### Alvin i wiewiórki

**PO TVN Fabuła, 17.10**

Muzykalne gryzonie Alvin, Szymon i Teodor przez przypadek trafiają do domu kompozytora Davida. Ten postanawia wraz z nimi nagrać piosenkę. Familijny hit oparty na powstałej w latach 50. serii bajek animowanych.

**110 min** USA 2007 reż. T. Hill, wyk. J. Lee, D. Cross, C. Richardson, J. Lynch, V. Alicino

## KOMEDIA



### Żona do podziątu

**PO TVP Kobieta, 22.30**

François z żoną Charlotte prowadzą luksusowy hotel i restaurację. W życiu pary nieoczekiwanie pojawia się pierwszy mąż kobiety, który został zainzynowany za zmarłego. Obraz został zainspirowany „Potyczkami kuchennymi” z 1963 r.

**85 min** Francja/Belgia 2015 reż. F. Siri, wyk. F. Dubosc, G. Lanvin, P. Arbillot, A. Dana

## KOMEDIA ROMANTYCZNA



### Seks w wielkim mieście

**PO TVN 7, 22.25**

Pełnometrażowa kontynuacja miłosnych perypetii wyzwolonych kobiet z Nowego Jorku. Carrie znów przeżywa sercowy zawód. W trudnych chwilach wspierają ją przyjaciółki. Razem wyruszają w podróż do Meksyku.

**180 min** USA 2008 reż. M. P. King, wyk. S. J. Parker, K. Cattrall, K. Davis, C. Nixon

## DRAMAT



### Sekret w ich oczach

**PO TVN 7, 20.00**

Córka agentki została zamordowana, ale sprawcy nie skazano. Po latach jej zawodowy partner chce wznović śledztwo. Potrzebuje zgody prokuratora. Hollywoodzka wersja argentyńskiego filmu z 2009 roku.

**145 min** USA/Wlk. Bryt. 2015 reż. B. Ray, wyk. C. Ejiofor, N. Kidman, J. Roberts, D. Norris

WTOREK



### W pustyni i w puszczy

**WT Kino Polska, 8.45**

Egzotyczna przygoda na motywach powieści Henryka Sienkiewicza. Egipt. Staś i Nel, dzieci europejskich inżynierów, zostają porwane. Trafiają w ręce przywódcy mużumianów. Udaje im się uciec. Muszą odnaleźć drogę do domu.

**140 min** Polska 2001 reż. G. Hood, wyk. K. Sawka, A. Fidusiewicz, A. Żmijewski



### Volta

**WT Polsat Film, 21.00**

Wiki znajduje w ścianie kamienicy zaginioną koronę Kazimierza Wielkiego. Partner jej znajomej, cyniczny Volta, z pomocą ochroniarza chce przejąć skarb. Trafia na trudną przeciwniczkę. Dzieło twórcy „Seksmsjsji”.

**125 min** Polska 2017 reż. J. Machulski, wyk. A. Zieliński, O. Bołądź, A. Domańska, J. Braciak



### Moja dziewczyna wychodzi za mąż

**WT Super Polsat, 21.00**

Podrywacz Tom odkrywa, że kobieta, którą kocha, planuje ślub. Musi działać bez chwili zwłoki. W roli głównej Patrick Dempsey, czarujący doktor Shepherd z serialu „Chirurgi”.

**125 min** USA/Wlk. Bryt. 2008 reż. P. Weiland, wyk. P. Dempsey, M. Monaghan, K. McKidd



### Tommaso

**WT TVP Kultura, 21.40**

Walczący z demonami przeszłości i potężnym ego mężczyzna stara się być dobrym ojcem i partnerem dla młodej żony Nikki, ale jego nastroje zmieniają się gwałtownie. Wnikliwe studium kryzysu męskości.

**125 min** Wlk. Bryt./USA 2019 reż. A. Ferrara, wyk. W. Dafoe, C. Chiriac, A. Ferrara, L. Sovena

ŚRODA



### Jumanji

**ŚR Polsat Film, 13.35**

Judy i Peter znajdują tajemniczą grę. Gdy rzucają kostką, zjawia się Alan, który trafił do Jumanji jako dziecko. W ślad za nim przybywają bestie. Kinowy hit lat 90., który po kilku dekadach doczekał się sequeli.

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



### Ocean's Eleven: Ryzykowna gra

**ŚR Warner TV, 20.00**

Współczesna wersja filmu Lewisa Milestone'a z 1960 roku. Danny Ocean planuje rabunek 150 mln dolarów ze skarbca trzech kasyn w Las Vegas. Kompletuje zespół genialnych złodziei.

**140 min** USA/Australia 2001 reż. S. Soderbergh, wyk. G. Clooney, B. Pitt, B. Mac, J. Roberts



### 7 rzeczy, których nie wiecie o facetach

**ŚR Polsat, 20.35**

Losy mężczyzn szukających szczęścia. Tomasz planuje ślub. Targają nim wątpliwości, ponieważ boi się zobowiązań. Dużo dobrego humor i plejada polskich gwiazd na ekranie.

**150 min** Polska 2016 reż. K. Lewińska, wyk. P. Domagała, M. Roznerski, A. Bachleda-Curús



### Boże Ciało

**ŚR STOPKLATKA, 22.00**

Nominowany do Oscara dramat inspirowany prawdziwą historią. Po opuszczeniu poprawczaka Daniel trafia do prowincjonalnej parafii. Udając księdza, pomaga lokalnej społeczności uporać się z traumą po wypadku.

**135 min** Polska 2019 reż. J. Komasa, wyk. B. Bielenia, A. Konieczna, E. Rycembel, T. Ziętek

CZWARTEK



### Paddington

**CZ Polsat Film, 14.20**

Dystyngowany miś przybywa z Peru do Londynu. Niedźwiadek staje się celem okrutnej dyrektorki muzeum. Debiut kinowy postaci stworzonej przez pisarza Michaela Bonda.

**120 min** Wlk. Bryt./Fr./USA 2014 reż. P. King, wyk. T. Downie, M. Worrall, L. Steer, G. Palmer



### Słaba płęć?

**CZ TVN, 22.00**

Ambitna dziewczyna z prowincji przez nieuczciwego szefa traci pracę i dobre imię. Obmyśla wyrafinowany plan zemsty. Scenariusz na motywach powieści Katarzyny Grygi.

**120 min** Polska 2015 reż. K. Lang, wyk. O. Bołądź, P. Adamczyk, P. Glowacki, K. Figura



### Miłość na pierwszą stronę

**CZ Polsat Film, 21.00**

Nina pracuje jako paparazzo. Jej celem jest syn pani prezydent. Kobieta zakochuje się w nim, ale partner nie zna prawdy o wybrance. Za kamerą stanęła reżyserka „Dziewczyn z Dubaju”.

**140 min** Polska 2022 reż. M. Sadowska, wyk. O. Bołądź, P. Stramowski, M. Schejbal, E. Telega



### Projektantka

**CZ Polsat, 22.50**

Kate Winslet w roli burzycielki konwenansów. Tilly, bywalczynie domów mody, wraca w rodzinne strony. Chce rozliczyć się z przeszłością i... zmienić styl ubierania się miejscowych.

**160 min** Australia 2015 reż. J. Moorhouse, wyk. K. Winslet, L. Hemsworth, H. Weaving

## SENSACJA I THRILLER



PREMIERA W TV

### Na skraju załamania

PO TVN, 22.00

Cass dowiaduje się, że kobieta, którą widziała poprzedniej nocy, została zamordowana. Niebawem w jej domu zaczyna dochodzić do tajemniczych zdarzeń. Ekranizacja powieści autorstwa B.A. Paris z 2017 roku.

125 min USA/Wlk. Bryt. 2024 reż. J. Celentano, wyk. M. Kelly, D. Mulroney, M. Grace, N. Simpson

## AKCJA I PRZYGODA



### Jurassic World

PO Polsat, 20.35

Na Isla Nublar działa park rozrywki. By przyciągnąć turystów, naukowcy tworzą hybrydę kilku gatunków dinozaurów. Groźny okaz ucieka, powodując chaos na wyspie. Widowiskowa kontynuacja przeboju z lat 90.

155 min USA 2015 reż. C. Trevorrow, wyk. C. Pratt, B. D. Howard, I. Khan, V. D'Onofrio

## HORROR I SF



### Ciche miejsce

PO SCI Fi, 21.00

Postapokaliptyczna wizja świata, który zdominowały krwiożercze bestie. Ludzie muszą żyć w absolutnej ciszy, by nie zabić ich dźwiękiem. O przetrwanie walczą m.in. rodzina granego przez Johna Krasinskiego mężczyzn.

115 min USA 2018 reż. J. Krasinski, wyk. E. Blunt, J. Krasinski, M. Simmonds, N. Jupe

## KLASYKA



### Przepraszam, czy tu biją?

PO Kino Polska, 22.05

Warszawa. Belus, przywódca grupy przestępczej, planuje napad. Inspektorzy Milde i Górny usiłują poznać plany bandyty. Na ekranie zobaczymy dwóch mistrzów boksu, Jerzego Kuleja i Jana Szczepańskiego.

105 min Polska 1976 reż. M. Piwowski, wyk. Z. Rychter, J. Kulej, J. Szczepański, R. Faron



### Tokarev. Zabójca z przeszłości

WT TV Puls, 20.00

Były gangster żyje dostatnio dzięki milionom skradzionym mafii. Gdy jego córka zostaje zamordowana, postanawia odnaleźć zabójców. W roli głównej Nicolas Cage, laureat Oscara za „Zostawić Las Vegas”.

120 min USA/Francja 2014 reż. P. Cabezas, wyk. N. Cage, R. Nichols, P. Stormare, A. Peeples



### Indiana Jones i świątynia zagłady

WT TVN Fabuła, 20.00

Archeolog, jego młody pomocnik i tancerka nie wiedzą, co ich czeka, kiedy udają się na wyprawę w poszukiwaniu zaginionego magicznego kamienia. Oscar za efekty specjalne.

160 min USA 1984 reż. S. Spielberg, wyk. H. Ford, K. Capshaw, K. H. Quan, A. Puri



### Oszukać przeznaczenie

WT TVN 7, 22.35

Młodzi ludzie cudem unikają śmierci w katastrofie samolotu dzięki wizji Aleksa. Wkrótce w tajemniczych okolicznościach zaczynają kolejno ginąć. Nagrodzony Saturnem film dał początek serii krwawych sekweli.

130 min USA 2000 reż. J. Wong, wyk. D. Sawa, A. Larter, K. Smith, T. Todd, K. Cloke, S. W. Scott



### Seksmisja

WT STOPKLATKA, 22.30

Dwaj śmiałkowie budzą się z hibernacji po wojnie nuklearnej. Jako ostatni mężczyźni na świecie mają ulec dyktaturze kobiet, które chcą poddać ich zmianie płci. Udany pastisz kina SF z popisowymi kreacjami aktorskimi.

145 min Polska 1983 reż. J. Machulski, wyk. J. Stuhr, O. Łukaszewicz, B. Strykowski, G. Trela



### Przemysłnik

SR TVN 7, 20.00

Earl, mężczyzna w podeszłym wieku, zostaje kurierem meksykańskiego kartelu. Okazuje się wyjątkowo skutecznym. Clint Eastwood – legenda kina i laureat czterech Oscarów – stanął po obu stronach kamery.

150 min USA/Kan. 2018 reż. C. Eastwood, wyk. C. Eastwood, P. L. Reyes, C. De León



### Król Artur: Legenda miecza

SR TVN, 20.50

Nowatorskie kino fantasy z szybką akcją i humorem. Młody wódcęga wyciąga z kamienia słynny Excalibur. Trafia do więzienia. Tam dowiaduje się, że jest krewnym prawowitego monarchy i czeka go śmierć.

155 min USA/Wlk. Bryt. 2017 reż. G. Ritchie, wyk. C. Hunnan, J. Law, D. Hounsou, E. Bana



### Snowpiercer: Arka przyszłości

SR Kino TV, 23.40

Ocalali z globalnej katastrofy podróżują pociągiem dookoła skutej lodem Ziemi. Bogaci i ubodzy pasażerowie podzieleni są na klasy. Wybucha bunt. Na motywach komiksu Jacques'a Loba i Jeana-Marca Rochette'a.

145 min Korea Półd./USA 2013 reż. J. Bong, wyk. C. Evans, E. Harris, J. Hurt, T. Swinton



### Niewinni czarodzieje

SR TVP 1, 22.25

Lekarz Andrzej nawiązuje romans z dziewczyną poznaną w nocnym klubie. Mimo wzajemnej fascynacji para konsekwentnie prowadzi grę pozorów. Niepowtarzalny klimat produkcji nadaje muzyka Krzysztofa Komedy.

95 min Polska 1960 reż. A. Wajda, wyk. T. Łomnicki, K. Stypułkowska, Z. Cybulski



### Świat w ogniu

CZ Paramount Network, 20.00

Trzecia misja agenta, w którego wcielił się Gerard Butler. Mike Banning zostaje oskarżony o zamach na prezydenta USA. Ścigany przez tajne służby, usiłuje zapobiec kolejnym atakom.

150 min USA 2019 reż. R. R. Waugh, wyk. G. Butler, F. Schmidt, D. Huston, R. Williams



### Siedmiu wspaniałych

CZ Super Polsat, 22.55

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

160 min USA/Australia 2016 reż. A. Fuqua, wyk. D. Washington, C. Pratt, E. Hawke



### Pamięć absolutna

CZ TV 4, 23.05

Robotnik Douglas korzysta z usługi wszczęcia ekscytujących przeżyć. Wybiera scenariusz tajnego agenta. To początek jego wielkich kłopotów. Adaptacja prozy Philipa K. Dicka.

145 min USA 1990 reż. P. Verhoeven, wyk. A. Schwarzenegger, R. Ticotin, S. Stone, R. Cox



### Pulp Fiction

CZ STOPKLATKA, 23.30

Trzy błyskotliwe gangsterskie historie. Obraz zachwycił publiczność oryginalnością i precyzją kompozycji. Wyróżniono go Złotą Palmą w Cannes i Oscarem za scenariusz.

200 min USA 1994 reż. Q. Tarantino, wyk. J. Travolta, U. Thurman, S. L. Jackson, B. Willis

Raúl Jiménez (nr 9) ma szansę zagrać w czwartym mundialu.

Grający dla RPA Lyle Foster na co dzień broni barw angielskiego Burnley FC.

Łoś Maple, jaguar Zayu i bielik amerykański Clutch to maskotki turnieju w Kanadzie, Meksyku i USA.

PIŁKA NOŻNA • MISTRZOSTWA ŚWIATA 2026

# Święto futbolu

➔ MEKSYK – RPA CZ 11.06 godz. 20.40 TVP 1

Dwudzieste trzecie mistrzostwa świata czas zacząć! Po raz pierwszy turniej rozgrywany będzie w trzech państwach, do tego z udziałem rekordowej liczby czterdziestu ośmiu uczestników. Niestety, wśród nich zabranie reprezentacji Polski.

## Futbol i muzyka

Rozgrywki wystartują na Estadio Azteca, który był areną już dwóch mundiali – w 1970 i 1986 roku. Teraz Meksyk podejmie tu RPA. Drużyna z Afryki wystąpi w czempionacie globu po raz pierwszy od szesnastu lat, a współgospodarze turnieju zaliczą swój dziewiąty mundial z rzędu. Poprzednie inaugurowali całkiem udanie. Przegrali tylko raz – w 1994 roku z Norwegią 0:1. Co ciekawe, El Tri już mierzyli się z RPA w spotkaniu rozpoczynającym

Rusza największy mundial w historii. Przed nami aż sto cztery mecze, wiele z nich w późno w nocy. W pojedynku z futbolem sen nie ma szans!

jęcym MŚ. W 2010 roku zremisowali z ówczesnym gospodarzem czempionatu 1:1. Mecz otwarcia turnieju uświetni nagrodzony statuetką Grammy zespół Maná. Wystąpią też Alejandro Fernández, Tyla oraz Belinda. Podobne ceremonie będą towarzyszyć pierwszym występom pozostałych współgospodarzy mundialu. 12 czerwca w Toronto inauguracyjną grupową konfrontację Kanady z Bośnią i Hercegowiną poprzedzi koncert m.in. Michaela Bublé i Alanis Morissette. Z kolei w Los Angeles o oprawę artystyczną potyczki USA z Paragwajem zadba np. Katy Perry i Anitta.

## Debiuty i pożegnania

Dla każdej drużyny występ w mundialu to zaszczyt. W tym roku

szczególnie będą go przeżywać zwłaszcza piłkarze z Jordanii, Curaçao, Republiki Zielonego Przylądka oraz Uzbekistanu. Drużyny te pokażą się bowiem na mundialu po raz pierwszy. Zupełnie inne uczucia będą towarzyszyć kilku wielkim gwiazdom futbolu, dla których mistrzostwa w USA, Meksyku i Kanadzie będą prawdopodobnie ostatnimi w karierze. W tym wyjątkowym gronie są 41-letni Cristiano Ronaldo i 38-letni Lionel Messi, a także 40-letni Luka Modrić. Dla Portugalczyka i Argentyńczyka będzie to już szósty mundial, tak jak w przypadku meksykańskiego bramkarza Guillermo Ochoi (40). Wszyscy staną się rekordzistami wszech czasów. Do swojego ostatniego mundialowego tańca przygotowują się

także m.in. Bośniak Edin Džeko (40) oraz Manuel Neuer (40), który wrócił do reprezentacji Niemiec po dwuletniej przerwie.

## Ranking szans

Futbol bywa nieprzewidywalny, a boisko często brutalnie weryfikuje wszelkie prognozy ekspertów. Ci jednak się nie zrażają i co rusz dzielą się swoimi typami. W większości z nich za głównych faworytów MŚ uchodzą mistrzowie Europy, Hiszpanie. Wysokie notowania mają także Francuzi, Anglicy, Brazylijczycy i broniący tytułu Argentyńczycy. Czy w tym gronie jest nowy mistrz? Poznamy go 19 lipca. Wówczas na MetLife Stadium w East Rutherford odbędzie się wielki finał. TJ

## Stawka jest wysoka

☞ **FINAŁ KOBIET**  
SO 6.06 godz. 15.30,  
**FINAŁ MĘŻCZYZN ND 7.06**  
godz. 15.30 **EUROSPORT 1**

Czas na pojedynki o tytuł królowej i króla Paryża. W sobotę na kort im. Philippe'a Chatriera wybiegną najlepsze singlistki, a dzień później o tej samej porze zagrają panowie. Turniejowa drabinka ułożyła się obiecująco dla Igi Świątek, marzącej o piątym triumfie w stolicy Francji. Rok temu w osiągnięciu celu przeszkodziła jej Aryna

Sabalenka. Białorusinka pokonała Polkę w półfinale, w finale jednak przegrała z Coco Gauff. Amerykanka odniosła wówczas premierowe zwycięstwo we French Open. Na podobny sukces co najmniej do 2027 roku musi poczekać Jannik Sinner. Lider rankingu ATP odpadł już w drugiej rundzie po porażce z Juanem Manuelem Cerúndolo. W efekcie wzrosły szanse na czwarty tytuł Novaka Djokovicia, rozgrywającego już 82. turniej wielkoszlemowy w karierze. **TJ**



**Bartłomiej Lemański (z lewej) wrócił do reprezentacji Polski po sześciu latach. Jakub Kiedos to debiutant w drużynie narodowej.**

**SIATKÓWKĄ MĘŻCZYZN • LIGA NARODÓW**

## Kadra w nowej odświeżeniu

☞ **KUBA – POLSKA ŚR 10.06**  
godz. 6.45 **POLSAT SPORT 1**

Bez Bartosza Kurka, Norberta Hubera, Grzegorza Łomacza i Łukasza Kaczmarka przystąpi do tegorocznego sezonu polska drużyna narodowa. Zabraknie także Pawła Zatorskiego, który zakończył reprezentacyjną karierę. Trener Nikola Grbić znalazł za to miejsce w kadrze aż dla siedmiu debiutantów, w tym zaledwie siedemnasto-

letniego Jakuba Przybytkowicza. Na pierwszy rzut oka wydaje się, że Serb przyjął dość ryzykowną strategię. Nie raz już jednak udowodnił, że wie, co robi. Kibicom pozostaje więc mu zaufać i ze spokojem czekać na poczynania Biało-Czerwonych najpierw w Lidze Narodów, a we wrześniu w mistrzostwach Europy. W obu przypadkach Polacy będą bronić tytułu. Te pierwsze rozgrywki rozpoczną w Linyi w Chinach. Zagrają tam z Kubą, Słowenią, Japonią i Ukrainą. W czerwcu Orły czeka jeszcze turniej w Gliwicach, a kilkanaście dni później udadzą się do Chicago. Jeśli wszystko pójdzie zgodnie z planem, na przełomie lipca i sierpnia wystąpią w turnieju finałowym w Ningbo. **TJ**



**Legenda kubańskiej kadry, Roberlandy Simón, dzień po meczu z Polską będzie obchodził 39. urodziny.**



**Iga Świątek rozpoczęła turniej w Paryżu od gładkiej wygranej z Emerson Jones.**

**Novak Djoković po raz ostatni triumfował we French Open w 2023 r.**

## Nowy wymiar prezentów

**Urodziny, rocznica, spontaniczne „myślę o Tobie” czy prezent last minute – każda okazja jest dobra, by wywołać uśmiech. Teraz możesz to zrobić z T-Mobile, dzięki nowej, rewolucyjnej funkcjonalności w programie Magenta Moments!**



**T**eraz w aplikacji Mój T-Mobile, w zakładce Moments, klienci mogą w kilka chwil wybrać prezent dla swoich przyjaciół, bliskich lub dla siebie! Nowy moduł kart podarunkowych to prawdziwe centrum prezentowe. W ofercie znajduje się już ponad 60 marek – od mody, przez elektronikę i rozrywkę, po usługi online. Dodatkowo uczestnicy Magenta Moments mogą wykorzystać zgromadzone Serca, aby odblo-

kować atrakcyjne rabaty na karty do ulubionych marek. Jak to działa? Zbierasz Serca, odblokowujesz rabat nawet do -8% i płacisz mniej. W praktyce oznacza to, że karta o wartości 100 zł jest tańsza – a wszystko dzięki Sercom zdobytym w programie Magenta Moments. To kolejny przykład tego, jak T-Mobile burzy bariery i oddaje klientom więcej możliwości – w jednym miejscu, dokładnie wtedy, kiedy ich potrzebują.

## MISTRZOSTWA ŚWIATA

**CZ** Mecz grupy A  
TVP 1; TVP Sport  
20.40 Meksyk – RPA

## PIŁKA NOŻNA

**SO** Betclit 2. Liga  
TVP Sport

13.40 Barażowy mecz finałowy  
**SO** Mecz towarzyski  
Polsat Sport 2

14.50 Belgia – Tunezja  
**SO** Mecz towarzyski  
Polsat Sport 3

19.35 Portugalia – Chile  
**SO** Mecz towarzyski  
Polsat Sport 1

21.50 Anglia – Nowa Zelandia  
**SO** Mecz towarzyski  
Polsat Sport 1

23.50 Mecz: Brazylia – Egipt  
**SO** Mecz towarzyski  
Polsat Sport 1

1.50 Mecz: Argentyna – Honduras  
**ND** Mecz towarzyski  
Polsat Sport 3

18.20 Dania – Ukraina  
**ND** Mecz towarzyski  
Polsat Sport 3

20.35 Chorwacja – Słowenia  
**ND** Mecz towarzyski  
Polsat Sport 2

20.50 Grecja – Włochy  
**ND** Mecz towarzyski  
Polsat Sport 1

21.00 Mecz: Maroko – Norwegia  
**PO** Mecz towarzyski  
Polsat Sport 3

20.35 Holandia – Uzbekistan  
**PO** Mecz towarzyski  
Polsat Sport 2

21.00 Francja – Irlandia Północna  
**PO** Mecz towarzyski  
Polsat Sport 1

3.50 Hiszpania – Peru  
**WT** Mecz towarzyski  
Polsat Sport 1

18.50 Węgry – Kazachstan  
**WT** Mecz towarzyski  
Polsat Sport 1

2.20 Mecz: Argentyna – Islandia  
**SR** Mecz towarzyski  
Polsat Sport 3

21.50 Anglia – Kostaryka  
**CZ** Mecz towarzyski  
Polsat Sport 2

5.50 Austria – Gwatemala

## BOKS

**SO** Gala w Bournemouth  
TVP Sport

22.25 Waga junior ciężka:  
Chris Billam-Smith  
– Ryan Rozicki

**SR** Polska Liga Boks  
TVP Sport

17.00 Mecz: CKB Potężnie Ciechocinek – Królewski Kraków

## FORMUŁA 1

**PT** Grand Prix Monako  
Eleven Sports 1

13.25 1. sesja treningowa  
**PT** Grand Prix Monako  
Eleven Sports 1

16.55 2. sesja treningowa  
**SO** Grand Prix Monako  
Eleven Sports 1

12.25 3. sesja treningowa  
**SO** Grand Prix Monako  
Eleven Sports 1

15.55 Sesja kwalifikacyjna  
**ND** Grand Prix Monako  
Eleven Sports 1

13.00 Parada kierowców  
**ND** Grand Prix Monako  
Eleven Sports 1

15.00 Wyścig



## HOKEJ

**SO** NHL  
TVP Sport

2.00 Mecz finałowy fazy play-off  
**WT** NHL  
TVP Sport

2.00 Mecz finałowy fazy play-off

## KOLARSTWO

**ND** Tour Auvergne-Rhône-Alpes  
Eurosport 2

13.05 1. etap  
**PO** Tour Auvergne-Rhône-Alpes  
Eurosport 1

15.20 2. etap  
**WT** Tour Auvergne-Rhône-Alpes  
Eurosport 1

15.20 3. etap  
**SR** Tour Auvergne-Rhône-Alpes  
Eurosport 1

15.20 4. etap  
**SR** Franco Belgian Circuit  
Eurosport 1

17.15 85. edycja

**CZ** Tour Auvergne-Rhône-Alpes  
Eurosport 1

15.20 5. etap

## KOSZYKÓWKA 3X3

**PT** Mistrzostwa świata – Warszawa 2026  
TVP Sport

21.00 Mecze 1/8 finału  
**SO** Mistrzostwa świata – Warszawa 2026  
TVP Sport

18.00 Mecze ćwierćfinałowe  
**SO** Mistrzostwa świata – Warszawa 2026  
TVP Sport

20.00 Mecze ćwierćfinałowe  
**SO** Mistrzostwa świata – Warszawa 2026  
TVP Sport

21.00 Konkurs wsadów  
**ND** Mistrzostwa świata – Warszawa 2026  
TVP Sport

18.10 Mecze półfinałowe  
**ND** Mistrzostwa świata – Warszawa 2026  
TVP Sport

20.00 Mecz o 3. miejsce  
**ND** Mistrzostwa świata – Warszawa 2026  
TVP Sport

21.15 Mecz finałowy

## KOSZYKÓWKA 3X3 KOBIEC

**PT** Mistrzostwa świata – Warszawa 2026  
TVP Sport

20.20 Mecze 1/8 finału  
**SO** Mistrzostwa świata – Warszawa 2026  
TVP Sport

16.55 Mecze ćwierćfinałowe  
**SO** Mistrzostwa świata – Warszawa 2026  
TVP Sport

19.00 Mecze ćwierćfinałowe  
**ND** Mistrzostwa świata – Warszawa 2026  
TVP Sport

16.55 Mecze półfinałowe  
**ND** Mistrzostwa świata – Warszawa 2026  
TVP Sport

19.25 Mecz o 3. miejsce  
**ND** Mistrzostwa świata – Warszawa 2026  
TVP Sport

20.45 Mecz finałowy

## KOSZYKÓWKA MEŻCZYCZYN

**PT** ORLEN Basket Liga  
Polsat Sport 2

20.05 Mecz półfinałowy fazy play-off  
**PT** NBA  
TVP Sport

2.30 Mecz finałowy fazy play-off  
**PO** ORLEN Basket Liga  
Polsat Sport 1

19.45 Mecz finałowy fazy play-off  
**PO** NBA  
TVP Sport

2.30 Mecz finałowy fazy play-off

**SR** ORLEN Basket Liga  
Polsat Sport 2

19.45 2. mecz finałowy fazy play-off

**SR** NBA  
TVP Sport

2.30 Mecz finałowy fazy play-off

## LEKKOATLETYKA

**SO** World Athletics Continental Tour Gold – College Station 2026  
Polsat Sport 3

22.00 1. edycja  
**ND** Memoriał Haliny Konopackiej – Warszawa 2026  
TVP Sport

13.45 2. edycja  
**ND** Diamentowa Liga w Sztokholmie  
Polsat Sport 1

17.00 60. edycja



**SR** Diamentowa Liga w Oslo  
Polsat Sport 1

20.00 61. edycja

## MOTOCYKLOWE MŚ

**PT** Grand Prix Węgier  
Polsat Sport Premium 2

9.00 1. sesja treningowa w klasie Moto3  
**PT** Grand Prix Węgier  
Polsat Sport Premium 2

9.50 1. sesja treningowa w klasie Moto2  
**PT** Grand Prix Węgier  
Polsat Sport Premium 2

10.45 1. sesja treningowa w klasie MotoGP  
**PT** Grand Prix Węgier  
Polsat Sport Premium 2

13.15 2. sesja treningowa w klasie Moto3  
**PT** Grand Prix Węgier  
Polsat Sport Premium 2

14.05 2. sesja treningowa w klasie Moto2  
**PT** Grand Prix Węgier  
Polsat Sport Premium 2

15.00 2. sesja treningowa w klasie MotoGP

## PIŁKA NOŻNA Kobiet

**PT**  **Eliminacje mistrzostw świata**  
TVP Sport  
17.55 Mecz: Polska – Francja



**WT**  **Eliminacje mistrzostw świata**  
TVP Sport  
20.40 Mecz: Holandia – Polska

## SIATKÓWKA Kobiet

**PT** **Liga Narodów**  
Polsat Sport 1  
8.45 Mecz: Belgia – Czechy

**PT**  **Liga Narodów**  
Polsat Sport 1  
13.15 Mecz: Serbia – Polska

**PT** **Liga Narodów**  
Polsat Sport 1  
21.15 Mecz: Dominikana – Bułgaria

**PT** **Liga Narodów**  
Polsat Sport 2  
22.15 Mecz: Ukraina – Japonia

**PT** **Liga Narodów**  
Polsat Sport 1  
0.45 Mecz: Holandia – Włochy

**PT** **Liga Narodów**  
Polsat Sport 2  
1.45 Mecz: Francja – USA

**SO** **Liga Narodów**  
Polsat Sport 2  
8.45 Mecz: Tajlandia – Belgia

**SO** **Liga Narodów**  
Polsat Sport 1  
13.15 Mecz: Chiny – Serbia

**SO** **Liga Narodów**  
Polsat Sport 1  
15.45 Mecz: Brazylia – Bułgaria

**SO** **Liga Narodów**  
Polsat Sport 2  
20.15 Mecz: Włochy – Turcja

**SO** **Liga Narodów**  
Polsat Sport 2  
22.15 Mecz: Kanada – Francja

**SO** **Liga Narodów**  
Polsat Sport 3  
1.45 Mecz: Niemcy – Japonia

**ND** **Liga Narodów**  
Polsat Sport 1  
5.15 Mecz: Tajlandia – Czechy

**ND** **Liga Narodów**  
Polsat Sport 1  
8.45 Mecz: Belgia – Serbia

**ND**  **Liga Narodów**  
Polsat Sport 1  
12.45 Mecz: Chiny – Polska

**ND** **Liga Narodów**  
Polsat Sport 3  
15.45 Mecz: Dominikana – Holandia


**ND** **Liga Narodów**  
Polsat Sport 2  
16.45 Mecz: Ukraina – Francja

**ND** **Liga Narodów**  
Polsat Sport 1  
19.15 Mecz: Brazylia – Włochy

**ND** **Liga Narodów**  
Polsat Sport 1  
22.45 Mecz: Bułgaria – Turcja

**ND** **Liga Narodów**  
Polsat Sport 1  
23.45 Mecz: Kanada – Japonia

## SIATKÓWKA MĘŻCZYZN

**SR**  **Liga Narodów**  
Polsat Sport 1  
6.45 Mecz: Kuba – Polska

**SR** **Liga Narodów**  
Polsat Sport 1  
10.15 Mecz: Chiny – Słowenia

**SR** **Liga Narodów**  
Polsat Sport 1  
13.45 Mecz: Ukraina – Japonia

**SR** **Liga Narodów**  
Polsat Sport 1  
17.45 Mecz: Belgia – Bułgaria

**SR** **Liga Narodów**  
Polsat Sport 2  
21.45 Mecz: Francja – Włochy

**SR** **Liga Narodów**  
Polsat Sport 1  
0.45 Mecz: Brazylia – Iran

**SR** **Liga Narodów**  
Polsat Sport 2  
1.15 Mecz: Kanada – Niemcy

**CZ** **Liga Narodów**  
Polsat Sport 1  
10.15 Mecz: Chiny – Ukraina

**CZ**  **Liga Narodów**  
Polsat; Polsat Sport 1  
13.45 Mecz: Słowenia – Polska

**CZ** **Liga Narodów**  
Polsat Sport 2  
21.15 Mecz: Bułgaria – Iran

**CZ** **Liga Narodów**  
Polsat Sport 1  
21.45 Mecz: Niemcy – Włochy

**CZ** **Liga Narodów**  
Polsat Sport 2  
0.45 Mecz: Brazylia – Belgia

**CZ** **Liga Narodów**  
Polsat Sport 1  
1.15 Mecz: Kanada – Francja

## SPORTY WALKI

**SO** **UFC Fight Night** Polsat Sport 2  
2.00 Walka: Belal Muhammad – Gabriel Bonfim

## TENIS

**PT** **Turniej French Open w Paryżu**  
Eurosport 1  
14.30 Mecz półfinałowy gry pojedynczej mężczyzn

**PT** **Turniej French Open w Paryżu**  
Eurosport 1  
19.00 Mecz półfinałowy gry pojedynczej mężczyzn

**SO** **Turniej French Open w Paryżu**  
Eurosport 1  
11.00 Mecz finałowy gry podwójnej mężczyzn

**SO** **Turniej French Open w Paryżu**  
Eurosport 1  
15.30 Mecz finałowy gry pojedynczej kobiet

**ND** **Turniej French Open w Paryżu**  
Eurosport 1  
11.00 Mecz finałowy gry podwójnej kobiet

**ND** **Turniej French Open w Paryżu**  
Eurosport 1  
15.30 Mecz finałowy gry pojedynczej mężczyzn

**PO** **Turniej WTA w Londynie**  
CANAL+ Sport 2  
14.00 Mecz 1. rundy gry pojedynczej

**PO** **Turniej WTA w Londynie**  
CANAL+ Sport 2  
16.00 Mecz 1. rundy gry pojedynczej

**PO** **Turniej WTA w Londynie**  
CANAL+ Sport 2  
18.00 Mecz 1. rundy gry pojedynczej

**WT** **Turniej WTA w Londynie**  
CANAL+ Sport 2  
14.00 Mecz 1. rundy gry pojedynczej

**WT** **Turniej WTA w Londynie**  
CANAL+ Sport 2  
16.00 Mecz 1. rundy gry pojedynczej

**WT** **Turniej WTA w Londynie**  
CANAL+ Sport 2  
18.30 Mecz 1. rundy gry pojedynczej

**SR** **Turniej WTA w Londynie**  
CANAL+ Sport 2  
12.30 Mecz 2. rundy gry pojedynczej

**SR** **Turniej WTA w Londynie**  
CANAL+ Sport 2  
14.30 Mecz 2. rundy gry pojedynczej

**SR** **Turniej WTA w Londynie**  
CANAL+ Sport 2  
16.30 Mecz 2. rundy gry pojedynczej

**SR** **Turniej WTA w Londynie**  
CANAL+ Sport 2  
18.30 Mecz 2. rundy gry pojedynczej

**CZ** **Turniej WTA w Londynie**  
CANAL+ Sport 2  
12.30 Mecz 2. rundy gry pojedynczej

**CZ** **Turniej WTA w Londynie**  
CANAL+ Sport 2  
14.30 Mecz 2. rundy gry pojedynczej

**CZ** **Turniej WTA w Londynie**  
CANAL+ Sport 2  
16.30 Mecz 2. rundy gry pojedynczej

**CZ** **Turniej WTA w Londynie**  
CANAL+ Sport 2  
18.30 Mecz 2. rundy gry pojedynczej


## ZUŻEL


**PT** **Grand Prix Wielkiej Brytanii**  
Eurosport 3 HD  
15.00 Kwalifikacje


**PT** **Grand Prix Wielkiej Brytanii**  
Eurosport 3 HD  
19.30 1. wyścig



**SO** **Grand Prix Wielkiej Brytanii**  
Eurosport 3 HD  
19.30 2. wyścig

**ND**  **Metalkas 2. Ekstraliga**  
CANAL+ Sport 5  
14.00 Mecz: INNPRO ROW Rybnik – Polonia Piła

**ND**  **Metalkas 2. Ekstraliga**  
CANAL+ Sport 5  
16.30 Mecz: H. Skrzydlewska Orzeł kóźd – Cellfast Wilki Krosno

**ND**  **Metalkas 2. Ekstraliga**  
CANAL+ Sport 5  
19.00 Mecz: Hunters PSŻ Poznań – Moonfin Malesa Ostrów Wlkp.

PIERWSZA MIŁOŚĆ • DAMIAN KULEC

# Prawdziwe granie!

Od pięciu lat oglądamy go w roli Kacpra – lekarza, szczęśliwego męża i oczyma. Pytamy aktora, czy na tym chodzącym ideale, jakim jest jego bohater, pojawią się rysy?



Z żoną Katarzyną (z pr.) występują razem w spektaklu „Exterminator” (na zdj. z Sebastianem Skoczniem).

➔ **PIERWSZA MIŁOŚĆ PT 5.06 godz. 18.00 POLSAT**

**Jaka była Pana reakcja, kiedy przeczytał Pan w scenariuszu, że Kacper będzie miał rywala w postaci Pawła – byłego męża Marysi?**

Szczerze mówiąc, zanim przeczytałem ten wątek w scenariuszu, wcześniej usłyszałem plotki na ten temat. W naszej branży zawsze jest dużo plotek (śmiech). Pierwsza moja myśl była taka, że to świetny pomysł. Od kilku lat gramy z Anetką (Zając, przyp. red.) zgodne małżeństwo, a jak wiadomo, w serialu codziennym mamy ograniczoną możliwość konfliktów czy sytuacji, które zaburzają rytm życia bohaterów. Kiedy źle się dzieje między nami, to widzowie na ogół chcą, byśmy szybko się pogodzili i znów byli szczęśliwi. Tyle że to spokojne życie z aktor-skiego punktu widzenia szybko staje się nudne. Potrzebny jest jakiś wstrząs, rozłam, bo wtedy zaczyna się prawdziwe granie. Powrót do historii sprzed lat to świetny pomysł, bez względu na to, w którą stronę scenarzyści to poprowadzą.

**Paweł Krzyżanowski (Mateusz Kościukiewicz), to rywal Kacpra, a zarazem jego pacjent. Czy Pana bohater zachowa lekarski obiektywizm?**

Często słyszę, że Kacper jest do bólu przewidywalny,

zawsze dobry i szlachetny. Pojawienie się Pawła wywróci jego uporządkowaną rzeczywistość do góry nogami. Czy ta szlachetność, w imię większego dobra, jakim dla niego jest rodzina, wychowywanie Julki i małżeństwo z Marysią, może sprawić, że na tym monolicie pojawią się rysy i pęknięcia? Zobaczymy.

**Czy ktoś już zgłosił się do Pana po poradę medyczną?**

Żeby to raz! Jedyne, co wiem o zawodzie lekarskim, to: po pierwsze nie szkodzić. Wolę więc trzymać się z daleka od wszelkich porad (śmiech).

**Słyszałam, że w przerwach między zdjęciami najczęściej można Pana spotkać nie z telefonem, tylko z książką.**

Przyznam, że nie mam czasu na social media, choć czasy są takie, że może powinienem popchać z ich pomocą swoją, w cudzysłowie, karierę. Mam z tym jednak problem. Jeżeli dzielę się czymś, to najczęściej poleceniami książkowymi. Na książkę zawsze znajdę czas – czy to papierową, czy na czytelnik. Mam nawet plany, ile książek przeczytam w danym roku. Co więcej, staram się je przebić i jestem bardzo zadowolony, jeśli mi się to udaje.

**Czyli to właśnie dzięki Panu nasze statystyki czytelnice idą troszkę w górę?**

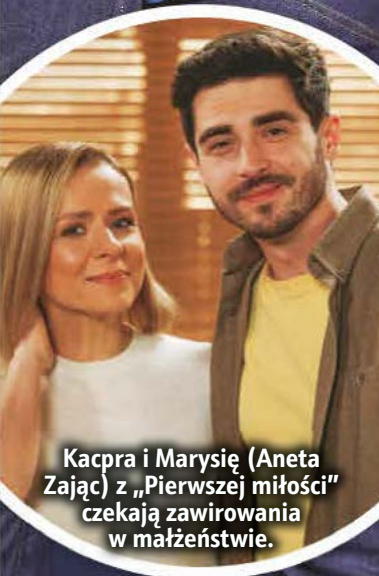
Nadrabiam za innych (śmiech). Lubię też rozmawiać o książkach. Moja córeczka, która ma cztery i pół roku, uwielbia czytać. Ponieważ przeczytaliśmy już wszystkie książeczki, które mamy w domu, znamy je na pamięć, więc chodzimy teraz do biblioteki. Fantastyczne, bo jej się to bardzo podoba, a ja traktuję to jako mój osobisty sukces.

**Ostatnio dołączył Pan do obsady spektaklu „Exterminator”, w którym główną rolę od lat gra Paweł Domagała, czyli w życiu prywatnym Pana szwagier.**

Można powiedzieć, że to spektakl zrealizowany pod hasłem „rodzina i przyjaciele”. Szwagier, szwagierka, bo gra w nim też Zuzia – żona Pawła, a do tego Kasia – moja żona, czyli siostra Zuzi. To wyjątkowy spektakl, który trudno porównać z innymi. Wcielam się w perkusistę – a perkusja to mój ulubiony instrument. Uczylem się na nim grać w liceum, potem zarzuciłem ćwiczenia, aż do teraz. Nawet we Wrocławiu, gdzie kręcimy „Pierwszą miłość”, mam zestaw treningowy i w przerwach między scenami idę sobie poćwiczyć. Nie gram profesjonalnie, ale z serca.

**ROZMAWIAŁA  
MARZENA JURACZKO**

Urodził się w Boże Narodzenie 1990 roku. Absolwent Szkoły Filmowej w Łodzi. W 2021 roku dołączył do serialu „Pierwsza miłość”. Zagrał m.in. w serialach „Zakochani po uszy” oraz „Uroczysko”.



Kacpra i Marysię (Aneta Zając) z „Pierwszej miłości” czekają zawirowania w małżeństwie.



Już niebawem, 9 czerwca, Johnny Depp będzie świętował 63 urodziny!



17-letnia Keira Knightley była przekonana, że produkcja zrezygnuje z jej udziału po kilku dniach nagrań. Na zdj. z Orlando Bloomem.

## PIRACI Z KARAIBÓW: KLĄTWA „CZARNEJ PERŁY”

### Kurs na horyzont!

➔ **PIRACI Z KARAIBÓW:  
KLĄTWA „CZARNEJ PERŁY”**  
PT 5.06 godz. 19.50 POLSAT

Producenci nie za bardzo wierzyli, że film oparty na atrakcji z Disneylandu może odnieść komercyjny sukces. A jednak „Piraci z Karaibów” zdołali zawojować kina i na nowo rozbudzić zainteresowanie filmem przygodowym. W dużej mierze zawdzięczamy to inwencji Johnny'ego Deppa

– to on uznał, że kpt. Jack Sparrow powinien zachowywać się jak gwiazda rocka, a nie zwykły żeglarz. Co ciekawe, Steven Spielberg, który już wcześniej interesował się scenariuszem, w tej roli chciał obsadzić Billa Murraya, Steve'a Martina lub Robina Williamsa... Z Jackiem i jego kompanami spędzimy dzięki Polsatowi kilka kolejnych piątkowych wieczorów. JK



Te duże ssaki to prawdziwy władcy archipelagu wysp Bijagós na Oceanie Atlantyckim.

## NAJSILNIEJSI NA SAWANNIE

### Hipopotamy z oceanu

➔ **NAJSILNIEJSI NA SAWANNIE**  
PT 5.06 godz. 12.55 TVP 1

Wody otaczające wyspę Orango Grande, w archipelagu Bijagós w Gwinei Bissau, sprawiły, że tamtejsze hipopotamy stały się naprawdę wyjątkowe. To dziewicze afrykańskie terytorium zamieszkuje ponad sto osobników całkowicie odizolowanych od swoich kontynentalnych krewnych. Przystosowane do ograni-

czonej przestrzeni bytują w stawach i lagunach, a także przemierzają lasy, namorzyny i sawanny w poszukiwaniu pożywienia. Jednak co czyni te ssaki naprawdę wyjątkowymi? Z pewnością fakt, że przemieszczają się pomiędzy różnymi częściami wyspy, pokonując ocean. Przyniósł im to nawet niezwykle dumnie brzmiące miano hipopotamów morskich!

MP REKLAMA

## Zuccarin™ utrzymuje w normie mój poziom cukru we krwi!



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

### Sytuacja się pogarszała

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

### Szybkie działanie

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

### Liście morwy – przełom!

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



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

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

★★★★★  
**Produkt Roku 2025  
wg ŚWIATA FARMACJI**  
w kategorii  
„Preparaty obniżające  
poziom cukru”  
na podstawie ankiety  
przeprowadzonej  
wśród farmaceutów

### Zapytaj o Zuccarin™ skandynawskiej firmy New Nordic

Dostępny w aptekach i na [www.newnordic.pl](http://www.newnordic.pl) w opakowaniach 60 i bardziej ekonomicznych – 120 tabletek.

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



[www.newnordic.pl](http://www.newnordic.pl)

tel.: +48 22 212 54 10

New Nordic Healthbrands Polska Sp. z o.o.



**TVP 1** **DVB T2**

- 5.15 Złoty chłopak** (305) – serial obyczajowy, Turcja 2022
- 6.05 Akacyjowa 38** (873) – telenowela, Hiszpania 2015
- 7.00 Transmisja mszy świętej z Sanktuarium Matki Bożej na Jasnej Górze**
- 7.30 Welon, fura i brawura** (1) – reality show, Polska 2023
- 8.00 Serwis Info** – program informacyjny, Polska
- 8.10 Pogoda info**
- 8.15 Czerdziesiątolatek** (5): Kondycja fizyczna, czyli walka z metryką – serial obyczajowy, Polska 1974
- 9.15 Ranczo 4** (48): Bohaterski strajk – serial obyczajowy, Polska 2009
- 10.15 Komisarz Alex 5** (57): Zabójczy gaz – serial kryminalny, Polska 2014
- 11.05 Ojciec Mateusz 13** (163): Osaczenie – serial kryminalny, Polska 2015
- 12.00 Serwis Info** – program informacyjny, Polska
- 12.10 Agrobiznes** – magazyn rolniczy
- 12.30 Agropogoda**
- 12.40 Magazyn rolniczy**
- 12.55 Najsilniejsi na sawannie** – film dokumentalny, Hiszpania 2025, reż. Carlos Pérez (patrz obok)
- 14.00 Złoty chłopak** (306) – serial obyczajowy, Turcja 2022
- 15.00 Serwis Info** – program informacyjny, Polska
- 15.10 Pogoda info**
- 15.25 Gra słów. Krzyżówka** – teleturniej, Polska 2019-2026
- 16.00 Dziedzictwo** (939) – serial obyczajowy, Turcja 2020
- 17.00 Teleexpress, Pogoda**
- 17.25 Jaka to melodia?** – teleturniej muzyczny
- 18.05 Reporterzy** – magazyn reporterów
- 18.25 Akacyjowa 38** (884) – telenowela, Hiszpania 2015
- 19.30 Program informacyjny 19.30**
- 19.40 Pytanie dnia** – program publicystyczny, Polska 2026



**12.55 DOKUMENT**

**Najsilniejsi na sawannie**

Otoczające wyspę Orango Grande wody są domem dla ponad stu hipopotamów, odizolowanych od swoich kontynentalnych krewnych. Żyją one w stawach i lagunach, przemierzając lasy, namorzyny oraz sawanny w poszukiwaniu pożywienia. **65 min**



**20.00 KONCERT**

**63. KFPP w Opolu – Premiery**

Artyści rywalizują o nagrodę publiczności i jury. Na scenie zaprezentuje się dziesięciu wykonawców, którzy zaśpiewają premierowe utwory. Wystąpią m.in. Andrzej Krzywy (zdj.), Kamil Bednarek, Patrycja Marowska, Michał Wiśniewski, Poparzeni Kawą Trzy, Maciej Skiba i Krzysztof Iwaneczko. **115 min**



**21.55 KONCERT**

**63. KFPP w Opolu – Hip-hop. Jedno podwórko 2**

Festiwalowa scena znów zawładnie hip-hop. Wystąpią m.in. Vienio (zdj.), Kosi, donGURALEsko, Fukaj, Zalia, Numer Raz, Ryfa Ri, Eldo, Grammatik i OG Kamka. **115 min**

**TVP 2** **DVB T2**

- 4.40 Na dobre i na złe** (886): Gdzie diabeł mówi dobranoc – serial obyczajowy, Polska 2023
- 5.30 M jak miłość** (1770) – serial obyczajowy, Polska 2023
- 6.25 Anna Dymna** – **spotkajmy się**: Szymon Klimza – talk-show
- 6.55 Barwy szczęścia** (3328) – serial obyczajowy, Polska 2026
- 7.30 Pytanie na śniadanie – pobudka** – magazyn, Polska 2026
- 7.55 Pytanie na śniadanie**
- 11.30 Operacja na zdrowie** (83) – magazyn medyczny, Polska 2025
- 12.05 Rodzinka.pl** (4): Siła argumentu, argument siły – serial komediowy, Polska 2011
- 12.35 Koło fortuny** – teleturniej, Polska 2025
- 13.15 Panna młoda** (114) – serial obyczajowy, Turcja 2024
- 14.05 Va banque** – teleturniej, Polska
- 14.35 Na sygnale** (848): Na ostrzu noża – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2026
- 15.05 La Promesa – pałac tajemnic** (405) – serial obyczajowy, Hiszpania 2022
- 16.00 Koło fortuny** – teleturniej, Polska 2025
- 16.35 Familiada** – teleturniej
- 17.20 Panna młoda** (115) – serial obyczajowy, Turcja 2024
- Hancer opuszcza rezydencję. Cihan rusza jej śladem. Cemil dochodzi do porozumienia z Deryą. Beyza ostrzegła Hancera, że będzie toczyć z nią wojnę. Jej pierwsza intrzyga bardzo szybko przynosi zamierzony efekt. **55 min**
- 18.15 Va banque** – teleturniej, Polska
- 18.50 Jeden z dziesięciu** – teleturniej
- 19.25 Barwy szczęścia** (3328) – serial obyczajowy, Polska 2026 (patrz obok)
- 19.55 Domowe patenty 2** (7) – magazyn poradnikowy, Polska 2026
- 20.05 Rodzinka.pl** (291) – serial komediowy, Polska 2025
- 20.40 Papillon. Motylek** – dramat biograficzny, Czechy/Hiszpania/USA 2017, reż. Michael Noer, wyk. Charlie Hunnam, Rami Malek, Damijan Oklopdzic, Christopher Fairbank (patrz obok)
- 23.00 Człowiek w żelaznej masce** – film kostiumowy, Wielka Brytania/USA 1998, reż. Randall Wallace, wyk. Leonardo DiCaprio, Gabriel Byrne, Gérard Depardieu, Jeremy Irons (patrz obok)
- 1.15 Człowiek w żelaznej masce** – melodramat, USA 2014, reż. Michael Hoffman
- 3.25 Księżniczka na Manhattanie** – komedia romantyczna, Kanada/USA 2022, reż. John Bradshaw



**19.25 OBYCZAJOWY**

**Barwy szczęścia** (3328)

Oliwka (Wiktoria Gąsiewska, zdj.) irytuje się, gdy Tomasz (Jakub Sokołowski, zdj.) wywiera na niej presję w kwestii powiększenia rodziny. Karol nie chce wystawić Renacie recepty. Sugeruje, że jest uzależniona od opiatów. Zaleca jej konsultację psychiatryczną. **30 min**



**20.40 BIOGRAFICZNY**

**Papillon. Motylek**

Lata 30. XX w. Paryski złodziejaszek Henri Charrier (Charlie Hunnam, zdj.) zostaje niesłusznie skazany na pobyt w kolonii karnej w Gujanie Francuskiej. W drodze do więzienia ratuje życie ekscentrycznemu falszerczowi (Rami Malek). Ten postanawia mu pomóc w wydosianiu się z pilnie strzeżonej placówki. **140 min**



**23.00 KOSTIUMOWY**

**Człowiek w żelaznej masce**

XVII w. Tron obejmuje despotą Ludwik XIV (Leonardo DiCaprio, zdj.). Jego bliźniak, który nosi maskę, by nikt go nie poznał, zostaje uwięziony w Bastylii. Muszkieterowie chcą go uwolnić. **135 min**

**POLSAT** **DVB T2**

- 4.40 Disco Gramy** – program muzyczny, Polska 2026
- 5.25 Telezakupy TV Okazje**
- 6.00 Nowy dzień z Polsat News** – program informacyjny
- 8.00 halo tu polsat** – magazyn, Polska 2026
- 11.30 Gliniarze** (820-822) – serial paradokumentalny, Polska 2023
- 14.40 Dlaczego ja?** (1462): Błędy młodości – serial paradokumentalny, Polska 2025
- Menedżerka Karina, która od niedawna jest zaręczona z Emilem, nabiera podejrzeń, że ukochany coś przed nią ukrywa. Okazuje się, że spotyka się on potajemnie z atrakcyjną Adą, z którą ma 6-letniego synka. **70 min**
- 15.50 Wydarzenia**
- 16.10 Pogoda**
- 16.15 Interwencja** – magazyn reporterów
- 16.30 Na ratunek 112** (1059): Bezstraszowe wychowanie – serial paradokumentalny, Polska 2025
- Michał po sześciu latach pracy za granicą wraca do żony Ewy i syna Antka. Postanawia wprowadzić chłopakowi większy rygor. Kiedy odbiera mu laptop, nastolatek reaguje histerycznie. Grozi ojcu policją i dzwoni na numer alarmowy. **30 min**
- 17.00 Gliniarze** (1027): Złoto – serial paradokumentalny, Polska 2025
- W podwarszawskim lesie zostają odkryte zwłoki młodej kobiety, a wkrótce także szczątki zaginionego rok wcześniej mężczyzny. Natalia i Kuba sądzą, że sprawcą może być seryjny zabójca, ale trudno im powiązać obie zbrodnie. **60 min**
- 18.00 Pierwsza miłość** (4231) – serial obyczajowy, Polska 2026 (patrz obok)
- 18.50 Wydarzenia**
- 19.20 Gość „Wydarzeń”** – program publicystyczny
- 19.25 Sport, Pogoda**
- 19.50 Piraci z Karaibów: Kłątwa „Czarnej Perły”** – film przygodowy, USA 2003, reż. Gore Verbinski, wyk. Johnny Depp, Keira Knightley, Orlando Bloom, Jack Davenport (patrz obok)
- Pierwsza odsłona przygod korsarza ze świetnymi efektami specjalnymi ze studia filmowego założonego przez George'a Lucasa. Pięć nominacji do Oscara. **190 min**
- 23.00 Nowy początek** – film s.f., USA 2016, reż. Denis Villeneuve, wyk. Amy Adams, Jeremy Renner, Forest Whitaker, Michael Stuhlbarg (patrz obok)
- 1.30 Książd** – horror s.f., USA 2011, reż. Scott Charles Stewart
- 3.30 Nasz nowy dom** (358) – reality show, Polska 2025



**18.00 OBYCZAJOWY**

**Pierwsza miłość** (4231)

Alan angażuje się w pomoc Mikołajowi. Janek i Artur wynajmują prawnika, by pomóc Pawłowi (Mateusz Kościukiewicz, zdj.). On jednak ignoruje wezwanie komisariatu, by spotkać się z Marysią (Aneta Zajac, zdj.). Byli kochankowie odbywają szczerą rozmowę. **50 min**



**19.50 PRZYGDOWY**

**Piraci z Karaibów: Kłątwa „Czarnej Perły”**

Stery statku szalonego kapitana Jacka Sparrowa (Johnny Depp, zdj.) przejmują żałoga. Piraci atakują Port Royal i porywają Elizabeth (Keira Knightley), córkę gubernatora. Jack i zakochany w uprowadzonej dziewczynie Will (Orlando Bloom) ruszają tropem burzowników. **190 min**



**23.00 FILM SF**

**Nowy początek**

W różnych miejscach na Ziemi lądują statki kosmiczne. Lingwistka Louise (Amy Adams, zdj.) i fizyk Donnelly (Jeremy Renner, zdj.) postanawiają nawiązać kontakt z obcymi, aby poznać ich zamiary. **150 min**

**TVN** DV3 T2

**TVN** DV3 T2

**TV PULS** DV3 T2

**TVN 7** DV3 T2

**5.40 Uwaga!** – magazyn reporterów

**5.55 Ukryta prawda** (1659) – serial paradokulturalny, Polska 2024

**6.50 Kuchenne rewolucje** (8) – program rozrywk., Pol. 2024

**7.45 Dzień Dobry TVN** – magazyn (patrz obok)

**11.25 Kuchenne rewolucje** (5) – program rozrywkowy, Pol. Krzysztof i Adrian otworzyli we Wrocławiu bistro. Niestety, pewnego dnia komornik zajął konto lokalu. Zmarły ojciec Adriana, którego ten w zasadzie nie znał, zostawił po sobie dług. **135 min**

**13.40 Ukryta prawda** (1635, 1636, 1700) – serial paradokulturalny, Polska Nowo narodzony synek Kasi i Darka ma zespół wdane genetycznych, w tym hemofilię. Rodzice są w szoku. Decydują się wykonać szereg badań. Wykazują one, że są przyrodni rodzeństwem. **190 min**

**16.50 Szpital św. Anny** (40) – serial obyczajowy, Polska 2025  
Zosia mówi Sandrze o planowanym wyjeździe do Berlina. Zapewniają ją jednak, że zawsze będzie mogła na nią liczyć. Tymczasem na SOR trafia młoda kobieta, u której Kaja diagnozuje genetyczną chorobę serca. **65 min**

**17.55 Detektywi** (139) – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2024  
Anna Potaczek i Jakub Nowacki poszukują rodziców 22-latk. Policja znalazła w ich domu krew i dowody wskazujące na bójkę. Klient detektywów kieruje swoje podejrzenia na pacjenta matki, psychiatrę sądowej. **65 min**

**19.00 Fakty**

**19.30 Sport**

**19.35 Raport Roland Garros** (13) – program sportowy, Polska 2026

**19.40 Pogoda**

**19.50 Uwaga!** – magazyn reporterów

**20.00 Diuna** – film s.f., Kanada/Norwegia/USA 2021, reż. Denis Villeneuve, wyk. Timothée Chalamet, Rebecca Ferguson, Oscar Isaac, Jason Momoa (patrz obok)  
Widowiskowy obraz nominowany do Oscara za rok 2021 w aż dziesięciu kategoriach. Ostatecznie otrzymał sześć statetek. **200 min**

**23.20 Zakonnica** – horror, USA 2018, reż. Corin Hardy, wyk. Demián Bichir, Taissa Farmiga, Jonas Bloquet, Bonnie Aarons (patrz obok)

**1.20 Plan ucieczki** – thriller, USA 2013, reż. Mikael Hafström

**3.45 Kuba Wojewódzki** (8) – talk-show, Polska 2025

**5.00 Uwaga!** – magazyn reporterów

**5.15 Nauka jazdy 5** (25) – program rozrywk., Pol. 2022



**7.45 MAGAZYN**

**Dzień Dobry TVN**  
W każdym wydaniu inna para prowadzących, m.in. Maciej Dowbor i Sandra Hajduk-Popińska (oboje na zdj.), w luźnej atmosferze powita razem z widzami kolejny nowy dzień. Program wypełnią interesujące rozmowy z gośćmi w studiu, reportaże, newsy, ciekawostki i porady. **220 min**



**20.00 FILM SF**

**Diuna**  
Planeta Arrakis została przekazana w lenno rodowi Atrydów. Na czele rodziny stoi księżka Leto (Oscar Isaac), ale przyszłością jest jego syn Paul (Timothée Chalamet, zdj.). Wkrótce wybuchą konflikt z klanem Harkonnenów. Stawką są złoża melanzu – przyprawy, która pozwalała uwolnić zdolność jasnowidzenia. **200 min**



**23.20 HORROR**

**Zakonnica**  
Jedna z sióstr z klasztoru w Rumunii popełnia samobójstwo. Watykan wysyła na miejsce księżka Burkego i nowicjuszkę Irenę (Taissa Farmiga, zdj.). Na jaw wychodzi straszliwa tajemnica. **120 min**

**6.00 Policjanci z Miami 2** (4, 5): Z dała od rozumu; Parszywa sprawa – serial kryminalny, USA 1985

**8.00 Kobra – oddział specjalny** (3, 4): Kobra, przejmujesz! – część 1; Kobra, przejmujesz! – część 2 – serial sensacyjny, Niemcy 2015  
Semir świętuje 20-lecie służby. Zostaje mu przydzielony nowy partner. Mężczyźni muszą wziąć udział w pościgu za mordercami hakera. **120 min**

**10.00 Maria z przedmieścia** (5, 6) – telenowela, Meksyk 1995

**11.55 Nie igraj z aniołem** (89) – serial obyczajowy, Meksyk 2008  
Ojciec Anselmo zostaje wezwany do sądu. Postanawia wyjawic Marichuy tożsamość jej rodziców, ale ona nie chce wiedzieć. Adrian próbuje przekonać Puritę do zmiany zdania, co mu się nie udaje. **60 min**

**12.55 Wspaniałe stulecie** (23) – serial kostiumowy, Turcja 2012-2013

**13.45 Ja cię kocham, a ty śpisz** – komedia romantyczna, USA 1995, reż. Jon Turteltaub  
Lucy (Sandra Bullock) pracuje jako kasjerka w metrze. Pewnego dnia ratuje życie Peterowi (Peter Gallagher), w którym jest skrycie zakochana. On w śpiączce trafia do szpitala. Rodzina pacjenta i personel medyczny sądzi, że Lucy jest jego narzeczoną. **130 min**

**15.55 Kariera frajera** – komedia, USA 1998, reż. Frank Coraci  
Nieudacznik Bobby Boucher (Adam Sandler) zarabia, podając wodę graczom drużyny futbolowej. Pewnego dnia powala żartującego z niego sportowca. Widząc to, trener od razu przyjmuje go do drużyny. W krótkim czasie mężczyzna staje się gwiazdą zespołu. **110 min**

**17.45 Pożyczony narzeczonny** – komedia romantyczna, USA 2011, reż. Luke Greenfield, wyk. Ginnifer Goodwin, Kate Hudson, Colin Egglesfield, John Krasinski (patrz obok)

**20.00 Transporter: Nowa moc** – film sensacyjny, Francja/Chiny/Belgia 2015, reż. Camille Delamarre, wyk. Ed Skrein, Ray Stevenson, Loan Chabanol (patrz obok)

**22.00 Non-Stop** – thriller, Wielka Brytania/Francja/USA 2014, reż. Jaume Collet-Serra, wyk. Liam Neeson, Julianne Moore, Scoot McNairy, Nate Parker (patrz obok)  
Ze względu na wysoki wzrost Liama Neesona na planie filmu trzeba było stworzyć większe niż standardowe wnętrza samolotu. **125 min**

**0.05 Kobiety mafii** – film sensacyjny, Polska 2018, reż. Patryk Vega  
Była policjantka udaje prostytutkę, by rozpracować grupę mokatowską. **175 min**

**3.00 Zobacz to!**

**17.45 KOMEDIA**  
**Pożyczony narzeczonny**  
Rachel (Ginnifer Goodwin, zdj.) żyje w cieniu przebojowej przyjaciółki (Kate Hudson, zdj.), która planuje ślub. Pewnego ranka budzi się u boku jej narzeczonego Deksa (Colin Egglesfield). Chce o tym zapomnieć, lecz nie jest to łatwe. Kocha go od lat. **135 min**

**20.00 SENSACYJNY**  
**Transporter: Nowa moc**  
Były agent Frank Martin (Ed Skrein, zdj.) jest obecnie kucharzem specjalizującym się w trudnych przesyłkach. Mężczyzna dostaje zlecenie od Anny (Loan Chabanol) i jej współzincze. Odkrywa, że został wplątany w intrygę, a przebiegła kobieta chce go porachunkach z gangiem. **120 min**

**22.00 THRILLER**  
**Non-Stop**  
Bill (Liam Neeson, zdj.) ma zadbać o bezpieczeństwo pasażerów samolotu. Po starciu odbiera wiadomość z żądaniem okupu. Szantażysta grozi, że co 20 minut będzie ginąć jedna osoba. **125 min**



**17.45 KOMEDIA**

**20.00 SENSACYJNY**  
**Transporter: Nowa moc**  
Były agent Frank Martin (Ed Skrein, zdj.) jest obecnie kucharzem specjalizującym się w trudnych przesyłkach. Mężczyzna dostaje zlecenie od Anny (Loan Chabanol) i jej współzincze. Odkrywa, że został wplątany w intrygę, a przebiegła kobieta chce go porachunkach z gangiem. **120 min**



**20.00 SENSACYJNY**

**20.00 SENSACYJNY**  
**Transporter: Nowa moc**  
Były agent Frank Martin (Ed Skrein, zdj.) jest obecnie kucharzem specjalizującym się w trudnych przesyłkach. Mężczyzna dostaje zlecenie od Anny (Loan Chabanol) i jej współzincze. Odkrywa, że został wplątany w intrygę, a przebiegła kobieta chce go porachunkach z gangiem. **120 min**



**22.00 THRILLER**

**22.00 THRILLER**  
**Non-Stop**  
Bill (Liam Neeson, zdj.) ma zadbać o bezpieczeństwo pasażerów samolotu. Po starciu odbiera wiadomość z żądaniem okupu. Szantażysta grozi, że co 20 minut będzie ginąć jedna osoba. **125 min**

**5.20 Ten moment** (30) – serial paradokulturalny, Polska 2015-2016

**5.55 Szkoła** (701-703) – serial paradokulturalny, Polska 2019

**8.45 Ukryta prawda** (1312, 1394, 1395) – serial paradokulturalny, Polska (1023-1025) – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2013

**11.55 W-11 – Wydział Śledczy** (1023-1025) – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2013

**14.00 Detektywi** (97): Bobas – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2024 (patrz obok)

**15.00 Szpital** (743) – serial paradokulturalny, Polska 2018  
Dr Michał Morawski przyjmuje na oddział dziesięcioletniego chłopca, który miał wypadek na quadzie kupionym mu przez tatę. Rozpoczyna się trudna walka o życie małego pacjenta. **60 min**

**16.00 Sędzia Anna Maria Wesołowska** (470, 471) – serial fabularno-dokum., Polska 2009-2010  
Tomasz Ziejka jest oskarżony o próbę zabójstwa swojej kochanki Anny Komanieckiej. Sędzia musi ustalić, czy romans i strach przed ujawnieniem zdrady doprowadziły go do ataku na kobietę. **120 min**

**18.00 Sekrety życia** (33) – serial paradokulturalny, Polska 2023  
Andrzej i Eliza, właściciele pubu, urządzają w lokalu przyjęcie z okazji rocznicy ślubu. Po imprezie mężczyzna dowiadyuje się, że dopuścił się zdrady z kelnerką. Niczego nie pamięta. Przygodna kochanka zaczyna go szantażować. **60 min**

**19.00 Ukryta prawda** (1504) – serial paradokulturalny, Polska 2023  
Barbara dowiadyuje się o zaginięciu swojej siostry – chorej na schizofrenię Joanny, którą chciała zabrać ze sobą do Stanów Zjednoczonych. Zauważa, że z jej nieobecności cieszy się złośliwego nastawiony syn. **60 min**

**20.00 Seks w wielkim mieście** – komedia romantyczna, USA 2008, reż. Michael Patrick King, wyk. Sarah Jessica Parker, Kim Cattrall, Kristin Davis, Cynthia Nixon (patrz obok)  
Słynna scena ślubu Carrie i finansisty znanego jako Big była kręcona w monumentalnej Nowojorskiej Bibliotece Publicznej na Manhattanie w Nowym Jorku. **190 min**

**23.10 Wzgórza marzeń** – musical, USA 2021, reż. Jon M. Chu, wyk. Anthony Ramos, Melissa Barrera, Leslie Grace, Corey Hawkins (patrz obok)

**2.05 Lego Ninjago** – film animowany, USA/Dania/Australia 2017, reż. Bob Logan

**4.10 Dorota was urządzi!** (7) – program rozrywkowy, Polska 2016 **4.50**

**14.00 FAB-DOKUM.**  
**Detektywi** (97)  
Katarzyna Kowalik i Maciej Dębosz (zdj.) prowadzą śledztwo dotyczącej syna właścicielki autokomisu, który po brutalnym ataku jest w śpiączce. Przed zdarzeniem mężczyzna przekazał jej dziecko, prosząc, by się nim zaopiekowała. Kobieta podejrzewa, że dziewczynka jest jej wnuczką. **60 min**

**20.00 KOMEDIA**  
**Seks w wielkim mieście**  
Carrie (Sarah Jessica Parker, zdj.) liczy, że znajdzie szczęście u boku Mr. Biga (Chris Noth). Ustala ją już datę ślubu. Chociaż wszystko jest zaplanowane, felietonistkę czeka kolejne rozczarowanie. Może jednak liczyć na pomoc wiernych przyjaciółek, które zabierają ją na wycieczkę do Meksyku. **190 min**

**23.10 MUSICAL**  
**Wzgórza marzeń**  
Nowy Jork. Imigrant z Dominikany, osierocony Usnawi (Anthony Ramos, zdj.), zbiera pieniądze na podróż do rodzinnego kraju. Brakuje mu jednak odwagi, ponieważ bardzo zżył się z lokalną społecznością. **175 min**



**14.00 FAB-DOKUM.**

**14.00 FAB-DOKUM.**  
**Detektywi** (97)  
Katarzyna Kowalik i Maciej Dębosz (zdj.) prowadzą śledztwo dotyczącej syna właścicielki autokomisu, który po brutalnym ataku jest w śpiączce. Przed zdarzeniem mężczyzna przekazał jej dziecko, prosząc, by się nim zaopiekowała. Kobieta podejrzewa, że dziewczynka jest jej wnuczką. **60 min**



**20.00 KOMEDIA**

**20.00 KOMEDIA**  
**Seks w wielkim mieście**  
Carrie (Sarah Jessica Parker, zdj.) liczy, że znajdzie szczęście u boku Mr. Biga (Chris Noth). Ustala ją już datę ślubu. Chociaż wszystko jest zaplanowane, felietonistkę czeka kolejne rozczarowanie. Może jednak liczyć na pomoc wiernych przyjaciółek, które zabierają ją na wycieczkę do Meksyku. **190 min**



**23.10 MUSICAL**

**23.10 MUSICAL**  
**Wzgórza marzeń**  
Nowy Jork. Imigrant z Dominikany, osierocony Usnawi (Anthony Ramos, zdj.), zbiera pieniądze na podróż do rodzinnego kraju. Brakuje mu jednak odwagi, ponieważ bardzo zżył się z lokalną społecznością. **175 min**

<b>TVP 3</b>	<b>TVP 3</b>	<b>TVP POLONIA</b>	<b>TV 4</b>	<b>PULS 2</b>	<b>TVP ROZRYWKI</b>	<b>TVP ROZRYWKI</b>	<b>TTV HD</b>
12.00 Telekurier – mag., Polska 12.30 Rączka gotuje – mag. 13.00 Agrobiznes – mag. 13.30 Niebezpieczne związki 14.30 Program informacyjny 14.30 15.00 Koronka do Miłosierdzia Bożego – pr. religijny 15.20 Serwis Info Dzień – inf. 15.30 Program lokalny 19.30 Dlaczego krowa... – magazyn przyrodniczy 19.45 Kryminalna siódemka 20.00 Dziennik regionów 20.13 Gość Regionów – publ. 20.30 Ktokolwiek widział, ktokolwiek wie – publ. 21.00 Program lokalny 22.00 Dziennik regionów	12.00 Serwis Info – pr. inform. 12.10 M jak miłość (1926, 1927) – obycz., Pol. 13.55 Wodecki Twist – Piosenki o miłości 15.00 Serwis Info – pr. inform. 15.10 Wszystko przed nami (89) – serial obycz., Polska 15.40 Słowo daje! – magazyn 15.50 Dlaczego krowa... 16.00 Boży wariat – film dok. 17.00 Telexpress 17.20 Gra słów. Krzyżówka 17.50 Telexpress Extra – inf. 18.15 Górna półka smaku (5) 18.45 Panorama 19.20 Polacy świata 19.30 Program informacyjny 19.30 19.40 Pytanie dnia – pr. publ.	6.00 Strażnik Teksasu (10, 11) – serial sensacyjny 7.55 Bogaty dom – biedny dom (126) – reality show 8.55 Policjantki i Policjanci (460, 461) – serial obycz. 10.55 Na ratunek 112 (1120, 479) – paradok., Pol. 11.55 Dlaczego ja? (1547, 1548) – serial parokomediowy, Polska 13.55 Trudne sprawy (1316-1318) – paradok. 16.55 Policjantki i Policjanci (1374) – obycz., Pol. 2026 18.00 Łowcy skarbów. Kto da więcej? (541) – reality show, Polska 2025 19.00 Policjantki i Policjanci (1375) – obycz., Pol. 2026	8.50 Masza i Niedźwiedź 5 9.20 Bing – serial animowany 9.35 Basia 2 – serial anim. 10.00 Jeżyk i Przycielec 10.25 Spidey i superkumple 10.55 Wielkie wakacje FILM – kom., Francja/Wł. 1967 12.50 Wielka włóczcza FILM – kom. wojenna, Francja/Wielka Brytania 1966 15.40 Najpiękniejsze baśnie braci Grimm: O Jasiu moczarczu – baśń filmowa, Niemcy 2020 16.55 Wianek świętojański FILM – baśń film., Czechy 2015 19.00 Zbuntowana księżniczka i ekipa ratunkowa – film anim., Wlk. Bryt./Cyp. 2024	6.10 Zakochaj się w Polsce (218) – magazyn 6.40 Gra słów. Krzyżówki 7.10 Okrasa łamie przepisy 8.20 Familiada – teleturniej 8.55 Va banque – teleturniej 9.25 Kolo fortuny – telet., Pol. 10.05 Makłowicz w podróży 10.45 Postaw na milion 12.35 Familiada – teleturniej 13.15 Tygrysy Europy 2 (4) 14.05 Pan Mama (26, 27) 15.10 Program rozrywkowy 15.30 Tak to leciało! 16.30 Do śmiechu! (65) – rozr. 17.25 Va banque – teleturniej 18.00 Kolo fortuny – telet., Pol. 18.35 Okrasa łamie przepisy 19.40 Makłowicz w podróży 20.15 Postaw na milion	10.30 Detektywi (247, 248) 12.30 Zakup w ciemno 4 (20) 13.30 Zakup w ciemno 4 (19) 14.35 Gogglebox. Przed telewizorem 24 (1) 15.35 Gogglebox. Przed telewizorem 23 (12) 16.45 Express – pr. inform. 16.55 Pogoda, Sport 17.05 Życie na kredytcie 7 (3, 4) – reality show, Polska 18.05 Zakup w ciemno extra (22) – reality show, Polska 18.45 Damy i wiesniaczki. PL 10 (10) – fab.-dok., Pol. 19.45 Express, Pogoda – inf. 20.05 Idź na całość 2 (1) – rozr. 21.05 Zakup w ciemno extra (36) – reality show, Polska 21.45 Express, Pogoda – inf.		



**22.30 Złoty chłopak (167)**  
Kazimierz porwuje Seyran. Ferrit udaje przed dziadkiem, że już mu na niej nie zależy. Potajemnie jednak zleca Abidinowi, aby odnalazł i ocalił dziewczynę. **60 min**

**23.30 Kryminalna siódemka**  
**23.55 Panorama 0.25 Program informacyjny 19.30**  
**0.45 Panorama dnia – pr. inf.**  
**1.20 Kryminalna siódemka**  
**1.40 Dziedzictwo (822)** – serial obycz., Turcja 2020  
**2.30 Niebezpieczne związki 3.20 Program informacyjny 19.30**

TVP 3 jest wspólnym pasmem programowym lokalnych stacji telewizyjnych: Białystok, Bydgoszcz, Gdańsk, Katowice, Kraków, Lublin, Łódź, Poznań, Rzeszów, Szczecin, Warszawa, Wrocław



**20.00 Echo serca (1)**  
Magdalena Borska rozpoczyna pierwszy dzień w pracy. Po czteroletniej nieobecności w kraju próbuje przyzwycząć się do nowych zasad. Zadania nie ułatwiają jej współpracownicy. **50 min**

**20.50 U Pana Boga za piecem** FILM – komedia, Polska 1998  
**22.35 Do śmiechu!** (15) – rozr.  
**23.15 Panorama**  
**23.45 Rodzinka.pl (258, 259)** – serial kom., Polska 2019  
**0.40 Ranczo 2 (22)** – obycz.  
**1.30 Program informacyjny 19.30**  
**1.40 Pytanie dnia – pr. publ.**  
**1.55 63. KFPP w Opolu – Premiery – koncert**



**20.00 Gwiazdy Kabaretu (170, 178)** – Polska 2026  
Kabaret Czesław (zdj.) zaprezentuje pełen czarnego humoru serial „Nekrologi”. Rozrywkę zagwarantuje widzom osobliwy teleturniej o wielkich Polakach. **125 min**

**22.05 Ewolucja planety małp** FILM – film s.f., USA/Wielka Brytania/Kanada 2014, wyk. Gary Oldman  
**0.50 STOP Drogówka** – mag.  
**1.55 Love Island. Wyspa miłości (6)** – reality show  
**2.55 Śmierć na 1000 sposobów (7)** – serial dok., USA  
**3.25 Lubie disco!** (253) – muz.  
**4.25 Top 10 – lista przebojów** – pr. muz.



**21.00 Ja, Frankenstein** FILM – Australia/USA 2014  
Humanoidalny potwór Adam (Aaron Eckhart, zdj.) powstał dwadzieścia lat temu w wyniku eksperymentu dr. Frankenstein. Zostaje uwikłany w konflikt dwóch niesmiertelnych rodów. **110 min**

**22.50 Robin Hood: Początek** FILM – film przygodowy, USA/Hongkong/Chorwacja 2018, wyk. Taron Egerton  
**1.00 Hannibal: Po drugiej stronie maski** O – thriller, Wielka Brytania/Czechy/Francja 2007  
**3.20 Lombard. Życie pod zastaw 9 (460)** – obycz.  
**4.20 Niesamowite!** (3) – dok.



**22.10 Tygodnik Moralnego Niepokoju - The Best of (40)** – Polska  
Wybór najlepszych skeczy Roberta Górskiego (zdj.) i spółki. Kultowe scenki ukazują codzienne sytuacje w krzywym zwierciadle i przypominają, za co widzowie ich Kochają. **40 min**

**22.50 Kabaret Letnią Porą (2)**  
**23.50 Do śmiechu!** (67) – rozr.  
**0.45 Niepewne sytuacje (1)** – pr. rozr., Polska 2026  
**1.15 Kolo fortuny** – telet., Pol.  
**2.35 Kabaret. Super Show Dwójki (4)** – pr. rozr., Pol.  
**3.35 Tygodnik Moralnego Niepokoju - The Best of (2)** – pr. rozr., Pol. 2025



**22.00 Ostre cięcie (12)** (2) – Pol.  
We wrocławskim salonie prowadzonym przez Martę klientkami są głównie seniorki. Andrzej Wierzbicki i Tomasz Schmidt (oba na zdj.) chcą go odmienić – przez remont i szkolenie właścicielki. **60 min**

**23.00 Gogglebox. Przed telewizorem 23 (14)** – pr. rozrywk., Pol. 2025  
**0.00 Gogglebox. Przed telewizorem 19 (1)** – pr. rozrywk., Pol. 2023  
**1.00 Diabeł i boskie (7, 8)**  
**1.55 Damy i wiesniaczki. Za granicą (9, 10)** – fab.-dok.  
**3.55 Sędzia Anna Maria Wesołowska (504)** – serial fabularno-dokument.

## TVP 3 TVP 3 PROGRAMY LOKALNE

**BIAŁYSTOK 17.00** Strefa otwarta **17.25** Wojownicy czasu **17.55** Kreatywni po godzinach **18.05** Przystanek Kultura **18.15** Z Koronkiewiczem przez Podlasie **18.30** Obiektyw **18.50** Sport, Pogoda **19.00** Leon Prauziński – o obywatelstwie i karabinem **21.00** Wykrywacz kłamstw **21.20** Pilna sprawa **21.30** Obiektyw  
**BYDGOSZCZ 17.00** Fach ze hej **17.30** Klub Kultura **18.15** Słowo daje! **18.30** Zbliżenia **19.00** Rozmowa dnia **19.20** Woda bydgoska **21.00** Rozmowa dnia **21.20** Ekspert ZUS odpowiada **21.30** Zbliżenia **21.45** Sport, Pogoda  
**GDANSK 17.30** Do brzegu **17.50** Polacy na morze **18.15** Czyste wskiego **42 18.30** Bezgranna **19.00** Zawodowcy **21.00** Bezpragnienie: Karaś i Frej **21.15** Czyste wskiego **42 21.30** Panorama  
**KATOWICE 17.00** Nasza strona miasta **17.15** Doktorka **18.12** Chodźmy do teatru **18.30** Aktualności **18.55** Pogoda, Sport **19.10** Gramy dla was **21.15** Zdarzyło się **21.30** Aktualności  
**KRAKÓW 17.10** Msza święta dla chorych **18.01** Etno Małopolska **18.30** Kronika **18.55** Tematy dnia **19.15** Turystyczna jazda **21.03** Magazyn **21.30** Kronika **21.45** Tematy dnia  
**LUBLIN 16.50** Pocztówki z Sycylii **17.00** Z pogranicza cudu **18.10** Zobacz, co słychać **18.30** Panorama lubelska **19.00** Magazyn sportowy **19.15** Scena jest Twoja **21.02** Zdarzenia **21.15** Gość „Panorama” **21.30** Panorama lubelska

## ŁÓDŹ 17.10

**17.10** Babskim okiem **17.30** Pracownia reportażu **17.45** Wykrywacz kłamstw **18.05** Za szybą **18.15** Konkretnie **18.30** Łódzkie wiadomości dnia **18.50** Sport, Pogoda **19.00** Ostatni mistrzowie **21.00** Zapraszamy do nas **21.30** Łódzkie wiadomości dnia  
**POZNAN 17.00** Wspólne populudnie **17.30** Teleskop **17.44** Wspólne populudnie z naturą **18.30** Teleskop **18.55** Wielkopolskie rytmy młodych **21.02** Wykrywacz kłamstw **21.22** Litera i Szuka **21.30** Teleskop  
**RZESZÓW 17.02** Kalejdoskop filmowy **17.10** Msza święta dla chorych **18.01** Popołudnie z TVP 3 **19.00** Rusz się, człowieku **19.13** Podkarpackie tablice i inskrypcje **21.00** Wykrywacz kłamstw **21.30** Aktualności  
**SZCZECIN 17.30** Pracownia reportażu **17.45** Vito odkrywa Polskę **18.14** Kolekcja **18.30** Kronika **18.52** Calkiem niezła historia **19.05** MediaLab **19.21** Ekspert ZUS odpowiada **21.00** Mój polskie **21.30** Kronika **21.50** Rozmowa dnia  
**WARSZAWA 17.18** MediaLab **17.35** Reagujemy **18.00** Zawsze na temat **18.30** TKW **18.42** Kurier Mazowiecki **19.00** Gwiazdorska kuchnia Ani **21.00** Mój polskie **21.30** Kurier Warszawy i Mazowsza  
**WROCLAW 17.46** Magazyn Dolnośląski **18.00** Przyszłość jest teraz **18.14** Pamięć zapisana w pikselach **18.30** Fakty **18.58** W swoim czasie **19.12** Gwiazdki kultury **21.02** Gwiazdy, obliczki, gwiazdeczki. Melodie sprzed lat **21.30** Fakty

## TVP HD TVP HD

**7.55 Rodzinka.pl (155, 156)**  
**8.55 Ojciec Mateusz 15 (198, 199)** – krym., Pol. 2016  
**10.45 Gra słów. Krzyżówki**  
**11.20 Opowieść o kotach (2)**  
**12.25 Ojciec Mateusz 3 (44)**  
**13.20 Komisarz Alex (8)** – krym.  
**14.15 Ranczo 10 (119, 120)**  
**16.00 Domowe patenty 2**  
**16.10 Postaw na milion** – telet.  
**17.10 Okrasa łamie przepisy**  
**17.45 Makłowicz w podróży**  
**18.20 Ojciec Mateusz 22 (286)**  
**19.20 Ranczo 3 (34)** – obycz., Pol.  
**20.10 Rodzinka.pl (251, 252)**  
**21.25 Ojciec Mateusz 35 (449)**  
**22.20 Spokojnie, to tylko awaria** – kom., USA 1982  
**23.55 PitBul (29-31)** – sens., Pol.  
**3.00 Rocky** – dramat  
FILM obyczajowy, USA 1976

## BBC FIRST BBC FIRST

**11.45 Zagadki doktora Blake'a 5 (7)** – serial krym.  
**12.55 Shakespeare i Hathaway: prywatni detektywi 3 (9, 10)** – krym.  
**14.55 Ojciec Brown 5 (9)** – krym.  
**16.00 Lewis 2 (12)** – serial krym.  
**17.00 My Life is Murder 4 (6)** – serial kryminalny  
**18.00 Morderstwa w Midsomer (17)** (2)  
**19.50 Śmierć pod palmami 12 (3)** – serial kryminalny, USA  
**21.00 Ojciec Brown 13 (8)**  
**22.00 Śmierć z dala od palm 4 (4)** – serial krym., Wlk. Bryt.  
**23.15 Shakespeare i Hathaway: prywatni detektywi 3 (9, 10)** – krym.

## TVP KULTURA TVP KULTURA

**12.15 Roman Wilhelm** – „Podróże w czasie”  
**12.55 Humor Wiesława Michnikowskiego** – rozr.  
**14.00 Jesień o szczęściu** FILM – film obyczajowy, Pol. 1985  
**15.15 Nasz człowiek** FILM – w Hawanie – thriller, Wielka Brytania 1959  
**17.10 Zmieniły (11)** – kom., Pol.  
**18.20 Video Killed the Radio Star** – serial dok., Wlk. Bryt.  
**18.55 Pan zwał, milordzie? (5)** – serial kom., Wlk. Bryt.  
**20.00 Królowa Margot** – dram. FILM hist., Fr./Włochy/Niem. 1994  
**22.45 Powrót Sherlocka Holmesa (1)** – serial krym.  
**23.55 Nigdy nie mów nigdy** FILM – film sensacyjny, Wielka Brytania/USA/RFN 1983

## ROMANCE TV ROMANCE TV

**14.15 Inga Lindström: Lato na wyspie** – film obyczajowy, Niemcy 2005  
**16.05 Statek marzeń – Walvis** FILM Baw – obycz., Niemcy 2023  
**18.00 Zwierzynek doktor Mertens (109)** – obycz.  
**19.00 Górski lekarz (113)**  
**20.00 Statek marzeń** FILM – Auckland – film obyczajowy, Niemcy 2025  
**21.55 Rejs ku szczęściu** FILM – Podróż posłubna do Nowej Zelandii – film obyczajowy, Niemcy 2007  
**23.50 Górski lekarz (113)**  
**0.45 Statek marzeń** FILM – Auckland – film obyczajowy, Niemcy 2025

## afena ANTENA HD ANTENA HD

**7.25 Oszkalki przeznaczenie. Historie prawdziwe 15 (10)** – serial dok., Wlk. Bryt.  
**7.55 Kabaretowy szal (4, 2, 13)** – pr. rozrywk., Polska  
**11.50 Alex Hugo – górski detektyw (1-3)** – krym., Fr.  
**18.00 Morderstwa we Francji** FILM – Rochefort – thriller, Francja 2019  
**20.05 Morderstwa we Francji** FILM – Larzac – thriller, Fr. 2020  
**22.05 Morderstwa we Francji** FILM – Mont-Saint-Michel – dram. krym., Francja 2022  
**0.10 Zaginiona żona** – dramat FILM biograficzny, USA 2017  
**1.50 Raport 77 (1)**  
**2.55 Zakrecone stworzonka z internetu (7)** – rozr., Pol.  
**4.45 Winnice miłości (67)**

## COMEDY CENTRAL COMEDY CENTRAL

**8.55 Przyjaciele (15-20)** – kom.  
**11.55 Teoria wielkiego podrywku 12 (20-24)** – kom.  
**14.00 Teoria wielkiego podrywku (1)** – serial komediowy, USA 2007  
**16.30 Dwójki i pół (15-18)** – kom.  
**17.30 Przyjaciele (21-24)** – kom.  
**18.30 Przyjaciele 2 (1, 2)** – kom.  
**19.30 Teoria wielkiego podrywku (2-7)** – serial kom.  
**22.00 The Office PL 2 (11, 12)** – serial komediowy  
**23.05 Comedy Club 9 (5, 6)**  
**0.05 Miasteczko South Park 22 (8, 9)**  
**1.00 Pracownicy 6 (5, 6)** – kom.  
**2.00 Śmieszniej nie będzie 2 (9)** – pr. rozr., Wielka Brytania

## TV 6 TV 6

**6.55 Policjantki i Policjanci (659, 660)** – serial obycz.  
**8.55 Kobra – oddział specjalny (205, 206)**  
**11.00 48h. Zaginięci (273-275)**  
**13.55 Policjantki i Policjanci (1175)** – serial obycz., Polska  
**14.55 Kobra – oddział specjalny (207, 208)**  
**17.00 Magnum: Detektyw z Hawajów 5 (95)** – sens.  
**18.00 Strażnik Teksasu (12, 13)**  
**20.00 CSI: Kryminalne zagadki Miami (9, 10)** – serial krym.  
**21.55 Kości (81, 82)** – serial krym.  
**23.50 Freddy kontra Jason** FILM – horror, USA/Włochy 2003  
**1.55 Krejczy patrol (59, 60, 1-3)**  
**4.30 Kochać pieniądze (46)**  
**5.35 SuperLudzie Extra** – mag.  
**5.45 Telezakupy TV Okazje**

## TVN FABUŁA TVN FABUŁA

**8.45 Detektywi (481, 482)**  
**9.50 Prawo Agaty 2 (2)** – obycz.  
**10.55 Szpital św. Anny (68)**  
**11.55 Druga szansa 4 (12, 13)**  
**13.55 Prawo Agaty 2 (1)** – obycz.  
**14.55 Detektywi (483, 484)**  
**16.00 Artystki (4)** – pr. rozr., Pol.  
**16.55 Posejdon** – film katastrof., FILM Japonia/USA 2006  
**19.00 Szpital św. Anny (47)**  
**20.00 Saga „Zmierzczeni”** Przed światem. Część 2 – film fantasy, USA 2012  
**22.35 Na własną rękę** – film FILM sensacyjny, USA 2002  
**0.45 Śmiertelna głębia** FILM – thriller, USA/RPA/Wielka Brytania 2012  
**3.05 Szkoła (723)** – paradok.

**STOPKLATKA**

- 6.00 **Kabaretowe hity** (4) – pr. rozrywk., Pol. 2023
- 6.50 **Kemping** – film krótkometraż., Pol. 2014
- 7.20 **Potop Redivivus** – film historyczny, Polska 2014
- 11.00 **K-911** – komedia kryminalna, USA 1999, wyk. James Belushi
- 12.55 **Quigley na antypodach** – western, USA/Australia 1990, wyk. Tom Selleck, Laura San Giacomo
- 15.30 **Partner** – komedia, USA 1996, wyk. Whoopi Goldberg, Dianne Wiest
- 17.45 **Adwokat** – film sensacyjny, USA 1998, wyk. John Travolta, Robert Duvall

**KOMEDIA ROMANTYCZNA**



- 20.00 **Wreszczie piątek: Wieczny student** – Niemcy/USA 2010, reż. Walt Becker
- Van Wilder (Ryan Reynolds, zdj.) od siedmiu lat jest studentem. Ojciec, finansujący tę edukację, traci cierpliwość do syna. Chłopak postanawia samodzielnie zebrać fundusze na życie. 120 min
- 22.00 **I stanie się koniec** – horror, USA 1999
- 0.35 **Krzyk** – horror, USA 1996, wyk. Drew Barrymore, Roger Jackson
- 2.55 **Demony wojny wg Goi** – dramat wojenny, Polska 1998
- 5.00 **Nowa Scena Śmiechu 4** (8) – rozr., Pol.

**POLSAT 2**

- 5.50 **Wydarzenia**
- 6.30 **Nasz nowy dom** (272) – reality show, Pol. 2022
- 7.30 **Na ratunek 112** (879, 880) – paradok., Pol. 2023
- 8.30 **Sekrety rodziny** (312-314) – paradok., Pol. 2023
- 11.30 **Trudne sprawy** (926) – serial parokomediowy
- 12.30 **Dlaczego ja?** (1482, 1483) – paradok.
- 14.30 **Świat według Kiepskich** (414-418) – serial kom., Polska 2013
- 17.00 **48h. Zaginieni** (109, 110) – serial kryminalny, Polska 2013
- 19.00 **Gliniarze** (972) – serial parokomediowy, Polska 2010
- 20.00 **Ślad** (48) – serial krym.
- 21.00 **Gliniarze** (767) – paradok.

**SENSACYJNY**



- 22.00 **Pewnego razu w Meksyku: Desperado 2** – USA/Meksyk 2002
- El Mariachi (Antonio Banderas, zdj.) po śmierci ukochanej pogrąża się w depresję. Odnajduje go skromny prywatny agent CIA. Chce, żeby mężczyzna zabił gen. Marqueza. Dla muzyka jest to okazja do osobistej zemsty. 125 min
- 0.05 **Żona na niby** – komedia, USA 2011, wyk. Adam Sandler, Jennifer Aniston
- 2.30 **Interwencja** – mag.
- 2.50 **Wydarzenia**
- 3.50 **Ewa gotuje** (515) – mag.
- 4.00 **Strzelnica Navala** (4) – magazyn sportowy

**TVP SERIALE**

- 5.40 **Rodzinka.pl** (79) – kom.
- 6.10 **Na sygnale** (461, 462) – fab.-dok., Polska 2023
- 7.15 **Ojciec Mateusz** (11)
- 8.05 **Komisarz Alex 25** (319, 320) – serial krym.
- 9.45 **Rodzinka.pl** (311-313) – kom., Polska 2026
- 11.15 **Ranczo 6** (78) – obycz.
- 12.05 **Ranczo 7** (79) – obycz.
- 13.00 **Komisarz Alex** (1) – krym., Polska 2012
- 13.55 **Ojciec Mateusz 28** (362, 363) – serial krym.
- 15.45 **Komisarz Alex** (2)
- 16.30 **Na sygnale** (463, 464)
- 17.40 **Ranczo 7** (80, 81) – obycz.
- 19.30 **Ojciec Mateusz 28** (364) – serial kryminalny, Polska 2023
- 20.25 **Ojciec Mateusz** (12)

**OBYCZAJOWY**



- 21.25 **Ranczo 7** (82, 83) – Pol. Monika staje się coraz bardziej zaborcza wobec Kusego. Lucy poważnie obawia się o swoje małżeństwo. Tymczasem Fabian jest zalamany po rozstaniu z Klaudią. Topi smutki w alkoholu. 115 min
- 23.15 **Ojciec Mateusz 28** (365) – serial kryminalny, Polska 2023
- 0.10 **Popieluszko. Wolność jest w nas** – film biograf., Polska 2009, wyk. Adam Woronowicz
- 2.45 **Oficerowie** (2) – serial sens., Polska 2006
- 3.40 **Gra z Cieniem** (1, 2) – krym., Polska 2024
- 5.15 **Na sygnale** (907) – serial fabularno-dokum., Polska 2023

**KINO POLSKA**

- 6.00 **Zwierzęta Wajraka 3** (7) – serial dokumentalny
- 6.25 **Och! Kabaret** (1) – rozr.
- 7.15 **Zwierzęta Wajraka 3** (8) – serial dokumentalny
- 7.45 **Quo vadis** (1/2) – dramat
- FILM **Historyczny, 2001**
- 9.35 **Trędowata** – melodramat, 1976, wyk. Leszek Teleszyński
- 11.35 **Krzyżacy** – film historyczny, 1960, wyk. Mieczysław Kalenik, Grazyna Staniszevska
- 15.30 **Motyłem jestem, czyli romans czterdziestolatka** – komedia obyczajowa, 1976
- 17.15 **Pogranicze w ogniu** (8, 9) – serial sensacyjny

**KOMEDIA OBYCZAJOWA**



- 20.00 **Och, Karol** – 1985, reż. FILM Roman Zaluski
- Architekt Karol Górski (Jan Piechocki, zdj.) ma coraz więcej kłopotów z żoną i trzema kochankami. Pewnego dnia zostaje w domu wszystkie cztery panie, które chcą dać mu naukę. 120 min
- 22.00 **Trick** – komedia sensacyjna, 2010, wyk. Piotr Adamczyk
- 0.00 **Wtorek** – komedia, FILM 2001, wyk. Paweł Kukiz
- 2.25 **Po miłość** (2) – dramat obyczajowy, 2021
- 4.10 **Odwyk** – film krótkometr.
- 4.50 **Przez ciebie, po tobie** – film krótkometr., 2024
- 5.25 **Sabina** – film krótkometr.

**AXN**

- 6.00 **FBI: Most Wanted** (1, 2) – serial kryminalny, USA
- 7.30 **Agenci NCIS: Hawaje** (9, 10) – serial kryminalny, USA 2021
- 9.20 **Castle 8** (11, 12) – serial krym., USA 2015-2016
- 11.10 **Detektyw Monk 3** (11, 12) – serial kryminalny, USA 2004
- 13.10 **Agenci NCIS: Hawaje** (11, 12) – serial kryminalny, USA 2021
- 15.10 **Agenci NCIS 15** (21, 22) – serial sensacyjny, USA
- 17.10 **Kryminalne zagadki Las Vegas** (21, 22) – serial kryminalny, USA/Kanada
- 19.05 **Castle 8** (13, 14) – serial krym., USA 2015-2016

**SENSACYJNY**



- 21.05 **Adrenalina** – USA/FILM Wielka Brytania 2006
- Morderca Chev Chelios (Jason Statham, zdj.) dowiadyuje się, że wstrzyknięto mu truciznę. Umrze, jeśli rytm jego serca spadnie poniżej pewnego poziomu. Aplikuje sobie adrenalinę i rusza na poszukiwanie antidotum. 110 min
- 22.55 **Iluzja** – thriller, FILM Francja/USA 2013
- 1.00 **Castle 8** (13, 14) – serial krym., USA 2015-2016
- 2.55 **Kryminalne zagadki Las Vegas** (21) – krym.
- 3.50 **FBI 2** (6) – serial krym.
- 4.45 **Walker: Strażnik Teksasu** (7) – serial krym.
- 5.30 **Blok promocyjny AXN**

**CANAL+ PREMIUM**

- 10.20 **Agent szczęścia** – dok.
- 11.55 **Mój jedyny wróg** – film krótkometraż., Pol.
- 12.15 **Zgred** – dramat
- FILM **obyczajowy, Polska 2025**
- 13.40 **Łapu capu** – pr. rozr., Pol.
- 13.45 **Godzina zero** (4) – krym.
- 14.30 **Naturalna dzikość serca** – dok., Norwegia
- 15.55 **Premierowa jazda**
- 16.10 **Jason Bourne** – thriller, USA 2016
- FILM **18.10 Łapu capu** – pr. rozr., Pol.
- 18.15 **Listy do Julii** – komedia romantyczna, USA 2010
- 20.00 **Czarownice Mayfair 2** (1) – serial fantasy, USA 2025, wyk. Alexandra Daddario, Tongayi Chirisa
- 20.50 **Making of CANAL+**

**KRYMINALNY**



- 21.00 **To nie jest zagadka kryminalna** (6-ost.)
- Nadchodzi wieczór otwarcia wystawy, która gromadzi miłośników sztuki. Wernisaż przysięba nieoczekiwany obrót, a na jaw wychodzą kolejne tajemnice. 55 min
- 21.55 **Wcieleń zła** – horror, FILM Aerenlund, Gja Hunter
- 23.20 **Dotyk** – melodram., Islandia/Wielka Brytania 2024
- 1.20 **Ukryty motyw** – thriller, FILM Dania/Szwecja/Francja 2024, wyk. Sidse Babbett Knudsen, Sebastian Bull

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

**13 ULICA**

- 6.15 **Zbrodnie idealne** (15, 16) – serial kryminalny, Fr. 2017
- 8.35 **Petra 2** (5, 6) – serial krym.
- 10.25 **Agenci NCIS: Los Angeles** 14 (17, 18) – sens.
- 12.15 **Magnum: Detektyw z Hawajów 3** (5, 6) – sens.
- 14.05 **Zbrodnie idealne** (17, 18) – serial kryminalny, Fr. 2017
- 16.20 **Petra 2** (3) – serial krym.
- 18.20 **Agenci NCIS: Los Angeles** 14 (19, 20) – sens.
- 20.10 **Magnum: Detektyw z Hawajów 3** (7, 8) – serial sensacyjny, USA 2020
- 22.00 **Podróżnik** (3) – serial krym.
- 0.00 **Komornik** – film sens., FILM USA/Wielka Brytania 2018
- 2.00 **Petra 2** (3) – serial krym.
- 3.50 **Zbrodnie idealne** (17, 18) – serial kryminalny, Fr. 2017

**POLSAT FILM**

- 6.00 **Jedziemy na ryby!** (18)
- 6.55 **Na ratunek 112** (856)
- 7.25 **Doktor Martin** (11)
- 8.30 **Przyjaciółki** (277, 278)
- 10.25 **Świat według Kiepskich** (85, 86) – serial kom., Polska
- 11.40 **Obłędny rycerz** – komedia przygodowa, USA 2001
- 14.15 **Junajim** – film przygodowy, USA 1995
- 16.20 **Zmartwychwstały** – dramat obycz., USA 2016
- 18.45 **Chiński zodiak** – film przygodowy, Hongkong/Chiny 2012, wyk. Jackie Chan
- 21.00 **Venom 2: Carnage** – film s.f., USA/Chiny 2021
- 23.00 **Ryzykanci** – dramat sensacyjny, USA 1997
- 0.55 **Ślad** (100-103) – krym., Pol.
- 4.55 **Na ratunek 112** (829, 830)

**HBO HBO**

- 10.45 **Eddie zwany Orlem** – film biograficzny, Wielka Brytania/Niemcy/USA 2016
- 12.30 **Na planie 23** (23) – mag.
- 12.55 **DJ Ahmet** – komediodramat, Macedonia, Czecho/Serbia 2025
- 14.30 **Policja zastępca** – komedia dia sensacyjna, USA 2010
- 16.15 **Po drugiej stronie globu** – musical, USA 2007
- 18.25 **I.S.U.** – thriller s.f., USA 2023, wyk. Ariana DeBose
- 20.00 **Abigail** – horror, FILM USA/Irlandia 2024
- 21.45 **Lighthouse** – horror psychologiczny, USA/Kan. 2019
- 23.35 **Baby Driver** – film sens., FILM Wielka Brytania/USA 2017
- 1.25 **River Wild** – thriller, FILM USA/Węgry 2023

**WARNER TV**

- 8.50 **Pirat Blackbeard** – film przygodowy, USA 1952
- 10.50 **Pasport do Paryża** – film familijny, USA 1999, wyk. Mary-Kate Olsen
- 12.30 **Dziewczyna** – komedia romantyczna, USA 1977
- 14.45 **Naciągacze** – komedia kryminalna, USA 2003
- 17.05 **Seks w wielkim mieście** 2 – komedia romantyczna, USA 2010
- 20.00 **Pokerowy błąd** – komediodramat, USA/Australia/Niemcy 2007
- 22.25 **Szczęśliarz** – dramat obyczajowy, USA 2012
- 0.25 **Parszywa dwunastka** – film wojenny, Wielka Brytania/USA 1967

**ALE KINO+**

- 9.20 **The Hero** – film krótkometr.
- 10.00 **Bestia 2** (5, 6) – krym., Kan.
- 12.05 **Vera 14** (1) – serial krym.
- 14.00 **Śmierć na Nilu** – film kryminalny, Wlk. Bryt. 1978
- 16.35 **Opadające liście** – komediodramat, Niemcy/Finlandia 2023
- 18.15 **Vera 14** (2) – serial krym.
- 20.10 **Angielska robota** – film sens., Wlk. Bryt./USA 2008
- 22.25 **Furzo** (1, 2) – sens., Pol.
- 0.30 **Dig** – thriller, USA 2022, FILM wyk. Emile Hirsch
- 2.10 **Kruk. Szepcy słychać po zmkroku** (3) – serial krym.
- 3.05 **Polana pośród brzeziny** – dramat obyczajowy, Francja/Pol./Niem. 2003
- 4.35 **Uwięziona** – krótkometr.
- 5.00 **Swoboda** – krótkometr.

**CANAL+ FILM**

- 13.55 **Miss megkrogo**
- FILM **podkoszulka** – kom., Pol.
- 14.50 **Peacock** – thriller, USA
- FILM **2010**, wyk. Cillian Murphy
- 16.15 **Premierowa jazda** – mag.
- 16.30 **Zapaleńcy. Historia polskiego filmu animowanego** – film dok.
- 18.00 **Tożsamość Bourne** – thriller, USA/Niemcy/ Czecho 2007
- 19.55 **Łapu capu** – rozr., Pol. 2026
- 20.00 **Zawód: Szpieg** – dramat sensacyjny, USA/Wielka Brytania/Niemcy 2001
- 22.00 **Zabójczy umysł** – thriller, Włochy 2022
- 23.45 **Paraliż** – thriller, USA
- FILM **2024**, wyk. Kelsey Chow
- 1.15 **Mroczny dom** – thriller, USA 2023

**SCI FI**

- 6.00 **Prométhée** (4)
- 7.00 **The Ark 2** (6-8) – serial s.f.
- 10.00 **Bibliotekarze 2** (1, 2)
- 11.50 **Czarodziejki 7** (19, 20)
- 13.40 **Miasto cienia** – film przygodowy, USA 2008
- 15.30 **Bibliotekarze 2** (3, 4)
- 17.20 **Czarodziejki 7** (21, 22) – serial fantasy, USA 2005
- 19.10 **Grimm 4** (19, 20) – fantazy
- 21.00 **Chappie** – film s.f., FILM USA/Meksyk 2015
- 23.30 **Balkańska vendetta** – film sensacyjny, USA 2017
- 1.25 **Anakondy: Polowanie na krwawą orchideę** – film sensacyjny, USA 2004
- 3.20 **Czarodziejki 7** (21, 22)
- 5.00 **Prométhée** (4)

**PARAMOUNT NETWORK**

- 11.00 **Most do Terabitli** – film familijny, USA 2007
- 13.00 **Czarodziejki** (9, 10)
- 15.00 **Zostańmy przyjaciółmi** – komedia romantyczna, Niemcy/USA/Kanada 2005
- 17.00 **Mission: Impossible - Rogue Nation** – film sensacyjny, USA 2015
- 20.00 **Indiana Jones i Królestwo Kryształowej Czaszki** – film przyg., USA 2008
- 22.35 **Smętarz dla zwierzątek** – horror, USA 1989, wyk. Blaze Berdahl
- 0.35 **Smętarz dla zwierzątek 2** – horror, USA 1992

**FX FX**

- 5.35 **Master Crimes** (4-6) – serial kryminalny, Fr. 2024
- 8.50 **Kości** (1-6) – serial krym.
- 14.30 **Legenda Zorro** – film przygodowy, USA 2005, wyk. Antonio Banderas
- 17.05 **Dzień Niepodległości** – film s.f., USA 1996, wyk. Bill Pullman, Will Smith
- 20.10 **Snajper: Dziedzictwo** – film sensacyjny, USA/Bulgaria 2014
- 22.10 **Uprawdzona** – film sensacyjny, Francja 2008
- 23.55 **Szklana pułapka 3** – film sensacyjny, USA 1995, wyk. Bruce Willis, Jeremy Irons
- 2.35 **Zabójcze umysły** 13 (19, 20) – serial kryminalny

**KINO TV KINO TV**

- 9.55 **Nad Niemnem** (2-ost.) – film obyczajowy, Pol. 1986
- 12.00 **Grobowiec smoka** – film przygodowy, Wielka Brytania/Chiny 2013
- 13.55 **Flintstonowie** – komedia, USA 1994
- 15.50 **Napad** – komedia kryminalna, USA 1999
- 17.40 **Lot Feniksa** – dramat sensacyjny, USA 2004
- 20.00 **Dziki cel** – komedia sens., FILM Fr./Wielka Brytania 2010
- 22.00 **Helbwo** – horror s.f., FILM USA 2004, wyk. Ron Perlman, John Hurt
- 0.40 **Igrzyska śmierci: Kogoligos. Część 2** – dram. s.f., USA/Niemcy 2015

**CANAL+ SERIALE**

- 9.50 **Planeta Singli. Osiem historii** (2) – serial kom.
- 10.40 **Premierowa jazda** – mag.
- 11.00 **Naruto** (25, 26, 1) – anime
- 12.30 **Łapu capu** – rozr., Pol.
- 12.40 **The Office PL** (1-3) – kom.
- 14.25 **Hollywood Buzz** – mag.
- 14.55 **Łapu capu** – rozr., Pol. 2026
- 15.00 **Captain Tsubasa** (1-3)
- 16.30 **Daleka północ odkryta na nowo** (1, 2) – film dok.
- 18.30 **The Office PL 2** (4-6)
- 20.00 **Klangor 2** (5, 6) – krym.
- 21.40 **Premierowa jazda** – mag.
- 22.00 **Paryż w ogniu. Paris Has Fallen** (5, 6) – serial sens.
- 23.40 **Koniec lata** (5, 6) – krym.
- 1.45 **Petia** (1, 2) – serial sens.
- 3.25 **Wilk** (1-5) – serial obycz.

**CANAL+ 360**

- 14.05 **Najbardziej ekstremalne miejsca na świecie** 2 (1)
- 15.00 **Chwila prawdy** (10) – dok.
- 16.00 **Supersamoloty bojowe** (1) – serial dokumentalny
- 17.00 **Zholowani: ciężarówki w opalach** 7 (19) – dok.
- 18.00 **Porzucone konstrukcje** 4 (4) – dok., Wlk. Bryt.
- 18.55 **Najniebezpieczniejsze miejsca na świecie** (6)
- 19.50 **Zholowani: ciężarówki w opalach** 7 (20) – dok.
- 20.50 **Kolejny przewrót** (5)
- 21.55 **Hot Roads – Najniebezpieczniejsze drogi świata** (4) – serial dokum.
- 22.55 **Zasada przyjemności** (9, 10) – serial kryminalny

**TLC**

11.00 Rodzina 10+ (7) – rozr.  
12.00 Wiza na miłość: znowu do wzięcia. Między spórmi (12)  
13.00 Cztery żony i mąż 12 (1)  
15.00 Wiza na miłość: pierwsze spotkanie 7 – pr. rozrywk., USA 2024  
16.00 Historie wielkiej wagi (7): Brandon – serial dok.  
18.00 Historie wielkiej wagi: Brazylia – reality show  
19.00 Wiza na miłość: Romans na Karaibach – reality show, USA 2021  
20.00 Premiera: Baylen – życie na głos 2 (1)



21.00 Premiera: Wiza na miłość: Wielka Brytania 3 – reality show  
22.00 Wiza na miłość: Single na polowaniu. Między spórmi – reality show  
23.00 Dr Przyszycilla 5  
0.00 Dr Przyszycilla 4  
1.00 Baylen – życie na głos 2 (1)

**POLSAT CAFÉ**

6.00 Przyjaciółki (21, 22) – serial obycz., Pol. 2013  
8.00 Co ludzie powiedzą (8, 9) – serial komediowy  
9.25 Hell's Kitchen – Piekielna Kuchnia (1, 2) – reality show, Polska  
12.30 Bogaty dom – biedny dom (136, 137) – reality show, Polska 2025  
14.30 Kolacja w ciemno (11, 12) – pr. rozr., Polska  
16.30 Hell's Kitchen – Piekielna Kuchnia (25) – reality show, Pol. 2015  
18.00 Nasz nowy dom (258, 259) – reality show



20.00 Randka w ciemno (10)  
21.00 Kolacja w ciemno (95)  
22.00 Gry małżeńskie (206, 88, 89) – reality show  
1.00 Kolacja w ciemno (9, 10) – pr. rozr., Pol. 2022  
3.05 Więzienie kobiet (54, 55) – serial dokum.  
4.00 Zdrady (89, 90) – serial paradokumentalny, Pol.

**TVN STYLE**

5.15 I nie opuszczę Cię aż do ślubu (6) – reality show, Polska 2018  
5.50 Damy i wiesniaczki. PL 7 (4) – serial fab.-dok.  
6.45 Złoty remont 11 (10-ost.) – pr. rozr., Polska  
7.45 Dzień Dobry TVN – mag.  
11.25 Ugotowani (13, 14) – pr. kulin.-rozrywk., Polska  
13.30 Kuchenne rewolucje (2, 1) – pr. rozr., Pol. 2024  
15.35 Babski biznes (6) – rozr.  
16.35 Jestem z Polski 16 (39) – serial dokum., Pol. 2025  
17.40 Kuchenne rewolucje (7-9) – pr. rozr., Pol. 2025



20.50 Bitwa o gości (12-ost.)  
21.50 Jestem z Polski 16 (4)  
22.50 Jestem z Polski 15 (19)  
23.45 Hotel Paradise 11 (17, 18) – reality show, Pol.  
1.45 Apetyt na miłość (8)  
2.50 Wiem, co jem i wiem, co kupuję (9, 10) – mag.  
4.20 Zrób coś z tym dzieckiem (5) – mag.

**DISCOVERY CHANNEL**

9.00 Gorączka złota: rzeka skarbów 6  
10.00 Klan z Alaski  
11.00 Przetwarc nad Jukonem: Kraina mrozu  
12.00 Fani czterech kółek 16  
13.00 Nagi instykt przetrwania: rozbitkowie (6)  
15.00 Ziomowisko PL 4 (8)  
16.00 Gorączka złota 16  
17.00 Nic do zgłoszenia (2)  
18.00 Kamperem przez świat (8)  
19.00 Nagi instykt przetrwania: nagroda za przeżycie 3 (4)



21.00 Specjalistki (2)  
22.00 Bimbrownicy 14: Podejrzani  
23.00 Nagi instykt przetrwania 12  
1.00 Hot rod wg Kindiga  
2.00 Militaria na warsztat 3 (4)  
3.00 Królowie asfaltu (5)  
4.00 Zoom na architekturę

**TVP HISTORIA**

10.30 Wszystkie kolory świata: Skarby Sri Lanki  
11.30 Świat w filizance herbaty (4) – serial dok.  
12.30 Juliusz Cezar, narodziny dyktatury (3)  
13.35 Królowie (30) – hist., Pol.  
14.10 Pogranicze w ogniu (18) – serial sens., Polska  
15.20 Sensacje XX wieku  
16.20 Solidarność – jak zerwaliśmy żelazną kurtynę – film dok., Pol.  
17.25 Czas honoru (69)  
18.20 W ostatniej chwili – o komiksie w PRL-u  
19.25 Królowie (69) – hist., Pol.



20.05 Hotel Mumbai – thriller, Australia/USA/Wielka Brytania 2018  
22.10 Historia w postaciach zapisana: Henryk II – ostatni rycerz na tronie Francji – cykl dokum.  
0.15 Sensacje XX wieku  
2.25 Encyklopedia II wojny światowej

**FOKUS TV**

9.00 Starożytni kosmici (9)  
10.00 Gwiazdy lombardu (7-10) – reality show, USA  
12.00 Wielkie konstrukcje III Rzeszy (6) – dok.  
13.00 Poszukiwacze historii (6, 7)  
14.00 Jak przegrać wojnę (1, 2) – serial dokum.  
16.00 Premiera: Dorwać tuńczyka (7, 8) – dok.  
18.00 Rolnicy. Podlasie (10, 11) – serial dokum.  
20.00 Największe wynalazki starożytności (2) – dok.  
21.00 Niezwykłe osiągnięcia starożytności (10)



22.00 Kobiety Trzeciej Rzeszy (1, 2) – film dokumentalny, Francja 2021  
0.00 Sekretny świat amizów – film dokum., Wielka Brytania 2012  
1.00 Rolnicy. Podlasie – serial dokum., Pol. 2025  
5.00 Kołowrotek (4, 5) – magazyn wędkarski

**METRO**

8.35 Szpital (740, 741) – paradok.  
10.35 Sędzia Anna Maria Wesołowska (309, 310)  
12.35 Anatomia piękna 2 – rozr.  
13.35 Zapiski na życie 5 (8)  
14.35 Zapukaj do moich drzwi (153) – telen., Turcja 2020  
15.45 The Floor – telen., Pol.  
17.00 Fani czterech kółek 16  
18.00 Prawo Agaty 5 (7) – obycz.  
19.00 Kartoteka 10 (25) – fab.-dok.  
20.00 To już ostatnie dni  
FILM – thriller s.f., Hiszpania 2013  
22.10 Morderstwo doskonałe  
FILM – thriller, USA 1998  
0.20 Zbrodnie z pierwszych stron gazet 2 – serial dok.  
1.25 Szpital (736) – paradok., Pol.  
2.25 Szkoła (831, 832) – paradok.

**ZOOM**

8.00 Strażnik Tekasus 8 (10, 11) – serial sensacyjny, USA 1999  
9.50 MacGyver (3, 4) – serial sens.  
11.55 Pułapki umysłu  
13.00 Wojny magazynowe: Kanada – reality show, Kan.  
15.30 Sensacje XX wieku – hist.  
17.50 Wojciech Ciejrowski – bosy przez świat – cykl reportaży  
20.00 Eksperyment: Odsiadka  
21.05 Strażnik czasu – thriller  
FILM s.f., USA/Japonia 1994  
23.05 Magia nagosci. Niemcy – reaktywacja – rozr., Niem.  
0.05 Magia nagosci. Norwegia 4 – pr. rozrywk.  
1.00 Magia nagosci. Najlepsze momenty – rozr., Wlk. Bryt.

**FOOD NETWORK**

11.00 10 zadań specjalnych Michela Morana 6 – pr. rozr.  
12.00 Człowiek, ogień i wyżerka 6 – magazyn kulin.  
13.30 Miłość od kuchni – pr. rozr.  
14.30 Akcja: Restauracja! 15.25 Kulinarne podróże z Guyem Fierim – mag.  
16.30 Kuchenne rewolucje – rozr.  
17.30 Magda gotuje internet  
18.00 Apetyt na miłość – pr. rozr.  
19.05 Dziecięce mistrzostwa wypieków – telet. kulin.  
20.05 Kulinarny poker  
21.05 Bójka na plaży – serial dok.  
22.10 Pyszne miejscówki – mag.  
23.15 Akcja: Restauracja! 19  
0.15 Człowiek kontra jedzenie  
1.45 Zamiana szefów kuchni

**DISCOVERY SCIENCE**

6.00 Jak to jest zrobione?  
8.00 Jak działa wszechświat?  
10.00 Jak działa wszechświat? 6  
11.00 Pogromca mitów w akcji  
13.00 Kosmiczna mapa skarbów  
15.00 Jak działa wszechświat?  
18.00 Jak to jest zrobione?  
21.00 Poszukiwacze dinozaurów: Kłątwa drapieżcy: Strzały – serial dok.  
23.00 Tesla: Niebezpieczny umysł: Podejrzani Serb; Na celowniku Hitlera – dok.  
1.00 Jak działa wszechświat?: Międzygwiazdowe tajemnice; Wielki Wybuch; Mroczny wszechświat – serial dokum.  
4.00 Podziemne sekrety

**NATIONAL GEOGRAPHIC**

12.00 Era supertransportu: Statki  
8.00 Hitler: Siła dyktatury (2)  
14.00 Wojna z ZSRR: Wielkie konstrukcje III Rzeszy (2)  
15.00 Strzegąc granic  
16.00 Egipt: Miejsce pełne tajemnic: Sekret królowych  
16.55 Egipt: Miejsce pełne tajemnic. Cztery władczynie (1) – film dokum.  
18.00 Wojna szpiegów (2) – dok.  
19.00 Gulag – system śmierci (2) – film dok., Francja 2019  
20.00 Katastrofa w przestworzach  
21.00 CIA: Tajemnice i szpiegzy  
22.00 Strefa 51: Tajne archiwum CIA – film dokum., Wlk. Bryt.  
23.00 Ukraińcy: Wielki głód – dok.

**BBC EARTH**

12.15 Zielona planeta – serial dok.  
13.20 Dynastia – serial dokum.  
14.25 W okowach mrozu – dok.  
15.25 Życie na pustkowiu: powroty – serial dokum.  
16.25 Wielkie koty 2/4 2 – dok.  
17.40 Mroczne dzieje Pompejów – serial dokum.  
18.45 Najpiękniejsze trasy spacerowe – serial dokum.  
19.45 Amerykańskie Południe  
20.45 Potęga ssaków: kulisy  
20.55 Życie na pustkowiu 12  
21.55 W okowach mrozu – dok.  
22.55 Zabójcza pogoda 6 – dok.  
0.00 Tsunami w święta – dok.  
1.00 Mroczne dzieje Pompejów – serial dokum.  
2.05 W okowach mrozu 11

**WP**

10.00 Pogoda  
10.05 Domy z piekła rodem  
11.05 Porzucone budowle 11  
12.00 Wariaci za kierownicą 2  
13.00 Maklowicz w podróży  
14.05 Pokochaj lub sprzedaj Vancouver 3 – serial dokum.  
16.55 Pogoda  
17.00 Komisarz Cassandre: Zbrodnie w Alpach 7 (4)  
19.00 Policjanci z sąsiedztwa 2  
21.00 Policjanci w akcji (3)  
21.55 Pogoda  
22.00 Mistrzowie Kabaretu 9  
23.00 Mistrzowie Kabaretu 15  
0.00 1, 2, 3... Kabareci 3 – pr. rozr.  
1.00 Mistrzowie Kabaretu 5  
2.00 Mistrzowie Kabaretu 11

**NOWA TV**

9.30 Całkiem nowe lata miodowe (11) – serial kom.  
10.00 Miodowe lata (19) – kom.  
10.30 Wieżenie – serial dokum.  
11.30 Poirot 6 – serial kryminalny  
13.00 Poirot 7 (1) – krym., Wlk. Bryt.  
15.00 Świat według Bundy'ch 4 (78-80) – serial komediowy  
16.30 Świat według Bundy'ch 6 (106-108) – serial komediowy  
18.00 Całkiem nowe lata miodowe (8, 14) – kom., Pol.  
19.20 Miodowe lata (79, 80)  
22.00 Zdrady (108) – paradok., Pol.  
21.00 Ślad (19, 20, 110) – krym., Pol.  
1.00 Lokacje pedofiliów – dok.  
3.00 TV okazje  
3.50 Wehikuł czasu

**HGTV HOME & GARDEN**

10.05 Letnia chata na lata – rozr.  
11.55 Usterka 10 (1, 2) – fab.-dok.  
13.00 Zbudujemy fajny dom  
14.00 Zbudujemy fajny dom 2  
15.00 Mieszkanie na miarę  
16.00 Mieszkanie na miarę 4  
17.00 Polowanie na ogród 9  
18.15 Weekendowa metamorfoza 6 – pr. rozr.  
20.10 Będzie pięknie – pr. rozr.  
21.10 Złoty remont 11 – pr. rozr.  
22.05 House Hunters – Poszukiwacze domów 9  
23.40 House Hunters – Poszukiwacze domów 10 – pr. rozrywk.  
0.15 Sprzączki 2 (7-9) – obycz.  
2.25 Nowa Maja w ogrodzie 4

**TRAVEL CHANNEL**

6.00 Tu jest pięknie – pr. rozr.  
8.05 Walka o bagaż – serial dok.  
10.10 Nieoczywiste miejsca  
11.15 Tu jest pięknie – pr. rozr.  
12.15 Oblicz Azji – serial dokum.  
14.20 Człowiek kontra jedzenie  
14.55 Niezwykłe Stany Prokopa  
17.00 Złotka z Alaski – serial dok.  
19.00 Ed Stafford poza cywilizacją – serial dokum.  
20.00 Pojedynki Eda Stafforda – serial dokumentalny  
21.05 Nagi instykt przetrwania – serial dokumentalny  
23.10 Kobieta na krańcu świata  
0.55 Oblicz Azji – serial dokum.  
3.00 Złotka z Alaski – serial dok.  
5.05 Człowiek kontra jedzenie

**NATIONAL GEOGRAPHIC WILD**

10.00 Niezwykły dr Pol (7)  
11.00 Critter Fixers – zwierzęcy cudotwórcy  
12.00 Śmierć przychodzi po zmrzoku: Zjedź bez głowy  
13.00 Przedziwna planeta Ziemia: Przetwarzanie – dok.  
14.00 Dziekie koty z Indii  
15.00 Walki zwierząt  
16.00 Wyzwania natury  
16.30 Dzieki oboka Ameryki  
17.00 Oko w oko z dziką naturą  
18.00 Krokodyl – wielki ocalały Australii – film dokum., RPA  
19.00 Zwierzęci w amoku  
20.00 Niezwykłe żywioły  
21.00 Niezwykły dr Pol  
2.00 Sekretne życie osmiornic

**POLSAT WIASAT HISTORY**

9.00 Sekrety Watykanu: papież i diabeł: Pochodzenie zła  
10.10 Kto napisał Biblię? – dok.  
11.20 Military ranking  
13.30 Kryminologia starożytności  
14.30 Sekrety Watykanu: papież i diabeł: Pochodzenie zła  
15.40 Życie prywatne przwódców Rzeszy  
16.35 Kto napisał Biblię? – dok.  
17.50 Military ranking: Siły zbrojne; Człgi – serial dokum.  
20.00 W poszukiwaniu zaginionych wikingów  
21.00 Nażsici: korzenie zła  
23.05 Tajemnice Jezusa – dok.  
0.15 Military ranking

**CANAL+ KUCHNIA**

14.50 Włoskie życie Sophie Grigson – serial dokum.  
15.45 Luke Nguyen w Indiach  
16.15 Sachie w Nowej Zelandii 2  
16.40 Jamie Oliver: 5 składników... – mag.  
17.35 Luke Nguyen w Indiach  
18.30 Sachie w Nowej Zelandii 2  
18.55 Nie tylko kimchi 2 – mag. kulin.  
19.25 M jak mięso 10 – mag. kulin.  
20.15 Eva Longoria w poszukiwaniu meksykańskich smaków  
21.10 Anthony Bourdain – miejsca nieznane 8 – dok.  
0.35 Bitwa na smaki...

**CANAL+ DOMO HD**

11.55 Pogromcy bałaganu 3  
12.50 Gardeners' World 16  
14.05 Cudotwórcy 7 – mag.  
15.00 Kupcie sobie zamek! 2  
15.55 Patent na zielen – mag.  
16.50 Gardeners' World 16  
18.00 Ucieczka na wies 25 – dok.  
18.55 Wielkie projekty: Australia 10 – serial dokum.  
20.00 Daleko od miasta 12 – dok.  
21.00 Cudotwórcy 7 – mag.  
21.55 Wielkie projekty: transformacja – serial dok.  
23.05 Pomocy! Kupiliśmy wioskę – serial dokum.  
1.00 Pogromcy bałaganu 3

**SUPER POLSAT**

11.35 Twoja Twarz Brzmi Znajomo – pr. rozr., Pol. 2023  
13.30 Bitwa o palety  
14.30 Hell's Kitchen – Piekielna Kuchnia 5 – reality show, Pol.  
16.00 Ninja Warrior Polska  
17.55 Świat według Kiepskich (467, 468) – serial komediowy  
19.00 Rolniczki – serial dokum.  
20.00 Kolacja w ciemno – pr. rozr.  
21.00 Kowboje i obcy  
FILM – film s.f., USA 2011  
23.20 Elizjum – dramat  
FILM s.f., USA 2013  
1.40 Backdoor. Wyjście awaryjne (7) – serial kom.

**TVP KOBIECI**

14.35 Omnibus – szyby i madry – dogrywka  
15.00 Po prostu na wies – pr. rozr.  
15.30 Ojciec Mateusz 30 (387, 388) – serial kryminalny  
17.30 Magyczny Adriatyk  
18.30 Wielka sława to żart – Benefis Wiesława Ochmana – widowisko  
19.35 Miłość i nadzieja (265) – telenowela  
20.35 Wichrowe wzgórze (246)  
21.35 La Promesa – pałac tajemnic (246) – serial obycz.  
22.35 Ślub aż po grób – komedia romantyczna, Kanada 2022

**PLANETE+**

12.35 Planeta Kalifornia (2) – dok.  
13.50 Wiatr. Niewidzialna siła  
14.50 Krajobrazy świata – dok.  
15.50 Niezwykłe podróże koleją 5 – serial dokum.  
16.55 360° Świat bez granic  
18.00 Dział dziesiąty? 4 – dok.  
18.45 Zdrzący/Patrici – dok.  
19.45 Pod ciśnieniem. Śledztwo w sprawie Ryanaira – dok.  
20.50 Materiały przyszłości (1) – film dokumentalny  
22.00 USA. Batalia o aborcję  
23.10 Krótka historia miłości  
0.20 Niezwykłe podróże koleją 5 – serial dokum.

**TVP DOKUMENT**

12.45 Jeruzolima – budownictwo świętego miasta  
13.50 Reunion – laboratorium ewolucji – film dok., Niem.  
14.50 Ivohiboro – zapomniany las – film dokumentalny, Fr.  
15.55 Nowa broń w walce z rakimem – film dok., Austria  
16.45 W stronę sacrum: Piękno Sanatorium miłości  
18.45 Spiewała Ewa Demarczyk  
20.00 Była sobie piosenka – dok.  
21.00 Miasto niespełnionych marzeń – film dokumentalny  
22.25 Nierozwiklane zbrodnie Kuby Rozpruwacza – dok.

**TVP SPORT**

**5.35 Sportowy wieczór Mundial 2026**  
- Legenda miejskie

**7.10 Koszykówka 3x3: MŚ**  
- Warszawa 2026 - mecz: Polska - Czechi, mecz: USA - Polska

**8.15 Piłka nożna: Francja**  
- Wybrzeże Kości Słoniowej

**10.15 Piłka nożna: ME U-17**  
- Estonia 2026 - półfinał

**12.15 Piłka nożna:**  
Polska - Nigeria

**14.30 Mundial. Teatr emocji**

**15.30 Hokej: NHL** - mecz finałowy fazy play-off

**EUROSPORT 1**

**10.00 Zeglarstwo:** SailGP w Nowym Jorku

**11.00 Tenis:** Turniej French Open w Paryżu - mecz półfinałowy

**12.30 Tenis:** Turniej French Open w Paryżu

**14.00 Tenis:** Turniej French Open w Paryżu - półfinał gry pojedynczej mężczyzn (live)

**17.45 Tenis:** Turniej French Open w Paryżu - półfinał gry pojedynczej mężczyzn

**18.30 Tenis:** Turniej French Open w Paryżu - studio (live)

**POLSAT SPORT 1**

**6.00 Siatkówka kobiet: LN:**  
Czechy - Polska  
Drugim rywalem Polek będzie zespół, który dopiero w ubiegłym roku zadebiutował w LN.

**8.45 Siatkówka kobiet:**  
Liga Narodów - mecz: Belgia - Czechy (live)

**13.15 Siatkówka kobiet:**  
Liga Narodów - mecz: Serbia - Polska (live)

**16.00 Lekkoatletyka:**  
Diamentowa Liga w Rzymie

**18.30 Siatkówka kobiet: LN:**  
Serbia - Polska

**TVP ABC**

**7.35 Swinka Peppa 3**  
7.40 Tyłciaki  
8.10 Ernest i Celestyna  
8.30 Henrietta  
9.00 Tru i Tęczowe Królestwo

**9.30 Domisie**  
10.00 Ugotuj nam bajkę  
10.20 Przygodę Bolka i Lolka  
10.45 Reksio

**11.05 Male i duże przygody Miffy**  
11.35 Stacyjkowo  
11.55 Strzałak Sam  
12.25 Domisie

**13.00 Zaczarowany świat...**  
13.20 Pyszczółka Maja

**MINIMINI+**

**11.45 Mush-Mush i Grzybaski**  
12.10 Strzałak Sam 16  
12.25 Blaze i megamaszyn 2  
12.50 Moje urodziny  
13.00 Blaze i megamaszyn 2  
13.30 Koci domek Gabi  
13.55 Moje urodziny  
14.03 Kicia Kocia  
14.22 Cloudy & Stormy  
14.45 Gazu, pieszki, gazu! 2  
15.10 Baranek Shaun  
15.36 Jeżyk Happy  
15.55 Mały Charlie  
16.05 Mega Ekspres  
16.30 Ciekawski George 7  
17.00 Strzałak Sam 16

**TVN 24**

**7.30 Jeden na jeden** - poranny wywiad TVN 24

**8.00 Serwis informacyjny, Prognoza pogody**

**10.00 Serwis informacyjny, Prognoza pogody**

**11.00 Serwis informacyjny, Prognoza pogody**

**12.00 Serwis informacyjny, Prognoza pogody**

**14.00 Serwis informacyjny, Prognoza pogody**

**15.00 15 na żywo**

**16.00 Fakty po południu**

**18.00 Tak jest** - pr. publicyst.

**19.15 Serwis informacyjny**

**19.25 Fakty po Faktach**

**17.15 Piłka nożna kobiet:**  
Eliminacje MŚ - mecz: Polska - Francja (live)

**20.20 Koszykówka 3x3: MŚ**  
- Warszawa 2026 - mecze 1/8 finału kobiet i mężczyzn (live)

**22.15 Sportowy wieczór**

**22.45 Piłka nożna kobiet:**  
Polska - Francja

**19.00 Tenis:** Turniej French Open w Paryżu - półfinał gry pojedynczej mężczyzn (live)

**22.30 Kolarstwo kobiet:** Giro d'Italia - 7. etap

**0.00 Tenis:** Turniej French Open w Paryżu

**1.30 Kolarstwo kobiet:** Giro d'Italia - 7. etap

**21.15 Siatkówka kobiet:** Liga Narodów - mecz: Dominikana - Bułgaria (live)

**23.30 Magazyn meczów towarzyskich** - mag.

**0.45 Siatkówka kobiet:** Liga Narodów - mecz: Holandia - Włochy (live)

**3.00 Siatkówka kobiet:** Liga Narodów: Serbia - Polska

**13.50 Lupin wśród bajek**  
14.05 Lassie i przyjaciele  
14.45 Yakari  
15.15 Al-chemik  
15.35 Bella i Sebastian  
16.05 Krecio  
16.35 Tygrysek Percy i jego opowieści

**17.05 Dino Ranczo**  
17.30 Piotruś Królik 2

**17.25 Staś i fajna Babcia**  
17.50 Moje urodziny  
17.56 Smerfy  
18.25 Leśna rodzina. Freya spełnia swoje marzenia  
18.50 Baczne oczka  
19.05 Kicia Kocia  
19.25 Mały Charlie  
19.36 Jeżyk Happy

**20.00 Bez kitu** - pr. publicyst.

**21.00 Polska i świat**

**22.00 Szkoła kontaktowe**

**23.00 Dzień po dniu**

**23.40 Biznes** - pr. publicyst.

**0.00 Fakty po Faktach**

**0.45 Bez kitu** - pr. publicyst.

**1.50 Tak jest** - pr. publicyst.

**2.45 Nowa Maja w ogrodzie**

**3.15 Szkoła kontaktowe**

**CANAL+ SPORT**

**6.00 Piłka nożna: PKO BP Ekstraklasa** - mecz: Lech Poznań - Korona Kielce

**8.25 Premier League Stories (4)**

**9.00 Piłka nożna:** Liga hiszpańska

**11.15 Piłka nożna:** Liga hiszpańska

**13.30 Premier League Review**

**15.45 Piłka nożna:** Liga hiszpańska

**18.00 Magazyn Ligi Mistrzów UEFA**

**18.45 Premier League Review**

**20.00 Boks: BKFC Fight Night: Hollywood** - waga półśrednia: Julian Lane - Bryce Henry

**0.00 Sporty walki: ONE Friday Fights 157**

**3.45 Piłka nożna: PKO BP Ekstraklasa** - mecz: Wisła Płock - Legia Warszawa

**EUROSPORT 2**

**13.00 Wspinaczka:** Zawody World Series w Madrycie

**13.30 Kolarstwo górskie:** Zawody Pucharu Świata w Loudenvielle - podsumowanie

**14.00 Kolarstwo kobiet:** Giro d'Italia - 6. etap

**15.00 Kolarstwo kobiet:** Giro d'Italia - 7. etap (live)

**17.45 Kolarstwo górskie:** Zawody Pucharu Świata w Loudenvielle - jazd mężczyzn

**19.00 Kolarstwo kobiet:** Giro d'Italia - 7. etap

**20.00 Golf: The Memorial Tournament** - 2. runda (live)

**0.00 Wspinaczka:** Zawody World Series w Pradze - bouldering mężczyzn - finały

**POLSAT SPORT 2**

**9.00 Kosa na Kosę**

**10.00 Koszykówka mężczyzn:** ORLEN Basket Liga: Dzikie Warszawa - Legia Warszawa

**12.30 Piłka nożna:** Francja - Wybrzeże Kości Słoniowej

**15.00 Siatkówka kobiet:** Liga Narodów - mecz: Brazylia - Dominikana

**17.30 Lekkoatletyka:** Diamentowa Liga w Rzymie

**20.05 Koszykówka mężczyzn:** ORLEN Basket Liga - półfinał fazy play-off (live)

**22.15 Siatkówka kobiet: LN:** Ukraina - Japonia (live)

**1.00 Sporty walki: FEN 56 we Wrocławiu:** T. Ostrowski - Ł. Stanek 05.10.2024

**NICKELODEON**

**8.40 Harmidom 5**  
9.30 Wylde Pak - zakrecona paka

**9.55 Grzmotomocni: Tajniacy 2**  
10.25 Niebezpieczny Henryk 5  
11.20 That Girl Lay Lay  
11.50 Harmidom 4  
12.20 Harmidom 5  
12.45 Harmidom 3  
13.05 SpongeBob Kanciastoporty 11  
14.30 Harmidom  
15.30 Smerfy 2  
16.00 SpongeBob Kanciastoporty 9  
16.25 SpongeBob Kanciastoporty 14  
16.40 Patryk Rozgwiazda Show 4

**TELETOON+**

**8.20 Kumple z dżungli** - na ratunek!  
8.47 Gadający Tom i przyjaciele 3  
9.25 Dodo  
9.55 Charlotte i trzy muszkietierki  
10.26 Angelo rządzi  
10.52 Siostry 2  
11.22 Polly Pocket 6  
12.16 Charlotte i trzy muszkietierki  
12.45 Kumple z dżungli na ratunek! 3  
13.13 Kumple z dżungli - na ratunek!  
13.39 Polly Pocket 6  
14.22 Dinuś i Lusja  
14.50 Siostry 2

**TVP Info\_ TVP INFO**

**15.45 Panorama**

**16.00 Dzień w godzinę**

**17.00 Teleexpress**

**17.15 Teleexpress Extra**

**17.35 Panorama**

**17.42 Wydarzenie Specjalne**

**18.00 Panorama**

**18.30 Wydarzenie Specjalne**

**19.30 Program informacyjny 19.30**

**20.04 Serwis Info Wieczór**

**20.18 Kłamstwo nie przejdzie**

**21.00 Kwiatki polskie**

**21.45 Panorama**

**22.10 Oko na świat**

**22.30 Program informacyjny 19.30**

**22.45 112. Magazyn kryminalny**

**23.00 Panorama dnia**

**CANAL+ SPORT 2**

**6.00 Tenis:** Turniej WTA w Dubaju - finał gry pojedynczej: Elna Switolina - Jessica Pegula

**8.10 Tenis:** Turniej WTA w Meridzie - finał: C. Bucsa - M. Frech

**11.15 Tenis:** Turniej WTA w Indian Wells - finał gry pojedynczej: A. Sabalenka - J. Rybakina

**14.45 Tenis:** Turniej WTA w Miami: Magda Linette - Iga Świątek

**17.50 8 wspaniałych (2)**

**19.00 Dart: Nordic Darts Masters** - 1. runda (live)

**23.00 Tenis:** Turniej WTA w Miami - finał: A. Sabalenka - C. Gauff

**2.10 Piłka nożna: PKO BP Ekstraklasa** - mecz: Legia Warszawa - GKS Katowice

**ELEVEN SPORTS 1**

**12.35 Ligue 1 Show** - magazyn piłkarski

**13.10 Formula 1: GP Monako** - 1. sesja treningowa (live)

**15.05 Formula 2: GP Monako** - sesja kwalifikacyjna (live)

**16.05 GP Confidential**

**16.40 Formula 1: GP Monako** - 2. sesja treningowa (live)

**18.35 Formula 1: GP Monako** - 1. i 2. sesja treningowa

**21.25 Ligue 1 Season Review (36)**

**22.00 Bundesliga Original Series: Droga na mundial (3, 4)**

**23.05 Bundesliga Special (21)**

**0.00 Piłka nożna:** Liga niemiecka: FC Bayern Monachium - HSV

**POLSAT SPORT 3**

**11.00 Piłka nożna** - mecz towarzyski

**13.00 Siatkówka kobiet:** Liga Narodów

**15.00 Piłka nożna** - mecz towarzyski

**17.00 Siatkówka kobiet: LN**

**19.00 Motocykle**  
Mistrzostwa Świata: Grand Prix Włoch - podsumowanie

**20.00 Lekkoatletyka:** Diamentowa Liga w Rzymie

**22.30 Siatkówka kobiet: LN**

**1.00 Sporty walki:** Babylon MMA 42 w Żyrardowie - walka: Bartłomiej Gładkiewicz - Siergiusz Zajac 22.11.2024

**NICK JR.**

**8.20 Pan Krokodyl**  
8.45 Barabapa i jego rodzinka  
9.40 Tim Rex wśród gwiazd 2  
9.55 Tim Rex wśród gwiazd  
10.10 Przygodę Misia Paddingtona 2  
11.05 Male Królestwo Bena i Holly

**11.30 Dora 2**  
11.55 Rubble i jego ekipa 2  
12.25 Rubble i jego ekipa  
12.45 Psi Patrol 2  
13.40 Barabapa i jego rodzinka  
14.35 Związcze zagadki  
15.00 Rapata ekipa  
16.00 Male Królestwo Bena i Holly  
16.30 Psi Patrol 5

**DISNEY JUNIOR**

**8.00 Spidey i superkumple 2**  
8.30 Klub Myszkki Miki Plus  
9.00 Klub przyjaciół Myszkki Miki

**10.00 Blue 3**  
11.00 Superkoty 2  
11.30 Psia Brygada  
12.00 Jej Wysokość Zosia  
12.30 Blue

**13.30 Klub Myszkki Miki Plus**  
14.00 Superkoty  
15.00 Iron Man i super ekipa  
15.30 Spidey i superkumple 2  
16.00 Blue  
17.00 Klub Myszkki Miki Plus  
17.30 Jej Wysokość Zosia  
18.00 Spidey i superkumple  
18.30 Iron Man i super ekipa

**POLSAT NEWS**

**8.00 Nowy dzień**

**10.00 W rytmie dnia**

**12.50 Wydarzenia 12:50**

**13.30 W rytmie dnia**

**15.30 Sport**

**15.50 Wydarzenia 15:50**

**16.10 Więcej "Wydarzeń"**

**16.30 Punkt widzenia Jankowskiego**

**18.00 Najważniejsze pytania**

**19.15 Gość "Wydarzeń"**

**19.50 Debatą Gozdyry**

**21.50 Wydarzenia wieczorne**

**22.30 Dzień na świecie**

**23.30 Obraz dnia**

**0.00 Najważniejsze pytania**

**1.25 Punkt widzenia Jankowskiego**

**CANAL+ SPORTS**

**11.00 Żużel:** Metalkas 2. Ekstraliga - mecz: Hunters PSZ Poznań - Polonia Pila

**13.45 Piłka nożna: PKO BP Ekstraklasa** - mecz: Wisła Płock - Legia Warszawa

**16.05 Magazyn Ligi Mistrzów UEFA**

**16.45 Boks:** Gala w El Paso - waga lekka: Stephanie Han - Holly Holm

**19.00 Dart: Nordic Darts Masters (live)**

**23.00 Sporty walki:** Sporty walki: ONE Friday Fights 157

**2.45 Ligomistrzowie historie (1)**

**ELEVEN SPORTS 2**

**12.00 Piłka nożna:** Liga niemiecka: Augsburg - Bayern

**14.00 Piłka nożna:** Liga włoska - mecz: Inter - Udinese Calcio

**16.00 Piłka nożna:** Liga niemiecka: FC Bayern Monachium - Lipsk

**18.00 Made in Italy (4-6)**

**19.00 Piłka nożna:** Liga włoska: Inter Mediolan - Torino FC

**21.00 Piłka nożna:** Liga hiszpańska: Barcelona - Real Sociedad

**23.00 Bundesliga Original Series: Droga na mundial (1, 2)**

**0.00 Piłka nożna:** Liga francuska: Paris Saint-Germain - RC Lens

**POLSAT PLAY**

**6.00 Dorwać tuńczyka**

**9.00 Wojny magazynowe**

**10.00 Wojny kontenerowe**

**11.00 Hardkorowy lombard**

**14.00 Polacy za granicą**

**16.00 Złomiarze** - serial dokumentalny

**18.05 Poszukiwacze historii** - serial dokumentalny

**20.05 Chłopaki do wzięcia** - serial dokumentalny

**22.00 Zawód glina** - serial dokumentalny

**23.05 Łowca pedofilów** - serial dokumentalny

**4.00 Starożytni kosmici**

**TVP TURBO**

**12.15 Naprawy nie do naprawy**  
13.00 Zawodowi handlarze  
14.30 Wojny samochodowe  
16.30 Jeździć, obserwowac

**18.00 Raport Turbo**  
18.15 Jeździć, obserwowac  
19.00 Prawko na świecie.  
Jazda bez zasad

**19.45 Moto Kombat**  
20.30 Mobilni mechanicy  
21.15 Duda kontra Szaffrański  
22.00 Raport Turbo  
22.15 Z drugiej ręki  
23.00 Zawodowi handlarze  
23.45 Moto Fachury  
0.25 Wojny samochodowe

**TVP 5 TVS**

**10.05 Dzisiaj w regionie**  
10.20 Przy muzyce po Śląsku  
10.50 Wochenblatt TV  
11.10 Dzisiaj w regionie

**11.20 Muzyczne dzieje dobry**  
12.55 Klachy i Lachy  
14.30 Spotkanie z balladą  
15.40 Muzyczne podróże  
16.45 Muzyczne podróże Karoliny Treil

**17.50 Weekend z TVS**  
18.00 Koncert zyczeń  
19.05 Weekend z TVS  
19.15 Koncert w TVS  
21.15 Koncert w TVS  
23.05 Szlagierowa lista

**TRWAM TV TRWAM**

**18.05 Informacje dnia**  
18.15 Westerplatte młodych  
19.00 Warto zauważyć... w mijającym tygodniu

**19.30 Historie Starego Testamentu**

**19.45 Modlitwa z telefonicznym udziałem dzieci**

**20.00 Informacje dnia**

**20.20 Różaniec**

**20.50 Myśląc Ojczyzna**

**21.00 Apel Jasnogórski**

**21.20 Informacje dnia**

**21.40 Polski punkt widzenia**

**22.00 Matusia** - film dokumentalny

**23.00 Promień z Fatimy**

**Premiera**

O tym, że Polacy kochają samochody wiadomo nie od dziś. Ale lubią także oglądać programy motoryzacyjne, z których mogą czerpać praktyczną wiedzę. Dziś w TVP 2 startuje „Wyższa szkoła jazdy”, ale warto przypomnieć również inne ciekawe tytuły.

**PRZYSTĘPNIE O MOTORYZACJI**

# Magia czterech kółek

**WYŻSZA SZKOŁA JAZDY**

W dzisiejszym premierowym odcinku nowego programu Aleksandra Kostrzewski i Tomasz Korniejew zajądą do świata motoryzacyjnych ciekawostek, a potem porównają dwa podobne do siebie auta. Ale kulminacja nastąpi, gdy dziennikarze zaproszą na tor jedną z gwiazd show-biznesu. Wtedy okaże się, czy ludzie na co dzień radzący sobie ze stresem publicznych występów sprawdzą się w wyzwanie, gdzie liczą się refleks, precyzja i opanowanie! A gościem 1 odcinka będzie Joanna Kurowska.  
 ➔ **SO 6.06 godz. 18.45 TVP 2**

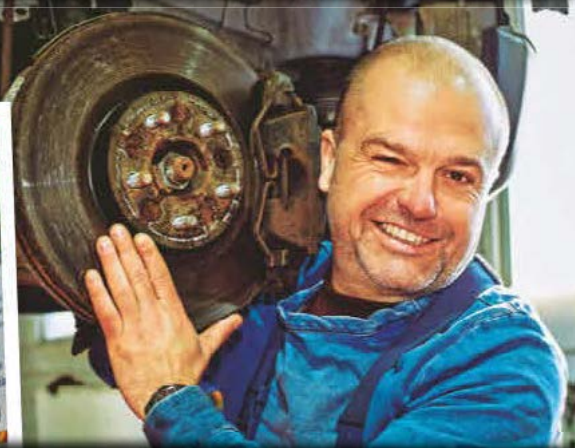
**NAUKA JAZDY**

Ten program rozrywkowy bił rekordy oglądalności od dnia premiery, czyli 4 marca 2001 roku. I choć różnie zawirowania sprawiły, iż najpierw z głównej anteny TVN trafił do TTV, a potem do TVN Turbo, nadal ma wiernych fanów. Trudno się temu dziwić, bo to, jak potrafią się zachowywać adepci próbujący osiągnąć tajniki trudnej sztuki kierowania samochodem, bywa naprawdę fascynujące...  
 ➔ **HBO MAX**



**TOP GEAR**

Choć już nie kręci się nowych odcinków tego kultowego programu, powtórki każdego z sezonów gromadzą przed ekranami tłumy widzów. I to nie tylko entuzjastów motoryzacji. Bo przecież najbardziej znani prowadzący, a więc Jeremy Clarkson, Richard Hammond i James May, zamiast omawiania danych technicznych i skupianiu się na pojemności bagażnika, oferowali widzom show pełen wyzwań, nietypowych testów i bezkompromisowych opinii okraszonych brytyjskim humorem.  
 ➔ **SO 6.06 godz. 9.15 BBC Brit**



**CIEŻARÓWKA PRZEZ MAŁEJĘ**

W czasie swoich rozlicznych podróżniczych cykli Dawid Anders nie tylko opowiada o zabytkach i przyrodzie zwiedzanych krajów, a było ich całkiem sporo, by wspomnieć tylko o Wietnamie, Indonezji i RPA, ale także dzieli się doświadczeniami. A wie, co mówi, w końcu na swoim liczniku ma już przejechane tysiące kilometrów!  
 ➔ **SO 6.06 godz. 13.25 TVN**



**WOJNY SAMOCHODOWE**

Paweł Miszta i Przemek Szafranski w swoim programie skupiają się przede wszystkim na okazynym nabyciu auta i sprzedaniu go z zyskiem. Nie znaczy to jednak, że w czasie poszukiwania odpowiedniego wozu, a potem jego naprawy nie zdradzają różnorodnych trików, których znajomość przysądzi się każdemu kierowcy. Warto więc jak najczęściej zaglądać do ich warsztatu.  
 ➔ **SO 6.06 godz. 16.00 TVN Turbo**

Armenia wcześniej  
dwukrotnie gościła  
Eurowizję Junior.

Michał Stochel  
– Młody Muzyk  
Roku 2026.

## KONKURS EUROWIZJI DLA MŁODYCH MUZYKÓW

# Akordeonem i marimbą

➔ KONKURS EUROWIZJI  
DLA MŁODYCH MUZYKÓW  
– ERYWAŃ ARMENIA 2026  
SO 6.06 godz. 19.00  
TVP KULTURA

Michał Stochel ma 19 lat, pochodzi z Zarębek koło Rzeszowa i świetnie gra na akordeonie – w krajowych i międzynarodowych konkursach wywalczył sobie wiele tytułów, w tym Młodego Muzyka Roku 2026. To on będzie

nas reprezentował na 22. Eurowizji dla Młodych Muzyków. Podczas finału w Erywanu, w Narodowym Akademickim Teatrze Opery i Baletu im. Aleksandra Spendiariana, usłyszymy m.in. utwory wykonywane na perkusji, klarnecie, skrzypcach, fortepianie i marimbie (odmiana ksylofonu). Trzymamy kciuki za Michała i pozostałych dziesięcioro uczestników!

JK

## FESTIWAL ZACZAROWANEJ PIOSENKI

# Muzyka bez barier

➔ FESTIWAL  
ZACZAROWANEJ PIOSENKI  
SO 6.06 godz. 12.30 TVP 2

Półfinał 18. Festiwalu Zaczarowanej Piosenki już za nami. Na scenie usytuowanej w pięknym krakowskim Ogrodzie Botanicznym zabrzmiały utwory z repertuaru Edyty Geppert, Ryszarda Rynkowskiego, Zbigniewa Wodeckiego, Krzysztofa Krawczyka, Michała Bajora, Anny Jantar i Budki

Suflera. Nie zabrakło też współczesnych przebojów Sanah i Igo Walaszka. Dla uczestników śpiewanie jest czymś więcej niż pasją – daje poczucie wolności, radości i pozwala zapomnieć o ograniczeniach związanych z niepełnosprawnością. Spośród 30 wokalistów jury wybrało finałową dwunastkę. Ich występy usłyszymy już 13 czerwca na Rynku Głównym w Krakowie.

MAM

Półfinał

Koncert  
poprowadzili  
Anna Dymna  
i Mateusz  
Janicki.

# Stawokost

Cząsteczki błogości  
na stawy i kości

NIECH TWOJE STAWY WSPIERAJĄ  
TWOJE CELE

STAWOKOST  
- wysoka jakość  
i efektywność  
od teraz w zasięgu  
Twojej ręki!



WYKORZYSTAJ EFEKT WSPÓLDZIAŁANIA

KREM NA  
ZEWNĄTRZ



KROPLE DO  
WEWNĄTRZ

suplement diety

## JESTEM WAM BARDZO, BARDZO WDZIĘCZNA

Kilka lat temu pani Małgorzata z Wrocławia zaczęła szukać wsparcia przy problemach ze stawami. „Mąż mnie wygonił do przychodni” – wspomina dziś, opowiadając, że po wcześniejszych preparatach „strasznie swędziało ją całe ciało”, „potwornie puchła” albo miała zawroty głowy, przez które „czuła się jakby szła po statku”. W końcu córka „wynałazła” w internecie Stawokost i od tamtej pory, już od około 4 lat, regularnie stosuje olejek konopny oraz krem, zawsze kupując je wcześniej, „żeby ten zapas był”. Jak podkreśla, dużym atutem i jednocześnie zaskoczeniem było dla niej to, że oprócz większego komfortu stawów zauważyła też poprawę po jedzeniu – dziś znów może się cieszyć jedzeniem ulubionej surowej cebuli i kiszonych ogórków, po których wcześniej pojawiało się u niej uczucie opuchnięcia w okolicy wątroby. „Najważniejsze, że naprawdę pomaga” – mówi pani Małgorzata, dodając: „jestem wam bardzo, bardzo wdzięczna”.

**DLACZEGO NASZE STAWY TAK BARDZO LUBIĄ KANNABIDOIDY I ŻYWOKOST?** Kannabidoid CBD przenika głęboko do ciała przez nasz własny układ kannabinoidowy znajdujący się w ciele. Żywokost jest rośliną, która może zwiększać liczbę leukocytów obojętnochłonnych. Pobudza dzięki temu działanie naturalnych mechanizmów chroniących. Żywokost przyspiesza proces regeneracji ubytków kostnych, tkanki skórnej i regeneracji naskórka w stanach zapalnych. **W połączeniu** mają unikalne działanie pobudzające stawy i tkanki łączne oraz działają pozytywnie na komfort stawów.



ZAMÓW JUŻ DZIŚ!

WWW.ASEPTA.PRO +48 326 306 643

Dostępny także w aptekach i zielarniach

Z kodem **ZDROWO** otrzymaj specjalny prezent\*

\* obowiązuje przy zamówieniach telefonicznych i na stronie internetowej. Suplement diety jest środkiem spożywczym, którego celem jest uzupełnienie normalnej diety będący skoncentrowanym źródłem witamin lub składników mineralnych lub innych substancji wykazujących efekt odżywczy lub inny fizjologiczny. ASEPTA S.C., ul. Tadeusza 1, 43-382 Bielsko-Biała, tel: 33 817 34 24

**TVP 1 TVP 1 DV3 T2**

- 5.50 Słownik polsko

pol** (683)
- 6.20 Balans bieli** – program religijny, Polska 2023-2026
- 7.00 Transmisja mszy świętej z Sanktuarium Matki Bożej na Jasnej Górze**
- 7.40 Rok w ogrodzie** (1168)
- 8.05 Rok w ogrodzie extra** (441)
- 8.20 Pełnosprawni** (655) – magazyn dla niepełnosprawnych
- 8.50 Ranczo 4** (49): Debata – serial obyczajowy, Polska 2009
- 9.50 Komisarz Alex 5** (58): Mordercza zabawka – serial kryminalny, Polska 2014
- 10.45 Ojciec Mateusz 13** (164): Miłość po grób – serial kryminalny, Polska 2015
- 11.40 Natura w Jedyńce: Mali mieszkający Półwyspu Iberyjskiego** (1) – serial dokumentalny, Hiszpania 2026, reż. Carlos Pérez (patrz obok)
- 12.55 Gwiazdy w południe:**
- FILM 12.55 Fanfan Tulipan** – film przygodowy, Francja 2003, reż. Gérard Krawczyk
- 14.40 Domowe patenty 2** (7) – magazyn poradnikowy, Polska 2026
- 14.45 Okrasa łamie przepisy:** Smaki Opolszczyzny – magazyn kulinarny, Polska 2025
- 15.20 Tacy byliśmy** (10): Na opolskiej scenie – cykl reportaży, Polska 2022
- 16.00 Dziedzictwo** (940) – serial obyczajowy, Turcja 2020
- 17.00 Teleexpress**
- 17.15 Orędzie Arcybiskupa Adriana Galbasa na Święto Dziękczynienia**
- 17.20 Pogoda**
- 17.30 Rolnik szuka żony 12** (1) – telenowela dokumentalna, Polska 2025
- 18.40 Jaka to melodia?** – teleturniej muzyczny
- 19.30 Program informacyjny 19.30**
- 19.45 Pytanie dnia** – program publicystyczny, Polska 2026
- 20.00 63. KFPP w Opolu – Autobiografia. Jubileusz Bogdana Olewicz** – koncert, Polska 2026 (patrz obok)
- 21.55 63. KFPP w Opolu – Kabaret Neo-Nówka. 26-lecie** – program rozrywkowy, Polska 2026 (patrz obok)
- 23.40 Z biegiem lat, z biegiem dni** (5, 6): Kraków 1902, Kraków 1905 – serial obyczajowy, Polska 1980
- 2.15 Tylko strach** – dramat obyczajowy, Polska 1993, reż. Barbara Sass
- FILM 4.00 Film dokumentalny**



**11.40 DOKUMENT**

**Mali mieszkający Półwyspu Iberyjskiego** (1)

Opowieść o najmniejszych zwierzętach południowo-zachodniej Europy, które ujawniają niezwykle talenty i strategie przetrwania. Skakuni tańczą, by zdobyć partnerkę. Pająki krabowe i skorpiony stawiają pułapki na swoje ofiary. **75 min**



**20.00 KONCERT**

**63. KFPP w Opolu – Autobiografia. Jubileusz...**

Widowisko poświęcone wybitnemu autorowi tekstów piosenek Bogdan Olewicz napisał słowa m.in. do „Autobiografii”, „Wielkiej miłości” i „Nie płacz Ewka”. Wystąpią także gwiazdy, jak Doda (zdj.), Natalia Kułulska, Mietek Szcześniak, Golden Life, Urszula i Kuba Badach. **115 min**



**21.55 ROZRYWKA**

**63. KFPP w Opolu – Kabaret Neo-Nówka. 26-lecie**

Widzowie zobaczą nowe interpretacje kultowych skeczy formacji z udziałem „Bogu” i św. Piotra, a także współczesną wersję przygodów małżeństwa Paciacków. **105 min**

**TVP 2 TVP 2 DV3 T2**

- 5.10 Barwy szczęścia** (3324, 3325) – serial obyczajowy, Polska 2026
- 6.25 M jak miłość** (1913) – serial obyczajowy, Polska 2026
- 7.30 Pytanie na śniadanie – pobudka** – magazyn, Polska 2026
- 7.55 Pytanie na śniadanie Górna półka smaku** (6) – magazyn kulinarny, Polska 2026
- 11.25 Zmiennicy** (1): Ceny umowne – serial komediowy, Polska 1986, wyk. Mieczysław Hryniewicz, Ewa Blaszczyk Jacek i pan Stanisław jedzą na zmianę starą taksówką. Taj Krashan ma kłopoty z wierzycielami. Strażak Kuśmider nielegalnie sprzedaje stajom paliw benzynę, którą kupił od kolejarzy. **65 min**
- 12.30 Festiwal Zaczarowanej Piosenki – półfinał 2026** – reportaży, Polska 2026
- 13.05 Panna młoda** (115) – serial obyczajowy, Turcja 2024
- 14.00 Familiada** – teleturniej
- 14.35 Koło fortuny** – teleturniej, Polska 2025
- 15.15 Szansa na sukces. Opole 2026** (5): Big Cyc – widowisko, Polska 2025
- Na kanapie jurorskiej zasiądzie Krzysztof Skiba z zespołem. Do ich największych przebojów należą „Makumba” czy „Rudy się żeni”. **65 min**
- 16.20 Na dobre i na złe** (983): Ktoś spali w moim łóżeczku – serial obyczajowy, Polska 2026
- 17.20 Panna młoda** (116) – serial obyczajowy, Turcja 2024
- Beyza ostantacyjnie odmawia jedzenia. Zaniepokojona sytuacją Yasemin radzi Cihanowi, by okazał jej więcej troski i zainteresowania. **55 min**
- 18.15 Va banque** – teleturniej, Polska
- 18.45 Wyższa Szkoła Jazdy** (1) – magazyn motoryzacyjny, Polska 2026 (patrz obok)
- 19.10 Słowo na niedzielę**
- 19.25 Rodzinka.pl** (292): Szaszek – serial komediowy, Polska 2025
- 20.00 Strażnik** – film sensacyjny, USA 2006, reż. Clark Johnson, wyk. Michael Douglas, Kiefer Sutherland, Eva Longoria, Martin Donovan (patrz obok)
- Kino akcji oparte na sprawdzonych schematach i powracającym temacie próby zgładzenia prezydenta. **115 min**
- 21.55 W deszczowy dzień w Nowym Jorku** – komedia, USA 2019, reż. Woody Allen, wyk. Timothée Chalamet, Elle Fanning, Liv Schreiber, Suzanne Smith (patrz obok)
- 23.35 Papillon. Motylek** – dramat biograficzny, Czechy/Hiszpania/USA 2017, reż. Michael Noer
- 2.00 Człowiek w żelaznej masce** – film kostiumowy, Wielka Brytania/USA 1998, reż. Randall Wallace



**18.45 MAGAZYN**

**Wyższa Szkoła Jazdy** (1)

Aleksandra Kostrzevska i Tomasz Korniewicz (zdj.) odkrywają ciekawostki ze świata aut, porównują dwa zbliżone modele i sprawdzają ich możliwości. Na torze mierzą się z nimi zaproszone gwiazdy show-biznesu. Liczą się tutaj refleks oraz precyzja. **25 min**



**20.00 SENSACYJNY**

**Strażnik**

Pete Garrison (Michael Douglas) odpowiada za ochronę pierwszej damy. Gdy ginie jego przyjaciel, zaczyna podejrzewać zmwowę. Śledztwo w tej sprawie prowadzi David Breckinridge (Kiefer Sutherland, zdj.) i Jill Marin (Eva Longoria). Ustalają, że terroryści planują zamach na prezydenta i mają szpiega w Secret Service. **115 min**



**21.55 KOMEDIA**

**W deszczowy dzień w Nowym Jorku**

Gatsby (Timothée Chalamet, zdj.) chce pokazać ukochaną rodzinie miasto. Ścieżki pary się jednak rozchodzą. Rozczarowany chłopak spotyka siostrę byłej partnerki. **100 min**

**POLSAT DV3 T2**

- 4.55 Disco Gramy** – program muzyczny, Polska 2026
- 5.40 Telezakupy TV Okazje**
- 6.00 Nowy dzień z Polsat News** – program informacyjny
- 8.00 halo tu polsat** – magazyn, Polska 2026
- 11.20 Ewa gotuje** (575) – magazyn kulinarny, Polska 2026
- Prowadząca pokaże, jak przyrządzić bezglutenowe tosty z awokado i zółtkiem, chłodnik z botwinką i ogórkami w formie lodów, smash burgery i keto sernik. **35 min**
- 11.55 Dziennik cwaniaczka** – komedia, USA 2010, reż. Thor Freudenthal
- Jedenastoletni Greg (Zachary Gordon) zaczyna naukę w nowej szkole. Pragnie być popularny. Według rówieśniczego plebiscytu zajmuje dopiero 202. miejsce. Robi wszystko, by to zmienić. **115 min**
- 13.50 Pokojówka na Manhattanie** – komedia romantyczna, USA 2002, reż. Wayne Wang, wyk. Jennifer Lopez, Ralph Fiennes, Natasha Richardson, Stanley Tucci (patrz obok)
- Wykorzystująca motyw Kociuszki opowieść zainspirowana prawdziwą historią syna gubernatora Nowego Jorku Nelsona Rockefellera, Stevensa Clarka, który w 1959 roku poślubił pracownicę rodzinnej rezydencji, Anne-Marie Rasmussen. **150 min**
- 16.20 Kochaj albo rzuć** – komedia, Polska 1977, reż. Sylwester Chęciński
- Pawlak (Wacław Kowalski) i Kargul (Władysław Hańcza) lecą z wnuczką (Anna Dymna) odwiedzić Johna w Chicago. Na miejscu dowiadują się, że krewny nie żyje. Wkrótce poznają jego nieslubną córkę. Spotkanie z nią jest dla kresowiaków szokiem. **150 min**
- 18.50 Wydarzenia**
- 19.15 Prezydenci i premierzy** – program publicystyczny, Polska
- 19.36 Sport, Pogoda**
- 19.55 Świętokrzyska Gala Kabaretowa 2025** – program rozrywkowy, Polska 2025 (patrz obok)
- 23.15 Venom** – film s.f., Chiny/USA 2018, reż. Ruben Fleischer, wyk. Tom Hardy, Michelle Williams, Riz Ahmed, Scott Haze (patrz obok)
- Widowskowe, pełne czarnego humoru losy komiksowego antybohatera. **150 min**
- 1.45 Złoto pustyni** – film wojenny, USA 1999, reż. David O. Russell
- Zatoka Perska po zakończeniu walk. Major Gates (George Clooney) zdobywa informację o zlocie ukrytym przez Husajna. Wraz z trzema kolegami chce je odnaleźć. **145 min**
- 4.10 Kabaretowa Ekstraklasa** (124) – program rozrywkowy, Polska 2017



**13.50 KOMEDIA**

**Pokojówka na Manhattanie**

Samotna matka Marisa (Jennifer Lopez, zdj.), która pracuje w hotelu, przymierza elegancji strojów jednej z klientek. Tak ubrana poznaje polityka Chrisa (Ralph Fiennes, zdj.), który bierze ją za przedstawicielkę elit. Kobieta nie ma śmiałości wyznać prawdy. **150 min**



**19.55 ROZRYWKA**

**Świętokrzyska Gala Kabaretowa 2025**

Odbývająca się w amfiteatrze Katedralna w Kielcach impreza jak co roku gromadzi najlepszych ekspertów od rozmieszania. Wystąpią m.in.: Robert Górski z Kabaretem Moralnego Niepokoju, Kabaret Młodych Panów, K2, Nowaki i Kabaret Skęszów Męczących (zdj.). **200 min**



**23.15 FILM SF**

**Venom**

Reporter śledczy Eddie (Tom Hardy, zdj.) tropi nieetyczne działania firmy Life Foundation. Wchodzi w symbiozę z obcą formą życia. Traci nad sobą kontrolę i staje się żądnym krwi monstrum. **150 min**

**TVN** DV3 T2

**TVN** DV3 T2

**TV PULS** DV3 T2

**TVN 7** DV3 T2

**5.40 Uwaga!** – magazyn reporterów  
**5.55 Ukryta prawda** (1660) – serial paradokumentalny, Polska 2024  
**6.50 Pogromcy chaosu** (5) – program rozrywk., Pol. 2025 Prowadzące odwiedzają mieszkanie Marty i jej męża Michała, który na co dzień ratuje zwierzęta. Eksperyment pomoże im uświadomić skalę nagromadzenia rzeczy. **55 min**  
**7.45 Dzień Dobry TVN** – magazyn

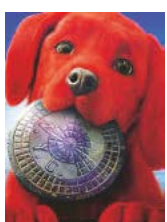
**11.30 Na Wspólnej** (4221-4223) – serial obyczajowy, Polska 2026  
 Julka źle reaguje na narkotyki, które zażyła z Leonem. Zaniepokojony Igor czeka na córkę. Ola ma wyrzuty sumienia, gdy dowiaduje się, że agresja Mariusza wynikała z guza płata czołowego. **115 min**  
**13.25 Młode gminy** (2) – serial kryminalny, Polska 2026  
 W mieście grasuje gwalciciel. Policja zastawia na niego pułapkę z udziałem funkcjonariuszki. Kobieta ginie. Okazuje się, że prowadziła wcześniej sprawę bandyty, który uciekł z transportu więziennego. **65 min**

**14.30 Clifford. Wielki czerwony pies** – komedia, Kanada/USA 2021, reż. Walt Becker, wyk. Darby Camp, Jack Whitehall, Isaac Wang, John Cleese (patrz obok)  
**16.35 Poszukiwacze zaginionej Arki** – film przygodowy, USA 1981, reż. Steven Spielberg  
 Archeolog Henry Jones (Harrison Ford) na zlecenie służb specjalnych ma odnaleźć starożytny artefakt o wielkiej mocy. Rusza do Egiptu, by nie dopuścić do przejęcia go przez nazistów. **145 min**

**19.00 Fakty**  
**19.30 Sport**  
**19.35 Raport Roland Garros** (14) – program sportowy, Polska 2026  
**19.40 Pogoda**  
**19.45 Uwaga!** – magazyn reporterów

**20.00 P.S. Kocham Cię** – melodramat, USA 2007, reż. Richard LaGravenese, wyk. Hilary Swank, Gerard Butler, Lisa Kudrow, Gina Gershon (patrz obok)  
**22.45 Trzy tysiące lat tęsknoty** – film fantasy, USA/Australia 2022, reż. George Miller, wyk. Tilda Swinton, Idris Elba, Erdil Yasaroglu, Sarah Houbolt (patrz obok)

**0.55 Dom w głębi lasu** – horror, USA 2011, reż. Drew Goddard  
**3.00 Szpital św. Anny** (106) – serial obyczajowy, Polska 2026  
**4.00 Uwaga!** – magazyn reporterów  
**4.15 Nauka jazdy 5** (26) – pr. rozrywk., Polska 2022  
**4.45 Recepta na stary dom 3** (2) – program rozrywkowy, USA 2018



**14.30 KOMEDIA**  
**Clifford. Wielki czerwony pies**

Emily (Darby Camp) opiekuje się czerwonym szczeniakiem. Chce, żeby szybko urosł i był silny. Jej życzenie zostaje wzięte zbyt dosłownie. W swoim w niedużym mieszkaniu dziewczynka znajduje ogromnego psa. Poszukuje czarodzieja, który odwróci zaklęcie. **125 min**



**20.00 MELODRAMAT**  
**P.S. Kocham Cię**

Holly (Hilary Swank, zdj.) wpada w depresję po śmierci ukochanego męża Georry'ego. W dniu trzydziestych urodzin dostaje taśmę z nagraniem od niego wiadomością. Okazuje się, że mężczyzna przed śmiercią przygotował wskazówki, które mają pomóc jej pogodzić się ze stratą. Niebawem Holly otrzymuje kolejne listy. **165 min**



**22.45 FANTASY**  
**Trzy tysiące lat tęsknoty**

Alithea Binnie (Tilda Swinton) podczas podróży do Stambułu kupuje stare naczynie. Uwieszony w nim dżin (Idris Elba, zdj.) w zamian za wolność oferuje badaczce spełnienie trzech pragnień. **130 min**

**6.00 Kobra – oddział specjalny** (1, 3, 4) – serial sensacyjny, Niemcy 2015, wyk. Erdogan Atalay, Gottfried Vollmer  
 Jenny Dorn pada ofiarą ataków internetowych. Ktoś włamuje się na jej profile na portalach społecznościowych i dyskredytuje kobietę. Kiedy po wirtualnym zniesławieniu następuje prawdziwe morderstwo, Jenny znajduje się w niebezpieczeństwie. Trop prowadzi do szkoły policyjnej, gdzie kobieta uchyli się na profilerkę. **180 min**  
**9.00 Tak! jest świat 11** – program informacyjny, Polska 2026  
 Anna Bogusiewicz komentuje najważniejsze wydarzenia minionego tygodnia. Wyjaśnia, jak wpływają one na życie Polaków, co pozwala dużo lepiej zrozumieć bieżącą sytuację. Ważnym elementem są także rozmowy z inspirującymi gośćmi, którzy dzielą się doświadczeniami. **60 min**  
**10.00 Lombard. Życie pod zastaw 10** (484-489) – serial obyczajowy, Polska 2022  
 Elżbieta Granicka, właścicielka sklepu, zamierza wystartować w wyborach. Ma bardzo małe szanse. Zastawia w lombardzie parę przedmiotów, by zebrać pieniądze na plakaty wyborcze. Sołtys nasyla na kontrkandydatkę bandytów. Roman zaczyna czytać poezję, jednak zupełnie nie radzi sobie z interpretacją. Andżelika ma dla niego pewną radę. **360 min**  
**16.00 Lombard. Życie pod zastaw 18** (964-967) – serial obyczajowy, Polska 2026 (patrz obok)  
 Milena odwiedza Betona, który podejrzewa, że dziewczyna coś ukrywa. Do lombardu zagląda Naomi, ofiaruje Andżelki paczkę i zaprasza ją do grupy wsparcia. Justyna i Roman zagnają Maksyma. Chłopiec wyjeżdża do Berlina, ale pragnie jeszcze jeden dzień spędzić w Polsce. Roman zastanawia się, co u Mariusza. **240 min**

**10.00 Lombard. Życie pod zastaw 18** (964-967)  
 Danka wpada w klopoty po drobnej stłuczce w okolicy lombardu. Okazuje się, że sprawczynią kolizji jest jej dawna koleżanka. Sytuacja sugeruje, że ktoś celowo je skonfliktował. Roman (Marcin Borchardt, zdj.) przeprowadza śledztwo. **240 min**

**20.00 SENSACYJNY**  
**Anna**  
 Tajemnicza piękność o imieniu Anna (Sasha Luss, zdj.) pracuje jako płatna morderczyni. Działa na zlecenie KGB. Chce odzyskać wolność, lecz rosyjskie służby nie zamierzają tracić tak doskonałej najemniczki. W dodatku agent CIA próbuje zmusić ją do podwójnego szpiegostwa. Kobieta układa misterny plan. **140 min**

**20.00 Mocne sobotnie kino: Anna** – film sensacyjny, Francja/USA/Kanada 2019, reż. Luc Besson, wyk. Sasha Luss, Helen Mirren, Luke Evans, Cillian Murphy (patrz obok)  
 Grająca główną rolę Sasha Luss jest supermodelką. Pracowała dla takich domów mody jak Dior i Valentino. **140 min**  
**22.20 Kandahar** – thriller, USA/Arabia Saudyjska 2023, reż. Ric Roman Waugh, wyk. Gerard Butler, Navid Negahban, Tom Rhys Harries, Farhad Bagheri (patrz obok)  
 Trzeci, po „Świecie w ogniu” i „Greenland”, wspólny projekt Rica Romana Waugh’a i Gerarda Butlera. **155 min**  
**0.55 Kobiety mafii 2** – film sensacyjny, Polska 2019, reż. Patryk Vega  
**3.45 Zobacz to!**

**20.00 Ocean's 8** – komedia kryminalna, USA 2018, reż. Gary Ross, wyk. Sandra Bullock, Cate Blanchett, Anne Hathaway, Rihanna (patrz obok)  
**22.20 Wszystko wszędzie naraz** – film s.f., USA 2022, reż. Daniel Scheinert  
 Przytłoczona codziennością pracownica pralni Evelyn Wang (Michelle Yeoh) dostaje wyjątkową szansę ujrzenia wariantów różnych dróg życiowych, którymi nie zdecydowała się podążyć. **165 min**  
**1.05 Efekt motyla** – thriller, USA 2004, reż. Eric Bress  
**3.30 Fachowcy** (18) – serial paradokumentalny, Polska 2017  
**4.10 Dorota was urządzi!** (8) – program rozrywkowy, Polska 2016 **4.50**

**22.20 THRILLER**  
**Kandahar**  
 Agent CIA (Gerard Butler, zdj.) realizuje tajną misję na Bliskim Wschodzie. Uwieszony w sercu wrolego terytorium mężczyzna musi przedostać się do punktu ewakuacyjnego w Kandaharze. **155 min**

**5.15 Szkoła** (704) – serial paradokumentalny, Polska 2019  
**6.15 Wiza na miłość: pierwsze spotkanie 2** (16) – program rozrywkowy, USA 2018  
**7.00 Nowe Zwariowane Melodie 2** (19) – serial animowany, USA 2018  
**7.25 Nowe Zwariowane Melodie** (20, 21) – serial animowany, USA 2018  
**7.55 Sonic. Szybki jak błyskawica 2** – film przygodowy, USA/Japonia 2022, reż. Jeff Fowler, wyk. James Marsden, Jim Carrey, Tika Sumpter, Natasha Rothwell (patrz obok)  
**10.25 Zgłoś remont 11** (1) – program rozrywkowy, Polska 2026 (patrz obok)  
**11.25 Mówię Wam 4** (16) – program kulturalny, Polska 2026  
**12.40 Ukryta prawda** (1386, 1387) – serial paradokumentalny, Polska 2022  
**14.45 Szpital św. Anny** (1, 2) – serial obyczajowy, Polska 2025, wyk. Jolanta Fraszyńska, Joanna Liszowska  
 Dr Katarzyna Hajduk zajmuje się chłopcem, który ma problemy z oddychaniem. Ratowniczką Marta dowiaduje się, że nie została przyjęta na studia medyczne. **120 min**  
**16.45 Detektywi** (321) – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2026  
 Znika taksówkarz. Żona podejrzewa, że jego zaginięcie ma związek z serią zabójstw innych kierowców. Maciej Debosz i Jakub Nowacki znajdują tajemniczą notatkę. **60 min**  
**17.45 Bardzo Dziki Zachód** – western komediowy, USA 1999, reż. Barry Sonnenfeld  
 Diaboliczny doktor Loveless (Kenneth Branagh) planuje zamach na prezydenta USA. W tym celu konstruuje potężną mechaniczną tarantulę. Agenci rządowi West (Will Smith) i Gordon ruszają tropem naukowca. **135 min**

**7.55 PRZYGODOWY**  
**Sonic. Szybki jak błyskawica 2**  
 Na Ziemię powraca złowrogi dr Robotnik (Jim Carrey, zdj.), któremu towarzyszy kosmita Knuckles. Obaj zamierzają odnaleźć niezwykle szmaragd, który ma moc budowania i niszczenia cywilizacji. Sonic musi ich powstrzymać. Wraz z przyjaciółm rusza w niezwykłą podróż. **150 min**

**10.25 ROZRYWKĄ**  
**Zgłoś remont 11** (1)  
 Magda i jej mąż wraz z dwiema dorastającymi córkami mieszkają w wymarzonej domu. Wyłączyli go z wielką dbałością o detale. Zabrakło jednak pomysłu na sypialnię i garderobę. Krzysztof Miruć (zdj.) podejmuje się zadania wykonania tych wnętrz. Wie, że ma do czynienia z bardzo wymagającymi klientami. **60 min**

**20.00 KOM. KRYM.**  
**Ocean's 8**  
 Debbie (Sandra Bullock, zdj.), profesjonalna złodziejka, jest gotowa zrealizować największy skok w swoim życiu. Zamierza zdobyć naszyjnik o wartości 150 mln dol. Kompletuje ekipę ekspertek. **140 min**



**20.00 KOM. KRYM.**  
**Ocean's 8**  
 Debbie (Sandra Bullock, zdj.), profesjonalna złodziejka, jest gotowa zrealizować największy skok w swoim życiu. Zamierza zdobyć naszyjnik o wartości 150 mln dol. Kompletuje ekipę ekspertek. **140 min**

**TVP 3** **TVP 3** **DG 17**

**7.05 Agrobiznes weekend**  
**Serwis Info Poranek**  
**7.35 Agrobiznes weekend**  
**8.05 Kryminalna siódemka**  
**8.25 Dobre historie** – mag.  
**9.00 Zielnik regionalny**  
**9.25 Telekurier** – mag., Polska  
**9.50 Antenowe remanenty**  
**10.00 Beatyfikacja ks. Jana Świerca SDB i jego Towarzysze** – transmisja  
**12.00 Życie lasu. Bogactwo runa i podszytu** – dok.  
**12.55 Regiony na TAK** – mag.  
**13.25 Łąka na ROD'os** – dok.  
**14.00 Rączka gotuje** – mag.  
**14.30 Program lokalny**  
**15.00 Koronka do Miłosierdzia Bożego** – pr. religijny  
**15.20 Program lokalny**

**TVP POLONIA** **TVP POLONIA**

**12.05 Stawiam na Tolka Banana** (6, 7-ost.)  
**13.20 UNESCO: Skarby Polski**  
**13.45 Echo serca** (1) – serial obyczajowy, Polska 2019  
**14.35 „Człowiek z poczuciem” – benefis Jacka Fedorowicza**  
**15.35 Okrasa lamie przepisy**  
**16.05 Lasy bagienne** – film dokumentalny, Polska 2016  
**17.00 Teleexpress**  
**17.25 Ja wam pokażę!** (1) – serial obyczajowy, Polska 2007  
**18.20 Wojna domowa** (1, 2)  
**19.30 Program informacyjny** 19.30  
**19.45 Pytanie dnia** – pr. publ.

**TV 4** **DG 17**

**6.00 Łowcy skarbów. Kto da więcej?** (182) – reality show, Polska 2023  
**7.00 Galileo** (1136, 1137) – pr. popularnonaukowy  
**9.05 Jesteśmy dla dzieci** – magazyn  
**9.30 Galileo** (1138) – program popularnonaukowy  
**10.30 Mini Galileo** (72) – pr. popularnonaukowy  
**10.40 Galileo** (1200, 1201) – pr. popularnonaukowy  
**12.45 Bezsenność w Seattle** **FILM** – komedia romantyczna, USA 1993, wyk. Tom Hanks, Meg Ryan  
**14.55 Policjanci i Policjanci** (1426-1430) – serial obyczajowy, Polska 2026

**puls 2** **DG 17**

**6.00 Ale numer!** 18 (18) – rozr.  
**6.35 Śmierci** – serial anim.  
**7.35 Kacze opowieści** – serial animowany  
**8.25 Zbuntowana księżniczka i ekipa ratunkowa** – film anim., Wlk. Bryt./Cypr 2024  
**10.25 Asterix i wikingowie** **FILM** – anim., Fr./Niem./RPA 2006  
**12.00 Boso przez świat**  
**13.50 Gwiazdy Mazurskiej Nocy Kabaretowej** (1)  
**14.55 Mia i biały łew** – film **FILM** przyg., Fr./Niem./RPA 2018  
**17.00 Matylda** – komedia, USA **FILM** 1996, wyk. Mara Wilson  
**19.00 Asterix i Obeliks:** **FILM** **Osiędzie bogów** – film anim., Belgia/Francja 2014

**TVP ROZRYWKA** **TVP ROZRYWKA**

**8.50 Kiedyś to było...** – mag.  
**9.30 Kolo fortuny** – telet., Pol.  
**10.10 Tańcząca ze światem** – Malta (5) – magazyn  
**10.45 Szansa na sukces. Opole 2026** 2 (3)  
**11.45 Przyrodnik na tropie** (32) – serial dokumentalny  
**12.20 Prywatne życie** **FILM** **przywrat 14** (3) – przyrod.  
**12.55 Prywatne życie zwierząt 7** (5) – przyrod.  
**13.30 Kawiarenka z gwiazdami Opole 2026** – rozr.  
**16.30 63. KFPP w Opolu** – Debiuty – koncert, Pol.  
**18.25 63. KFPP w Opolu** – Superjedynki  
**19.55 Domowe patenty** 2 (7)

**TTV HD** **DG 17**

**9.45 Express, Pogoda** – inf.  
**10.05 Gogglebox. Przed telewizorem** 19 (1)  
**11.05 Nic do zgłoszenia** 6 (3)  
**12.05 Zakup w ciemno extra** (13) – reality show, Polska  
**12.35 Zakup w ciemno 7** (14-16) – reality show, Pol.  
**15.45 Express, Pogoda** – inf.  
**16.05 Idź na całość** 2 (3) – rozr.  
**17.05 Zakup w ciemno extra** (11) – reality show, Polska  
**17.45 Express, Pogoda** – inf.  
**18.05 Zakup w ciemno 7** (13)  
**19.05 Zakup w ciemno extra** (12) – reality show, Polska  
**19.45 Express, Pogoda** – inf.  
**20.00 Idź na całość** 2 (2) – rozr.  
**21.00 Gogglebox. Przed telewizorem** 23 (13)



**19.30 Lato na ROD'os** – Pol.  
 Kulisy życia byłowców rodzinnych ogródków działkowych. Grupa ludzi z różnych zakątków Polski pozwala kamerom śledzić swoje codzienne aktywności. **30 min**

- 20.00 Dziennik regionów**
- 20.13 Gość Regionów** – publ.
- 20.30 Piosenka dla Ciebie**
- 21.00 Program lokalny**
- 22.00 Dziennik regionów**
- 22.30 Kryminalna siódemka**
- 23.00 Piosenka dla Ciebie**
- 23.30 Regiony na TAK** – mag.
- 23.55 Panorama**
- 0.25 Serwis Info Wieczór**
- 1.05 Całkiem niezła historia**

TVP 3 jest wspólnym pasmem programów lokalnych stacji telewizyjnych: Białystok, Bydgoszcz, Gdańsk, Katowice, Kraków, Lublin, Łódź, Poznań, Rzeszów, Szczecin, Warszawa, Wrocław



**20.00 Zatoka szpiegów** (4)  
 Adiutant komandora Kesslera podejrzewa Franza o zdradę. Neumann wie, że będzie musiał pozbyć się mężczyzny. Postanawia wykorzystać znajomości w półświatku. **55 min**

- 20.55 U Pana Boga za miedzą** **FILM** – komedia, Polska 2009
- 22.45 Do śmiechu!** (3) – program rozrywkowy
- 23.00 Tajemnica Enigmy** (8-ost.) – serial historyczny
- 23.45 Łaskowik & Malicki – niedziela wieczór** – program rozrywkowy
- 0.40 Ja wam pokażę!** (1) – serial obyczajowy, Polska 2007



**20.00 Sprawiedliwi. Trójmiasto** (105-108)  
 Zespół próbuje schwycić Michała Novaka, zwanego Amerykaninem. Zbieg rani funkcjonariusza. Pola i Marek badają sprawę śmierci pięciolatki, która zginęła pod kołami ciągnika. **240 min**

- 0.00 Gwiazdy Kabaretu** (50, 177) – pr. rozr., Polska
- 2.05 STOP Drogowcy** – magazyn policyjny
- 3.05 Interwencja** – mag.
- 3.25 Lubie disco!** (254) – program muzyczny
- 4.25 Top 10 – lista przebojów** – program muzyczny
- 5.30 Telegazety TV Okazje**



**20.30 Ja cię Kocham, a ty śpisz** – USA 1995  
 Nieśmiała kasjerka Lucy (Sandra Bullock, zdł.) ratuje życie pasażerowi metra, którego skrycie kocha. Zapada on w śpiączkę. Kobieta zaczyna odgrywać rolę jego narzeczonej. **120 min**

- 22.30 Underworld: Ewolucja** **FILM** – thriller s.f., USA 2006, wyk. Kate Beckinsale, Scott Speedman
- 0.55 Wstydlive choroby 4** (2, 3) – dok., Wlk. Bryt.
- 3.00 Lombard. Życie pod zastaw 4** (159, 160) – serial obycz., Pol. 2019
- 5.00 Kręcimy z gwiazdami 3** (12) – pr. rozr., Pol. 2013



**20.00 Kabaret Letnią Porą** (1, 2) – Polska  
 Cykl przypomina najbardziej udane skecze, monolog i piosenki popularnych polskich grup kabaretowych. Widowisko przedstawione zostało w przyjemnej, letniej konwencji. **125 min**

- 22.05 Postaw na milion** – teleturniej, Polska
- 0.05 Kolo fortuny** – telet., Pol.
- 1.25 Życie to kabaret: Taką to robotą, czyli kabaretowy przegląd zawodów** (2) – rozr., Pol.
- 2.30 Do śmiechu!** (62) – rozr., Polska 2024-2026
- 3.30 Kabaret Letnią Porą** (40, 38) – pr. rozr., Polska



**22.00 Damy i wieśniaczki. PL 11** (2) – Polska 2026  
 Iwona będzie oswajać się z charakterystycznymi dla wsi zapachami. Natomiast Magda spróbuje poradzić sobie z codziennymi zadaniami w swoich nieodłącznych szpilkach. **60 min**

- 23.00 Gogglebox. Przed telewizorem** 19 (2, 3) – pr. rozrywk., Pol. 2023
- 1.00 Diabelnie boskie** (9, 10) – reality show, Polska 2023
- 1.55 Zapukaj do moich drzwi** (118, 119) – telenowela, Turcja 2020
- 3.55 Detektywi** (126) – serial fabularno-dokum., Polska

**TVP 3** **TVP 3 PROGRAMY LOKALNE**

**BIAŁYSTOK** 17.05 Historia niezapamiętana 17.20 Klub seniora 17.30 Astronarium 17.55 DorastaMy 18.15 Ze zdrowiem na Ty 18.30 Obiektyw 18.50 Sport, Pogoda 19.00 Świadcówce czasu 21.00 Kwartet 21.30 Obiektyw  
**BYDGOSZCZ** 16.45 Teraz. Inowrocław 17.00 Bliziej siebie 17.30 Eko-opcja 17.45 Pokochaj Grudziądz 18.00 Filmowe kujawsko-pomorskie 18.30 Zbliżenia 18.57 Kulturalnie mówiąc 21.00 Raport naukowy 21.30 Zbliżenia 21.45 Sport, Pogoda  
**GDĄSK** 17.00 Drogi wolności 18.00 Adwokaci w szuce 18.30 Panorama 19.00 Do brzegu 21.31 Panorama 21.43 Pogoda  
**KATOWICE** 16.44 Symfonia Tysiąca 17.15 Na KOŃcu świata 17.30 Relacje 17.45 Zdarzyło się 18.00 Rączka gotuje 18.30 Aktualności 18.55 Pogoda, Sport 19.12 Papyń pyto 21.00 Schlesien Journal 21.15 Zióława apteka 21.30 Aktualności  
**KRAKÓW** 17.05 Makłowicz w podróży 17.31 Magazyn medyczny 17.45 Krzemionki 30. Przystanek reportaż 18.00 Kulturalnie mówiąc 18.30 Kronika 18.55 Kronika kulturalna 19.10 Bohaterowie małych ojczyzn 21.00 Moda na język polski 21.30 Kronika  
**LUBLIN** 16.45 Afisz 17.12 Kwadrans samorządowy 17.30 Tydzień w polityce 18.10 Naturalnie w podróży 18.30 Panorama lubelska 19.00 Lubelskie Obserwatorium Rynku Pracy 19.10 Języczek u wagi 21.00 Reportaż w TVP Lublin 21.30 Panorama lubelska

**ŁÓDŹ** 16.52 Ekspert ZUS odpowiada 17.00 Wesole lata Telewizji Kraków 17.30 Jazz Kwadrans 17.45 Babskim okiem 18.00 ABC pacjenta 18.19 Teatr Wielki za kulisy 18.30 Łódzkie wiadomości dnia 18.50 Sport, Pogoda 19.00 Kulturalnie po Łodzi i regionie 21.30 Łódzkie wiadomości dnia 21.50 Za siebie **POZNAŃ** 17.53 Ewa i jej goście 18.30 Teleskop 18.50 Medycyna i ty 19.10 Reportaż TVP Poznań 21.31 Teleskop 21.50 Wiadomości sportowe  
**RZESZÓW** 17.01 Stacja Rzeszów Główny 17.16 Koncert 17.46 Z życia regionu 18.00 Odkrywamy Podkarpackie 18.30 Aktualności 19.00 Z życia regionu 19.13 Liczy się pasja 21.00 Opowieści z duszą 21.30 Aktualności  
**SZCZECIN** 17.35 Bohaterki 18.00 Dobry tytuł 18.30 Kronika 18.52 Polacy, którzy zmienili świat medycyny 19.07 Powrót do przeszłości 19.15 Nie taki internet straszny 21.00 Smaki świata – posród morza 21.30 Kronika 21.50 Wokół nas **WARSAWA** 16.51 Reagujemy 17.15 Daje słowo – Maciej Orłoś 2 18.00 Informacje z Mazowsza 18.15 Filmowe spotkania 18.30 TKW 18.42 Kunier Mazowiecki 19.00 Weterani sportu 19.16 Retro Wawa 21.00 Bohaterki 21.30 Kunier Warszawy i Mazowsza **WROCLAW** 16.59 Przyszłość jest teraz 17.19 Mój pierwszy dzień 17.52 Kulturalnie mówiąc 18.14 W swoim czasie 18.30 Fakty 18.54 Pogoda 19.05 Pamięć 21.01 Słownik polsko-połski 21.31 Fakty

**TVP HD** **TVP HD**

**6.00 Na dobre i na złe** (957)  
**6.55 Ranczo 4** (42) – obycz., Pol.  
**7.55 Rodzinka.pl** (157, 158)  
**8.55 Ojciec Mateusz 16** (200, 201) – krym., Pol. 2016  
**10.45 Czy wiesz, że?** (276) – dok.  
**11.20 Opowieść o kotach** (3)  
**12.25 Ojciec Mateusz 4** (45)  
**13.20 Komisarz Alex** (9) – krym.  
**14.15 Ranczo 10** (121, 122)  
**16.10 Postaw na milion** – telet.  
**17.10 Okrasa lamie przepisy**  
**17.45 Makłowicz w podróży**  
**18.20 Ojciec Mateusz 22** (287)  
**19.20 Ranczo 3** (35-37) – obycz.  
**22.20 Casino Royale** – sens., **FILM** USA/Wlk. Bryt./Niemcy 2006  
**0.55 Kruk. Szepcy słycach po zmroku** (1-3) – krym., Pol.  
**4.10 Tylko jeden** – thriller s.f., **FILM** USA 2001, reż. James Wong

**BBC FIRST** **BBC FIRST**

**10.30 Morderstwa w Midsomer** 23 (4)  
**12.25 Ojciec Brown** 4 (8-10)  
**15.30 My Life is Murder** 3 (9, 10)  
**17.30 Ulica nadziei** 5 (3) – krym.  
**18.35 Śmierć z dala od palm** 4 (4) – serial krym., Wlk. Bryt.  
**19.50 Śmierć pod palmami** 12 (4) – serial kryminalny, USA  
**21.00 Pomost** (2) – serial krym.  
**22.10 Milczący świadek** 21 (7, 8) – krym., Wlk. Bryt. 2018  
**0.20 Ojciec Brown** 13 (8) – serial krym., Wlk. Bryt.  
**1.20 Na niebieskich świątach** 2 (4) – krym.  
**2.30 Z pamiętnika połojnej 8** (7, 8) – serial obyczajowy  
**4.40 Ojciec Brown** 4 (10)

**TVP KULTURA** **TVP KULTURA** **DG 17**

**11.50 Wenecja, miasto wyrosłe z bagien** – dok.  
**13.00 Duma i namietność** – film **FILM** przygodowy, USA 1957  
**15.25 Kariera Nikodema Dyzymy** (1) – serial obyczajowy, Polska 1980  
**16.30 Uczęta Babette** – film **FILM** obyczajowy, Dania 1987  
**18.25 Kantor i Jarema. Powrót do Wenecji** – reportaż, Pol.  
**19.00 Konkurs Eurowizyjny dla Młodych Muzyków** – Erywan Armenia 2026 – finał – koncert, 2026  
**21.15 Kraina wielkiego nieba** **FILM** – dramat obyczajowy, USA 2018  
**23.10 Królowa Margot** – dram. **FILM** hist., Fr./Włochy/Niem. 1994  
**1.55 Wydarzenie aktualne**

**ROMANCE TV** **ROMANCE TV**

**14.20 Statek Marzeń** **FILM** – Mauritius – film obyczajowy, Niemcy 2014  
**16.15 Lilly Schönauer: Dobrze zaplanowana miłość** – film obyczajowy, Niemcy/Austria 2007  
**18.05 Rosamunde Pilcher: Rocznicą ślubu** – film obyczajowy, Niemcy 2022  
**20.00 Detektyw von Fock** (1, 2)  
**21.55 Nord Nord Nord** **FILM** – kom. krym., Niemcy 2011  
**23.50 Pastorka** – melodramat, **FILM** Niemcy 2013  
**1.45 Detektyw von Fock** (1, 2)  
**3.35 Księżniczka na ziarnku** **FILM** **Grzechu** – film familijny, Niemcy 2010

**afena ANTENA HD** **DG 17**

**14.00 Australijscy Poszukiwacze Złota: Skarby** (3) – serial dok., Australia 2020  
**15.00 Australijscy Poszukiwacze złota** (5) – serial dok., Australia 2016  
**16.00 Australijscy poszukiwacze złota** 8 (6, 7) – serial dok., Australia  
**18.00 Polska. Największe dylematy** – program publicyst.  
**19.00 77 TV 5** (27) – pr. rozr., Pol.  
**20.00 Morderstwa we Francji** **FILM** **Wyspy Leryńskie** – dram. krym., Francja 2023  
**22.00 Mroczny sekret Jodi Arias** – dramat kryminalny, USA 2013  
**23.55 Okno na mordercę** **FILM** – thriller, Australia 2022  
**1.35 77 TV 4** (15-17) – rozr., Pol.

**TV 6** **DG 17**

**6.00 Jeżdżąc smoków: Obrońcy Berk** – anim. **FILM**  
**7.00 Jak zostać rodzicielmem** **FILM** – film animowany, Wielka Brytania/Meksyk/USA 2018  
**8.55 Cobra Kai** (9-11) – przyg.  
**11.05 Magnum: Detektywy z Hawajów** 5 (92-94) – serial sensacyjny, USA  
**14.00 Poirot** (9, 10) – serial krym.  
**16.20 Columbo** (9, 10) – serial kryminalny, USA 1972  
**20.00 CSI: Kryminalne zagadki Miami** (11, 12) – krym., USA  
**21.55 Kości** (83, 84) – serial krym.  
**23.50 Nie oddychaj** – horror, **FILM** USA 2016, reż. Fede Alvarez, wyk. Stephen Lang  
**1.40 Kochane pieniądze** (47-50) – serial paradokum.  
**5.45 Telegazety TV Okazje**

**TVN FABUŁA** **TVN FABUŁA**

**6.50 Prawo Agaty** (8-12)  
**11.50 Atomartowe serce** **FILM** – film fantasy, Niemcy/Doma 2008, reż. Iain Softley  
**14.05 Duma: Podróż do domu** **FILM** – film przyg., USA 2005  
**16.25 Alvin i wiewiórki** **FILM** – film familijny, USA 2007  
**18.20 Akademia policyjna 3: Ponowne szkolenie** – komedia, USA 1986  
**20.00 Bliźniak** – film sensacyjny, **FILM** USA/Chiny/Kolumbia 2019  
**22.35 Król życia** – komediodramat, **FILM** **mak**, Polska 2015  
**0.40 Zmierzać** – film **FILM** **fantasy**, USA 2008  
**3.05 Szkoła** (724) – paradok.  
**4.05 Ukryta prawda** (1318)

**STOPKLATKA**

**6.00 Komisarz Rex** (3-6) – serial kryminalny, Niemcy/Austria 1994  
**9.50 Hudson i Rex 7** (4, 5) – serial kryminalny, Kan.  
**11.50 Top Dog. Niemcy** (3) – reality show, Niemcy 2021  
**13.45 K-9** – komedia kryminalna, USA 1989, wyk. James Belushi, Mel Harris  
**15.50 Starsza pani musi zniknąć** – komedia, USA/Niemcy 2003, wyk. Drew Barrymore, Ben Stiller  
**17.40 BFG: Bardzo Fajny Gigant** – film familijny, USA/Indie 2016, wyk. Mark Rylance, Ruby Barnhill, Rafe Spall

**DRAMAT KRYMINALNY**



**20.00 Głosne hity. Pocałunek śmierci** – USA 1995, reż. Barbet Schroeder  
 Jimmy (David Caruso, zdj.) idzie na układ z policją, chcąc uniknąć więzienia. Zbliża się do szefa gangu (Nicolas Cage, zdj.). Ma dostarczyć organom ściągania informacja na jego temat. **125 min**

**22.05 Kod Merkury** – film sensacyjny, USA 1998, wyk. Bruce Willis  
**0.10 Horror Story** – czarna komedia, Polska 2023  
**2.35 7 uczuć** – komedio-dramat, Polska 2018  
**5.20 Najpiękniejsze fajerwerki ever** – film krótkometraż., Pol.

**POLSAT 2**

**5.50 Wydarzenia**  
**6.30 Nasz nowy dom** (273) – reality show, Pol. 2022  
**7.30 Ewa gotuje** (572, 573) – magazyn kulinarny  
**8.30 Z klimatem i z pasją** – program publicystyczny  
**9.00 Dlaczego ja?** (1368-1372) – serial paradokumentalny, Polska  
**14.00 Sekrety rodziny** (136) – serial paradokumentalny  
**15.05 Więzienie kobiet** (82-85) – serial dok., Pol.  
**17.00 Nasz nowy dom** (360) – reality show, Pol. 2025  
**18.10 Faceci w czerni 3** – komedia s.f., USA 2012, wyk. Will Smith, Tommy Lee Jones

**KOMEDIA**



**20.20 Żona na niby** – USA FILM 2011, reż. Dennis Dugan  
 Chirurg Danny (Adam Sandler, zdj.) spotyka kobietę, w której zakochuje się od pierwszego wejrzenia. Aby ją uwieść, ucieka się do intrygi. Prosi o pomoc swoją asystentkę (Jennifer Aniston, zdj.). **150 min**

**22.50 Samolot z forsą** – film sensacyjny, USA 2020  
**0.25 Bloodshot** – film s.f., USA/Chiny 2020  
**2.50 Wydarzenia**  
**3.30 Ewa gotuje** (516) – mag.  
**4.00 SuperLudzie** (15, 16)  
**5.10 Drwale i inne opowieści Bieszczadu** (182) – serial dokum., Pol.  
**5.35 Teleshopy TV Okazje**

**TVP SERIALE**

**5.50 Na sygnale** (908, 909) – serial fabularno-dokum.  
**6.40 U Pana Boga w ogródku** (3) – kom.  
**7.30 Na sygnale** (910-914) – serial fabularno-dokum.  
**10.15 Na dobre i na złe** (995)  
**11.10 Komisarz Alex 25** (320)  
**11.55 Rodzinka.pl** (312, 313)  
**13.00 Ojciec Mateusz 35** (450)  
**13.50 Ojciec Mateusz 28** (356, 357) – serial krym.  
**15.40 U Pana Boga w Królowym Moście** (12) – serial obycz., Polska  
**16.35 Ranczo 6** (77) – obycz.  
**17.30 Czerdziesiątolatek** (12) – serial obycz., Pol. 1975  
**18.35 U Pana Boga w ogródku** (4) – kom.

**KRYMINALNY**



**19.25 Ojciec Mateusz 28** (358-360) – Polska 2022  
 Policjanci wyjaśniają okoliczności Śmierci Sandry. Dziewczyna pro-wadziła w internecie popularny kanał o zdrowym odżywianiu. Gościem jednego z odcinków był książkowiec Mateusz. **170 min**

**22.05 Ranczo 6** (78) – serial obyczajowy, Polska 2012  
**23.00 Ranczo 7** (79) – serial obyczajowy, Polska 2013  
**0.00 Gra z Cieniem** (9, 10) – serial kryminalny, Polska  
**1.45 PiłBull** (14) – serial sens.  
**2.35 Oficerowie** (1, 2) – serial sensacyjny, Polska 2006  
**4.20 Rodzinka.pl** (138-140) – serial kom., Polska 2015

**KINO POLSKA**

**6.00 Dom w cenie mieszkania** (9) – mag.  
**6.30 Dom w cenie mieszkania 2** (1) – mag.  
**6.55 Polska Kronika Filmowa** – serial dokum.  
**7.30 Podróż kapitana Klipera** (9, 10) – anim.  
**7.50 Reksio** (22, 25) – anim.  
**8.25 Ranking naj polskiego kina** (1-3) – pr. rozrywk.  
**10.05 Czarne Stopy** – film przygodowy, 1986  
**12.30 Pan Wołodyjowski** – film historyczny, 1968  
**15.45 Nie ma róży bez ognia** – kom. obycz., 1974, wyk. Jacek Fedorowicz  
**17.50 Co mi zrobisz, jak mnie złapiesz** – komedia, 1978

**KOMEDIA SF**



**20.00 Seksmisja** – 1983, reż. Juliusz Machulski  
 Maks (Jerzy Stuhr, zdj.) i Albert (Olgierd Łukaszewicz, zdj.) budzą się z hibernacji po wojnie nuklearnej. Jako ostatni mężczyźni mają zastąpić poddani przymusowej operacji zmiany płci. **145 min**

**22.40 Ostatnia misja** – film sensacyjny, 1999  
**0.50 Skrzydlate świnię** – komediodramat, 2010, wyk. Paweł Małyszynski  
**3.00 Game Over** – o dramacie obyczajowym, 2024  
**4.55 Diabeł** – film krótkometr.  
**5.30 Te cholerne peonie** – etiuda filmowa, 2023  
**5.45 Planzła nocna** (1) – o

**AXN**

**6.00 Gęsia skórka** – komedia, USA/Australia 2015, wyk. Jack Black, Dylan Minnette  
**7.40 Nocny lot** (4) – serial sensacyjny, Wielka Brytania 2024  
**8.40 Rekrut 8** (6) – serial kryminalny, USA 2026  
**9.40 FBI: Most Wanted 4** (10) – serial kryminalny, USA 2022  
**10.35 Detektyw Monk 3** (3-7) – serial kryminalny, USA 2004  
**15.15 FBI: Most Wanted** (3-7) – serial krym., USA 2020  
 Doug Timmins radykalizuje się i zostaje terrorystą. Członkowie ekipy ruszają jego tropem. **285 min**

**THRILLER**



**20.00 Iluzja** – Francja/USA FILM 2013, reż. Louis Leterrier  
 Mistrzowie magicznych sztuczek, J. Daniel Atlas (Jesse Eisenberg, zdj.) i jego kompani, dokonują serii spektakularnych rabunków. Agent Dylan Rhodes rozpoczyna śledztwo w ich sprawie. **145 min**

**22.25 Iluzja 2** – thriller, Francja/FILM USA/Hongkong 2016  
**0.55 Underworld: Przebudzenie** – horror s.f., USA/Kanada 2012  
**2.40 Karate Kid 4: Mistrz uczennica** – film przygodowy, USA 1994  
**4.50 FBI: International 4** (7) – serial kryminalny, USA  
**5.35 Blok promocyjny AXN**

**CANAL+ PREMIUM**

**7.25 Maria Callas. Nieznane lata** – film dokum., Grecja  
**9.10 Heidi ratuje jasię** – film anim., Niem./Hiszpania/Bel. 2025  
**10.30 Warcraft: Początek** – film fantasy, Chiny/Kanada/Japonia 2016  
**12.30 Łąpu capu** – pr. rozr., Pol.  
**12.45 To nie jest zagadka kryminalna** (1-3) – serial kryminalny, Belgia 2025  
**15.35 Mamma Mia!** – komedia muzyczna, USA/Wielka Brytania/Niemcy 2008  
**17.25 Chopin, Chopin!** – dram. FILM biograf., Polska 2025  
**19.35 Morderstwo w ambasadzie** – film krym., Wlk. Bryt. 2025

**HORROR**



**21.00 Zabójca orka** – Australia/USA FILM 2026  
 Maddie (Virginia Gardner, zdj.) i Trish (Mel Jarmon, zdj.) podczas wakacji w Tajlandii eksplorują lagunę, która uchodzi za nawiedzoną. Zostają zaatakowane przez krwiożerczą orkę. **90 min**

**22.30 Gdy zgśnie światła** – film sens., USA 2024  
**0.20 Zapiski śmiertelnika** – komediodramat, Polska 2025, wyk. Ireneusz Czop  
**1.55 Namierzony** – dramat sensacyjny, USA/Wł. 2025  
 W CANAL+ 1 emisja każdego programu rozpoczyna się godzinę później niż w CANAL+

**13 ULICA**

**6.15 Petra** (3) – serial krym., Wł.  
**7.50 Motyw 4** (12, 13) – serial kryminalny, Kanada 2016  
**9.40 Magnum: Detektyw z Hawajów 3** (1-8) – serial sensacyjny, USA 2020  
**17.00 Kobra – oddział specjalny** (2) – sens., Niem.  
**19.00 Chicago P.D.** (19) – serial kryminalny, USA 2025  
**20.00 Niepokojące zaginięcia: Strach na kampusie** – film kryminalny, Fr. 2024  
**22.00 Tajemnice kwiaciarni: Nie mów nikomu** – film kryminalny, Kan./USA 2016  
**23.50 Kromyknik 2** – komedia sensacyjna, USA 2020, wyk. Scott Adkins  
**1.55 Podróżnik** (3) – serial krym.  
**3.55 Petra** (4) – serial krym., Wł.

**POLSAT FILM**

**6.00 Twój Twarz Brzmi Znajomo** (192) – rozr., Pol.  
**8.05 Była sobie Ziemia** (23-25)  
**9.40 Kot w butach: Trzy diabły** – film animowany  
**9.55 Hotel Transylwania** – film animowany, USA 2012  
**11.45 Titanic** – dramat katastrof.  
**FILM USA/Meksyk/Australia 1997**  
**15.50 Smerfy** – film familijny.  
**FILM USA 2011, wyk. Hank Azaria**  
**18.00 Wieżien labiryntu: Lek na śmierć** – thriller s.f., USA 2018, wyk. Dylan O'Brien  
**21.00 Oppenheimer** – dramat FILM biograf., Wlk. Bryt./USA 2023  
**0.45 Sisu** – dramat wojenny, Finlandia/Wielka Brytania/USA 2022  
**2.35 Ślad** (104, 105) – krym., Pol.  
**4.35 Na ratunek 112** (830, 831)

**HBO HBO**

**11.50 Królewska wystawa** – kom. romant., USA 2025  
**13.15 Tajemnica złotnika** – dramat obycz., Hiszp. 2025  
**14.55 Dotknięci miłością** – dramat obycz., Wielka Brytania/Irlandia 2024  
**16.45 Siła naszych marzeń** – dramat obyczajowy, Francja/Kanada 2022  
**18.35 Horton słyszy kotasia** – film animowany, USA 2008  
**20.00 Prawdziwy ból** – komediodramat, USA 2024  
**21.30 Panna młoda!** – horror, USA 2026, wyk. Jake Gyllenhaal, Jessie Buckley  
**23.40 Zniknięcie** – horror, USA FILM 2025, wyk. Julia Garner  
**1.50 Mroczny fajter** – film sensacyjny, USA 2023

**WARNER TV**

**9.00 Wiecznie młody** – dramat sensacyjny, USA 1992  
**11.00 Dziedzic maski** – komedia przyg., USA/Niemcy 2005  
**12.55 Superman 3** – film przyg., Wlk. Bryt./USA 1983  
**15.25 Stokmirk międzymiastowe** – komedia romantyczna, USA 2010  
**17.30 Dziewczyna na pożeganie** – komedia romantyczna, USA 1977  
**19.40 Rodzinnie rewolucje** – komedia, USA 2014  
**22.00 Wrogie niby 4** (8, 9) – s.f.  
**23.45 Kula** – thriller s.f., USA FILM 1998, wyk. Dustin Hoffman  
**2.25 13. dzielnica: Ultimatum** – film sensacyjny, Fr. 2009  
**4.25 Panna Fifi** – dramat sensacyjny, USA 1944

**Ale kino+ ALE KINO+**

**9.45 George ma się dobrze** – komediodramat, Wielka Brytania 2023  
**11.35 The Office PL** (1-3) – kom. FILM 2019, wyk. Jim Caviezel  
**0.25 Zabić, jak to łatwo powiedzieć** – thriller, USA 2012, wyk. Brad Pitt  
**2.25 Kruk. Szepty slychac po zmroku** (4) – serial krym., USA  
**3.20 Pornografia** – film obyczajowy, Polska/Francja 2003

**CANAL+ FILM**

**12.25 Łąpu capu** – rozr., Pol. 2026  
**12.30 Moje pieczone kurczaki** – film obyczajowy, Pol. 2002  
**13.35 The Holiday** – komedia romantyczna, USA 2006  
**15.45 Balony** – film krótkometr.  
**16.15 Liza Minnelli. niesamowita historia absolutnie prawdziwa** – film dokumentalny, USA  
**17.55 Azył** – dramat biograf., Czechy/Wlk. Bryt./USA 2017  
**19.55 Łąpu capu** – rozr., Pol. 2026  
**20.00 Strefa** – thriller s.f., USA FILM 2024, wyk. Anthony Mackie  
**21.30 Kill** – dramat sensacyjny, FILM USA/Indie 2023  
**23.10 Święta Clare** – thriller, USA FILM 2024, wyk. Bella Thorne  
**0.40 Wrooklyn Zoo** – dramat obyczajowy, Polska 2024

**SCI FI**

**6.00 Bibliotekarze** (5-8) – przyg.  
**9.40 Grimm 4** (11-15) – fantazy  
**14.15 Dzień Świstaka** – komedia, USA 1993, wyk. Bill Murray  
**16.10 Zapowiedź** – thriller, USA/Wielka Brytania/Australia 2009, wyk. Nicolas Cage  
**18.35 Nowy początek** – film s.f., USA 2016, wyk. Amy Adams, Jeremy Renner  
**21.00 xXx: Reaktywacja** – film sens., Chiny/Kan./USA 2017  
**23.10 Psy mafii** – film kryminalny, USA 2016  
**1.25 Zabytkie roboty** – film s.f., Australia 2020, wyk. Neal McDonough, Brett Tutor  
**4.15 The Ark 2** (1, 2) – serial s.f.

**PARAMOUNT NETWORK**

**10.00 Gnijąca panna młoda** – film anim. dla dorosłych, Wlk. Bryt./USA 2005  
**11.35 Poszukiwacze zaginionej Arki** – film przygodowy, USA 1981  
**14.05 Indiana Jones i świątynia zagłady** – film przygodowy, USA 1984  
**16.50 Mission: Impossible - Fallout** – film sensacyjny, USA/Chiny/Francja 2018  
**20.00 Iluzja** – thriller, Francja/USA FILM 2013, wyk. Jesse Eisenberg  
**22.30 Babilon** – komediodramat, FILM USA 2022, wyk. Brad Pitt  
**2.00 Mechanik: Prawo zemsty** – film sensacyjny, USA 2011

**FX FX**

**7.45 CSI: Kryminalne zagadki Miami** (10, 11) – krym., USA  
**9.35 CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku** (15-17)  
**12.20 Agenci NCIS** (8, 9) – sens.  
**14.10 Z archiwum X** (21) – s.f.  
**15.10 Bogowie Egiptu** – przyg., FILM USA/Australia/Chiny 2016  
**17.45 Królestwo niebieskie** – dramat historyczny, USA/Hiszp./Wlk. Bryt. 2005  
**20.45 Uprawdzona 3** – sens., FILM Francja/Hiszpania/USA 2014  
**22.55 Byliśmy żołnierzami** – dramat wojenny, Niemcy/USA 2002, wyk. Mel Gibson  
**1.40 Rambo 2** – film sensacyjny, USA 1985  
**3.45 Tropiciel** (16) – serial krym.

**KINO TV KINO TV**

**8.10 Cztery pancerni i pies** (7, 8) – wojenny, Pol. 1966  
**10.25 Potop** (1/2) – film sensacyjny, Polska 1974  
**13.40 Jumper** – film przygodowy, USA/Kanada 2008  
**15.20 Kosmiczne jaja** – komedia s.f., USA 1987  
**17.20 RoboCop** – film s.f., USA FILM 2014, wyk. Joel Kinnaman, Gary Oldman  
**20.00 Snopw piercer: Arka przyszłości** – thriller s.f., Korea Południowa/Czechy/USA 2013, wyk. Chris Evans  
**22.40 Pila: Dziedzictwo** – horror, Kanada/USA 2017  
**0.35 Liberator** – film sensacyjny, USA/Fr. 1992

**CANAL+ SERIALE**

**9.50 Hollywood Buzz** – mag. – serial komediowy, Polska  
**12.00 Cat's Eyes** (5, 6) – przyg.  
**13.55 Łąpu capu Extra** – pr. rozr.  
**14.30 Naruto** (5-7) – serial anime  
**16.00 Hollywood Buzz** – mag.  
**16.30 Godzina zero** (1, 2) – krym. – serial komediowy, Polska  
**20.00 Konflikt** (5, 6) – serial sens.  
**22.00 Pokonani** (5, 6) – krym., Francja/Kan./Niem. 2020  
**23.45 Król** (1, 2) – sens., Pol. 2020  
**2.15 Miłość, seks i pandemia** (1, 2) – obycz.  
**3.55 Polityka** (1, 2) – obycz., Pol.  
**5.30 Łąpu capu Extra** – program rozrywk., Polska

**CANAL+ 360**

**10.45 Sung Kang** – szybki i dociekliwy (1) – dok.  
**11.40 Manny Pacquiao: niepokonana siła** – dok.  
**13.00 W trasie z Normanem Reedusem** (2) – dok.  
**13.55 Co poszło nie tak** (5) (2)  
**15.00 Kolejny przez świat** (4, 5)  
**16.55 Wykrywcze historii** (3)  
**18.00 Z archiwum historii** (5)  
**19.10 Śladami Marco Polo** (1)  
**20.00 Wolne duchy. Starcie z wyłochami** (8) – dok.  
**20.50 Born Racers. Młodzi i szybki** (5) – serial dokum.  
**22.00 Porzucone konstrukcje** (1) – serial dokum., Wlk. Bryt.  
**23.00 Wykrywcze historii** (5) (4)  
**0.00 Co poszło nie tak** (4) (6)

**TLC**

8.00 De Frogers: przygoda na krótkach (3)  
9.00 Bitwa na włosy: USA (6)  
10.00 Mój chłopak jest maminsynkiem 2 – rozr.  
11.00 Miss świata i jej siostry  
12.00 Mali ludzie, wielka rodzina 11  
13.00 Rodzina 10+ 8 (6) – rozr.  
14.00 Młodość na zamówienie 2 (2-5) – pr. rozr., Pol.  
16.00 Kiedy dzieci mają dzieci 7: To już chyba poród – serial dokum.  
17.00 Urodzeni z albinizmem  
18.00 Wiza na miłość 12 (2)

**POLSAT CAFÉ**

6.00 Komisarz Mama (1, 2) – serial kryminalny, Polska  
8.00 Bogaty dom – biedny dom (138, 160) – reality show, Polska  
10.00 Polacy za granicą – miłość (9, 10): Brisbane; Sydney – serial dokum.  
12.00 Shopping Queens. Królów Zakupów (39, 40) – pr. rozr., Polska  
14.00 Ani słowa pannie młodej (1, 2) – dok., Pol.  
16.00 Kolacja w ciemno (13, 14) – pr. rozr., Polska  
18.00 Nasz nowy dom (260, 261) – reality show

**TVN STYLE**

5.30 I nie opuszczę Cię aż do ślubu (7)  
6.10 Co za tydzień – mag.  
6.45 Poukładani (3, 4) – rozr.  
7.45 Dzień Dobry TVN – mag.  
11.30 Jestem z Polski 15 (3, 18) – serial dokum., Pol.  
13.35 Jestem z Polski 16 (1) – pr. rozr., Polska 2023  
14.35 EuroPOLKI studentki (1) – pr. rozr., Polska 2023  
15.35 Do zobaczenia (3)  
16.05 Ostre cięcie 11 (6) – rozr.  
17.05 Będzie pięknie (1) – rozr.  
18.05 Bitwa o gości (12) – reality show, Pol. 2026  
19.05 Kuchenne rewolucje (5, 6) – pr. rozr., Pol. 2024

**DISCOVERY CHANNEL**

7.00 Klan z Alaski  
8.00 Bimbrownicy 14  
9.00 Gorączka złota 16  
10.00 Łowcy opali 8  
11.00 Celnicy na straży Szwecji 4 (3)  
12.00 Sara Price – Droga do Dakaru (1)  
13.00 Złomowisko PL (12, 13)  
15.00 Nic do ukrycia (5)  
16.00 Przygody truckerki (1)  
17.00 Nagi instyntyk przetrwania 11: Jaskinie  
18.00 Vantara – azyli dla zwierząt  
19.00 Największe napady świata

**TVP HISTORIA**

7.10 Dzika Polska  
9.00 Czarne chmury (9)  
10.05 Korona Górk Polski  
10.40 Wszystkie kolory świata: Perełki Antyli  
11.45 Podziemne Włochy (1)  
12.50 Najwspanialsze góry Afryki (4) – cykl dokum.  
14.00 Ex Libris – magazyn  
14.30 Popieluszko. Wolność jest w nas – film biograficzny, Polska 2009  
17.05 Flesz historii  
17.35 Blisko, coraz bliżej (2)  
19.05 Zabójcza nauka (4)  
20.05 Legenda. Hubert Jerzy Wagner – film dok., Pol.

**FOKUS TV**

9.00 Premiera: Niezwykłe pociągi (1, 2) – dok., Kan.  
11.00 Premiera: Najpotężniejsze 2 (5, 6) – serial dok.  
13.00 Rolnicy. Podlasie (44-46) – serial dok., Pol.  
16.00 Najpiękniejsze domy na wsi (6) – serial dok.  
17.00 Premiera: Wielkie wycieczkowe (5)  
18.00 Najniebezpieczniejsze drogi do szkoły (6)  
19.00 Premiera: Jak to wyjaśnić 2 (14) – dok.  
19.30 Top 10 Największe tajemnice świata (12) – serial dok., USA/Czechy

**20.00 Sherri Papini: Opowieść z pierwszego ranki:** Część 2: Kłamalam  
**21.00 Apatli idole: Nick i Aaron Carter:** Przerwane milczenie  
**22.00 Niepokonani (6) – dok.**  
**23.00 Lekarce od twarzy:** Tesknie za starą twarzą  
**0.00 Dr Pryszczylla 4**

**20.00 Bogaty dom – biedny dom (92-94) – reality show, Polska 2022**  
**23.00 Gry małżeńskie (90, 91)**  
**1.00 Kolacja w ciemno (11, 12) – pr. rozr., Polska**  
**3.05 Więzienie kobiet (56, 57) – serial dokum.**  
**4.00 Zdrady (91, 92) – serial paradokumentalny, Pol.**

**21.05 Szalone Tokio – dok.**  
**22.10 Ślub od pierwszego wejrzenia 10 (3, 4) – reality show, Pol. 2024**  
**0.15 Ślub last minute (4, 5)**  
**2.15 Apetyt na miłość (7)**  
**3.15 Wiem, co jem i wiem, co kupuję (11, 12) – mag.**  
**4.40 Zrób coś z tym dzieckiem (1) – mag.**

**20.00 Bimbrownicy 14:** Padejrzeni  
**21.00 Fani czterech kółek – samochodowy marzeń**  
**22.00 Łowcy opali 8**  
**23.00 Akta ekspedycji 2**  
**0.00 Teorie spiskowe pod lupą**  
**1.00 Tajemnice Alaski**  
**2.00 Łowcy staroci 11**

**21.10 Sirocco – film przygodowy, USA 1951, reż. Curtis Bernhardt**  
**22.55 Hotel Mumbai** – thriller, Australia/USA/Wielka Brytania 2018  
**1.10 Historia w postaciach zapisana:** Nerón, tyran nad tyranami – cykl dok.  
**3.15 Film dokumentalny**

**20.00 Tajemnice piramid (3) – serial dok., Francja 2019**  
**21.00 Wielkie miasta starożytności (1) – serial dokumentalny, Fr. 2020**  
**22.00 Niewyjaśnione zagadki (1) – dok., Kan.**  
**23.00 Poza kontrolą: Zatopienie pancernika Bismarck – film dok., Fr.**

**METRO METRO**

8.00 Klan z Alaski – serial dokum.  
10.00 The Floor – teleturniej, Pol.  
11.15 Złomowisko PL 5 – dok.  
13.15 Gwiazdy lumpeksów  
14.15 Makłowicz w Polsce  
14.50 No to leć! – pr. rozr., Polska  
15.50 Niezwykłe Stany Prokopa 6 – pr. rozr., Polska  
16.50 Jestem z Polski 2 – dok.  
17.50 Kryminalni 1 (3) – krym., Pol.  
18.55 Kryminalni 2 (4) – krym., Pol.  
20.00 Tour de France  
**FILM – komedia, Francja 2013**  
**22.05 36 – dramat sensacyjny, FILM** Francja 2004  
**0.25 Kuba Wojewódzki**  
**1.25 Szpital (738) – paradok., Pol.**  
**2.25 Szkoła (833, 834) – paradok.**  
**4.20 Nowa Mają w ogrodzie 3**

**ZOOM ZOOM**

8.00 Jakubaki rozgryza Chorwacki – magazyn kulin.  
9.35 Wojciech Ciejrowski – bosy przez świat  
12.55 Sensacja XX wieku – hist.  
15.15 Stawka większa niż życie (3, 4) – serial wojenny, Polska  
**18.25 Na układy nie ma rady** **FILM** – komedia, Polska 2017  
**20.05 Kabaretowe przeboje**  
**21.05 Nie ma róży bez ognia** **FILM** – komedia obycz., Pol. 1974  
**23.05 Adam szuka Ewy. Niemcy 3 – pr. rozr., Niemcy**  
**0.05 Magia nagoci. Niemcy – reaktywacja – rozr., Niem.**  
**1.10 Magia nagoci. Dania**  
**2.05 Atak meteoroidów – film s.f., FILM** USA 2010, wyk. Karl Matchett

**FOOD NETWORK**

7.55 Dziwaczne potrawy – dok.  
9.55 MasterChef – pr. rozryw.  
11.25 Dziecięce mistrzostwa wypieków: słodka duety  
12.25 Kuchnia jak u mamy – mag.  
13.35 Gotowanie w miłości  
14.35 Molly gotuje na farmie  
15.40 Kobieta na Dzikim Zachodzie – magazyn kulin.  
16.45 SzeF Jet: przepis na Azję  
17.50 Wiosenny turniej wypieków – reality show  
18.50 Dziwaczne potrawy – dok.  
19.50 Człowiek kontra jedzenie  
21.20 Kuchenne rewolucje – rozr.  
23.25 Gdzie zjeść we Włoszech  
1.40 Mordercza kuchnia: na ostrzu noża  
3.40 Zamiana szefów kuchni

**DISCOVERY SCIENCE**

6.00 Autostrada spotkań z UFO  
8.00 Zoom na architekturę  
10.00 Jak to jest zrobione?  
12.00 Zwykłe rzeczy – niezwykle wynalazki  
14.00 Tajemnice ładowania na Księżycu  
16.00 Autostrada spotkań z UFO  
18.00 Jak to jest zrobione?  
20.00 Największe paranormalne zagadki  
22.00 Kłątwa Trójkąta Bermudzkiego  
0.00 Na tropie legendarnych potworów  
2.00 Tajemnice Alaski  
4.00 Zwykłe rzeczy – niezwykle wynalazki

**NATIONAL GEOGRAPHIC**

6.00 Najniebezpieczniejsze drogi Europy  
8.00 Co poszło nie tak  
10.00 Katastrofa w przestworzach  
16.00 Car SOS: Triumph Bonneville  
17.00 Największe katastrofy budowlane: Terror w Tekasie – serial dokum.  
18.00 Złapać przemytnika  
20.00 Miasta w liczbach: Seul  
21.00 Złapać przemytnika  
23.00 Hitler: Zaginione taśmy III Rzeszy: Holocaust – dok.  
0.00 Alarm na lotnisku: Peru  
2.00 Wyprawa na dno  
4.00 Wielkie konstrukcje III Rzeszy: Wojna z Ameryką  
5.00 Car S.O.S.

**BBC EARTH**

9.50 Wielkie koty 24/7 2 – dok.  
11.05 Ekspedycja: orka – dok.  
12.15 W okowach mrozu – dok.  
17.15 David Attenborough i cuda natury 4 – serial dok.  
17.45 Siedem światów, jedna planeta – serial dokum.  
18.50 Siedem światów, jedna planeta: kulisy – film dok.  
19.55 Błękitna planeta: powrót (1, 2) – film dokum., Wlk. Bryt.  
22.10 W okowach mrozu – serial dokumentalny  
23.10 Wielkie koty 24/7 2 – dok.  
0.25 Zabójcza pogoda 6 – dok.  
1.25 Superchirurgi: szansa na życie 2 – serial dokum.  
2.20 W okowach mrozu – dok.  
4.45 Szlakiem wulkanów – dok.

**WP WP**

10.55 Pogoda  
11.05 Loty z piekna rodem – dok.  
12.00 Pokochaj lub sprzedaj 6  
13.00 Pokochaj lub sprzedaj Vancouver 3 – serial dokum.  
14.00 Pokochaj lub sprzedaj Quebec 4 – reality show, Kan.  
15.00 Policjanci z sąsiedztwa 5  
16.50 Pogoda  
17.00 Policjanci z sąsiedztwa 5  
18.00 Strażacy z sąsiedztwa 2  
19.00 Policjanci w akcji (3)  
20.00 Przebojowe kabarety  
22.00 Pogoda  
22.05 Przebojowe kabarety  
0.05 Mistrzowie Kabaretu 9  
1.00 Mistrzowie Kabaretu 4  
2.05 1, 2, 3... Kabareci 4 – pr. rozr.

**NOWA TV**

6.20 TV okazje  
6.55 Wehikuł czasu  
7.30 Interwencja – taka jest Polska (573) – mag.  
8.20 Frieren. U kresu drogi (21, 22) – serial anime, Japonia  
9.30 Dragon Ball Super (2-8)  
13.00 One Punch Man (7, 8)  
14.00 Co ludzie powiedzą? 5 (37-39) – kom., Wlk. Bryt. 1995  
16.00 Miodowe lata (54-57)  
19.45 Poirot (7-10) – serial krym.  
0.00 Ślad (70) – serial kryminalny  
1.00 Łowca pedofilów – dok.  
3.00 TV okazje  
3.50 Wehikuł czasu  
4.00 Sala operacyjna  
5.00 Pod lupą – magazyn

**HGTV HOME & GARDEN**

11.00 Polowanie na ogród 2  
11.30 Najgorętsze nieruchomości pod słońcem – serial dokum.  
12.35 Będzie pięknie – pr. rozr.  
13.35 Weekendowe metamorfoza 2 – pr. rozr.  
15.35 Kamera, akcja, wpadka!  
17.10 House Hunters – Poszukiwacze domów  
18.50 Złoty remont 11 – pr. rozr.  
19.50 Weekendowe metamorfoza 4 – pr. rozr.  
20.45 Weekendowe metamorfoza 6 – pr. rozr.  
21.45 Mieszkanie na miarę  
23.35 Letnia chata na lata – rozr.  
0.30 Sprzątaczkii 2 (10-12)

**TRAVEL CHANNEL**

6.00 Mój przyjaciel grizzly  
8.05 Dziwaczne potrawy: Smakowite miasta – serial dok.  
10.10 Niezwykłe Stany Prokopa  
12.15 Baseny z rozmachem  
14.20 Cieżarówka przez Stany  
15.55 Człowiek kontra jedzenie  
18.00 Dziwaczne potrawy: Smakowite miasta – serial dok.  
20.05 Nagi instyntyk przetrwania – serial dokumentalny  
22.10 Afryka Express – reality show  
23.45 Grenlandia – wyspa skarbów – serial dokum.  
1.50 Pasaż – sposób na życie – serial dokumentalny  
5.00 Tu jest pięknie – pr. rozr.

**NATIONAL GEOGRAPHIC WILD**

10.00 Parki narodowe Ameryki  
11.00 Strategie gepardów  
12.00 Stratter Fixers – zwierzęcy cudotwórcy  
13.00 Zadzijająca Australia  
14.00 Zimowe królestwo  
15.00 Blask natury – film dokum.  
16.00 Mądrość oceanu – film dok.  
17.00 Geniusze afrykańskiej dzicy – film dokumentalny  
18.00 Niezwykła zima – dok.  
19.00 Śmierć przychodzi po zmroku: Noc upiórów – dok.  
20.00 Europa z powietrza  
21.00 Drapecznik kontra ofiara  
22.00 Zabójcze węże  
23.00 Europa z powietrza  
0.00 Niezwykły dr Pol

**POLSAT WIASAT HISTORY**

8.55 Adolf Hitler: Zrozumieć dyktatora  
12.15 Military ranking  
19.00 Naciści: korzenie zła  
21.00 Życie prywatne przywódcy Rzeszy  
22.00 Najgroźniejsi ludzie Hitlera  
0.00 Kleopatra: tajemnicza władczyni  
1.05 W poszukiwaniu zaginionych wikingów  
2.10 Kobiety wikingów: nieznaną historię – dok., Fr.  
3.05 Zaginione miasta Biblii (1, 2) – film dokum., Wlk. Bryt.  
4.50 Kto napisał Nowy Testament? – film dok., Fr.

**CANAL+ KUCHNIA**

12.50 Jelita vs mózg – mag. kulin.  
13.45 Jamie Oliver – łatwe przepisy na co dzień  
14.45 Dzień dobry, obiad 2  
15.40 Zgrillowani 3 – mag. kulin.  
16.05 M jak mięso 10 – mag. kulin.  
16.55 Jamie Oliver: gotuj sezonowo – magazyn kulin.  
17.55 Jakubaki rozgryza Włochy  
18.50 Włoska kuchnia Gino: sekrety południa – dok.  
19.45 Planeta słodczy – dok.  
20.45 Jamie gotuje w Gruzji  
21.40 Mistrzowie przekąsek w akcji – Nowa Zelandia  
22.35 M jak mięso 10 – mag. kulin.

**CANAL+ DOMO**

15.05 Wielkie projekty: Nowa Zelandia – serial dokum.  
16.00 Patent na zielen – mag.  
16.30 Tomasz Pagowski. Remont u Ciebie 8 – mag.  
17.05 Mielokreacje – mag.  
17.35 Dom w miesiąc 2 – dok.  
18.00 Daleko od miasta 11 – dok.  
18.50 Podzielić M2 3 – mag.  
19.50 Adres: rezydencje marzeń  
21.00 Wielkie projekty: Szwecja 5 – serial dokum.  
22.00 Generalna odbudowa 2  
22.55 Wiekiste domy do liftingu 3 – serial dokum.  
23.45 Stylowo u wnetrzach

**SUPER POLSAT**

10.00 Wyszczekani – komedia, **FILM** Wielka Brytania/USA 2018  
11.45 Świat według Kiepskich (92, 499-503) – serial kom.  
15.00 Ziomiaraż – serial dokum.  
17.00 Świat według Kiepskich (504-507) – serial kom., Polska  
19.00 Kolacja w ciemno – pr. rozr.  
21.00 Hellboy – horror  
**FILM** s.f., USA 2004  
23.35 Kowboje i obcy  
**FILM** – film s.f., USA 2011  
2.00 Backdoor. Wyjście awaryjne (8) – serial kom.  
2.30 Świat według Kiepskich (449-451) – serial kom., Polska

**TVP KOBIECI**

12.30 Pięknie przyprowadzona 2  
12.55 Matka wolkich sierot  
14.00 Rodzinka.pl (128, 129)  
15.00 Tańcząca ze światem – Tunezja – magazyn  
15.30 Ojciec Mateusz 30 (389, 390) – serial kryminalny  
17.30 „Chlopi” na nowo – mag.  
18.00 Między wierszami  
19.30 Miłość i nadzieja (266)  
20.30 Wichrowe wzgórze (247)  
21.30 Na przekór losowi (5)  
22.40 Kochając Pabla, **FILM** nienawidząc Escobara – dramat biograficzny, Hiszpania/Bulgaria 2017

**PLANETE+**

12.30 Portugalia na dziko – dok.  
13.35 Genialne rośliny (1) – dok.  
14.45 Ostatni neandertalczyk  
15.50 Zapomniane królowe epoki żelaza – film dokum.  
17.00 Największe ostepy Europy 18.00 Dokąd dzisiaj? 4 – dok.  
18.40 Polska z góry. Zamki, dworki, pałace 5  
19.45 Boris Becker. Wzlot i upadek (1, 2) – film dokum.  
22.00 Keynes kontra Krzysztof 23.20 Ostatnie słowa Charlotty Masaryk – film dokum.  
0.45 Zniknięcie doktora Godarda – serial dokum.

**TVP DOKUMENT**

13.00 Podróż Małej Dużej 7  
13.30 Tacy byliśmy  
14.00 W krainie niedźwiedzia  
15.00 Mieszkańcy skandynewskich wód Gwałtowna pogoda. Jak ją przetrwać? (1) – film dok.  
17.10 Plaże Europy  
18.10 Sanatorium miłości  
19.00 Irena Santor. Magiczny jeden krok – film dok., Pol.  
20.10 Jacek Cygan. Życie jest sztuką – film dok., Pol. 2025  
21.45 sanah na PGE Narodowym – koncert, Pol.  
22.50 Sprawdzamy – magazyn

**TVP SPORT**

**8.35 Koszykówka 3x3: MS** – Warszawa 2026 – mecz 1/8 finału

**10.05 Koszykówka mężczyzn: NBA** – mecz finałowy play-off

**12.10 Droga do mundialu 2026** – magazyn piłkarski

**12.40 Droga do mundialu 2026** – magazyn piłkarski

**13.15 Piłka nożna: Betclic 2. Liga** – barażowy mecz finałowy (live)

**16.45 Koszykówka 3x3: MS** – Warszawa 2026 – mecz 1/4 finału kobiet i mężczyzn (live)

**EUROSPORT 1**

**8.30 Wspinaczka:** Zawody World Series w Pradze

**9.30 Tenis:** Turniej French Open w Paryżu

**11.00 Tenis:** Turniej French Open w Paryżu – finał mężczyzn (live)

**13.30 Tenis:** Turniej French Open w Paryżu

**14.30 Tenis:** Turniej French Open w Paryżu – mecz finałowy gry pojedynczej kobiet (live)

**18.30 Tenis:** Turniej French Open w Paryżu

**19.30 Kolarstwo kobiet:** Giro d'Italia – 8. etap

**POLSAT SPORT 1**

**6.00 Siatkówka kobiet:** Liga Narodów – mecz: Serbia – Polska

**8.00 Siatkówka kobiet:** Liga Narodów: Czechy – Polska

**10.00 Magazyn Polskiego Sportu** – mag. sportowy

**11.00 Siatkówka kobiet:** Liga Narodów: Serbia – Polska

**13.15 Siatkówka kobiet:** Liga Narodów – mecz: Chiny – Serbia (live)

**15.45 Siatkówka kobiet:** Liga Narodów – mecz: Brazylia – Bułgaria (live)

**18.00 Siatkówka kobiet:** Liga Narodów: Serbia – Polska

**TVP ABC**

**8.30 Henrietta**

**9.00 Tru i Tęczowe Królestwo**

**9.30 Domisie**

**10.00 Cześć, czy mogę Cię zjeść?**

**10.20 Przygody Bolka i Lolka**

**10.45 Reksio**

**11.05 Male i duże przygody Miffy**

**11.35 Stacyjkowo**

**11.55 Strazak Sam**

**12.25 Domisie**

**13.05 Hulahoó**

**13.20 Przyszłość Maja**

**13.50 Lupin wśród bajek**

**14.05 Lassie i przyjaciele**

**MINIMINI+**

**9.43 Mush-Mush i Grzybaski**

**10.10 Baczne oczka**

**10.30 Jeżyk Happy**

**10.51 Basia 2**

**11.02 Basia**

**11.20 Marta mówi**

**11.50 Mały Charlie**

**12.20 Smerfy**

**12.55 Baranek Shaun**

**13.21 Kicia Kocia 2**

**13.37 Robotkowo**

**14.00 Bing**

**14.20 Strazak Sam 16**

**14.45 Loooloo Kids**

**15.01 Gazu, pieski, gazu!**

**15.28 Kicia Kocia**

**TVN 24**

**9.30 Serwis informacyjny, Prognoza pogody**

**9.50 Kadr na Kino** – mag.

**10.00 Serwis informacyjny, Prognoza pogody**

**12.00 Serwis informacyjny, Prognoza pogody**

**14.00 Serwis informacyjny, Prognoza pogody**

**15.30 Ranking Mazura**

**16.00 Fakty po południu**

**18.00 Serwis informacyjny, Prognoza pogody**

**18.30 Ranking Mazura**

**19.05 Kadr na Kino** – mag.

**19.15 Serwis informacyjny**

**19.25 Fakty po Faktach**



**20.00 Koszykówka 3x3: MS** – Warszawa 2026 – mecz 1/4 finału (live)

**21.00 Koszykówka 3x3: MS** – Warszawa 2026 – konkurs wsadów (live)

**22.00 Sportowy wieczór**

**22.25 Boks:** Gala w Bournemouth (live)

**1.15 Boks:** Gala w Leeds

**20.30 Jeździectwo:** Global Champions Tour w Cannes (live)

**23.00 Triathlon:** T100 World Tour – San Francisco

**1.00 Tenis:** Turniej French Open w Paryżu – finał gry pojedynczej kobiet

**1.30 Kolarstwo kobiet:** Giro d'Italia – 8. etap

**21.50 Piłka nożna** – mecz towarzyski: Anglia – Nowa Zelandia (live)

**23.50 Piłka nożna:** Brazylia – Egipt (live)

**1.50 Piłka nożna** – mecz towarzyski: Argentyna – Honduras (live)

**14.30 Świnka Peppa 7**

**14.45 Yakari**

**15.15 Zwierzaki Czytali**

**15.35 Bella i Sebastian**

**16.05 Krecio**

**16.35 Tygrysek Percy i jego opowieści**

**17.05 Dino Ranczo**

**17.30 Piotruś Królik 2**

**15.45 Jeżyk Happy**

**16.02 Marta mówi**

**16.30 Mega Ekspres**

**16.56 Ciekawski George 7**

**17.55 Dora i przyjaciele**

**19.40 Smerfy**

**20.08 Cloudy & Stormy**

**20.35 Dolina Muminków 2**

**21.01 Wierszyki domowe**

**21.31 Edzio i Lusja**

**20.00 Superwizjer** – mag.

**21.00 Rozmowy o końcu świata** – pr. publicyst.

**22.00 Szkoła kontaktowe**

**23.00 Dzień po dniu**

**23.40 Kroniki sportowe**

**0.00 Fakty po Faktach**

**0.40 Rozmowy o końcu świata** – pr. publicyst.

**1.45 Superwizjer** – mag.

**CANAL+ SPORT**

**12.00 Turbokozak**

**13.00 Piłka nożna:** Liga hiszpańska – mecz: Real Madryt – FC Barcelona

**15.30 Piłka nożna:** Widzew Łódź – Legia Warszawa (sezon 1995/96)

**16.30 Premier League Review**

**17.45 Boks:** Gala w El Paso – waga lekka: Stephanie Han – Holly Holm

**20.00 Magazyn Ligi Mistrzów UEFA**

**21.00 Sporty walki:** ONE Friday Fights 157

**22.15 Boks:** Gala w Las Vegas

**0.30 Bohater z Cienia (2)**

**1.00 Magazyn Ligi Mistrzów UEFA**

**EUROSPORT 2**

**12.00 Wspinaczka:** Zawody World Series w Pradze

**12.30 FIM World Endurance Championship:** Wyciąg 8-godzinny w Spa-Francorchamps (live)

**15.15 Kolarstwo kobiet:** Giro d'Italia – 8. etap (live)

**18.00 FIM World Endurance Championship:** Wyciąg 8-godzinny w Spa-Francorchamps (live)

**21.00 Golf:** The Memorial Tournament – 3. runda (live)

**0.00 Wspinaczka:** Zawody World Series w Pradze – bouldering kobiet – finały

**2.00 Tenis:** Turniej French Open w Paryżu – finał kobiet

**POLSAT SPORT 2**

**6.00 Koszykówka mężczyzn:** ORLEN Basket Liga – półfinał fazы play-off

**8.45 Siatkówka kobiet:** LN: Tajlandia – Belgia (live)

**11.00 Piłka nożna** – mecz towarzyski

**13.00 Piłka nożna** – mecz towarzyski

**14.50 Piłka nożna:** Belgia – Turcja (live)

**17.30 Siatkówka kobiet:** LN

**20.15 Siatkówka kobiet:** LN – mecz: Włochy – Turcja (live)

**22.15 Siatkówka kobiet:** LN: Kanada – Francja (live)

**2.00 Sporty walki:** UFC Fight Night: Belal Muhammad – Gabriel Bonfim (live)

**NICKELODEON**

**8.35 SpongeBob Kanciastopry 11**

**9.55 Marsupilami**

**10.55 Hardsplam**

**12.20 Grzmotomocni: Tajniacy**

**13.15 Niebezpieczny Henryk 2**

**14.15 That Girl Lay Lay**

**15.10 Harmidom 9**

**16.00 Patryk Rozgwiazda Show 3**

**16.30 Patryk Rozgwiazda Show 3**

**16.45 Marsupilami**

**17.25 SpongeBob Kanciastopry 15**

**17.45 SpongeBob Kanciastopry 13**

**18.15 Grzmotomocni: Tajniacy**

**19.10 That Girl Lay Lay**

**20.00 Harmidom 4**

**TELETOON+**

**8.25 Angelo rzadzi**

**8.50 Siostry 2**

**10.16 Barbie: Dreamhouse Adventures 2**

**11.39 Biuro detektywistyczne Lassego i Mai 2**

**12.26 Osmar**

**13.00 Gadający Tom i przyjaciele 3**

**13.54 Kumpel z dzungli na ratunek! 3**

**14.48 Siostry 2**

**15.30 Gus, Miał – wielki rycerz 2**

**16.30 Dinus i Lusja**

**16.58 Kumpel z dzungli – na ratunek!**

**17.25 Charlotte i trzy muszkieterki**

**17.54 Siostry 2**

**TVP Info\_ TVP INFO**

**13.30 Serwis Info Dzień**

**14.30 Serwis Info Dzień**

**15.30 Trochę kultury**

**16.00 Dzień w godzinę**

**17.00 Teleexpress**

**17.15 Teleexpress Extra**

**17.35 Panorama**

**17.42 Wydarzenie Specjalne**

**18.00 Panorama**

**18.20 Wydarzenie Specjalne**

**19.30 Program informacyjny**

**19.30 Serwis Info Wieczór**

**20.18 Co ludzie powiedzą?**

**21.00 Serwis Info Wieczór**

**21.15 Kod bezpieczeństwa**

**21.45 Panorama**

**22.10 Oko na Wschód**

**22.32 Stan wyborczy**

**CANAL+ SPORT 2**

**12.00 Tenis:** Turniej WTA w Charlestonie – finał: Jessica Pegula – Julia Starodubcewa

**14.00 Padel:** Turniej Premier Padel w Rzymie – mecz półfinałowy kobiet (live)

**16.30 Padel:** Turniej Premier Padel w Rzymie – mecz półfinałowy kobiet (live)

**19.00 Padel:** Turniej Premier Padel w Rzymie – mecz półfinałowy mężczyzn (live)

**21.30 Padel:** Turniej Premier Padel w Rzymie – mecz półfinałowy mężczyzn (live)

**23.45 Padel:** Turniej Premier Padel w Rzymie – mecz półfinałowy kobiet

**ELEVEN SPORTS 1**

**11.45 F2: Chasing the Dream**

**12.10 Formula 1:** GP Monako – 3. sesja treningowa (live)

**14.10 Formula 2:** Grand Prix Monako – sprint (live)

**15.15 Formula 1:** GP Monako – sesja kwalifikacyjna (live)

**18.00 Formula 1:** Grand Prix Monako – sesja kwalifikacyjna

**19.30 Formula 2:** Grand Prix Monako – sprint

**20.50 Piłka nożna:** Liga hiszpańska – mecz: RCD Mallorca – FC Barcelona

**22.50 Formula 3:** Grand Prix Monako – sprint

**0.00 Piłka nożna:** Liga niemiecka – mecz: Hoffenheim – Bayern

**POLSAT SPORT 3**

**13.00 Futbol amerykański:** American Football League Europe: Paris Lights – Panthers (live)

**16.00 Magazyn ligi holenderskiej**

**17.00 Siatkówka kobiet:** Liga Narodów

**19.35 Piłka nożna** – mecz towarzyski: Portugalia – Chile (live)

**22.00 Lekkoatletyka:** World Athletics Continental Tour Gold – College Station 2026 (live)

**0.00 Piłka nożna** – mecz towarzyski: Turcja – Wenezuela

**NICK JR.**

**8.20 Pan Krokodyl**

**8.45 Barbapapa i jego rodzinka**

**9.00 Klub przyjaźni Myszki Miki**

**10.10 Przygody Misia Paddingtona 2**

**11.05 Małe Królestwo Bena i Holly**

**11.30 Dora 2**

**11.55 Rubble i jego ekipa 2**

**12.25 Rubble i jego ekipa**

**12.45 Psi Patrol 2**

**13.40 Barbapapa i jego rodzinka**

**14.10 Barbapapa i jego rodzinka 2**

**14.35 Zwierzęta zagadki**

**15.05 Rogata ekipa**

**16.00 Małe Królestwo Bena i Holly**

**DISNEY JUNIOR**

**8.00 Spidey i superkumple 2**

**9.30 Klub Myszki Miki Plus**

**10.00 Klub przyjaźni Myszki Miki**

**10.00 Blue**

**11.00 Superkoty**

**12.00 Spidey i superkumple 2**

**12.30 Iron Man i super ekipa**

**13.00 RoboGobo**

**13.30 Klub Myszki Miki Plus**

**14.00 Ariel: Mała Syrenka 2**

**14.30 Superkoty 2**

**15.00 Iron Man i super ekipa**

**15.30 Spidey i superkumple 2**

**16.00 Spidey i superkumple 4**

**18.00 Jej Wysokość Zosia 3**

**18.30 Jej Wysokość Zosia 2**

**19.00 Klub Myszki Miki Plus**

**POLSAT NEWS**

**11.00 W rytmie dnia**

**12.50 Wydarzenia 12:50**

**13.30 W rytmie dnia**

**15.30 Sport**

**15.50 Wydarzenia 15:50**

**16.30 Czysta Polska**

**17.10 Interwencja – taka jest Polska**

**18.00 W rytmie dnia**

**18.35 Debaty polityczna**

**19.15 Prezydenci i premierzy**

**19.50 Dobry wieczór, Polsko**

**21.50 Wydarzenia wieczorne**

**22.30 Dzień na świecie**

**23.30 Obraz dnia**

**0.00 Interwencja – taka jest Polska**

**0.55 Wydarzenia wieczorne**

**CANAL+ SPORTS**

**11.15 Premier League: The Big Interview**

**11.45 Żużel:** Metalkas 2. Ekstraliga: Orzeł – Arged

**14.45 Żużel:** Metalkas 2. Ekstraliga: PSŻ Poznań – Polonia Piła

**17.45 Premier League Stories (43)**

**18.20 Premier League: The Big Interview (42)**

**19.00 Dart:** Nordic Darts Masters (live)

**23.15 Sporty walki:** ONE Friday Fights 157

**1.25 Premier League Stories (43)**

**ELEVEN SPORTS 2**

**12.00 Piłka nożna:** Liga niemiecka: Bayern – HSV

**14.00 Piłka nożna:** Liga włoska: Juventus FC – Inter Mediolan

**16.00 Piłka nożna:** Liga niemiecka: FC Augsburg – Bayern

**18.00 Serie A**

**19.00 Piłka nożna:** Liga włoska – mecz: Inter – Udinese Calcio

**21.00 Piłka nożna:** Liga hiszpańska – mecz: Barcelona – Girona

**23.00 Ligue 1 Season Review (36)**

**23.35 Udinese – Najbardziej polski klub we Włoszech**

**0.00 Piłka nożna:** Liga francuska: Nantes – Paris Saint-Germain

**POLSAT PLAY**

**9.05 Poszukiwacze historii**

**10.00 Kolaboranci Hitlera**

**11.05 Operacja Overlord – aliantci atakują – film dok.**

**13.20 Dzień D – ostatni świadek** – film dokum.

**15.05 Tajna historia XX wieku**

**16.00 Niezwykłe podążanie**

**17.00 Polacy za granicą**

**18.05 Rolnicy – Tak się żyje u nas na wsi**

**21.05 Wakacje z Bałtykiem**

**22.00 Polacy za granicą**

**0.05 Kowal podofiliów**

**2.00 Jedziemy na ryby!**

**3.00 Dorwać tuńczyka**

**TVP TURBO**

**8.50 Samochód marzeń – kup i zrób**

**9.45 Naprawy nie do naprawy**

**10.30 Moto Kombat**

**11.15 Cieżarówka przez Chile**

**12.15 Moto Fachury**

**13.00 Jeździć, obserwować**

**14.30 Zawodowi handlarze**

**16.00 Wozy samochodowe**

**19.00 Nic do zgłoszenia**

**21.00 Samochód marzeń – kup i zrób 10**

**22.55 Naprawy nie do naprawy**

**1.05 Zawodowi handlarze**

**1.50 Wypad z kraju**

**2.35 Megatransporty**

**T V S**

**7.05 Kłachy i Lachy**

**7.40 Koncert życzeń**

**9.25 Muzyczne dzień dobry**

**10.05 Przy muzyce po Śląsku**

**11.00 Kłachy i Lachy**

**11.20 Spotkanie z balladą**

**12.35 Przy muzyce po Śląsku**

**13.35 Kłachy i Lachy**

**14.00 Szlagierowa lista**

**16.00 Koncert życzeń**

**17.45 Przy muzyce po Śląsku**

**18.25 Śląska karuzela**

**19.55 Hansi Hinterseer zaprasza**

**22.00 Koncert w TVS**

**23.45 Szlagierowa lista**

**1.40 Program muzyczny**

**TRWAM**

**16.10 Historia PL**

**17.00 Polka – film dok., Polska 2019**

**17.30 30. Spotkanie Miłych Lednica 2000**

**18.05 Informacje dnia**

**18.15 Rozmowy niedokończzone**

**19.30 Mania z Nieba**

**19.45 Modlitwa z telefonicznym udziałem dzieci**

**20.00 Informacje dnia**

**20.20 Myśląc Ojczyzna**

**20.30 Podróż Apostolska Papieża Leona XIV do Hiszpanii**

**22.00 30. Spotkanie Miłych Lednica 2000**

Uwielbia pracować, ale równie mocno jest zadowolona, gdy może spędzać czas z najbliższymi. Najlepiej w ich „wyspiarskiej” posiadłości.



W „Zbrodniach w Ystad”, jako Iris Broman, obejmuje kierownictwo wydziału niewyjaśnionych spraw.



W serialu „Most nad Sundem” stworzyła niezapomniany duet z duńskim aktorem, Kimem Bodnią.

Z dala od Hollywood

ZBRODNIE W YSTAD • SOFIA HELIN

# Zadowolona z życia

Szwedzi uznają ją za swoje dobro narodowe. A po premierze „Mostu nad Sundem” zyskała także światową sławę. Pytana przez dziennikarzy o to, czy marzy jej się kariera w Hollywood, niezmiennie zaprzecza. Woli kino europejskie, gdzie talent jest ważniejszy od wyglądu.

☉ **ZBRODNIE W YSTAD ND 7.06 godz. 20.10 ALE KINO+**  
I znów przyszło jej wcielać się w policjantkę. Tym razem jednak nieco inaczej niż w kultowym już „Moście nad Sundem” – teraz bohaterka, którą Sofia Helin gra w serialu „Zbrodnie w Ystad”, nie angażuje się w śledztwo dotyczące „świeżych” zbrodni, a dołącza do grupy zajmującej się rozwiązywaniem kryminalnych zagadek sprzed lat. Ale już w pierwszym dniu jej pracy w pobliskim lesie zostaje odkryta ludzka czaszka...

## Mimo blizny

Sofia Helin przyszła na świat 25 kwietnia 1972 roku, dziesięć dni później w jej rodzinie doszło do tragedii. Samochód, w którym jechała wraz z babcią i najstarszym bratem, wpadł w poślizg... Ona i babcia wyszły z tego bez szwanku, ale sześciolatek zginął. Aktorka podkre-

ślała, że ta tragedia miała wpływ na całą jej rodzinę. Podobnie jak wypadek, któremu uległa, gdy miała 24 lata. Wtedy to rower, na którym szybko jechała, nagle pękł, a ona uderzyła twarzą w asfalt. Siła uderzenia była tak duża, że aktorka złamała szczękę, straciła kilka zębów, paskudnie rozcięła wargę i doznała wstrząsu mózgu. Aż pół roku zajęło jej dojście do siebie, a blizna ciągnąca się od ust aż do nosa, do dziś przypomina jej to trudne doświadczenie.

Pewnie wiele gwiazd zdecydowałyby się na operację plastyczną, ale nie ona. Co ciekawe, kilka tygodni po zakończeniu rehabilitacji dostała dużą rolę w serialu „Rediter”. Producenci uznali, że blizna dodała jej charakteru. Potem były kolejne skandynawskie produkcje z serialem „Templariusze. Miłość i krew” na czele, aż w końcu przyszedł

rok 2011, a z nim premiera duńsko-szwedzkiego „Mostu nad Sundem”. Produkcja zdobyła popularność we wszystkich krajach, w których była prezentowana. Dużą w tym zasługą Sofii Helin – stworzona przez nią postać Sagi Norén, pani detektyw wydziału kryminalnego policji w Malmö, będącej osobą w spektrum autyzmu, zachwyciła widzów. Długo dociekano nawet, czy Helin gra, czy też sama jest autystyczką z zespołem Aspergera. Swoją drogą aktorka wielokrotnie podkreślała, że bardzo różni się od tej postaci – Saga jest chłodna i zdystansowana, a Helin opisuje siebie jako osobę kierującą się emocjami.

## Idylla na wyspie

Gdy nie pracuje na kolejnym planie filmowym czy serialowym, uwielbia spędzać czas z rodziną. Swojego męża poznała

w sztokholmskiej Akademii Teatralnej. Nawet razem ją skończyli, ale Daniel po kilku latach stwierdził, iż znacznie bardziej od castingów interesują go sprawy duchowe i został księdzem w Kościele Szwedzkim. Para doczekała się dwójki dzieci – syna Ossiana oraz córki Nike. Na co dzień rodzina mieszka w Sztokholmie, w prestiżowej XVIII-wiecznej dzielnicy położonej w centrum miasta. Ale gdy tylko to możliwe, całą rodziną przenoszą się do drugiego domu, który znajduje się na jednej z 30 tys. wysp Archipelagu Sztokholmskiego. – Z naszego drewnianego domu, rozciąga się wspaniały widok na morze. Ludzie w Szwecji z szacunkiem odnoszą się do celebrytów, więc nigdy nie jesteście przez nikogo zaczepiani – zdradziła w jednym z wywiadów.

HANNA MIŁKOWSKA

## 29 ucieczek

➔ **NAJMRO... ND 7.06**  
godz. 20.00 POLSAT

Jak pokazują twórcy filmu, Zdzisław Najmrodzki żył na pełnych obrotach. Marzył mu się eleganckie ubrania, drogie alkohole i szybkie auta. Miał 22 lata, gdy trafił za kratki – i tyle samo, kiedy po raz pierwszy uciekł milicji. A uciekać potrafił, jak mało kto. Łącznie wymknął się stróżom prawa aż 29 razy.

Spędził w więzieniach 11 lat, na koncie miał zaś m.in. przemyt ubrań z Zachodu, włamania do sklepów Pewex oraz kradzieże samochodów. 31 sierpnia 1995 roku jego historia dobiegła końca. Pędząc BMW, w okolicach Mławy wpadł w poślizg i jego auto zderzyło się z ciężarówką. W filmie w reżyserii Mateusza Rakowicza w tytułowego bohatera wcielił się Dawid Ogrodnik.

MAM



„Najmro” wodzi za nos ścigających go milicjantów.

Na faktach



Sierżant Ujma (Rafał Zawierucha) marzy o schwytaniu przestępcy.

Literatura na ekranie



Anka, Tomasz i harcerze ruszają w drogę.

**PAN SAMOCHODZIK I TEMPLARIUSZE**

## W poszukiwaniu skarbu

➔ **PAN SAMOCHODZIK... ND 7.06**  
godz. 15.30 TVN

Kto powiedział, że historyk sztuki nie może być jednocześnie łowcą skarbów i kierowcą najbardziej zwariowanego auta w Polsce? W filmie „Pan Samochodzik i templariusze” (2023) przygoda rusza z piskiem opon, gdy Tomasz (Mateusz Janicki) wpada na trop legendarnego skarbu templariuszy. Towarzyszą mu

rezolucyjni harcerze i dziennikarka Anka (Sandra Drzymalska). Tropem skarbu podążają również niebezpieczni przeciwnicy. Są gotowi na wszystko, by zdobyć tajemniczą moc, mogącą przechylić szalę w odwiecznym starciu dobra ze złem. Przed nami pełna humoru wyprawa dla całej rodziny, inspirowana książką z kultowego cyklu Zbigniewa Nienackiego.

MAM

**WENECJA, MIASTO WYROSŁE Z BAGIEN**

## Perła architektury

➔ **WENECJA, MIASTO WYROSŁE Z BAGIEN ND 7.06**  
godz. 10.00 TVP KULTURA

Wenecja narodziła się z pomysłu zbudowania miasta pośrodku wody. Wyłoniła się 1500 lat temu z bagiennej laguny. Przez wieki doskonalono pionierskie pomysły i rozwiązania techniczne, aby miasto było suche i funkcjonowało mimo zagrożenia ze strony morza. Dokument

ukazuje zarówno proces bogacenia się Wenecji, wynikający z jej położenia, jak i trud mieszkańców, którzy robili wszystko, by chronić swoje domy przed powodzią. Dziś, wobec masowej turystyki, ale głównie zmian klimatu i podnoszącego się poziomu morza, to arcydzieło architektury stoi przed nowymi wyzwaniami i musi znów sięgnąć po innowacje.

MP



Czy nowe technologiczne rozwiązania uratują Wenecję?

## TVP 1

- 5.25 Sprawa dla reportera** – pr. Elżbiety Jaworowicz
- 6.20 Słownik polsko@polski (682)**
- 6.55 Słowo na niedzielę**
- 7.00 Transmisja mszy świętej z Sanktuarium Bożego Miłosierdzia w Krakowie-Lagiewnikach**
- 8.00 Tydzień** – magazyn rolniczy, Polska
- 8.30 Alternatywy 4 (9-ost.): Upadek** – serial komediowy, Polska 1983
- 9.50 Stawka większa niż życie (1):** Wiem, kim jesteś – serial wojenny, Polska 1967 (patrz obok)
- 10.55 Ojciec Mateusz 13 (165):** Piotruś Pan – serial kryminalny, Polska 2015
- 11.55 Między ziemią a niebem** – magazyn
- 12.00 Anioł Pański**
- 12.15 Między ziemią a niebem** – magazyn
- 12.45 Portret kapłana:** Ks. Krystian SDB – cykl reportaży, Polska 2026
- 13.05 BBC w Jedynce: Planeta zmian 2 (1/2)** – film dokumentalny, Wielka Brytania 2023  
W tym odcinku sześcioro prezenterów omówi sytuację ekosystemów niektórych rejonów na Malediwach, Grenlandii i w USA. **70 min**
- 14.15 Dom (19):** Jestem dla ciebie niedziela – serial obyczajowy, Polska 1998
- 16.00 Dziedzictwo (941)** – serial obyczajowy, Turcja 2020  
Sinan dochodzi do wniosku, że nie jest obojętny Aynur. Między Naną a Poyrazem ponownie pojawia się napięcie. Salih postanawia jeszcze bardziej ich skłócić. **60 min**
- 17.00 Telexpress, Pogoda**
- 17.35 Żona dla Polaka (1)** – reality show, Polska 2024
- 18.40 Jaka to melodia?** – teleturniej muzyczny
- 19.30 Program informacyjny 19.30**
- 19.45 Pytanie dnia** – program publicystyczny, Polska 2026



**9.50 WOJENNY**

### Stawka większa niż życie (1)

Rok 1941. Radziecki wywiad nakłania do współpracy Stanisława Koliczkiego (Stanisław Mikulski, zdj.). Jest on podobny do aresztowanego porucznika Abwehry, Klossa. Rosjanie wysyłają szpiega do Niemiec, gdzie jako agent J-23 rozpoczyna tam tajną misję. **65 min**



**20.00 KONCERT**

### 63. KFPP w Opolu – 45 lat. Jubileusz Lady Pank

Na scenie wystąpi legendarny zespół w składzie: Jan Borysewicz (zdj.), Janusz Panasewicz, Kuba Jabłoński i Krzysztof Kieliskiewicz. Muzycy wykonają swoje największe hity m.in. „Zawsze tam, gdzie ty”, „Marchewkowe pole”, „Tacy sami” czy „Kryzysowa narzeczona”. **95 min**



**21.35 KONCERT**

### 63. KFPP w Opolu – Kiedy mnie już nie będzie...

Przypomnienie twórczości Magdy Umer i Agnieszki Osieckiej. Usłyszymy słynne utwory artystek w nowych aranżacjach. Wystąpi m.in. Natalia Szroeder (zdj.). **135 min**

## TVP 2

- 4.40 Barwy szczęścia (3326-3328)** – serial obyczajowy, Polska 2026
- 6.25 M jak miłość (1914)** – serial obyczajowy, Polska 2026
- 7.30 Pytanie na śniadanie – pobudka** – magazyn, Polska 2026
- 7.55 Pytanie na śniadanie**
- 11.20 Domowe patenty 2 (7)** – magazyn poradnikowy, Polska 2026
- 11.25 Tamte lata, tamte dni:** Andrzej Grabowski – magazyn kulturalny, Polska 2025
- 12.00 Wyspa dzieci, czyli muzyczny spadkobierca zespołu 2 plus 1 (1, 2)** – koncert, Polska 2025  
Widowisko upamiętniające twórczość legendarnej grupy. Na scenie zobaczymy m.in.: Kayah, Andrzeja Piasecznego, Kamila Bednarka, Anię Rusowicz, Natalię Sikorę i Andrzeja Rybińskiego. **120 min**
- 14.00 Familiada** – teleturniej
- 14.35 Koło fortuny** – teleturniej, Polska 2025
- 15.10 Szansa na sukces. Opole 2026 (6)** – widowisko, Polska 2025  
Na kanapie jurorskiej zasiądzie Ralph Kaminski. Artysta ma na koncie takie hity jak: „Kosmiczne energie” i „Bal u Rafała”. Dzisiaj oceni początkujących wokalistów. **65 min**
- 16.15 Tak to leciało!** – teleturniej muzyczny, Polska 2025
- 17.15 Harald i Sonja: Miłość wbrew regułom (3)** – serial obyczajowy, Norwegia 2025  
Sonja tęskni za Haraldem, ale boi się, że związek z następcą tronu pozabawi ją części tożsamości. Królowa Anglii wywiera presję na Olafie, by odniósł się do wyboru syna. **75 min**
- 18.30 Pan Mama (58):** Bonus – serial komediowy, Polska 2026 (patrz obok)
- 19.00 Śmietanka towarzyska** – komedia, USA 2016, reż. Woody Allen, wyk. Jesse Eisenberg, Steve Carell, Kristen Stewart, Blake Lively (patrz obok)
- 20.40 Wielkie oczy** – dramat biograficzny, USA/Kanada 2014, reż. Tim Burton, wyk. Amy Adams, Christoph Waltz, Danny Huston, Krysten Ritter (patrz obok)
- 22.40 Strażnik** – film sensacyjny, USA 2006, reż. Clark Johnson  
Agent Pete Garrison (Michael Douglas) wdaje się w romans z żoną prezydenta USA, Sarą Ballentine (Kim Basinger). Zostaje wkrótce oskarżony o udział w spisku przeciwko głowie państwa. **115 min**
- 0.35 Krucjata 2. Znak bliźniąt (12)** – serial kryminalny, Polska 2024
- 1.35 W deszczowy dzień w Nowym Jorku** – komedia, USA 2019, reż. Woody Allen
- 3.20 Akacja 38** – telenowela, Hiszpania 2015



**18.30 KOMEDIOWY**

### Pan Mama (58)

Sylwester (Paweł Domagała, zdj.) liczy na wysoką premię, dzięki której zabierze w końcu swoją rodzinę na wymarzone egzotyczne wakacje. Zamiast gotówki dostaje... ekspres do kawy. Zdeterminowany, by zdobyć brakujące pieniądze, wpada na ryzykowny pomysł. **30 min**



**19.00 KOMEDIA**

### Śmietanka towarzyska

Lata 30. XX wieku. Romantyk z Bronksu, Bobby Dorfman (Jesse Eisenberg, zdj.), marzy o sławie. Przyjeżdża do Hollywood, by podjąć pracę u swojego wujka, agenta gwiazd. Poznaje jego sekretarkę Vonnie (Kristen Stewart, zdj.), w której się zakochuje. Odkrywa, że dziewczynka ma romans. **100 min**



**20.40 BIOGRAFICZNY**

### Wielkie oczy

Lata 50. XX w. Malarka Margaret (Amy Adams, zdj.) poślubia Waltera (Christoph Waltz). Ten otwiera galerię sztuki, w której sprzedaje obrazy żony jako swoje. Po pewnym czasie artystyka chce się wycofać. **120 min**

## POLSAT

- 4.40 Disco Gramy** – program muzyczny, Polska 2026
- 5.25 Telezakupy TV Okazje**
- 6.00 Nowy dzień z Polsat News** – program informacyjny
- 8.00 halo tv polsat** – magazyn, Polska 2026  
Przepełniony pozytywną energią program, z którym widzowie mogą rozpocząć dzień. Nie zabraknie nowinek z kraju i ze świata, ciekawostek, porad specjalistów z różnych dziedzin, przepisów kulinarnych oraz wywiadów i spotkań z celebrytami. **225 min**
- 11.45 Toy Story 2** – film animowany, USA 1999, reż. John Lasseter (patrz obok)  
Nostalgiczna piosenka „When She Loved Me” w wykonaniu Sarah McLachlan stała się symbolem produkcji i była nominowana do Oscara. **120 min**
- 13.45 Madagaskar 2** – film animowany, USA 2008, reż. Eric Darnell  
Grupa uciekinierów z nowojorskiego zoo – lew Alex, zebra Marty, zryfała Melman i hipopotamica Gloria – wciąż przebywa na Madagaskarze. Kiedy pingwin naprawiają samolot, który przed laty rozbił się na wyspie, wydaje się, że wreszcie spełni się marzenie zwierząt o powrocie do domu. W drodze do USA muszą jednak awaryjnie lądować w Afryce. Poznają tu swoich żyjących w dziczy braci. **120 min**
- 15.45 Piraci z Karaibów: Kłatwa „Czarnej Perły”** – film przygodowy, USA 2003, reż. Gore Verbinski  
Morski awanturnik Jack Sparrow (Johnny Depp) chce odzyskać swój okręt, a jego towarzyszy Will (Orlando Bloom) – porwaną ukochaną (Keira Knightley). Czeka ich niebezpieczna wyprawa. **185 min**
- 18.50 Wydarzenia**
- 19.15 Sport, Pogoda**
- 19.35 Państwo w państwie** – program publicystyczny, Polska 2026
- 20.00 Najmro** – komedia, Polska 2021, reż. Mateusz Rakowicz, wyk. Dawid Ogrodnik, Robert Więckiewicz, Rafał Zawierucha, Masza Wągrocka (patrz obok)
- 22.10 Skołowani** – komedia romantyczna, Polska 2023, reż. Jan Macierewicz, wyk. Agnieszka Grochowska, Michał Czernecki, Marcin Perchuć (patrz obok)  
Wierna fabularnie, ale dopasowana do upodobań polskich widzów i rodzimych realiów, adaptacja francuskiej komedii „Tout le monde debout” z 2018 roku. **150 min**
- 0.40 Holmes i Watson** – komedia kryminalna, USA/Kanada 2018, reż. Etan Cohen
- 2.30 Świat według Kiepskich (579-581)** – serial komediowy, Polska 2021



**11.45 ANIMOWANY**

### Toy Story 2

Pod nieobecność Andy'ego jego mama organizuje wyprzedaz niepotrzebnych przedmiotów, wśród których jest ulubiona zabawka jej syna. Kowboja Chu-diego kupuje chciwy zbieracz McWhigginn. Na ratunek spieszą mu przyjaciele, m.in. Buzz Astral, świnka Hamm i jamnik Cienki. **120 min**



**20.00 KOMEDIA**

### Najmro

Lata 80. Zdzisław „Najmro” Najmrodzki (Dawid Ogrodnik, zdj.) jest znany w całej Polsce. Sławę przyniosły mu pomysłowość w okradaniu peweków i burawrowe ucieczki z więzienia. Prześciga drwił sobie z władz PRL i milicji. Pewnego dnia poznaje dziewczynę, dla której postanawia zmienić swoje życie. **130 min**



**22.10 KOMEDIA**

### Skołowani

Podrywacz Maks (Michał Czernecki, zdj.) w wyniku nieporozumienia zostaje wzięty za niepełnosprawnego. Gdy poznaje Julię (Agnieszka Grochowska), która porusza się na wózku, nie prostuje pomyłki. **150 min**

TVN DV3 T2

TV PULS DV3 T2

TVN 7 DV3 T2

- 5.40 **Uwaga!** – magazyn reporterów
- 5.55 **Ukryta prawda** (1661) – serial paradokumentalny, Polska 2024
- 6.50 **Bez kompleksów** (5) – program rozrywk., Pol. 2025
- 7.45 **Dzień Dobry TVN** – magazyn
- 11.30 **Co za tydzień** – magazyn kulturalny, Polska 2026
- 12.15 **Ugotowani** (1) – program kulinarno-rozrywk., Pol. 2025  
Kulinaryny pojedynek odbywa się w Warszawie. Piotr, Aleśia, Mariusz oraz Ania muszą przygotować niezapomniane kolacje, zaskakując przy tym smakami. Nagrodą jest taca pełna gotówki. **70 min**
- 13.25 **Wredne dziewczyny** – komedia, USA/Kanada 2004, reż. Mark Waters  
Cady Heron (Lindsay Lohan) przeprowadza się z rodzicami z Afryki do USA. W nowej szkole rozpoczyna rywalizację z Reeginą. Zakochuje się w Aaronie, byłym chłopaku swojej przeciwniczki. **125 min**
- 15.30 **Pan Samochodzik i templariusze** – film familijny, Polska 2023, reż. Antoni Nykowski, wyk. Mateusz Janicki, Sandra Drzymalska, Maria Dębska, Jacek Beler (patrz obok)
- 17.55 **Kuchenne rewolucje** (1) – program rozrywk., Pol. 2026  
We Wschowie Stella wraz z rodziną prowadzi restaurację La Trattoria Familia. Lokal odwiedza niewielu gości. Magda Gessler chce dać właścicielom nadzieję na poprawę sytuacji. **65 min**
- 19.00 **Fakty**
- 19.30 **Sport**
- 19.35 **Raport Roland Garros** (15) – program sportowy, Polska 2026
- 19.40 **Pogoda**



15.30 **FAMILIJNY**

**Pan Samochodzik i templariusze**

Tomasz (Mateusz Janicki, zdj.), historyk sztuki, znajduje trop prowadzący do rozwiązania pewnej zagadki. Pomagają mu dziennikarka Anka (Sandra Drzymalska, zdj.) oraz grupka harcerzy. Na ich drodze stają przedstawiciele złowrogiej organizacji. **145 min**



19.45 **PRZYGODOWY**

**Indiana Jones i świątynia zagłady**

Archeolog (Harrison Ford, zdj.) z pomocą kapryśnej piosenkarki poszukuje świętego kamienia. Stawia czoło wyznawcom mrocznego kultu. **150 min**

- 6.00 **Taki jest świat 11** – program informacyjny, Polska 2026
- 6.35 **Kobra – oddział specjalny** (2): Zawodnicza – serial sensacyjny, Niemcy 2015
- 7.35 **Don Matteo: Boski detektyw 14** (9, 10): Słuszną drogą, część 1; Słuszną drogą, część 2 – serial kryminalny, Włochy 2024
- 9.45 **Zaklinaczka duchów 3** (59, 60) – serial fantasy, USA 2008
- 11.40 **Krokodyl Dundee** – komedia przygodowa, Australia 1986, reż. Peter Faiman
- 13.40 **Krokodyl Dundee 2** – komedia przygodowa, USA/Australia 1988, reż. John Cornell  
Były małż. Sue (Linda Kozlowski) ginie z rąk handlarzy narkotyków. Mafія wydaje również wyrok na nią. Dundee (Paul Hogan) ukrywa ukochaną w australijskim buszu. **135 min**
- 15.55 **Hubert zawodowiec** – film sensacyjny, Francja/Japonia 2001, reż. Gérard Krawczyk  
Francuski policjant Fioremini (Jean Reno) leci do Tokio na prośbę dawnej kochanki. Odkrywa, że ma z nią córkę Yami (Ryoko Hirose) która potrzebuje jego pomocy. **120 min**
- 17.55 **Dirty Dancing** – film muzyczny, USA 1987, reż. Emile Ardolino, wyk. Jennifer Grey, Patrick Swayze, Jerry Orbach, Cynthia Rhodes (patrz obok)  
Jennifer Grey była w rzeczywistości 10 lat starsza od odgrywanej przez siebie postaci. W czasie przesłuchań aktorka dostała pięć minut na to, by udowodnić, że jest w stanie zagrać osobę znacznie młodszą od siebie. **125 min**



17.55 **MUZYCZNY**

**Dirty Dancing**

Rok 1963. 17-letnia Frances (Jennifer Grey, zdj.) spędza wakacje z rodziną w pensjonacie. Zastępuje partnerkę instruktora tańca Johnny'ego (Patrick Swayze, zdj.). Podczas treningów młodzi zakochują się w sobie. Nie podoba się to jednak surowemu ojcu dziewczyny. **125 min**



20.00 **KOM. SENS.**

**Bodyguard Zawodowiec**

Ochroniarz Michael Bryce (Ryan Reynolds, zdj.) ma zadbać o bezpieczeństwo zabójcy, który zeznaje w procesie zbrodniarza wojennego. Tropią ich mordercy. **140 min**

- 5.05 **Szkoła** (705) – serial paradokumentalny, Polska 2019
- 6.00 **Wiza na miłość: pierwsze spotkanie 2** (17) – program rozrywkowy, USA 2018
- 6.55 **Nowe Zwiariowane Melodie** (22, 23) – serial animowany, USA 2018
- 7.25 **Dzieciak rządzi** – film animowany, USA 2017, reż. Tom McGrath  
Timowy rodzi się nietypowy braciśzek. Nosi garnitur i teckę, a w dodatku przedstawia się jako SzeF. Wkrótce na jaw wychodzą szczegóły tajemnicy, którą dziecko musi wypełnić, by ocalić rodziców, a także cały świat. **115 min**
- 9.20 **Ukryta prawda** (1308, 1388-1392) – serial paradokumentalny, Polska 2025  
Pod opiekę Zyty Orłowicz trafia 20-latką z białaczką, którą wprowadzono w stan śpiączki farmakologicznej. Sytuację komplikuje fakt, że pacjentka jest w ciąży. Gdy jej stan nagle się pogarsza, lekarka decyduje o wybudzeniu, przeprowadzeniu cesarskiego cięcia oraz podjęciu intensywnego leczenia. **110 min**
- 15.10 **Szpital św. Anny** (3, 4) – serial obyczajowy, Polska 2025  
Pod opiekę Zyty Orłowicz trafia 20-latką z białaczką, którą wprowadzono w stan śpiączki farmakologicznej. Sytuację komplikuje fakt, że pacjentka jest w ciąży. Gdy jej stan nagle się pogarsza, lekarka decyduje o wybudzeniu, przeprowadzeniu cesarskiego cięcia oraz podjęciu intensywnego leczenia. **110 min**
- 17.00 **Detektywi** (322): Dramat Heleny – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2026
- 18.00 **Madagaskar 3** – film animowany, USA 2012, reż. Eric Darnell  
Zebra Marty i jego przyjaciele usiłują wrócić do nowojorskiego zoo. Trafiają do Europy. Tam na ich trop wpada dzwierzeczka policjantka. Zwierzęta ukrywają się w trupie cyrkowej, która ma szansę wyjechać do Ameryki. **120 min**



20.00 **SENSACYJNY**

**Jack Ryan: Teoria chaosu**

Agent CIA Jack Ryan (Chris Pine, zdj.) odkrywa, że rosyjski oligarcha w porozumieniu z rządem przygotowuje atak mający na celu ekonomiczny upadek USA. Szpieg jedzie do Moskwy. Niespodziewanie pojawia się tam jego narzeczona Cathy (Keira Knightley). **140 min**



22.20 **HORROR**

**Oszukać przeznaczenie**

Alex (Devon Sawa, zdj.) i jego przyjaciele unikają śmierci w katastrofie samolotu. To jednak dopiero początek koszmaru. Nastolatkiwicz zaczyna kolejną giniąc. **120 min**

REKLAMA

FORMULA 1 GRAND PRIX DE MONACO 2026. DZIŚ 15:00 ELEVEN SPORTS 1

- 19.45 **Indiana Jones i świątynia zagłady** – film przygodowy, USA 1984, reż. Steven Spielberg, wyk. Harrison Ford, Kate Capshaw, Ke Huy Quan, Amrishi Puri, Dan Aykroyd, Philip Stone (patrz obok)
- 22.15 **Sherlock Holmes** – film kryminalny, USA/Niemcy/Wielka Brytania 2009, reż. Guy Ritchie, wyk. Robert Downey Jr., Jude Law, Mark Strong, Rachel McAdams (patrz obok)
- 0.50 **Szefowie wrogowie 2** – komedia, USA 2014, reż. Sean Anders
- 3.20 **Superwizjer** – magazyn reporterów
- 4.00 **Szpital św. Anny** (107) – serial obyczajowy, Polska 2026
- 5.00 **Uwaga!** – magazyn reporterów
- 5.15 **Nauka jazdy 5** (27) – program rozrywk., Pol. 2022



22.15 **KRYMINAL**

**Sherlock Holmes**

W Londynie dochodzi do rytualnych morderstw. Mistrz dedukcji (Robert Downey Jr., zdj.) i dr Watson (Jude Law, zdj.) ustalają tożsamość zabójcy, który zostaje stracony. Wciąż jednak giną ludzie. **155 min**

- 20.00 **Niedziela z gwiazdami: Bodyguard Zawodowiec** – komedia sensacyjna, USA/Hongkong/Bulgaria 2017, reż. Patrick Hughes, wyk. Ryan Reynolds, Samuel L. Jackson, Gary Oldman, Salma Hayek (patrz obok)  
By nadać wiarygodność swej postaci, Gary Oldman – wcielający się w dyktatora z Białorusi – nauczył się mówić płynnie po rosyjsku. **140 min**
- 22.20 **Plan emerytalny** – komedia sensacyjna, Kanada 2023, reż. Tim Brown, wyk. Nicolas Cage, Ashley Greene, Thalia Campbell, Ron Perlman (patrz obok)
- 0.45 **Stan gry** – dramat kryminalny, USA/Wielka Brytania/Francja 2009, reż. Kevin Macdonald
- 3.15 **Zobacz to!**



22.20 **KOM. SENS.**

**Plan emerytalny**

Matt (Nicolas Cage, zdj.) spędza beztrudny czas na Kajmanach. Nikt nie wie, że to znakomicie wyszkolony zabójca. Gdy jego córka (Ashley Greene, zdj.) wpada w kłopoty, musi stawić czoło gangsterom... **145 min**

- 20.00 **Jack Ryan: Teoria chaosu** – film sensacyjny, USA/Rosja/Wielka Brytania 2014, reż. Kenneth Branagh, wyk. Chris Pine, Kevin Costner, Keira Knightley, Kenneth Branagh (patrz obok)
- 22.20 **Oszukać przeznaczenie** – horror, USA 2000, reż. James Wong, wyk. Devon Sawa, Ali Larter, Kerr Smith, Tony Todd (patrz obok)
- 0.20 **Wejście smoka** – film sensacyjny, USA/Hongkong 1973, reż. Robert Clouse, wyk. Bruce Lee, John Saxon, Jim Kelly, Shih Kien (patrz obok)
- 2.30 **Żyjąc z potworem 8** (4) – serial dokumentalny, USA 2020
- 3.30 **Fachowcy** (19) – serial paradokumentalny, Pol. 2017
- 4.10 **Dorota was urządzi!** (5) – rozr., Pol. 2016



0.20 **SENSACYJNY**

**Wejście smoka**

Mistrz sztuki walki Lee (Bruce Lee, zdj.) uczestniczy w turnieju na odległej wyspie. W rzeczywistości ma zdobyć informacje na temat przestępczej działalności organizatora imprezy, Hana (Shih Kien). **130 min**

**TVP 3** **TVP 3** **DG 17**

**8.35** Regiony na TAK – mag.  
**8.55** W aptece i kuchni  
**9.25** Rok w ogrodzie – mag.  
**9.55** Lato na ROD'os – dok.  
**10.30** Tydzień – mag. rolnicy  
**11.00** Transmisja mszy świętej  
**11.55** Całkiem niezła historia – cykl reportaży, Polska  
**12.20** Ktokolwiek widział, ktokolwiek wie – publ.  
**12.55** Piosenka dla Ciebie  
**14.00** Rączka gotuje – mag.  
**14.30** Program lokalny  
**15.00** Koronka do Miłosierdzia Bożego – pr. religijny  
**15.20** Program lokalny  
**19.30** Łódź Kultury – mag. kult.  
**20.00** Dziennik regionów  
**20.13** Regiony na TAK – mag.

**TVP POLONIA** **TVP POLONIA**

**6.30** Rodzinka.pl (258, 259)  
**7.30** Pytanie na śniadanie – pobudka – magazyn  
**7.55** Pytanie na śniadanie  
**11.25** Makłowicz w podróży  
**11.50** Show na niedzielę  
**12.00** Transmisja mszy świętej  
**13.35** Ksiotwieli przybysze  
**14.15** Janopik (5, 6) – przg.  
**16.00** Niedziela z... – pr. kult.  
**16.45** Muzyczne NAJ – mag.  
**17.00** Teleexpress  
**17.25** Ja wam pokazuję! (2)  
**18.15** Kabaretomania  
**19.05** Muzeum Polskiej Piosenki – pr. rozr., Pol.  
**19.30** Program informacyjny 19.30  
**19.45** Pytanie dnia – pr. publ.

**TV 4** **DG 17**

**6.00** Łowcy skarbów. Kto da więcej? (184) – reality show, Polska 2023  
**7.00** Wielkie tajemnice historii (9, 10) – serial dokumentalny, USA 2023  
**8.50** Galileo (1202, 1203) – program popularnonaukowy, Polska  
**10.50** Mini Galileo (3) – pr. popularnonaukowy  
**11.05** Asterix kontra Cezar  
**FILM** – film animowany, Fr. 1985  
**12.45** Ewolucja planety małp  
**FILM** – film s.f., USA/Wielka Brytania/Kanada 2014  
**15.30** Drużyna A – kom. sens.  
**FILM** USA/Wielka Brytania 2010  
**17.55** Uroczysko (259, 260, 157, 158) – serial krym.

**puls 2** **DG 17**

**6.00** Gwiazdy Mazurskiej Nocy Kabaretowej (2) – pr. rozrywk., Pol. 2023  
**6.45** Tak! Jest świat 11 – inf.  
**7.00** Aukcja w ciemno 3 (16-18) – serial dok., USA  
**8.30** Boso przez świat – cykl reportaży, Polska 2009  
**9.40** Wielka wojczega  
**FILM** – kom. wojenna, Francja/Wielka Brytania 1966  
**12.10** Kapuśniaczek  
**FILM** – komedia, Francja 1981  
**14.30** Sekret dwugłowego smoka – baśń filmowa, Czechy/Słowacja 2018  
**16.40** Wianek świętojański  
**FILM** – baśń film., Czechy 2015  
**18.45** Rumpelstiltskin – baśń filmowa, Niemcy 2009

**TVP ROZRYWKI** **TVP ROZRYWKI**

**8.20** Górna półka smaku (15)  
**8.55** Kiedyś to było... – mag.  
**9.35** Koło fortuny – telet., Pol.  
**10.10** Tańcząca za światem – Malta (1) – magazyn  
**10.45** Szansa na sukces. Opole 2026 2 (4)  
**11.45** KabareTOP Story (1)  
**12.50** Postaw na milion  
**12.55** Przywratne życie zwierząt 14 (4) – przyrod.  
**13.30** Kawiarenka z Gwiazdami – Opole 2026 – rozr.  
**16.30** 63. KFPP w Opolu – Premiery – koncert  
**18.25** 63. KFPP w Opolu – Autobiografia. Jubileusz Bogdana Olewicza  
**19.55** Moje przeboje (8) – rozr.

**TTV HD** **DG 17**

**10.05** Idź na całość 2 (1) – rozr.  
**11.05** Zakup w ciemno 7 (13)  
**12.05** Zakup w ciemno 4 (15)  
**13.10** Zakup w ciemno extra (14) – reality show, Polska  
**13.40** Damy i wiesniaczki. PL 10 (7) – fab.-dok., Pol.  
**14.40** Gogglebox. Przed telewizorem 23 (7)  
**15.45** Express, Pogoda – inf.  
**16.05** Idź na całość 2 (4) – rozr.  
**17.05** Życie na kredytcie 7 (3)  
**17.45** Express, Pogoda – inf.  
**18.05** Życie na kredytcie 7 (4)  
**18.40** Damy i wiesniaczki. PL 11 (2) – fab.-dok., Pol.  
**19.45** Express, Pogoda – inf.  
**20.00** Zakup w ciemno 7 (14)  
**21.00** Gogglebox. Przed telewizorem 23 (14)

**CYKL REPORTAŻY**

**20.30** Sanatoria – Polska  
 Twórcy cyklu przedstawiają sanatoria i ich zalety. Seniorzy mogą tam znaleźć dopasowaną dla swoich schorzeń terapię, rehabilitację, pielęgnację i dietę. **30 min**

**KRYMINALNY**

**20.00** Komisarz Alex 22 (280)  
 Nad Wisłą znaleziono ciało mieszańca schroniska dla bezdomnych. Policjanci dowiadują się, że zamordowany opuścił więzienie. Przesłuchują skazanego, z którym był skonfliktowany. **55 min**

**KRYMINALNY**

**20.00** Sprawiedliwi – Wydział Kryminalny (988-991) – Polska 2026  
 Kalicka i Kłos prowadzą dochodzenie w sprawie porwania trzylatniej Mai. Podejrzani padają na Gracjana Rodaka, niedawno zwolnionego pedofila, który nagle znikną. Pojawia się rzyzko samosądu. **240 min**

**DRAMAT HISTORYCZNY**

**20.00** Ostatni legion – Francja/Film Starożytny Rzym. Wojownicza Mira i legionista Aurelius (Colin Firth, zd.) pomagają uciec uwiezionemu cesarzowi. Z pomocą żołnierzy władca pragnie odbudować potęgę kraju. **125 min**

**ROZRYWKI**

**20.35** Kocham Cię, Polsko! (2) – Pol. 2026  
 Tym razem swoją wiedzę o naszym kraju sprawdzi m.in. Barbara Kurdej-Szatan (zd.), która wystąpi w ekipie Michała Koterskiego (zd.). W drużynie przeciwnej zobaczymy m.in. Rafała Zagata. **95 min**

**DOKUMENT**

**22.00** Żony Podlasia 3 (2) – Pol.  
 Benia wprowadza się do wynajętego domu. Gala urzęda imieniny. Dojście do sąsiadów niezwykle prezenty. Aldona zas postanawia nauczyć się ujeżdżać konia. Nie może znaleźć upręży. **60 min**

**21.00** Program lokalny  
**22.00** Dziennik regionów  
**22.30** Ktokolwiek widział, ktokolwiek wie – publ.  
**23.00** Kościół z bliska – mag.  
**23.30** Całkiem niezła historia  
**23.55** Panorama  
**0.25** Serwis Info Wieczór  
**1.05** Teleplotki – mag. inform.  
**1.15** Całkiem niezła historia  
**1.35** Piosenka dla Ciebie

**20.55** Karbala – dramat  
**FILM** wojenny, Polska 2015  
**22.55** Kabaretowa Noc pod Gwiazdami – Lidzbark Warmiński 2025 (2)  
**23.50** Ja wam pokazuję! (2) – serial obycz., Pol. 2007  
**0.35** Zatok szpiegów (4) – szpiegowski, Pol. 2023  
**1.30** Program informacyjny 19.30  
**1.45** Pytanie dnia – pr. publ.

**0.00** STOP Drogówka – magazyn policyjny  
**1.05** Wielkie tajemnice historii (11, 12) – serial dokumentalny, USA 2023  
**2.55** Interwencja – mag.  
**3.25** Lubie disco! (255) – muz.  
**4.25** Top 10 – lista przebojów – pr. muz.  
**5.30** Telezakupy TV Okazje

**22.05** Dzielnica strachu 9 (385-387) – serial krym.  
**1.00** Lombard. Życie pod zastaw 4 (165, 166) – serial obycz., Pol. 2019  
**3.00** Lombard. Życie pod zastaw 9 (461) – obycz.  
**4.00** Lombard. Życie pod zastaw 4 (162) – obycz.  
**5.00** Lombard. Życie pod zastaw 10 (481) – obycz.

**22.10** Postaw na milion – teleturniej, Polska  
**0.05** Koło fortuny – teleturniej, Polska 2026  
**1.35** Do śmiechu! (51, 63) – rozr., Polska 2024-2026  
**3.40** Kabaret Letnią Porą (39) – pr. rozr., Pol. 2021  
**4.35** Kabaret Potem przedstawia – Serca jak motyle – pr. rozr., Pol.

**23.00** Nic do zgłoszenia 4 (8) – serial dokumentalny, Pol.  
**0.00** Damy i wiesniaczki. PL 10 (8) – fab.-dok., Pol.  
**1.00** Back to school. Prawdziwy egzamin 2 (10) – program edukacyjny  
**2.00** SOS. Ekipy w akcji (1, 2) – serial paradokumentalny  
**4.00** Sędzia Anna Maria Wesołowska (505) – serial fabularno-dokum.

**TVP 3** **TVP 3** **PROGRAMY LOKALNE**

**BIAŁOSTOK** 16.30 Pocztałnia  
**16.40** Panorama litewska 16.50  
 Przegląd ukraiński 17.00 Tydzień białoruski 17.25 U źródeł wiary  
**17.50** Kulturalnie mówiąc 18.15  
 Białostocki Teatr Lalek 18.30 Obiekt-  
 tyw 18.50 Sport, Pogoda 19.00 Z-  
 żyjący Kościół 21.00 Wojownicy czasu  
 21.30 Obiekt-  
**BYDGOSZCZ** 16.00 Eko-opcja  
**16.15** Harcerskie „czuwały” 16.30  
 Agroturystyka 17.00 Złote lata – senior  
 show 17.45 Bez barier 18.00 Po  
 oklaskach 18.30 Zbliżenia 18.55  
 A to historia 21.00 Raport naukowy  
 21.31 Zbliżenia 21.45 Sport, Pogoda  
**GDANSK** 16.00 Morzejejevska  
**17.00** Do brzegu 17.30 Świat nie  
 jest taki zły 18.00 Droga 18.30 Pa-  
 norama 18.55 Cały ten sport 21.30  
 Panorama

**ŁÓDŹ** 16.45 ABC pacjenta 17.00  
 Aktywni seniorzy 17.10 Czytanie  
 puszczy 17.45 Filmowa wiosna  
 w TVP 18.00 18.15 Kawałek fajnego  
 świata 18.30 Łódzkie wiadomości  
 dnia 18.50 Sport, Pogoda 19.05  
 Ostatni mistrzowie 21.00 Program  
 lokalny 21.30 Łódzkie wiadomości  
 dnia 21.51 Skarby Łodzi  
**POZNAŃ** 16.43 Reportaż 17.20 Ta-  
 lentAsy 18.30 Teleskop 18.50 Opo-  
 wieści stąd 19.03 Reportaż 21.02  
 Seans dla każdego 21.31 Teleskop  
 21.50 Wiadomości sportowe  
**RZESZÓW** 16.45 Rusz się, czło-  
 wieku 17.00 Moda na język polski  
**17.30** Dokument w TVP Rzeszów  
**18.15** Podkarpacka scena przebo-  
 jów 18.30 Aktualności 19.00 Spor-  
 towe wydarzenia 21.00 Kulturalnie  
 mówiąc 21.30 Aktualności  
**SZCZECIN** 17.00 Dobry tytuł 17.26  
 Muzeum Polskiej Piosenki, czyli hi-  
 storia jednego przeboju 17.35 Arka  
**18.00** Magazyn sportowy 18.30  
 Kronika 18.52 Przegląd tygodnia  
**19.06** Duchowym szlakiem 21.00  
 Porozumiewajmy się szczerze 21.30  
 Kronika 21.50 Wokół nas  
**WARSZAWA** 17.06 Dobrego dnia  
 17.15 Niedziela z... 18.00 Ekspery-  
 ment empatia 18.30 TKW 18.42 Ku-  
 rier Mazowiecki 19.02 Spacerownik  
 okiem 19.15 Skarby Kół Gospodyń  
 Wiejskich 21.00 Nasze miejsce  
**21.30** Kurier Warszawski i Mazowska  
**WROCŁAW** 16.30 Fakty 16.47  
 Wesołe lata Telewizji Kraków 17.14  
 Poczta Polska 17.49 Twierdza  
 Kłodzka 18.30 Fakty 19.03 Góra-  
 ny Dolnośląskie 21.02 Korona Gó-  
 rski 21.31 Fakty

**TVP HD**

**7.55** Rodzinka.pl (159, 160)  
**8.55** Ojciec Mateusz 16 (202, 203) – krym., Pol. 2016  
**10.45** Czy wiesz, że? (277) – dok.  
**11.20** Na sygnale (591, 592)  
**12.25** Ojciec Mateusz 4 (46)  
**13.20** Komisarz Alex (10) – krym.  
**14.15** Ranczo 10 (123, 124)  
**16.10** Postaw na milion – telet.  
**17.10** Okrasa lamie przepisy  
**17.45** Makłowicz w podróży  
**18.05** Ojciec Mateusz 22 (288)  
**19.20** Ranczo 3 (38, 39) – obycz.  
**21.25** Ranczo 4 (40) – obycz., Pol.  
**22.20** U Pana Boga za piecem  
**FILM** – komedia, Polska 1998  
**0.10** Daleko od szosy (6)  
**1.40** Spokojnie, to tylko  
**FILM** awaria – kom., USA 1982  
**3.15** Cafe Fogg (1) – widowisko  
**4.20** Zakochaj się w Polsce

**TVP KULTURA** **DG 17**

**11.10** Kosmos 1999 (2) – s.f.  
**12.10** Opole – koncertowe  
 wspomnienia – cykl fel.  
**12.30** 15. Krajowy Festiwal  
 Piosenki Polskiej Opole  
 '77. Nastroje. Nas troje  
 – koncert, Polska 1977  
**14.00** Zorro – film przygodowy,  
**FILM** Francja/Włochy 1975  
**16.10** Kariera Nikodema  
 Dyzm (2) – serial obycz.  
**17.15** Niedziela z... – pr. kult.  
**18.10** Jest sprawa... – komedia  
**FILM** obyczajowa, Polska 2002  
**20.00** Pan od muzyki  
**FILM** – komediodramat, Francja/  
 Szwajcaria/Niemcy 2004  
**21.45** Kulturalni – magazyn kult.  
**22.40** Banksy: Szukaj wyjeźta  
 spod prawa – film dokum.  
**0.45** Zakonnica – film anim.

**afena ANTENA HD** **DG 17**

**6.00** Hmm... (5) – pr. rozr., Pol.  
**6.10** Najlepsze Koncerty  
 Szlagier TV! – pr. muz.  
**7.10** Tajemnica Grobu Jezusa  
**8.15** Jezus – droga do potęgi  
 (1) – serial dokumentalny  
**9.10** Dzień tu coś zjesz?  
 z wzięcia – film dokum.  
**12.00** Polska. Największe dyle-  
 maty – program publicyst.  
**13.00** Polska. Największe  
 tajemnice (2) – rozr., Pol.  
**14.00** Łowcy skarbów 2 (8-11)  
**18.00** 77 TV 5 (27, 2) – rozr., Pol.  
**20.00** Alex Hugo – górski  
 detektyw (19, 20) – krym.  
**0.10** Mroczny sekret Jodi  
**FILM** Arias – dramat  
 kryminalny, USA 2013  
**1.50** 77 TV 4 (18, 21, 22) – rozr.

**TV 6** **DG 17**

**6.00** Columbo (9, 10) – serial  
 kryminalny, USA 1972  
**9.45** Piotr (9, 10) – serial krym.  
**12.00** Książki – komediodramat,  
**FILM** Wielka Brytania 2020  
**14.00** Policjantki i Policjanci  
 (217-220) – obycz., Pol. 2016  
**18.00** Strażnik Teksaus (1, 2) –  
 serial sensacyjny, USA  
**20.00** CSI: Kryminalne zagadki  
 Miami (13, 14) – serial  
 kryminalny, USA 2003  
**21.55** Kości (85, 86) – serial krym.  
**23.50** Wirus-32 – horror,  
**FILM** Argentyna/Urugwaj 2022,  
 rez. Gustavo Hernandez,  
 wyk. Daniel Henderl,  
 Sofia Gonzalez  
**1.40** Kochane pieniądze  
 (51-54) – serial paradokum.  
**5.45** Telezakupy TV Okazje

**TVP 3** **TVP 3** **PROGRAMY LOKALNE**

**KATOWICE** 16.15 Papyn pyto  
 16.45 Ekonatura 17.05 Wykrzywak  
 kłamstw 17.30 Credo 18.00 Dej p-  
 zór 18.30 Aktualności 18.55 Pogo-  
 da, Sport 19.10 Z indeksem w reku  
**21.00** Credo 21.30 Aktualności  
**KRAKÓW** 16.30 Z górnej polki  
 Telewizji Kraków 17.05 Młodzież  
 kontra, czyli pod ostrzałem 18.00  
 Kronika tygodnia 18.30 Kronika  
**18.52** Blżej polityki 19.12 Bo-  
 haterowie małych ojczyzn 21.00  
 Kwartet 21.30 Kronika  
**LUBLIN** 16.05 Kto ty Jesteś 16.20  
 Koncert 17.15 Był, nie minęło –  
 kronika zwiadowców historii  
**17.40** Kulturalnie mówiąc 18.00  
 Strefa otwarta 18.30 Panorama  
 lubelska 19.05 Scena jest Twoja  
**21.30** Panorama lubelska 21.54  
 Magazyn sportowy

**BBC FIRST**

**10.00** Lewis 8 (3, 4) – serial krym.  
**12.00** Ale akcja! (1-3) – obycz.  
**13.55** Śmierć pod palmami 12  
 (4) – serial kryminalny, USA  
**15.00** Ojciec Brown 13 (8)  
 – serial krym., Wlk. Bryt.  
**16.00** Tajemnice Broken-  
 wood 11 (3) – krym.  
**17.50** Ulica nadziei 5 (4) – krym.  
**18.45** Ludwik (6) – serial krym.  
**19.55** Śmierć pod palmami 12  
 (5) – serial kryminalny, USA  
**21.00** Tajemnice Broken-  
 wood 11 (4) – krym.  
**22.50** Pomost (2) – serial krym.  
**0.05** Na niebieskich  
 świątach 2 (4) – krym.  
**1.15** Śmierć pod palmami 12  
 (5) – serial kryminalny, USA

**ROMANCE TV**

**15.05** Kanary – o jedno życie  
 mniej (5) – krym., Hiszpania  
**16.15** Katie Fforde: Diacznego  
**FILM** powiedziałam „tak”? –  
 melodramat, USA/Niemcy  
 2016, rez. Carlo Rola  
**18.05** Rosamunde Pilcher:  
**FILM** Złodziejaski i kapitan  
 – dram. obycz., Niem. 2022  
**20.00** Dwie kobiety  
**FILM** na wszelkie bóle – Nowy  
 początek – dramat  
 obyczajowy, Niemcy 2025  
**21.55** Stątek marzeń  
**FILM** – Bahamy – film  
 obyczajowy, Niemcy 2023  
**23.50** Katie Fforde: Geschen-  
 kte Jahre – melodramat,  
 Niemcy 2014

**COMEDY CENTRAL** **COMEDY CENTRAL**

**10.25** Teoria wielkiego  
 podryw (1-7) – serial kom.  
**13.30** Przyjaciele (6-8) – kom.  
**15.00** Tata ma plan 2 (21) – kom.  
**15.30** Tata ma plan 3 (1, 2)  
**16.30** Duchy (13, 14) – fantasy  
**17.30** Rodzina od zaraz  
**FILM** – komedia, USA 2018  
**20.00** Kiedy Harry poznał Sally  
**FILM** – kom. romant., USA 1989  
**22.00** Colin od rachunków 2  
 (3, 4) – serial kom., Australia  
**23.10** Comedy Club 9 (9, 10)  
**0.05** Masteckoz South  
 Park 22 (4-7) – serial  
 animowany dla dorosłych  
**2.00** Pracoholicy 6 (1-4) – kom.  
**4.00** Śmiechniej nie będzie 4  
 (7, 8) – rozr., Wielka Brytania

**TVN FABUŁA**

**12.15** Indiana Jones  
**FILM** i świątynia zagłady – film  
 przygodowy, USA 1984  
**14.50** Indiana Jones i ostatnia  
**FILM** krucjata – film przyr.,  
 USA/Włochy/Hiszp. 1989  
**17.35** Indiana Jones  
**FILM** i Królestwo  
 Kryształowej Czaszki  
 – film przyr., USA 2008  
**20.00** Twórcza – thriller s.f., USA  
**FILM** 2023, rez. Gareth Edwards  
**22.50** Podwójne ryzyko – film  
**FILM** sens., USA/Niem./Kan. 1999  
**1.00** Saga „Zmierzyć”:  
**FILM** Księżyc w nowiu – film  
 fantasy, Australia/USA 2009  
**3.40** Dziewczyn  
 z Hollywood 3 (16) – rozr.

## STOPKLATKA

**6.00 Komisarz Rex** (6-9) – serial kryminalny, Niemcy/Austria 1994  
**10.00 Hudson i Rex 7** (6) – serial kryminalny, Kanada 2024  
**11.00 Hudson i Rex 8** (3, 4) – serial kryminalny, Kanada 2024  
**13.00 Top Dog. Niemcy** (4) – reality show, Niemcy 2021  
**15.00 K-911** – komedia kryminalna, USA 1999, wyk. James Belushi, Christine Tucci  
**17.00 Hulk** – dram. s.f., USA 2003, wyk. Eric Bana, Jennifer Connelly, Sam Elliott, Josh Lucas



**20.00 Miś** – Polska 1981, reż. Stanisław Bareja  
 Prezes Ryszard Ochódzki (Stanisław Tym, zdj.) założył z żoną wspólne konto w Londynie. Kto ze skłóconych małżonków wygra wysięć i jako pierwszy tam dotrze, ten wypłaci pieniądze. 155 min

**22.35 Dziewiąte wrota** – thriller, Hiszpania/Francja/USA 1999  
**1.25 Ziarno prawdy** – thriller, USA 2015, wyk. Robert Wieckiewicz, Jerzy Trela  
**3.45 Sprawa się rypla** – komedia, Polska 1984  
**5.45 Przez ciebie, po tobie** – film krótkometraż., Pol.

## POLSAT 2

**5.50 Wydarzenia**  
**6.30 Sekrety rodziny** (137) – serial paradokumentalny  
**7.30 Z klimatem i z pasją** – program publicystyczny  
**8.00 Sekrety rodziny** (138) – serial paradokumentalny  
**9.00 Trudne sprawy** (962-966) – serial paradokumentalny, Polska  
**14.00 Sekrety rodziny** (139) – serial paradokumentalny  
**15.05 Wzięzione kobiety** (86-89) – serial dok., Pol.  
**17.00 Nasz nowy dom** (361) – reality show, Polska 2026  
**18.10 1000 lat po Ziemi** – film s.f., USA 2013, wyk. Jaden Smith, Will Smith

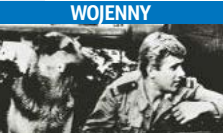


**20.15 Bloodshot** – USA/Chiny 2020, reż. Dave Wilson  
 Ray (Vin Diesel, zdj.) zostaje przywrócony do życia. Dzięki eksperimencem uzyskuje niezwykłą siłę i szybkość. Pozbawiony wspomnień robi wszystko, by poznać swoją przeszłość. 140 min

**22.35 Podwójna agentka** – thriller, USA 2022  
**0.30 Wydarzenia**  
**1.05 Komisarz Mama** (38) – serial kryminalny, Polska  
**2.10 Jesteśmy dla dzieci**  
**2.40 Oblicza Ameryki** – mag.  
**3.05 Piotr Rubik: Koncert Wielkanocny** (1) – koncert, Polska 2007  
**4.00 SuperLudzie** (17, 18)

## TVP SERIALE

**5.50 Na sygnale** (913, 914) – serial fabularno-dokum.  
**6.55 Czerdziesiątolatek** (11-13) – serial obyczajowy, Polska 1975  
**9.55 U Pana Boga w ogródku** (3, 4) – serial komediowy, Polska 2008  
**11.30 Pułkownik Kwiatkowski** – komediodramat, Polska 1995, wyk. Marek Kondrat, Renata Danciewicz  
**13.50 Ojciec Mateusz 28** (358, 359) – serial kryminalny, Polska 2022  
**15.40 Komisarz Alex 24** (296) – serial kryminalny, Polska 2022  
**16.40 Ranczo 7** (79, 80) – serial obyczajowy, Polska 2013



**18.35 Cztery pancerni i pies** (1) – Polska 1966  
 Trwa II wojna światowa. Młody Janek Kos chce wstąpić do wojska. Razem ze Szlaziem Gustikiem i Gruzinem Grigorijem zostaje przyjęty do załogi porucznika Olgierda Jarosza. 65 min

**19.40 Ojciec Mateusz 28** (360-362) – serial krym.  
**22.15 Ranczo 7** (81-83) – serial obyczajowy, Polska 2013  
**1.00 Korona królów Jagiellonowie** (1, 2) – telenowela hist., Polska  
**2.00 Rytynie** (2) – krym., Pol.  
**2.55 Arwoton** (11) – serial obyczajowy, Polska 2010  
**3.50 Matylda** (13) – kostium.

## KINO POLSKA

**6.00 Dom w cenie mieszkanca** 2 (2, 3) – magazyn poradnikowy  
**7.00 Polska Kronika Filmowa** – serial dokum.  
**7.25 Podróż kapitana Klipera** (11-13) – anim.  
**8.05 Reksio** (31, 33, 37) – serial animowany  
**8.50 Akademia Pana Kleksa** (1, 2-ost.) – film przyg., Polska/ZSRR 1983  
**12.35 Wyjście awaryjne** – komedia, 1982  
**14.40 Janosik** – film przygodowy, 1974, wyk. Marek Pereczko  
**17.35 Bitwa pod Wiedniem** – dram. historyczny, Polska/Włochy 2012



**20.00 Nie lubię poniedziałku** – 1971  
 Lata 70. Francesco (Kazimierz Witkiewicz, zdj.) przybywa do Warszawy. Prześladuje go pech. Los stawia na drodze Włocha ludzi, dla których początek tygodnia też nie jest szczęśliwy. 130 min

**22.10 Konsul** – komedia kryminalna, 1989, wyk. Piotr Fronczewski  
**0.15 Ekstradycja 2** (3, 4) – serial sensacyjny, 1996  
**2.55 Tam i z powrotem** – film obyczajowy, 2001, wyk. Janusz Gajos, Jan Fryc  
**5.30 High Life** – film krótkometrażowy, 2024  
**5.45 Planza nocna**

## AXN

**6.10 Wykiwać klawisz** – kom. obycz., USA 2005  
**8.05 Zabójca broni** 3 (4, 5) – serial sensacyjny, USA  
**10.05 Detektyw Monk 3** (8-12) – serial kryminalny, USA 2004  
 Dwight pracuje przy produkcji teleturmuju. Podejrzewa, że jedna z uczestniczek oszukuje. Adrian ma wyjaśnić te sprawy. 300 min  
**15.05 FBI: Most Wanted** (8-12) – serial kryminalny, USA 2020  
 Członkowie zespołu tropią parę zabójców ściegających postrach w kilku stanach. Starają się przewidzieć ich kolejny ruch. 295 min



**20.00 Iluzja 2** – Francja/USA/USA 2016  
 Grupa magików, w tym Daniel (Jesse Eisenberg, zdj.), przyjmuje kolejne zlecenie. Mają wykraść czip, który umożliwił desyfrację każdego systemu komputerowego na świecie. 170 min

**22.50 John Rambo** – film sens., USA/Niemcy 2008  
**0.25 Adrenalina** – film sens., USA/Wielka Brytania 2006  
**2.20 Wykiwać klawisz** – komedia obyczajowa, USA 2005, wyk. Adam Sandler, Chris Rock  
**4.35 Agenci NCIS: Hawaje 2** (5) – serial kryminalny  
**5.20 Blok promocyjny AXN**

## CANAL+ PREMIUM

**6.00 Łapu capu** – pr. rozr., Pol.  
**6.15 Hollywood Buzz** – mag.  
**6.40 Ocean, nasz dom** – dok.  
**8.15 Premierowa jazda**  
**8.30 Kung Fu Panda** – film anim., USA/Wlk. Bryt. 2008  
**10.00 Orzełek Iggy** – film animowany, Polska/USA 2025  
**11.25 Girl Climber. Wspinaczka** – film dok.  
**12.50 To nie jest zagadka kryminalna** (4-6) – krym.  
**15.30 Hollywood Buzz** – mag.  
**15.55 Tożsamość Bourne'a** – thriller, USA/Niemcy/Czechy 2002  
**17.50 Battleship: Bitwa o Ziemię** – film s.f., USA/Japonia 2012



**20.00 Folletemo. W tym szaleństwie jest metoda** – Włochy 2025  
 Piero (Edoardo Leo, zdj.) i Lara (Pilar Fogliati, zdj.) spotykają się na pierwszej randce. Próbuja dobrać wypasć i zrozumieć oczekiwania drugiej strony. 95 min

**21.35 Niebezpieczne zwierzęta** – thriller, Australia/USA/Kan. 2025  
**23.10 Death Race: Wyścig śmierci** – sens., USA/Niemcy/Wlk. Bryt. 2008  
**1.00 Klucz do koszar** – horror, USA/Niem. 2005  
 W CANAL+ 1 emisja każdego programu rozpoczyna się godzinie później niż w CANAL+

## 13 ULICA

**6.15 Follow** (1) – serial sens., Fr.  
**7.00 Petra 2** (2) – serial kryminalny, Włochy 2022  
**8.50 Agenci NCIS: Los Angeles 14** (11-20) – serial sensacyjny, USA 2022-2023  
**18.00 Równoległe śledztwo** (5) – serial kryminalny, Fr. 2023  
**20.00 Morderstwo w Charentes** – film kryminalny, Francja 2022  
**22.00 Tajemnice chóru** – film kryminalny, Francja 2020  
**0.00 Morderstwo w Katalonii** – dram. kryminalny, Francja 2024  
**2.00 Kobra – oddział specjalny** (2) – serial sensacyjny, Niemcy 2023  
**4.00 Petra 2** (1) – serial kryminalny, Włochy 2022

## POLSAT FILM

**8.20 Była sobie Ziemia** (26)  
**8.50 Byli sobie podróżnicy** (1, 2) – serial anim., Fr. 1997  
**10.05 Jeźdźcy smoków na końcu świata** (27-29)  
**11.35 Mysteri** – film familijny, FILM USA 2011, wyk. Hank Azaria  
**13.40 Ewolucja** – komedia s.f., USA 2001  
**15.45 Chiński zodiak** – film karate, Hongkong/Chiny 2012, wyk. Jackie Chan  
**18.00 Dzień Niepodległości** – film s.f., USA 1996  
**21.00 Ryzkanci** – dram. sensacyjny, USA 1997  
**22.55 Volta** – komedia, Polska 2017, wyk. Andrzej Zieliński  
**1.05 Ślad** (14, 15) – serial krym.  
**3.05 Gliniarze** (339, 340)  
**5.00 Na ratunek 112** (831, 832)

## HBO

**9.30 Do diabła z miłością** – komedia romantyczna, USA/Niemcy 2003  
**11.10 Prawdziwy ból** – komediodramat, USA 2024  
**12.40 Priscilla** – dram. biograficzny, Wl./USA 2023  
**14.30 Nowy początek** – film s.f., FILM USA 2016, wyk. Amy Adams  
**16.25 Przeznaczenie** – thriller s.f., Australia/USA 2014, wyk. Ethan Hawke  
**18.05 Makbet** – dram. obycz., Wlk. Bryt./Francja/USA 2015  
**20.00 Kompletnie nieznany** – dram. biograf., USA 2024  
**22.25 Ostatni wiking** – komediodramat, Dania/Szwecja 2025  
**0.20 Bezsenność** – thriller, FILM USA 2002, wyk. Al Pacino

## WARNER TV

**8.30 Paszport do Paryża** – film familijny, USA 1999  
**10.10 Rewolwer i melonik** – film sensacyjny, USA 1998  
**11.55 Godziny szczytu 3** – kom. sens., USA/Niemcy 2007  
**13.30 Akademia policjanta 4: Patrol obywatelski** – komedia, USA 1987  
**15.10 Pokerowy błąd** – komediodramat, USA/Australia/Niemcy 2007  
**17.40 Superman 3** – film przyg., Wlk. Bryt./USA 1983  
**20.10 Superman 4** – film przyg., FILM USA/Wlk. Bryt. 1987  
**22.00 Yellowstone** (9) – obycz. s.f., USA 2019  
**22.55 Dowód życia** – dram. sensacyjny, USA 2000  
**1.35 Transporter 3** – film sens., FILM Fr./Wlk. Bryt./USA 2008

## ALE KINO+

**10.20 Natalie Portman: Niepokorna ikona Hollywoodu** – dok., Niem.  
**11.35 The Office PL** (4-6) – kom. biograficzny, USA 2017  
**15.50 Pęknięte lustro** – film kryminalny, Wlk. Bryt. 1980  
**18.00 Tunel** – film katastroficzno-film., Norwegia 2019  
**20.10 Zbrodnie w Ystad** (1, 2)  
**22.05 Bullin i inne namietności** – melodram., Francja/Belgia 2023  
**0.45 Sorry, Baby** – komediodramat, USA/Hiszpania/Francja 2025  
**2.45 Kruk. Szepty słychać po zmkroku** (5) – serial krym.  
**3.40 Biały Potok** – komedia, FILM Polska 2021

## CANAL+ FILM

**12.10 Łapu capu** – rozr., Pol. 2026  
**12.25 Jutro będzie nasze** – komediodramat, Wł. 2023  
**14.20 L.A.R.P. Miłość, troleje i inne kwesty** – komedia, Polska 2025  
**15.55 Premierowa jazda** – mag.  
**16.10 Mamma mia** – kom. muz., FILM USA/Wlk. Bryt./Niemcy 2008  
**18.00 Krucjata Bourne'a** – thriller, USA/Niemcy 2004  
**19.45 Łapu capu** – rozr., Pol. 2026  
**20.00 Sprzątaczką** – film sensacyjny, Wlk. Bryt. 2025  
**21.40 Cash Out 2: Wysoka stawka** – sens., USA 2025  
**23.20 Franz Kafka** – dram. biograficzny, Czechy/Polska/Niemcy 2025  
**1.25 Dwie siostry** – dram. obycz., Pol./Ukraina 2024

## SCI FI

**7.50 Bibliotekarze 2** (1, 2)  
**9.50 Grimm 4** (16-18) – fantasy  
**12.35 Ministerstwo Czasu 4** (1, 2) – serial przyg., Hiszp.  
**15.05 Pana Magorium cudowne emporium** – kom. fantasy, USA 2007  
**17.05 Szkoła czarownic** – horror, USA 1996  
**19.05 Szkoła czarownic: Dziedzictwo** – dram. fantasy, USA/Kanada 2020  
**21.00 Zmierzyć** – film fantasy, USA 2008  
**23.30 Zapowiedź** – thriller, USA/Wlk. Bryt./Australia 2009  
**2.00 Dorwać Cartera** – film sensacyjny, USA 2000  
**4.05 The Ark 2** (3, 4) – serial s.f.

## PARAMOUNT NETWORK

**10.10 Zostaliśmy przyjaciółmi** – komedia romantyczna, Niemcy/USA/Kanada 2005  
**12.20 Indiana Jones i ostatnia krucjata** – film przyg., USA/Włochy/Hiszp. 1989  
**15.00 Indiana Jones i królestwo Kryształowej Czaszki** – film przyg., USA 2008  
**17.45 Iluzja** – thriller, Francja/USA 2013, wyk. Jesse Eisenberg  
**20.00 Iluzja 2** – thriller, Francja/FILM USA/Hongkong 2016  
**22.40 Elita zabójców** – film sensacyjny, USA/Australia/Wielka Brytania 2011  
**1.00 Anihilacja** – film s.f., USA/FILM Wielka Brytania 2018

## FX

**6.50 CSI: Kryminalne zagadki Miami** (12-14) – serial krym.  
**9.35 CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku** (1-3)  
**12.20 Agenci NCIS** (10) – sens.  
**13.15 Z archiwum X** (22, 23) – s.f.  
**15.10 To właśnie miłość** – komedia romant., Wielka Brytania/USA/Francja 2003  
**17.55 Legenda Zorro** – film przygodowy, USA 2005  
**20.35 Snajper: Dziedzictwo** – sens., USA/Bulgaria 2014  
**22.40 Bad Boys** – komedia sensacyjna, USA 1995  
**1.05 Rambo 3** – film sensacyjny, USA 1988  
**3.15 Zabójcze umysły 13** (19, 20) – serial kryminalny

## KINO TV

**8.00 Stawka większa niż życie** (1, 2) – wojenny, Pol.  
**10.35 Potop** (2-ost.) – film historyczny, Polska 1974  
**13.15 Lot Feniksa** – dram. sensacyjny, USA 2004  
**15.40 Legenda Zorro** – film przygodowy, USA 2005  
**18.15 Flintstonowie** – komedia, USA 1994  
**20.00 Wyspa tajemnic** – thriller, FILM USA 2010, wyk. Leonardo DiCaprio, Mark Ruffalo  
**23.00 Gangi Nowego Jorku** – dram. sensacyjny, USA/Niemcy/Włochy 2002  
**2.30 Liberator 2** – film sensacyjny, USA 1995  
**4.45 Bonanza** – serial obycz.

## CANAL+ SERIALE

**9.50 Naruto** (5-7) – serial anime  
**11.15 Wszystkie kolory świata 5** (2) – serial dokum.  
**12.15 Godzina zero** (1, 2) – krym.  
**13.55 Łapu capu Extra** – pr. rozr.  
**14.30 Naruto** (8-10) – anime, Jap.  
**16.00 Hollywood Buzz** – mag.  
**16.30 Maly Grand Hotel** (4)  
**16.45 Australia z góry** (1, 2)  
**18.25 The Office PL** 3 (10-12)  
**20.00 Pieniądze i krew** (5, 6)  
**22.00 Rodziny takie jak nasza** (7) – serial obyczajowy  
**22.55 Ekspedycja XD** (1-5)  
**23.50 Prosta sprawa** (1, 2)  
**2.00 Premierowa jazda** – mag.  
**2.20 Miłość, seks & pandemia** (3, 4) – obycz.  
**3.55 Polityka** (3, 4) – obycz., Pol.

## CANAL+ 360

**12.05 Piłka nożna: PKO BP Ekstraklasa: Cracovia – Raków Częstochowa**  
**14.15 Wolne duchy. Starcie z żywiołami** (5) – dok.  
**15.00 Samotna wyprawa przez Arktykę** – film dok.  
**16.00 Zabójcze drogi** (4) – dok.  
**16.55 Polarna stolica motorzyści: Arjeplog**  
**18.00 Sung Kang – szybki i dociekliwy** (1) – dok.  
**19.00 Co poszło nie tak** 2 (4)  
**20.00 Porzucone konstrukcje** (2)  
**21.00 W trasie z Normanem Reedusem** 3 (3) – dok.  
**22.00 Kiler** – komedia sensacyjna, Polska 1997  
**23.55 Furioza** (3) – sens.

**TLC**

**9.00** Kiedy dzieci mają dzieci: A Family Affair  
**10.00** Wiza na miłość: Romans na Karabach 2 – reality show  
**11.00** Ja czy jądłospos? **12.00** Wiza na miłość: znowu do wzięcia. Między sporam (12)  
**14.00** Włoskie zdrady (11, 12)  
**15.00** Wiza na miłość: David i Annie 2 (5, 6)  
**16.00** Rodzina Chantel 3  
**18.00** Wiza na miłość: ostatnia szansa 2  
**20.00** Wiza na miłość: Wielka Brytania 3 – reality show

**POLSAT CAFÉ**

**8.00** Bogaty dom – biedny dom (139) – reality show  
**9.00** Rolniczy (5, 6) – dok.  
**11.00** Działkowcy (1): Pilot  
**12.00** Darek Stolarz – remont w 3 dni (4) – pr. rozr., Pol.  
**13.00** Bogaty dom – biedny dom (140) – reality show  
**14.00** Nasz nowy dom (331)  
**15.05** Demakija (226, 207)  
**16.00** Kolacja w ciemno (15)  
**17.00** Randka w ciemno (10)  
**18.00** Nasz nowy dom (262, 263) – reality show  
**20.00** Bogate dzieciaki bez kasy (30) – reality show  
**21.00** Gry małżeńskie (206)

**TVN STYLE**

**5.25** I nie opuszczę Cię aż do ślubu (8)  
**6.00** Rajską posiadłość Pamela Anderson (2)  
**6.50** Będzie pięknie (1) – rozr.  
**7.45** Dzień Dobry TVN – mag.  
**11.30** Ostre cięcie 11 (7) – rozr.  
**12.30** Babski biznes (2) – rozr.  
**13.35** Jestem z Polski 16 (4, 19, 2) – serial dokum.  
**16.35** Bitwa o gości (1)  
**17.35** Do zobaczenia (4) – magazyn poradnikowy  
**18.10** Ugotowani (5) – program kulin.-rozywyk., Polska  
**19.10** Kuchenne rewolucje (10, 11) – pr. rozr., Polska

**Discovery DISCOVERY CHANNEL**

**9.00** Złomowski PL (12, 13)  
**11.00** Kamperem przez świat (2)  
**12.00** Przygody truckerki (1)  
**13.00** Ed Stafford: inicjacja: Shaolin  
**14.00** Gorączka złota 16  
**15.00** Premiera: Vantara – azyli dla zwierząt  
**16.00** Specjalistki (2)  
**17.00** Nic do ukrycia (5)  
**18.00** Celnicy na straży Szwecji 4 (3)  
**19.00** Włoska kontrola celna (2)  
**20.00** Akta ekspedycji 2: Obłęd wyjaśniony

**TVP HISTORIA**

**10.55** Wszystkie kolory świata (22)  
**11.55** Świat w filizance herbaty (4) – serial dok.  
**13.00** Kanadyjskie parki narodowe (3): Wvavik  
**14.00** Flesz historii  
**14.30** Sirocco – film  
**FILM** 16.10 Juliusz Cezar, narodziny dyktatury (3)  
**17.15** Ex Libris – magazyn  
**17.40** Blisko, coraz bliżej (3)  
**19.00** Zapomniane agentki II wojny światowej (5)  
**20.00** Ładowanie w Normandii, nieznanie taśmy (1)

**FOKUS TV**

**7.00** Rolnicy. Podlasie (25, 26) – serial dokum.  
**9.00** Wioski wioseczki (1)  
**10.00** Podglądacze przyrody 2 (5, 6)  
**11.00** Z klimatem i z pasją  
**11.30** Wojny magazynowe (16-19, 1) – reality show  
**14.00** Premiera: Gwiazdy lombardu 25 (9)  
**15.00** Tajemnice wielkich bitew (3, 4) – serial dok.  
**17.00** Rolnicy. Podlasie (20-23) – serial dok., Pol.  
**21.00** Podglądacze przyrody 2 (5): Borsuki Górale (13) – serial dok.

**21.00** Premiera: Wiza na miłość 12 (3)  
**23.00** Transplantacja: drugie życie: Odlizanie – dok.  
**0.00** Dr Pryszczyla 4  
**1.00** Wiza na miłość: Wielka Brytania 3 – reality show  
**2.00** Wiza na miłość 12 (3)  
**4.00** Salon sukien ślubnych Goka: Wielka Brytania

**22.00** Kolacja w ciemno (96) – pr. rozrywk., Pol. 2025  
**23.00** Gry małżeńskie (92, 93) – reality show, Polska  
**1.00** Kolacja w ciemno (13, 14) – pr. rozr., Polska  
**3.05** Więzienie kobiet (58, 59) – serial dokum.  
**4.00** Zdrady (93, 94) – serial paradokumentalny, Polska

**21.05** Ostre cięcie (7) – pr. rozr.  
**22.05** Runway Diaries. Łukasz Jemioł – dok.  
**23.15** EuroPOLKI studentki (6) – pr. rozr., Polska 2023  
**0.15** Cały jej świat (5) – eduk.  
**1.15** Nieoczywiste miejsca (3, 4) – serial dokum., Pol.  
**2.20** Apetyt na miłość (8) – pr. rozrywk., Pol. 2017

**21.00** Gorączka złota 16  
**22.00** Teorie spiskowe pod lupą  
**23.00** Celnicy na straży Turcji (14)  
**0.15** Nagi instynkt przetrwania 12  
**2.15** Fani czterech kółek – skróty (7)  
**2.30** Porty: Hiszpania (5)

**21.10** Popieluszek. Wolność jest w nas – film biograficzny, Polska 2009  
**23.55** 2026 rokiem Andrzeja Wajdy: Kronika wypadków miłosnych – dramat obyczajowy, Polska 1985  
**2.05** Janine – film dokumentalny, Białoruś

**22.00** Premiera: Arktyka się zbroi – film dok., Niemcy  
**23.00** Największe śledztwa CBSP (9): Zorganizowana przestępczość kryminalna  
**0.00** Pogromcy mafii (9) – serial dokum., Pol. 2024  
**1.00** Rolnicy. Podlasie (9-12) – serial dokum., Pol. 2025  
**5.00** Kołowrotek (8, 9) – mag.

**METRO**

**6.15** Gorączka złota 9 – dok.  
**8.05** Klan z Alaski – serial dokum.  
**10.05** The Floor – teleturniej, Pol.  
**11.35** Przygody Rudego – film  
**FILM** 13.30 Diagnoza (11, 12) – obycz.  
**15.30** Kartekta 11 (5) – fab.-dok.  
**16.35** Kryminalni 2 (3, 5) – krym.  
**18.50** Milionery – teleturniej, Pol.  
**20.00** Szogun (5) – serial przyg.  
**22.00** Sama przeciw wszystkim – thriller, USA/Francja/Wielka Brytania 2016  
**0.40** Zbrodnie z pierwszych stron gazet 2 – serial dok.  
**1.40** Szpital (740) – paradok., Pol.  
**2.40** Szkoła (835) – paradok., Pol.  
**3.40** Nowa Maja w ogrodzie 3 – magazyn ogrodnicy

**ZOOM**

**9.00** Jakubiak rozgryza Tajlandię i Kambodżę  
**9.35** Wojciech Cejrowski – bosu przez świat  
**11.45** Sensacje XX wieku – hist.  
**13.55** Stawka większa niż życie (5, 6) – serial wojenny, Polska  
**FILM** 16.35 Nie ma róży bez ognia (13) – komedia obycz., Pol. 1974  
**18.30** Kabaretowe przeboje  
**19.40** I love kabaret EXTRA  
**20.00** Hity polskiego kabaretu 7  
**22.00** Ekspresy: Odsiadka  
**23.00** Magia nagości. Najlepsze momenty – rozr., Wlk. Bryt.  
**0.05** Adam szuka Ewy. Niemcy 3 – pr. rozr., Niemcy  
**1.10** Magia nagości. Finlandia 3  
**1.50** I love kabaret – pr. rozr., Pol.

**FOOD NETWORK**

**9.55** Dieta czy cud? – mag.  
**11.25** Wiem, co jem i wiem, co kupuję – mag. poradnikowy  
**12.10** Wiem, co jem 4 – mag.  
**12.40** Dzieciście mistrzostwa wypieków – telet. kulin.  
**13.40** Kuchenne rewolucje – rozr.  
**15.00** Kuchnia jak u mamy – mag.  
**17.00** Symon gotuje w ogrodzie 2 – mag. kulin.  
**18.05** MasterChef – pr. rozrywk.  
**19.35** Dziwaczne potrawy – dok.  
**20.35** Pojedynki na grille  
**21.40** Wiosenny turniej wypieków – reality show  
**22.45** Apetyt na miłość – pr. rozr.  
**23.45** Perfekcyjni gospodarze 9  
**1.50** Król mięsa – magazyn kulin.  
**3.10** Król mięsa 2 – mag. kulin.

**DISCOVERY SCIENCE**

**6.00** Tajemnice lądowania na Księżycu  
**8.00** Zoom na architekturę  
**10.00** Jak to jest zrobione?  
**12.00** Zwykłe rzeczy, niezwykłe wynalazki 15  
**14.00** Pogromca mitów w akcji  
**16.00** Jak działa wszechświat?  
**18.00** Jak to jest zrobione?  
**20.00** Wyprawa w nieznaną 9  
**21.00** Wyprawa w nieznaną 9  
**22.00** Pojedynki wizjonerów  
**23.00** Poszukiwacze dinozaurów  
**0.00** Tajemnice lądowania na Księżycu  
**2.00** Autostrada spotkań z UFO  
**4.00** Zwykłe rzeczy, niezwykłe wynalazki 15

**NATIONAL GEOGRAPHIC**

**14.00** Superstadion Realu Madryt – film dokum., Hiszp.  
**15.00** Egipt: miejsce pełne tajemnic: Tajemnice zapisane w kościach  
**16.00** Egipt: Miejsce pełne tajemnic  
**17.00** UFO: Przelomowe śledztwa  
**18.00** Grand Prix Monako: Za kulisami wyścigu – dok.  
**19.00** Wojna widziana z powietrza  
**20.00** Czarnobyl: Świadkowie tragedii  
**21.00** Największe katastrofy budowlane  
**22.00** CIA: Tajemnice i szpiechy  
**23.00** Ukryte pod miastami

**BBC EARTH**

**6.00** David Attenborough i cuda natury 4 – serial dok.  
**6.50** W okowach mrozu – dok.  
**10.00** Zdrowa zmiana 2 – dok.  
**11.00** Wielkie koty 2/7 2 – dok.  
**12.15** W okowach mrozu 2 – dok.  
**13.15** Amerykańskie Południe  
**14.15** Błękitna planeta: powrót (1, 2) – film dokum., Wlk. Bryt.  
**16.30** Zdrowa zmiana 2 – dok.  
**17.50** W okowach mrozu 2 – dok.  
**18.50** Dynastia – serial dokum.  
**21.00** Wielkie koty 2/7 2 – dok.  
**22.15** W okowach mrozu 2 – dok.  
**23.15** Przyszłość natury – dok.  
**0.25** Układ Słoneczny – dok.  
**1.40** Zdrowa zmiana 2 – dok.  
**2.45** W okowach mrozu – dok.  
**5.10** Amerykańskie Południe

**WP**

**11.05** Meghan Markle: Jak zarobić na rodzinie królewskiej – film dokum.  
**12.05** Hitler i zmierzch demokracji (1/2) – film dok.  
**13.10** Pokochaj lub sprzedaj Quebec 4 – reality show, Kan.  
**14.05** Pokochaj lub sprzedaj Vancouver 3: Karen and Ian  
**15.00** Strażacy z sąsiedztwa 2  
**16.00** Policjanci w akcji (3)  
**16.55** Pogoda  
**17.00** Policjanci z sąsiedztwa 7  
**21.50** Pogoda  
**22.00** Mistrzowie Kabaretu 10  
**23.00** Mistrzowie Kabaretu 12  
**23.55** Mistrzowie Kabaretu 17  
**1.00** Mistrzowie Kabaretu 7

**NOWA TV**

**7.30** Interwencja – taka jest Polska (558) – mag.  
**8.20** Frieren. In kresu drogi (23, 24) – serial anime, Japonia  
**9.30** Dragon Ball Super (9-15)  
**13.00** One Punch Man (9, 10)  
**14.00** Kabaret na żywo – Klinika Skęczący Męczący  
**16.00** Nowa Rewia Kabaretowa  
**18.00** Kabaret na żywo. Przystanek Radość – rozr.  
**20.00** Nowa Rewia Kabaretowa  
**21.00** Zdrady (64-67) – paradok.  
**1.00** Łowca pedofiliów – dok.  
**3.00** TV okazje  
**3.50** Wehikuł czasu  
**4.00** Sala operacyjna: Ukąszony  
**5.00** Pod lupą – magazyn

**HGTV HOME & GARDEN**

**12.00** Polowanie na ogród 2  
**12.35** Ogród Marthy Stewart  
**13.35** Design w australijskim stylu – program rozrywkowy  
**14.35** Złoty remont 11 – pr. rozr.  
**15.35** Będzie pięknie – pr. rozr.  
**16.40** Weekendowa metamorfoza 4 – pr. rozr.  
**17.40** Kamera, akcja, wypadki!  
**19.20** House Hunters – Poszukiwacze domów  
**20.20** House Hunters – Poszukiwacze domów 2  
**21.30** Dorota inspiruje  
**22.25** Dorota inspiruje 2  
**23.25** Najgorętsze nieruchomości pod słońcem – serial dokum.

**TRAVEL CHANNEL**

**6.00** Z wędką na koniec świata – serial dokumentalny  
**8.05** Smakuj świat z Pascalem – reality show  
**10.15** Afryka Express – reality show  
**11.50** Patent na podróż – pr. rozr.  
**14.00** Człowiek kontra jeźdźcień  
**16.00** Kobieta na krańcu świata – serial dokumentalny  
**18.15** Cieżarówka przez Stany – program rozrywkowy  
**21.15** Operacja: LOT – serial dok.  
**23.20** Pomocy! W moim domu straszny (11, 12) – serial grozy  
**1.20** W co wierzą Osobomowie – reality show  
**5.25** Za Donalem... do Europy

**NATIONAL GEOGRAPHIC WILD**

**12.00** Sekrety zoo: Tampa  
**13.00** Sekrety zoo: superkobiety  
**14.00** Dzikie cuda Europy  
**15.00** Kalahari: podziemne życie pustyni – film dokumentalny  
**16.00** Dzikie miejsca Europy  
**17.00** Królestwo białego wilka (3) – film dokumentalny, USA  
**18.00** Oko w oko z dziką naturą  
**19.00** Przedziwna planeta Ziemia: Ucieczka – serial dok.  
**20.00** Europa z powietrza  
**21.00** Wrogowie świata: Dżungla – dok.  
**22.00** Olsniwająca Ameryka: Południowy Zachód  
**23.00** Dziką Afryką Południową  
**0.00** Porażka drapieżnika: triumf ofiary – film dokum.

**POLSAT WIASAT HISTORY**

**10.15** Adolf Hitler: Zrozumieć dyktatora  
**11.30** Najgroźniejsi ludzie Hitlera  
**13.25** Kto napisał Nowy Testament? – film dok., Fr.  
**14.30** Kto napisał Biblię? – dok.  
**15.45** Zaginionie miastę Biblij (1, 2) – film dokum., Wlk. Bryt.  
**17.50** Tajemnice Jezusa – dok.  
**19.00** Tajne bazy nazistów 4  
**21.00** II wojna światowa: Agentki  
**22.05** II wojna światowa – kobiety na froncie  
**23.15** Pracując dla wroga  
**0.25** Kryminologia starożytności

**CANAL+ KUCHNIA**

**13.50** Planeta słodczyz – dok.  
**14.50** Jamie gotuje w Gruzji  
**15.45** Po prostu Jamie: szybko i łatwo – magazyn kulinarny  
**16.40** Letnie inspiracje – dok.  
**17.15** Z pola na stół – serial dok.  
**16.50** U sąsiadów w kuchni 16  
**18.25** Jakubiak rozgryza Wietnam – magazyn kulin.  
**19.20** Jakubiak rozgryza Tajlandię i Kambodżę: Chiang Mai – serial dokum.  
**19.45** Zgrillowani 2 – mag. kulin.  
**20.40** M jak mięso 10 – mag. kulin.  
**21.30** Nie tylko kimchi – mag.  
**22.00** Podróż przez smaki Chin 4

**CANAL+ DOMO**

**12.25** Ucieczka na wieś 24 – dok.  
**14.20** Wielkie projekty: Szwecja 5 – serial dokum.  
**15.15** Luksusowa ucieczka 6  
**16.10** Adres: rezydencje marzeń  
**17.15** Wiejskie domy do liftingu 3 – serial dokum.  
**18.05** Tomasz Pagowski. Remont u Ciebie 7 – mag.  
**18.30** Daleko od miasta 13 – dok.  
**19.00** Ucieczka na wieś 22 – dok.  
**21.00** Pomocy! Kupiliśmy wioskę – serial dokum.  
**22.50** Cudotwórcy 7 – mag.  
**0.35** Kupiliśmy sobie zamek 9  
**1.35** Remont w 48h 10 – mag.

**SUPER POLSAT**

**11.00** Ania z Zielonego Wzgórza  
**FILM** – film obyczajowy, Kan. 2016  
**12.55** Alfa – film przygodowy, USA/Kanada/Chiny 2018  
**FILM** 15.00 Małolaty na obozie  
**FILM** – film familijny, USA 2007  
**16.55** Polacy w świecie  
**17.55** Świat według Kiepskich (90, 508) – serial kom., Polska  
**19.00** Randka w ciemno – pr. rozr.  
**21.00** Obsesa  
**FILM** – thriller, USA 2009  
**23.15** Hellboy – horror  
**FILM** s.f., USA 2004  
**1.50** Backdoor. Wyjście awaryjne (9) – serial kom.

**TVP KOBIECI**

**12.00** Okrasa łamie przepisy  
**12.30** Kwiaty na warsztat 2  
**13.00** Wielka sława to żart – Benefis Wiesława Ochmana – widowisko  
**14.00** Rodzinka.pl (130, 131)  
**15.00** Podróża Malej i Dużej 6  
**15.30** Ojciec Mateusz 30 (391, 392) – serial kryminalny  
**17.25** Doktorka – film dok., Pol.  
**18.30** Daję słowo – Maciej Orłoś  
**19.30** Miłość i nadzieja (267)  
**20.30** Wichrowe wzgórze (248)  
**21.30** Na przekór losowi (6)  
**22.35** Hit Man – komedia  
**FILM** sensacyjna, USA 2023

**PLANETE+**

**13.35** Genialne rośliny (2) – dok.  
**14.45** Zapomniane królowe epoki żelaza – film dokum.  
**15.50** Tutanchamon: wielkie odkrycie – film dokum.  
**17.00** Rok z dziką przyrodą  
**18.00** Dokąd dzisiaj? 4 – dok.  
**18.40** Polska z góry. Zamki, dworki, pałace 5 – dok.  
**19.45** Catherine Deneuve. W centrum kadru – dok.  
**20.50** AC/DC – Forever Young  
**22.00** Jak wygrać z Ku Klux Klanem – serial dokum.  
**22.55** Jak US Army cenzuruje Hollywood – film dokum.

**TVP DOKUMENT**

**12.05** Saga prastarej puszczy  
**13.10** Podróża Malej i Dużej 7  
**13.35** Tacy byliśmy  
**14.05** Kerkin i grecka przystań ptaków – film dokumentalny  
**15.05** Stuk, stuk – świat dziecięca – film dok., Niem.  
**16.00** Sekrety dzikich kwiatów  
**17.05** Kultury miejska: Bogotawo  
**18.05** Sanatorium miłości  
**18.55** Lubie wracać tam, gdzie byłem – film dok., Pol. 2023  
**20.05** Maryla. Tak Kochalam – film dokumentalny, Pol.  
**22.05** Sting: A Free Man – dok., Fr.  
**23.15** Tamte lata, tamte dni

TVP SPORT TVP SPORT D3 12
10.30 Futbol totalny
11.45 Film dokumentalny
12.50 Boks: Gala w Bournemou...

EUROSPORT 1
9.30 Tenis: Turniej French Open w Paryżu - finał gry pojedynczej kobiet
11.00 Tenis: Turniej French Open w Paryżu - finał gry podwójnej kobiet (live)

POLSAT SPORT 1
5.15 Siatkówka kobiet: Liga Narodów - mecz: Tajlandia - Czechy (live)
8.45 Siatkówka kobiet: Liga Narodów - mecz: Belgia - Serbia (live)

TVP ABC TVP ABC D3 12
9.00 Tru i Tęczowe Królestwo
9.30 Ziarno
10.05 Bajnutki - bajki piaskiem i dźwiękiem pisane

MINIMINI+
10.10 Baczne oczka
10.30 Jezyk Happy
11.50 Marta mówi

TVN 24
9.30 Serwis informacyjny, Prognoza pogody
10.45 Kawa na lawę - mag.
11.55 Loda prasowa - pr. publ.

CANAL+ SPORT CANAL+ SPORT
20.45 Koszykówka 3x3 kobiet: Mistrzostwa świata - Warszawa 2026 - mecz finałowy (live)
21.15 Koszykówka 3x3: MŚ - Warszawa 2026 - mecz finałowy (live)

EUROSPORT 2
19.30 Kolarstwo: Tour Auvergne-Rhône-Alpes - 1. etap
20.30 Kolarstwo kobiet: Giro d'Italia - 9. etap

POLSAT SPORT 2
19.15 Siatkówka kobiet: Liga Narodów - mecz: Brazylia - Włochy (live)
21.00 Piłka nożna - mecz towarzyski: Maroko - Norwegia (live)

NICKELODEON
14.45 Yakari
15.15 Ugoty nam bajkę
15.35 Bella i Sebastian

TELETOON+
16.30 Mega Ekspres
16.56 Ciekawski George 7
17.55 Dora i przyjaciele

TVP Info\_ TVP INFO D3 12
20.00 W kularach
21.30 Serwis informacyjny, Prognoza pogody
22.00 Szkoło kontaktowe

CANAL+ SPORT CANAL+ SPORT
12.00 Turbokozak
13.00 Piłka nożna: Liga hiszpańska: Barcelona - Real Madryt
16.00 Ligomistrzowe historie (1)

EUROSPORT 2
11.30 Wspinaczka: Zawody World Series w Pradze - bouldering kobiet - finały
12.15 Kolarstwo kobiet: Giro d'Italia - 8. etap

POLSAT SPORT 2
8.30 Piłka nożna - mecz towarzyski: Belgia - Tunezja
11.00 Piłka nożna - mecz towarzyski: Portugalia - Chile

NICKELODEON
8.35 SpongeBob Kanciastoparty 11
9.05 SpongeBob Kanciastoparty 12

TELETOON+
8.34 Harmidom
9.55 Barbie: Dreamhouse Adventures 2
11.18 Siostry 2

TVP Info\_ TVP INFO D3 12
15.00 Serwis Info Dzień
15.10 Młodzież kontra, czyli pod ostrzałem
16.00 Dzień w godzinę

CANAL+ SPORT2 CANAL+ SPORT 2
8.20 Padel: Turniej Premier Padel w Rzymie - półfinał kobiet
10.40 Padel: Turniej Premier Padel w Rzymie - półfinał mężczyzn

ELEVEN SPORTS 1
9.30 Formuła 2: Grand Prix Monako (live)
10.55 GP Confidential
11.30 Formuła 1: Grand Prix Monako - sesja kwalifikacyjna

POLSAT SPORT 3
11.00 Piłka nożna: Road to 26 - mecz: Argentyna - Honduras
13.00 Lekkoatletyka: World Athletics Continental Tour Gold - College Station 2026

NICK JR.
8.20 Pan Krokodyl
8.45 Barabapa i jego rodzinka
9.40 Tim Rex wśród gwiazd

DISNEY JUNIOR
8.00 Spidey i superkumple 2
8.30 Klub Myski Miki Plus
9.00 Klub przyjaceli

POLSAT NEWS
11.00 Polityczny WF z gościem
12.00 W rytmie dnia
12.50 Wydarzenia 12:50

CANAL+ SPORT5 CANAL+ SPORT 5
13.00 Magazyn Ligi Mistrzów UEFA
14.00 Żużel: Metalkas 2. Ekstraliga: ROW Rybnik - Polonia Pila (live)

ELEVEN SPORTS 2
12.00 Piłka nożna: Liga niemiecka: Hoffenheim - Bayern
14.00 Piłka nożna: Liga włoska: Inter - Sassuolo

POLSAT PLAY
9.00 Kolowrotek
9.30 Taaka ryba
10.00 Jedziemy na ryby!

TURBO TVN TURBO
12.30 Jeździć, obserwować
13.15 Moto kombat
14.00 Zawodowi handlarze

TVS TVS
8.35 Muzyczne dzień dobry
9.35 Przy muzyce po Śląsku
10.55 Klachy i Lachy

TRWAM TV TRWAM D3 12
18.00 Podróż Apostolska
19.30 Basniowy teatr labo
20.00 Informacje dnia

WAMPIR LESTAT

# Rockandrollowy zabójca

Trzeci sezon świetnego serialu „Wywiad z wampirem” przenosi uwagę widzów na losy Lestata – teraz gwiazdę rocka.

Nowość w TV!



Lestat wychodzi z cienia prosto na muzyczną scenę.

W filmie „Wywiad z wampirem” z 1994 r. Lestata zagrał Tom Cruise, a jego ucznia Louisa – Brad Pitt. Dostępny w PRIME VIDEO.



Jak na karierę kochanka zareaguje Louis?

później cykl jej powieści zainspiruje twórców serialu, którego trzecia część ma właśnie światową premierę. Tym razem na pierwszym planie obserwować będziemy jej ukochanego bohatera. Podobno, wymyślając jego sceniczną karierę, wzorowała

się na Jimie Morrisonie z The Doors.

## Podróż w czasie

Lestat (Sam Reid), który przed laty przemienił Louisa (Jacob Anderson) i Claudię (Delainey Hayles), wychodzi z cienia i ujawnia się światu. Niedawno ukazał się wywiad Daniela Molloya (Eric Bogosian) z Louisem, który zainspirował go do tego, by teraz opowiedzieć własną wersję swojej historii. Nie chce już ukrywać swojej prawdziwej natury, wykorzystuje ją, by stać się pierwszą nieśmiertelną gwiazdą rocka. Rosnąca popularność i jego sceniczna charyzma sprawiają, że zyskuje on coraz większy

wpływ zarówno na wampiry, jak i na ludzi. Jednocześnie będzie musiał zmierzyć się z przeszłością i prześladowającymi go postaciami z poprzednich wcieleń. Na dodatek w tle narasta zagrożenie Wielką Konwersją, czyli niekontrolowanym wzrostem liczby nieśmiertelnych. Anne Rice umieściła karierę muzyczną Lestata w latach 80. XX wieku, jednak twórcy przenieśli akcję w czasy współczesne. Część historii obejmie także wczesną młodość de Lioncourta, lata, kiedy dorastał w XVIII-wiecznej francuskiej wsi, spotkanie z Magnusem (Damien Atkins), który przemienił go w wampira i Mariusem (Christopher Heyerdahl) – starożytnym wampirem z I w. n. e. Poznamy też inne postacie z jego przeszłości, w tym królową wampirów – Akaszę (Sheila Atim) i matkę Lestata, Gabrielle (Jennifer Ehle).

## Sympatia dla diabła

Sam Reid od początku bardzo zżył się ze swoim bohaterem. Przygotowu-

jąc się do roli, brał lekcje francuskiego, gry na pianinie, śpiewał, stepował i... tresował psy. Tworząc sceniczne wcielenie, Lestat wzorował się m.in. na Davidzie Bowiem i Freddie Mercuryem. – Gwiazdy rocka są z natury wampirami – twierdzi żartobliwie. Przyznał jednak, że najtrudniejsze dla niego było utrzymanie nieustannej empatii dla socjopaty i demona, jakim jest przecież Lestat. – Myślę, że nie możemy zapominać, że grając wampiry, gramy potwory. Co to znaczy być tym zwierzęciem i mieć je cały czas w sobie? Wiedzieć, że nawet jeśli rozmowa z kimś sprawia ci przyjemność, zastanawiasz się, jak długo będziemy przyjaciółmi, zanim cię zabiję? – opowiada.

I na koniec jeszcze jedna dobra wiadomość dla fanów serialu – prawdopodobnie powstaną kolejne sezony. Twórca serialu, Rolin Jones mówi, że chciałby, aby trwał tak długo, jak długo Reid i Anderson będą chcieli go tworzyć. **EGP**

➔ WAMPIR LESTAT  
PO 8.06 godz. 22.00 AMC

Kiedy Anne Rice pisała w latach siedemdziesiątych „Wywiad z wampirem”, próbowała odreagować śmierć swojej córki. Wymyśliła historię o wampirach, którzy przez wieki muszą sobie radzić ze stratą najbliższych. Centralną postacią powieści uczyniła pochodzącego z XVIII wieku Lestata de Lioncourta, o którym tak mówiła: – Lestat jest moją duszą, moim bohaterem, moim wewnętrznym „ja”, moim ideałem. Nie przypuszczała wtedy, że na podstawie jej powieści powstanie film z Tomem Cruisem i Bradem Pittem (1994), a prawie 30 lat



Dla prokuratora nie istnieją sprawy oczywiste.

Od 1. odcinka

**PROKURATOR**

Proch, Kielak i Siedlecka są zaskoczeni pewnym odkryciem.



## Dociekliwi i skuteczni

➔ **PROKURATOR PO 8.06**  
godz. 20.30 TVP 1

Kazimierz Proch (Jacek Koman) od lat tropi zbrodnie, których inni nie potrafią rozwikłać. To samotnik rzadko dopuszczający kogokolwiek do swojego świata. Wyjątek robi dla inspektora Witolda Kielaka (Wojciech Zieliński) – impulsywnego policjanta, z którym tworzy wyjątkowo skuteczny duet. Ich pierwsza wspólna

sprawa dotyczy śmierci Karola Adamczyka, którego ciało znaleziono przy elektrowni na Żeraniu. Choć wszystko wskazuje na samobójstwo, Proch zaczyna dostrzegać niepokojące nieścisłości. Gdy patolog Ewa Siedlecka (Magdalena Cielecka) odkrywa, że ofiara przed śmiercią była związana, śledztwo nabiera tempa. Każdy kolejny trop odsłania przed Prochem nowe tajemnice.

**MAM**

## BŁĘKITNA PLANETA: POWRÓT

### Woda pełna życia

➔ **BŁĘKITNA PLANETA: POWRÓT PO 8.06**  
godz. 17.45 BBC EARTH

Ósmego czerwca, w Światowy Dzień Oceanów, BBC Earth zaprasza na wyjątkowy wieczór poświęcony oceanom, morzom i ich ochronie. Oceany pokrywają ponad 70 proc. powierzchni Ziemi, produkują większość tlenu i są źródłem pożywienia oraz utrzymania dla milionów ludzi, dlatego tak ważna jest

walka m.in. z przełowieniem i skutkami zmian klimatu. Tego dnia zobaczymy m.in. dokument „Błękitna planeta: powrót”, w którym naukowcy badają stan wód u wybrzeży Ameryki, na Bahamach i przy Wielkiej Rafie Koralowej. A o 19.55 David Attenborough zabierze widzów w podróż przez wielki błękit – surową, podwodną pustynię pełną niezwykłych i zachwycających stworzeń. **MP**



Oceany to niezwykle ważny ekosystem dla zwierząt i człowieka.

FOT. TVP (2), BBC

REKLAMA

# SPORT TO PODSTAWA!

...i to dosłownie. W nowej piramidzie żywienia, którą opracowują i stale aktualizują naukowcy zajmujący się dietetyką, aktywność fizyczna stanowi podstawę. Bez niej nawet najzdrowsze jedzenie nie utrzyma nas w dobrej formie. Specjaliści zalecają codzienne spacerowanie, bieganie, grę na świeżym powietrzu, jazdę na rowerze, pływanie, tenis. Ważne, by sport uprawiać sukcesywnie.

Podczas treningów możesz odczuwać dyskomfort łydek, kolan, łokci, bioder, kręgosłupa, karku, szyi. Warto wspierać się dobrym kolagenem, jak na przykład KolagenCito znanej niemieckiej marki Reutter. KolagenCito to nie imitacja! KolagenCito jest produktem 100% oryginalnym!

Dobroczynny KolagenCito jest chroniony prawem patentowym na świecie! Dostępny w aptekach i sklepach medyczno-zielarskich. Sport! Ruch! Aktywność...! Wspieraj kondycję z KolagenCito dzisiaj, jutro, zawsze...!

## KolagenCito - dobry wybór!

KolagenCito  
PASTYLKI KOLAGENOWE MIĘKKIE  
z witaminą C

Reutter

DOSTĘPNY W APTEKACH I ZIELARNIACH

## TVP 1

- 5.10 Złoty chłopak** (306) – serial obyczajowy, Turcja 2022
- 6.00 Akacja 38** (874) – telenowela, Hiszpania 2015
- 7.00 Transmisja mszy świętej z Sanktuarium Matki Bożej na Jasnej Górze**
- 7.30 Studio Raban** – magazyn dla młodzieży, Polska
- 8.00 Serwis Info** – program informacyjny, Polska
- 8.05 Pogoda info**
- 8.15 Czerdziestolatek** (6): Wiosy Flory, czyli labirynt – serial obyczajowy, Polska 1974
- 9.10 Ranczo 4** (50): Kontratak – serial obyczajowy, Polska 2009
- 10.10 Komisarz Alex 5** (59): Testament – serial kryminalny, Polska 2014
- 11.05 Ojciec Mateusz 13** (166): Pogubieni – serial kryminalny, Polska 2015
- 12.00 Serwis Info** – program informacyjny, Polska
- 12.10 Agrobiznes** – magazyn rolniczy
- 12.30 Agropogoda**
- 12.40 Rok w ogrodzie extra**
- 12.55 BBC w Jedynce: Planeta zmian 2** (1/2) – film dokumentalny, Wielka Brytania 2023
- 14.00 Złoty chłopak** (307) – serial obyczajowy, Turcja 2022
- 15.00 Serwis Info** – program informacyjny, Polska
- 15.10 Pogoda info**
- 15.25 Gra słów. Krzyżówka** – teleturniej, Polska 2019-2026
- 16.00 Dziedzictwo** (942) – serial obyczajowy, Turcja 2020
- 17.00 Teleexpress, Pogoda**
- 17.25 Jaka to melodia?** – teleturniej muzyczny
- 18.05 Reporterzy** – magazyn reporterów
- 18.25 Akacja 38** (885) – telenowela, Hiszpania 2015
- 19.30 Program informacyjny 19.30**
- 19.55 Pytanie dnia** – program publicystyczny, Polska 2026



**20.30 KRYMINALNY**

**Prokurator (1)**  
Inspektor Witold Kiełak i prokurator Kazimierz Proch (Jacek Koman, zdj.) prowadzą śledztwo w sprawie powieszzonego mężczyzny. Zostawiony przez niego list pożegnalny wskazuje na samobójstwo. Proch ma jednak wątpliwości. Udział osób trzech potwierdza też patolog. **55 min**



**21.25 DRAM. KRYM.**

**Uczciwy złodziej**  
Nieuchwytny przestępca Tom Dolan (Liam Neeson, zdj.) postanawia zmienić życie dla ukochanej, Annie Wilkins (Kate Walsh). Nie chce już dłużej uciekać. Proponuje więc układ FBI – odda zabrawane pieniądze w zamian za wolność. Jego plan się komplikuje, gdy do akcji wkraczą dwaj skorumpowani agenci. **110 min**



**23.15 DOKUMENT**

**Fenomen Fogga**  
Portret artysty, który stał się legendą polskiej muzyki. Twórcy filmu przybliżą mniej znane fakty z życia Mięcisława Fogga (zdj.) – człowieka, który pozostał skromnym mimo sukcesów. **65 min**

## TVP 2

- 4.35 Na dobre i na złe** – serial obyczajowy, Polska 2023
- 5.30 M jak miłość** (1771) – serial obyczajowy, Polska 2023
- 6.25 Rodzina (nie od) święta:** Jak pomóc dziecku budować zdrowe przyjaźnie, a nie tylko „koleżeństwo”? – magazyn religijny, Polska 2026
- 6.55 Barwy szczęścia** (3329) – serial obyczajowy, Polska 2026
- 7.30 Pytanie na śniadanie – pobudka** – magazyn, Polska 2026
- 7.55 Pytanie na śniadanie Okrasa łamie przepisy:** Smaki Opolszczyzny – magazyn kulinarny, Polska 2025 (patrz obok)
- 12.00 Wyższa Szkoła Jazdy** (1) – magazyn motoryzacyjny, Polska 2026
- 12.35 Koło fortuny** – teleturniej, Polska 2025
- 13.15 Panna młoda** (116) – serial obyczajowy, Turcja 2024
- 14.05 Va banque** – teleturniej, Polska
- 14.35 Na sygnale** (849) – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2026
- 15.05 La Promesa – pałac tajemnic** (406) – serial obyczajowy, Hiszpania 2022  
Cruz naciska na Manuela, domagając się, by wyjawiał, kim jest kobieta, którą kocha. Virtudes bez pozwolenia opuszcza pałac. **55 min**
- 16.00 Koło fortuny** – teleturniej, Polska 2025
- 16.35 Familiada** – teleturniej
- 17.20 Panna młoda** (117) – serial obyczajowy, Turcja 2024  
Wiadomość o tym, że Melih szuka kandydatki na żonę, wprawia Sinem w osłupienie. Cemil dowiaduje się od Mukadder o niepokojącej sytuacji w rezydencji. **55 min**
- 18.15 Va banque** – teleturniej, Polska
- 18.50 Jeden z dziesięciu** – teleturniej
- 19.25 Barwy szczęścia** (3329) – serial obyczajowy, Polska 2026 (patrz obok)
- 20.05 Omnibus – szybcy i mądzy** – teleturniej, Polska 2026
- 20.35 Omnibus – szybcy i mądzy – dogrywka** – teleturniej, Polska 2026
- 20.55 Postaw na milion** – teleturniej, Polska
- 21.50 Na sygnale** (837, 838) – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2026
- 22.55 Ludzie i bogowie** (7, 8): Ostatni skok; Żelazny Ernst – serial historyczny, Polska 2020 (patrz obok)
- 0.45 Na tropach przeszłości** (4) – serial kryminalny, Francja 2023
- 1.45 Nasz dom w górach** (4): Taniec godowy, część 2 – serial obyczajowy, Niemcy 2019
- 2.40 Akacja 38** – telenowela, Hiszpania 2015



**11.30 KULINARNY**

**Okrasa łamie przepisy**  
Karol Okrasa (zdj.) podąża szlakiem kulinarnym zrzeszającym lokale gastronomiczne promujące tradycyjną kuchnię Śląska Opolskiego. Przygotuje psstrągę z opolskim krupniakiem oraz ziemniaczane „pranzunki” z pastą z „leberki”, czyli opolskiej pasztetówki. **30 min**



**19.25 OBYCZAJOWY**

**Barwy szczęścia** (3329)  
Cezary (Marcel Opaliński, zdj.) zostaje aresztowany pod zarzutem zlecenia zabójstwa. Funkcjonariusze zatrzymują również Józefinę. Tomek wciąż wraca do tematu dziecka, przypominając Oliwce o tykającym zegarze biologicznym. Dominika i Sebastian urządzają się w nowym mieszkaniu. **40 min**



**22.55 HISTORYCZNY**

**Ludzie i bogowie** (7, 8)  
Do oddziału dołącza Zimny. Dager (Dawid Dziarkowski, zdj.) rozpoznaje w nim Marczewskiego, z którym kiedyś pracował. Jednostka Pazur ma za zadanie zlikwidować Ernsta Ruddfelda. **110 min**

## POLSAT

- 4.40 Disco Gramy** – program muzyczny, Polska 2026
- 5.25 Telezakupy TV Okazje**
- 6.00 Nowy dzień z Polsat News** – program informacyjny
- 8.30 Malanowski i partnerzy** (286, 287):łowca nagród; Diabelski sąsiad – serial fab.-dokumentalny, Polska 2011
- 9.30 Trudne sprawy** (1215, 1216) – serial paradokumentalny, Polska 2023
- 11.35 Gliniarze** (823-825) – serial paradokumentalny, Polska 2023
- 14.40 Dlaczego ja?** (1463): Brzdąc – serial paradokumentalny, Polska 2025
- 15.50 Wydarzenia**
- 16.15 Pogoda**
- 16.20 Interwencja** – magazyn reporterów
- 16.30 Na ratunek 112** (1060): Porwana za młodu – serial paradokumentalny, Polska 2025 (patrz obok)
- 17.00 Gliniarze** (1028): Wróżbitka – serial paradokumentalny, Polska 2025  
Kobieta świadcząca usługi wróżbiarskie online zostaje obłana kwasem. Okazuje się, że motywy miało kilka osób, które padły ofiarą jej przebiegłych manipulacji. Jedna ze spraw dotyczyła rzekomej zdrady małżeńskiej. **60 min**
- 18.00 Pierwsza miłość** (4232) – serial obyczajowy, Polska 2026  
Spotkanie mediacyjnej Elizy i Bolesława ma burzliwy przebieg. Kargulewicz ponownie odwiedza dom Zenka, by porozmawiać z jego synem. Po spotkaniu jest zaniepokojony. Ojciec tłumaczy wszystko urojeniami chłopaka. Niebawem Miron ucieka z domu i atakuje Seweryna w lesie. **50 min**
- 18.50 Wydarzenia**
- 19.15 Gość „Wydarzeń”** – program publicystyczny
- 19.30 Sport, Pogoda**
- 19.55 Milionerzy** – teleturniej, Polska 2026
- 20.35 Megahit: Jurassic World** – film s.f., USA 2015, reż. Colin Trevorrow, wyk. Chris Pratt, Bryce Dallas Howard, Irrfan Khan, Vincent D'Onofrio (patrz obok)  
Widowskowa kontynuacja kinowego hitu lat 90. W filmie pojawiają się liczne nawiązania do kultowej produkcji Stevensa Spielberga. **155 min**
- 23.10 Salt** – thriller, USA 2010, reż. Phillip Noyce, wyk. Angelina Jolie, Liev Schreiber, Daniel Olbrychski (patrz obok)  
Kino akcji z polskim akcentem w reżyserii twórcy „Czasu patriotów” czy „Kolekcjonera kości”. **130 min**
- 1.20 Searching** – thriller, Rosja/USA 2018, reż. Anesh Chaganty
- 3.45 Ewa gotuje** (556) – magazyn kulinarny, Polska 2025



**16.30 PARADOKUM.**

**Na ratunek 112** (1060)  
Nastoletnia Alicja podejrzewa, że nie jest córką ludzi, którzy ją wychowują. Przeszukuje dom. Na strychu znajduje dokumenty potwierdzające bezpłodność matki i odmowę adopcji przez ośrodek. Konfrontuje się z rodzicami, ale oni wszystkiemu zaprzeczają. **30 min**



**20.35 FILM SF**

**Jurassic World**  
Na Isla Nublar działa park rozrywki. By i Bolesława ma burzliwy przebieg. Kargulewicz ponownie odwiedza dom Zenka, by porozmawiać z jego synem. Po spotkaniu jest zaniepokojony. Ojciec tłumaczy wszystko urojeniami chłopaka. Niebawem Miron ucieka z domu i atakuje Seweryna w lesie. **50 min**



**23.10 THRILLER**

**Salt**  
Agentka CIA Evelyn Salt (Angelina Jolie, zdj.) zostaje oskarżona o udział w poważnym spisku przeciwko Stanom Zjednoczonym. Ucieka, by oczyścić się z zarzutów i odkryć, kto chce ją skompromitować. **130 min**

- 5.40 Uwaga!** – magazyn reporterów
- 5.55 Ukryta prawda** (1662) – serial paradokumentalny, Polska 2024
- 6.50 Kuchenne rewolucje** (9) – program rozrywk., Pol. 2024
- 7.45 Dzień Dobry TVN** – magazyn
- 11.20 Doradca smaku** (4) – magazyn kulinarny, Polska 2026
- 11.25 Kuchenne rewolucje** (1, 6) – program rozrywkowy, Pol. Oazę Smaku prowadzi Jowita, a pomaga jej partner Tomek. Lokal miał tętnić życiem i być pełen gości. Niestety klientów brak, a długi ciągle rosną. Dodatkowo kobietę spotkała rodzinna tragedia. **135 min**
- 13.40 Ukryta prawda** (1637, 1638, 1701) – serial paradokumentalny, Polska 2024. Martyna i jej mąż Jacek prowadzą zadłużoną jadłodajnię dla bezdomnych. Ona marzy o dzieciach, on uważa, że ich nie stać. Para znajduje 60 tysięcy złotych, które okazują się darem od chorego na raka Henryka. **190 min**
- 16.50 Szpital św. Anny** (41) – serial obyczajowy, Polska 2025. Dzień ślubu Zosi oraz Filipa to czas emocji. Dochodzi do kłótni i dramatycznych zdarzeń. Tymczasem na SOR trafia pacjentka w zaawansowanej ciąży bliźniaczej, z powikłaniami zagrażającymi jednemu z dzieci. **65 min**
- 17.55 Detektywi** (150) – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2024. Małżeństwo wynajmuje śledczych, aby odnaleźć swoją zaginioną przed trzema laty córkę. Zniknęła ona podczas wakacji. Detektywi udają się do klubu nocnego, gdzie dziewczyna może być przetrzymywana. **65 min**
- 19.00 Fakty**
- 19.35 Sport, Pogoda**
- 19.55 Uwaga!** – magazyn reporterów
- 20.15 Na Wspólnej** (4224) – serial obyczajowy, Polska 2026 (patrz obok)
- 20.50 Bitwa o gości** (3) – reality show, Pol. 2025 (patrz obok)
- 22.00 Na skrajną załamania** **FILM** – thriller, USA/Wielka Brytania 2024, reż. Jeff Celentano, wyk. Minka Kelly, Dermot Mulroney, Maggie Grace, Natalie Simpson (patrz obok)
- 0.05 Matrix** – film s.f., USA/ **FILM** Australia 1999, reż. Andy Wachowski, wyk. Keanu Reeves, Laurence Fishburne
- 2.55 Co za tydzień** – magazyn kulturalny, Polska 2026
- 3.35 Szpital św. Anny** (108) – serial obyczajowy, Polska 2026
- 4.35 Uwaga!** – magazyn reporterów
- 4.55 Recepta na stary dom 3** (3) – program rozrywkowy, USA 2018

**20.15 OBYCZAJOWY**

**Na Wspólnej** (4224) Monika spotyka się z matką Mirelli, która oskarżyła Damiana o pedofilię. Ujawnia ona, że grozi im eksmisja z mieszkania, a pomoc obiecał im Krupski. Jarek (Wojciech Rotowski, zdj.) i Eliza informują kuratorkę o rozwodzie. Zapewniają, że nadal chcą wychowywać Juniora i Hanię. **35 min**

**20.50 REALITY SHOW**

**Bitwa o gości** (3) Nicole i Daniel oprowadzają po awangardowym hotelu w Poznaniu. Maciej i Daniel pokazują położoną wśród pastwisk Krowację, a Renata z Mateuszem zarządzają trzygwiazdkowym hotelem. Uczestnicy oceniają siebie nawzajem, zaglądając w każdy kąt, testując matracę oraz opisując klimat noclegów. **70 min**

**22.00 THRILLER**

**Na skrajną załamania** Cass (Minka Kelly, zdj.) dowiadyuje się, że kobieta, którą widziała poprzedniej nocy, została zamordowana. Niebawem w jej domu zaczyna dochodzić do tajemniczych zdarzeń. **125 min**

- 6.00 Policjanci z Miami 2** (5, 6): Parszywa sprawa; Kuple – serial kryminalny, USA 1985
- 8.00 Kobra – oddział specjalny** (4, 5): Kobra, przejmujesz! – część 2; Obława – serial sensacyjny, Niemcy 2015
- 10.00 Maria z przedmieścia** (7, 8) – telenowela, Meksyk 1995
- 12.00 Nie igrzaj z aniołem** (90) – serial obyczajowy, Meksyk 2008. Candelaria przychodzi z Adriana do Marichuy. Mężczyzna poznaje jej dziecko. Anselmo zeznaje na korzyść Blanki i Juana Miguela. **60 min**
- 13.00 Wspaniałe stulecie** (24) – serial kostiumowy, Turcja 2012-2013
- 14.00 Kurieryzy** (9) – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2023. Roman dostarcza klientowi test ciężowy z pozytywnym wynikiem. Zszokowany adresat nie wie, jak sprawdzić, kto jest nadawcą. **60 min**
- 15.00 Lombard. Życie pod zastaw 10** (490, 491) – serial obyczajowy, Polska 2022. Maja Dębczak organizuje swoje życie pod potrzeby czwornoga Koko. Zaniebuduje rodzinę, znajomych i pracę. W końcu wpada w problemy finansowe. Zastawia biżuterię, aby zdobyć pieniądze. **120 min**
- 17.00 Kurieryzy** (10) – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2023. Adam ma dostarczyć paczkę bezpośrednio Żurowskiemu. Trafia ona do żony prawnika. Kurier poznaje też panią Halinę, która znajduje się w dramatycznym położeniu. Chce jej pomóc. **60 min**
- 18.00 Lombard. Życie pod zastaw 18** (967, 968) – serial obyczajowy, Polska 2026. Chrustowski nie chce przyznać przed żoną, że stracił osadę. W Lombardzie zwierza się Kazimierzowi, że kobieta ma lepsze zarobki. Chrustowska zauważa przyniesiony przez męża laptop. **120 min**
- 20.00 Najemnik** – film sensacyjny, USA/Aruba/RPA 2006, reż. Don E. Fauntleroy, wyk. Steven Seagal, Luke Goss, Adrian Gallej, Jacqueline Lord (patrz obok). Zdjęcia do filmu realizowano w Kapsztadzie w Republice Południowej Afryki. **120 min**
- 22.00 Zabić Salazara** – dramat kryminalny, USA/Rumunia/Monako 2016, reż. Keoni Waxman, wyk. Steven Seagal, Luke Goss, Georges St-Pierre, Darren E. Scott (patrz obok)
- 0.00 Kolonia karna** – film sensacyjny, USA/Wielka Brytania 1994, reż. Martin Campbell, wyk. Ray Liotta, Lance Henriksen (patrz obok)
- 2.25 Dzielnica strachu 10** (447): Zwyczajny wypadek – serial kryminalny, Polska 2025-2026
- 3.20 Zobacz to!**

**20.00 SENSACYJNY**

**Najemnik** Po śmierci przyjaciela Seeger (Steven Seagal, zdj.) postanawia nie angażować się w kolejne misje dla CIA. Funkcjonariusze tajnych służb porywają jednak żonę i dziecko jego niezującego kolegi. Uwolni ich, jeśli najemnik wydadzie w więzienia w Kapsztadzie syna handlarza bronią. **120 min**

**22.00 DRAM. KRYM.**

**Zabić Salazara** Major Tom Jensen (Luke Goss), który niedawno dołączył do agencji rządowej, eskortuje z Odessy do USA bossa kartelu narkotykowego Josepha Salazara (Florin Pieris Jr., zdj.), który ma zeznać przed sądem. Zatrzymują się w hotelu w Mamai. Wkrótce budynek atakują byli współpracownicy gangstera. **120 min**

**0.00 SENSACYJNY**

**Kolonia karna** Kapitan marines John Robbins (Ray Liotta, zdj.) za zabójstwo dowódcy trafia na wyspę Absolom – izolowaną kolonię karną bez strażników, gdzie rządzą sami więźniowie. Musi walczyć o przetrwanie. **145 min**

- 5.20 Ten moment** (31) – serial paradokumentalny, Polska 2015-2016
- 5.55 Szkoła** (706-708) – serial paradokumentalny, Polska 2019
- 8.45 Ukryta prawda** (1313, 1396, 1397) – serial paradokumentalny, Polska 2013
- 11.55 W-11 – Wydział Śledczy** (1026-1028) – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2013
- 14.00 Detektywi** (98): Za każdą cenę – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2024. Anna Potaczek i Jakub Nowacki prowadzą dochodzenie w sprawie zaginięcia 6-letniej Ali. Ojciec dziewczynki otrzymuje żądanie okupu, a jego partnerka nieoczekiwanie znikną z pieniędzmi przeznaczonymi dla porywaczy. **60 min**
- 15.00 Szpital** (744) – serial paradokumentalny, Polska 2018 (patrz obok)
- 16.00 Sędzia Anna Maria Wesołowska** (472, 473) – serial fabularno-dokument., Polska 2009-2010. Paulina Mosek zostaje poświadczona o podpaleniu wypozyczeni pięt swojego byłego chłopaka, Mariusza Jonatowskiego. Twierdzi, że nie ma z tą sprawą nic wspólnego. Prokurator wskazuje jednak, że miała motyw. Pytanie, czy sędzi Annie Marii Wesołowskiej uda się poznać prawdę. **120 min**
- 18.00 Sekrety życia** (34) – serial paradokumentalny, Polska 2023. Anna świętuje wraz z mężem 10. rocznicę ślubu. Stanowią bardzo dobraną parę. Do pełni szczęścia brakuje im jedynie dziecka, o które od lat bezskutecznie się starają. Pewnego dnia, na zaskoczeniu kobiety, partner przedstawia jej ciężarną dziewczynę. Ma urodzić im dziecko. Wkrótce w Krakowie zjawia się chłopak tej drugiej. Żąda pieniędzy. **60 min**
- 19.00 Ukryta prawda** (1505) – serial paradokumentalny, Polska 2023 (patrz obok)
- 20.00 Sekret w ich oczach** **FILM** – dramat kryminalny, USA/Wielka Brytania/Hiszpania 2015, reż. Billy Ray, wyk. Chiwetel Ejiofor, Nicole Kidman, Julia Roberts, Dean Norris (patrz obok). Hollywoodzki remake argentyńskiego „Sekretu jej oczu” z 2009 r., który zdobył Oscara w kategorii najlepszy film nieanglojęzyczny. **145 min**
- 22.25 Seks w wielkim mieście** **FILM** – kom. romant., USA 2008, reż. Michael Patrick King
- 1.25 Morderstwo doskonałe** **FILM** – thriller, USA 1998, reż. Andrew Davis
- 3.35 Mówię Wam 4** (16) – program kulturalny, Polska 2026
- 4.30 Dorota was urządzi!** (10) – program rozrywkowy, Polska 2016 **► 5.05**

**15.00 PARADOKUM.**

**Szpital** (744) Pod opiekę doktora Wojciecha Jarosza (Bartek Waga, zdj.) trafia student, który stracił przytomność na uczelni, ponieważ był na narkotykowym głodzie. Wychodzi na jaw, że regulator bierze amfetaminę, by poradzić sobie z nauką. Pacjent szuka możliwości zdobycia kolejnej dawki. **60 min**

**19.00 PARADOKUM.**

**Ukryta prawda** (1505) Szesnastoletnia Iga spotyka się z Nikodemem. Od pewnego czasu partner namawia ją na pierwszy stosunek, ale dziewczyna nie czuje się gotowa. Regularynie porusza ten temat z rodzicami. Tymczasem w konserwatywnym domu jej chłopaka o seksie się nie rozmawia. Nastolatek jest zagubiony. **60 min**

**20.00 DRAM. KRYM.**

**Sekret w ich oczach** Agent FBI obsesyjnie szuka nieuchwytnego zabójcy córki swojej partnerki (Julia Roberts). Do wznowienia śledztwa sprzed lat potrzebuje zgody prokuratorki (Nicole Kidman, zdj.). **145 min**

**TVP 3** **TVP 3** **DG 17**

**9.25 Mikrokosmosy** – mag.  
**10.00 Złoty chłopak** (167)  
**11.00 Regiony na TAK** – mag.  
**11.30 Łąco na ROD'os** – dok.  
**12.00 Ktokolwiek widział, ktokolwiek wie** – publ.  
**12.30 Okrasa łamie przepisy**  
**13.00 Agrobiznes** – mag.  
**13.30 Rozmowy (nie) wygodne** – pr. publicyst.  
**14.10 Całkiem niezła historia** – cykl reportaży, Polska  
**14.30 Program informacyjny 14.30**  
**15.00 Koronka do Miłosierdzia Bożego** – pr. religijny  
**15.20 Serwis Info Dzień** – inf.  
**15.30 Program lokalny**  
**19.30 Dlaczego krowa...**  
**19.45 Kryminalna siódemka**

**TVP POLONIA** **TVP POLONIA**

**13.50 Pięknie przyprawiona** (2) – magazyn kulinarny  
**14.10 Kulturalni** – magazyn  
**15.00 Serwis Info** – pr. inform.  
**15.10 Kiedys to było...** – mag.  
**15.40 Hity i historie gwiazd**  
**16.00 Zaraz wracam 2** (93)  
**16.30 Barwy szczęścia** (3320)  
**17.00 Telexpress**  
**17.20 Gra słów. Krzyżówka**  
**17.50 Telexpress Extra** – inf.  
**18.15 Słownik polsko-polski** (673) – talk-show, Polska  
**18.45 Panorama**  
**19.20 Myśliciele – sylwetki polskie** (21)  
**19.30 Program informacyjny 19.30**  
**19.55 Pytanie dnia** – pr. publ.  
**20.10 Sport, Pogoda**

**TV 4** **DG 17**

**6.00 Strażnik Teksasu** (12, 13) – serial sensacyjny  
**7.55 Bogaty dom – biedny dom** (127) – reality show  
**8.55 Policjanci i Policjanci** (462, 463) – serial obycz.  
**10.55 Na ratunek 112** (1121, 480) – paradok., Pol.  
**11.55 Dlaczego ja?** (1549, 1550) – serial paradokumentalny, Polska  
**13.55 Trudne sprawy** (1319-1321) – paradok.  
**16.55 Policjanci i Policjanci** (1375) – obycz., Pol. 2026  
**18.00 Łowcy skarbów. Kto da więcej?** (542) – reality show, Polska 2025  
**19.00 Policjanci i Policjanci** (1376) – obycz., Pol. 2026

**puls 2** **DG 17**

**8.50 Masza i Niedźwiedź 3**  
**9.20 Bing** – serial animowany  
**9.35 Basia 2** – serial anim.  
**10.00 Jeżyk i Sprężynka**  
**10.25 Spidey i superkumple**  
**11.25 Guc. Mały – wielki rycearz** – serial anim.  
**11.55 Smerfy** – serial anim.  
**13.00 Gumisie 6** – serial anim.  
**14.00 Kacze opowieści**  
**15.00 Miraculous: Biedronka i Czarny Kot** – anim.  
**16.00 Fineasz i Ferb 2** – anim.  
**17.00 Marta mówi** – anim.  
**17.35 Superkoty** – serial anim.  
**18.00 Blue 2** – serial anim.  
**18.15 Bing** – serial animowany  
**18.45 Masza i Niedźwiedź 3**  
**19.00 Kacze opowieści** – serial animowany

**TVP ROZRYWKA** **TVP ROZRYWKA**

**6.10 Zakochaj się w Polsce** (221) – magazyn  
**6.40 Gra słów. Krzyżówka**  
**7.10 Okrasa łamie przepisy**  
**8.20 Familiada** – teleturniej  
**8.50 Va banque** – teleturniej  
**9.25 Kolo fortuny** – telet., Pol.  
**10.05 Makłowicz w podróży**  
**10.45 Postaw na milion**  
**12.35 Familiada** – teleturniej  
**13.15 Tygrysy Europy 2** (5)  
**14.05 Rodzinka.pl** (169, 170)  
**15.05 Program rozrywkowy**  
**15.20 Niepewne sytuacje 3** (1) – pr. rozr., Polska 2026  
**15.50 Kocham Cię, Polsko!** (2)  
**17.25 Va banque** – teleturniej  
**18.00 Kolo fortuny** – telet., Pol.  
**18.35 Okrasa łamie przepisy**  
**19.40 Makłowicz w podróży**

**TTV HD** **DG 17**

**5.00 Złomowisko PL** (11)  
**6.00 Express** – pr. inform.  
**6.20 DeFacto 14** (19)  
**6.50 Diablenie boskie 3** (2)  
**7.20 Ukrzysta prawda** (1196) – serial paradokumentalny  
**8.20 Kartoteka 10** (11, 12) – serial fabularno-dokum.  
**10.30 Detektywi** (249, 250)  
**12.30 Zakup w ciemno 3** (21)  
**13.30 Zakup w ciemno 4** (20)  
**14.30 Kartoteka 5** (16, 17)  
**16.45 Express** – pr. inform.  
**16.55 Pogoda, Sport**  
**19.05 Idź na całość 2** (29)  
**18.05 Zakup w ciemno extra** (23) – reality show, Polska  
**18.45 Damy i wiesniaczki. PL 10** (11) – fab.-dok., Pol.  
**19.45 Express, Pogoda** – inf.

**PROGRAM INFORMACYJNY**

**20.00 Dziennik regionów**  
 Reportaży zbierają najważniejsze informacje z ośrodków regionalnych. Dotyczą one ostatnich wydarzeń politycznych, kulturalnych i gospodarczych. **13 min**  
**20.13 Gość Regionów** – publ.  
**20.30 Kryminalna siódemka**  
**21.00 Program lokalny**  
**22.00 Dziennik regionów**  
**22.30 Złoty chłopak** (168)  
**23.30 Kryminalna siódemka**  
**23.55 Panorama**  
**0.25 Program informacyjny 19.30**  
**0.45 Panorama dnia** – pr. inf.  
**1.20 Kryminalna siódemka**

**WOJENNY**

**20.25 Czas honoru. Powstanie** (3) – Pol. 2014  
 Godzina „W” zastaje powstańców w różnych miejscach miasta. Oddział Bronka zostaje odcięty przez Niemców. Akowcy próbują przeżyć się przez ruiny getta, ale natykają się na snajpera. **55 min**  
**21.20 Królowa Bona** (2) – hist.  
**22.20 Varius Manx & Kasia Stankiewicz na dobry wieczór** – widowisko  
**23.15 Panorama**  
**23.45 Kod bezpieczeństwa**  
**0.15 Moda na język polski**  
**0.40 Zaraz wracam 2** (93) – serial obycz., Pol. 2025  
**1.10 Opowieści z Greenpointu** (9)

**KRYMINALNY**

**20.00 Uroczysko** (165, 166)  
 Policjanci muszą ustalić, kto zabił kobietę będącą na wakacjach. Okazuje się, że w zyciu Marioli nie brakowało tajemnic. Wkrótce jedną z nich odkrywa Filip. **60 min**  
**21.00 Sprawiedliwi. Trójmiasto** (109) – krym.  
**22.00 Sprawiedliwi – Wydział Kryminalny** (992) – serial krym., Polska  
**23.05 Legion** – thriller, USA  
**FILM** 2010, wyk. Paul Bettany  
**1.15 Love Island. Wyspa miłości** (7) – reality show  
**2.20 Hardkorowy lombard** (10) – serial dokumentalny  
**2.50 SuperLudzie** (16-20)  
**5.30 Telezakupy TV Okazje**

**OBYCZAJOWY**

**20.00 Lombard. Życie pod zastaw** 18 (1005) – Pol.  
 Dziennikarka Anna chce przeprowadzić wywiad z Barskim z okazji dziesięciolecia jego biznesu. Cypryan, szef bankrutującej firmy, wiąże wielkie nadzieje z zamążpójściem swojej córki. **60 min**  
**21.00 Dzielnica strachu 9** (387, 388) – serial krym.  
**23.00 Wstydlive choroby 4** (2, 3) – dok., Wlk. Bryt.  
**1.00 Dzielnica strachu 9** (386) – serial krym., Polska  
**2.00 Lombard. Życie pod zastaw** 12 (622) – obycz.  
**3.00 Lombard. Życie pod zastaw** 4 (167) – obycz.  
**4.00 Niesamowite!** (4, 5)

**TELETURNIJE**

**20.15 Postaw na milion**  
 W każdej grze bierze udział dwójce uczestników. Na wstępie dostają milion złotych. Jeśli chcą zabrać dziesięciokrotność jego biznesu. Cypryan, szef bankrutującej firmy, wiąże wielkie nadzieje z zamążpójściem swojej córki. **55 min**  
**21.10 Kabaret Letnią Porą** (37) – pr. rozr., Pol. 2021  
**22.10 Rodzinka.pl** (42) – kom.  
**22.50 Świat w obłokach – muzycy spadkobiercy Marka Grechuty** (1, 2) – koncert  
**1.05 Kolo fortuny** – telet., Pol.  
**2.25 Kabaret. Super Show Dwójki** (5) – pr. rozr., Pol.  
**3.30 Do śmiechu!** (80) – rozr., Polska 2024-2026

**REALITY SHOW**

**20.05 Zakup w ciemno 7** (17)  
 W Sokolowie można zyskać lub stracić, kupując sprzęt sportowy za 1700 zł. W Starym Sączu księża nowa odzież. W Jelenku do sprzedania są dwie tajemnicze palety o wadze 282 kg. **60 min**  
**21.05 Zakup w ciemno extra** (15) – reality show, Polska  
**21.45 Express, Pogoda** – inf.  
**22.00 Gogglebox. Przed telewizorem 23** (8)  
**23.00 Gogglebox. Przed telewizorem 19** (4)  
**0.00 Damy i wiesniaczki. PL 10** (9) – fab.-dok., Pol.  
**1.00 Ciężarówka przez Indie** (9) – serial dokum.  
**2.00 Wyburzacz** (3, 4) – rozr.

**TVP 3** **TVP 3 PROGRAMY LOKALNE**

**BIAŁYSTOK** 17.10 Dorasta! My 17.30 Pocztałtina 17.40 Tamte lata, tamte dni 18.05 Ogród i nie tylko 18.15 Podlaskie historie 18.30 Obiektyw 18.50 Gość „Obiektywu” 19.00 Sport, Pogoda 19.10 Rezonans polityczny 21.00 Tym żyje wieś 21.20 Gość „Obiektywu” 21.30 Obiektyw  
**BYDGOSZCZ** 17.00 Desant 17.30 Studio polityka 18.15 Liga na skróty 18.30 Zbliżenia 19.00 Rozmowa dnia 19.20 Razem dla regionu 21.00 Rozmowa dnia 21.20 Ekspert ZUS odpowiada 21.30 Zbliżenia 21.45 Sport, Pogoda  
**GDANSK** 16.45 Droga 17.30 Zawodowcy 17.50 Och, ta polityka 18.30 Panorama 19.00 Świat nie jest taki zły 21.00 Reportaż TVP Gdansk 21.30 Panorama  
**KATOWICE** 16.46 Dej pozor 17.15 Nasza Strona miasta 17.33 Papyń pyto 17.45 Święta wojna 18.15 Protokół rozbieżności 18.30 Aktualności 18.55 Pogoda, Sport 19.10 Gramy dla was 21.15 Protokół rozbieżności 21.30 Aktualności  
**KRAKÓW** 16.48 Kadry z przeszłości. Archiwum TVP Kraków 17.07 Pełnosprawni 17.30 Zdrowie dla Ciebie 17.45 Koncert z archiwum 18.30 Kronika 18.55 Tematy dnia 19.15 Nowohucka kronika filmowa 21.03 Wykrzywc kłamstw 21.30 Kronika 21.45 Tematy dnia  
**LUBLIN** 16.50 Miłego popołudnia 17.55 Reportaż. Z lubelskiego 18.10 Studiuj w Lublinie 18.30 Panorama lubelska 19.00 Magazyn sportowy 21.02 Który Jesteś 21.15 Gość „Panoram” 21.30 Panorama lubelska

**ŁÓDŹ** 17.15 Prosto z lasu 17.30 Agroexpress 17.45 Polityczna dogrywka 18.15 Reportaż 18.30 Łódzkie wiadomości dnia 18.50 Sport, Pogoda 19.00 Pracownia reportażu 21.00 Słodko gorzka 21.15 Idź się zbadać 21.30 Łódzkie wiadomości dnia  
**POZNAŃ** 17.30 Teleskop 17.45 Wspólne popołudnie 18.30 Teleskop 19.02 Pociąg do Wielkopolski 19.19 Zaulki rzemiosła 21.01 Sportowy weekend 21.30 Teleskop  
**RZESZÓW** 17.00 Dokument w TVP Rzeszów 18.00 Odkrywamy Podkarpacie 18.30 Aktualności 19.01 Sport – wydarzenia i komentarze 21.00 Wykrzywc kłamstw 21.31 Aktualności  
**SZCZECIN** 17.30 Przegląd tygodnia 17.45 Pracownia reportażu 18.00 Rosół polski 18.30 Kronika 18.52 Wokół nas 19.00 Magazyn sportowy 19.21 Wokół nas 21.08 Barka 21.30 Kronika 21.50 Rozmowa dnia  
**WARSZAWA** 17.21 Spacerowym okiem 17.35 Reagujemy 18.00 Zawiesz na temat 18.30 TKW 18.41 Kurier Mazowiecki 19.00 2 boisk i stadionów Warszawy i Mazowsza 19.17 Filmowe spotkania 21.00 Kociół z bliska 21.30 Kurier Warszawy i Mazowsza 21.51 Wiadomości sportowe  
**WROCŁAW** 17.03 W swoim czasie 17.18 Geniusze i marzylicie. Henryk Magnuski 18.14 Szlachetne zdrowie 18.30 Fakty 18.58 Przyszłość jest teraz 19.12 Nie taki internet straszny 21.02 Dlaczego krowa... 21.15 Energia Przyszłości Dolny Śląsk 21.30 Fakty

**TVP HD** **TVP HD**

**8.55 Ojciec Mateusz 16** (204, 205) – krym., Pol. 2016  
**10.45 Gra słów. Krzyżówka**  
**11.20 Na sygnale** (593, 594)  
**12.25 Ojciec Mateusz 4** (47)  
**13.20 Komisarz Alex** (11) – krym.  
**14.15 Ranczo 10** (125, 126)  
**16.10 Gwiazdorska kuchnia Ani 2** – magazyn kulinarny  
**16.40 Tańcząca ze światem – Maroko** – magazyn  
**17.10 Okrasa łamie przepisy**  
**17.45 Makłowicz w podróży**  
**18.20 Ojciec Mateusz 22** (289)  
**19.20 Ranczo 4** (41) – obycz., Pol.  
**20.10 Rodzinka.pl** (312, 313)  
**21.25 Ojciec Mateusz 33** (424)  
**22.20 Donnie Brasco** – film  
**FILM** kryminalny, USA 1997  
**0.35 U Pana Boga za piecem**  
**FILM** – komedia, Polska 1998

**TVP KULTURA** **TVP KULTURA** **DG 17**

**10.15 Książę sezonu**  
**FILM** – komedia, Polska 1970  
**11.20 Parasolki z Cherbourg**  
**FILM** – musical, Francja/RFN 1964  
**13.00 Niepoprawny Belmondo** (1) – film dok., Francja 2022  
**14.05 Kosmos 1999** (1) – s.f.  
**15.10 Goodbye, Rockefeller**  
**FILM** – film familijny, Polska 1993  
**16.55 Zmiennicy** (12) – kom., Pol.  
**18.10 Dźwięk Nowego Jorku** (2) – serial dokumentalny  
**18.55 Pan wzywał, milordzie? 2** (1) – kom.  
**20.00 GoldenEye** – film sens.  
**FILM** USA/Wielka Brytania 1995  
**22.20 Musz-Jezus** – dramat  
**FILM** obyczajowy, Polska 1997  
**0.05 Sibelius. Siedem symfoni** – dok., Finlandia  
**1.35 Kulturalni** – magazyn kult.

**afena ANTENA HD** **DG 17**

**11.55 Wojciech Cejrowski – bosy przędz świat** (72, 73) – cykl reportaży, Pol.  
**13.00 Kłata Wspany Dębów 5** (5, 6) – reality show, USA  
**14.50 Ciężarówka przez śniegi 3** (6, 7) – serial dok.  
**16.45 77 TV 4** (15, 16) – rozr., Pol.  
**18.50 Astrid i Raphaëlle: Kryminalne Gwiazdki** (3)  
**FILM** – Morderstwa we Francji  
**FILM** – dram. krym., Francja 2022  
**22.05 Astrid i Raphaëlle: Kryminalne Gwiazdki** (3) – krym., Fr./Bel./Szwajcaria  
**23.10 Detektywi z Bordeaux 3** (4) – serial krym., Fr./Belgia  
**0.20 Polska. Największe tajemnice** (3) – rozr., Pol.  
**1.25 Celniczy 3** (2, 3) – serial dok.

**TV 6** **DG 17**

**8.50 Kobra – oddział specjalny** (207, 208)  
**10.55 48h. Zaginięci** (276-278)  
**13.55 Policjanci i Policjanci** (1176) – serial obycz., Polska  
**14.55 Kobra – oddział specjalny** (209, 210)  
**17.00 Magnum: Detektywi z Hawajów 5** (95) – sens.  
**18.00 Strażnik Teksasu** (14, 15)  
**20.00 CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku** (165, 166)  
**21.55 Czarna lista** (5) – krym.  
**22.55 Łowca pedofiliów** (167-169) – serial dokum.  
**0.55 Wzięcie** (191, 192) – dok.  
**1.55 Septagon** (60-62) – krym.  
**4.55 Cudownych rodziców mam** – cykl felietonów  
**5.10 Nona i jej córki** (7)  
**5.45 Telezakupy TV Okazje**

**STOPKLATKA**

**6.00** Kabaretowe hity (5) – pr. rozrywk., Pol. 2023  
**6.50** Polak potrafi (2) – dok.  
**7.50** Wojciech Ciejrowski – bosy przez świat  
**8.55** Robert Makłowicz (190, 217) – mag. kulin.  
**10.40** Pyszne dania w 10 minut z Julią Oleś (2) (8)  
**10.55** Górski lekarz (4, 14, 15) – obycz., Niemcy/Austria  
**13.00** Katastrofy w przestworzach (3, 7, 4) – serial dok., Kan.  
**16.00** MacGyver 3 (4, 5) – sens.  
**18.00** Wojny magazynowe: Kanada 2 (21, 22)  
**19.10** Aukcja w ciemno (6, 7) – serial dokumentalny



**20.00** Ślady zbrodni – USA  
**FILM** 2007, reż. Renny Harlin  
 Były policjant Tom (Ed Harris, zdj.) prowadzi firmę sprzątającą miejsca zbrodni. Odkrywa, że ktoś wykorzystywał go do usunięcia dowodów zbrodni. Chce rozwiązać kryminalną intrygę. **115 min**

**21.55** Pocałunek śmierci **FILM** – dramat kryminalny, USA 1995, wyk. Nicolas Cage  
**23.55** Zabójca **FILM** – film sensacyjny, USA 2007, wyk. Jet Li, Jason Statham  
**2.10** Mów mi Vincent **FILM** – komediodramat, USA 2014, wyk. Bill Murray  
**4.40** Papachouli – film krótkometraż., Pol.

**POLSAT 2**

**5.50** Wydarzenia  
**6.30** Nasz nowy dom (274) – reality show, Pol. 2022  
**7.30** Na ratunek 112 (881, 882) – paradok., Pol.  
**8.30** Sekrety rodziny (315-317) – paradok., Pol.  
**11.30** Trudne sprawy (927) – serial paradokumentalny  
**12.30** Dlaczego ja? (1484, 1485) – serial paradokumentalny, Polska  
**14.30** Świat według Kiepskich (419-423) – serial kom., Polska 2013  
**17.00** 48h. Zaginieni (111, 112) – serial kryminalny, Polska  
**19.00** Gliniarze (973) – serial paradokumentalny, Polska  
**20.00** Ślad (49) – serial krym.



**21.00** Gliniarze (768) – serial kryminalny, Pol. 2022  
 Klient spa zniknął po wyjściu z budynku. Detektywi odkrywają, że właściciel ośrodka ma powiązania ze światem przestępczym. W dodatku żonę przedsiębiorcy prawdopodobnie łączył romans z zaginionym. **70 min**

**22.10** Rolnicy – Tak się żyje u nas na wsi (141, 142)  
**23.00** Świat według Kiepskich (322, 324) – serial komediowy, Pol.  
**0.00** Ślad (101) **FILM** – krym., Pol.  
**1.00** Zdrady II (54) – paradok.  
**2.05** Wydarzenia  
**2.55** Ewa gotuje (517) – mag.  
**3.30** Demakijaz (91) – pr. rozr.  
**4.00** Strzelnica Navalva (7)

**TVP SERIALE**

**5.55** Rodzinka.pl (80) – kom.  
**6.30** Na sygnale (462, 463) – fab.-dok., Polska 2023  
**7.35** Ojciec Mateusz (12)  
**8.35** Komisarz Alex (1) – krym., Polska 2012  
**9.30** Rodzinka.pl (81) – kom.  
**10.10** Klan (1428, 1429) – telen.  
**11.00** Ranczo 7 (79, 80) – obycz.  
**12.45** Komisarz Alex (2)  
**13.40** Ojciec Mateusz 28 (363, 364) – serial krym.  
**15.35** Komisarz Alex (3)  
**16.25** Na sygnale (464, 465) – fab.-dok., Polska 2023  
**17.35** Ranczo 7 (81, 82) – obycz.  
**19.35** Ojciec Mateusz 28 (365) – serial kryminalny, Polska  
**20.30** Ojciec Mateusz (13) – serial kryminalny, Polska



**21.30** Ranczo 7 (83, 84) – Polska 2013  
 Konflikt pomiędzy Lucy i Moniką zaczyna się zastrasz. Agentka sztuki ostentacyjnie kupuje w miejscowej aptece test ciąży. Proponuje też Kusemu, że będzie pozować mu nago. **115 min**

**23.25** Ojciec Mateusz 28 (366, 367) – serial kryminalny, Pol. 2022  
**1.20** Ratownicy (9, 10) – serial obyczajowy, Polska 2010  
**3.15** Gra z Cieniem (2) – serial kryminalny, Polska 2024  
**4.05** Klan (1428) – telen., Polska 2008  
**4.35** Pan Mama (1) – serial komediowy, Polska 2025

**KINO POLSKA**

**6.00** Zwierzęta Wajraka 3 (8) – serial dokumentalny  
**6.25** Och! Kabaret (2) – rozr.  
**7.20** Zwierzęta Wajraka 3 (9) – serial dokumentalny  
**7.50** Rachunek szczęścia – film dokumentalny, 2010  
**9.30** Pan Anatol szuka miliona – komedia obyczajowa, 1958  
**FILM**  
**11.00** Polska Kronika Filmowa – serial dokum.  
**11.35** Chiopi (1, 2-ost.) – film obyczajowy, 1973  
**FILM**  
**15.35** Pokój z widokiem na morze – film psychologiczny, 1977, wyk. Piotr Fronczewski, wyk. Piotr Fronczewski  
**17.20** Pogranicze w ogniu (9, 10) – serial sensacyjny



**20.00** Obcy musi fruwać **FILM** – Polska/Niemcy 1993  
 Do Berlina przybywa polski reżyser teatralny Max (Piotr Fronczewski, zdj.). Zamierza zrealizować dawne marzenie – wystawić sztukę, której inscenizację uniemowlili stan wojenny. **125 min**

**22.05** Przepraszam, czy tu biją? – film sens., 1976  
**23.50** Mniejsze zło **FILM** – film obyczajowy, 2009  
**2.35** Czekaj na nas świat **FILM** – komediodramat, 2006  
**4.40** Martwe małżeństwo **FILM** – film krótkometrażowy  
**5.00** Najpiękniejsze fajerwerki ever **FILM**  
**5.45** Zakalec – dramat obycz.

**AXN**

**6.00** FBI: Most Wanted (3, 4) – serial kryminalny, USA  
**7.30** Agenci NCIS: Hawaje (11, 12) – serial kryminalny  
**9.20** Castle 8 (13, 14) – krym.  
**11.10** Detektyw Monk 3 (13, 14) – serial kryminalny  
**13.10** Agenci NCIS: Hawaje (13, 14) – serial kryminalny  
**15.05** Agenci NCIS 15 (23, 24) – serial sensacyjny, USA  
**17.05** Kryminalne zagadki Las Vegas (23) – krym.  
**18.05** CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 2 (1) – serial kryminalny, USA/Kanada 2001, wyk. William Petersen, Marg Helgenberger  
**19.05** Castle 8 (15, 16) – krym.



**21.05** FBI: International 4 (8) – serial kryminalny, USA  
 Vilmos Barany ginie w więzieniu z rąk Grega Czoni, zanim zdąży złożyć obciążające go zeznania. Ekipa wspiera węgierską prokuraturę podczas procesu. **50 min**

**21.55** FBI: Most Wanted 4 (11)  
**22.55** Kryminalne zagadki Las Vegas (23) – krym.  
**23.40** CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 2 (1) – serial kryminalny, USA/Kanada 2001, wyk. William Petersen  
**0.45** Castle 8 (15, 16) – krym.  
**2.40** FBI: International 4 (8)  
**3.30** FBI 2 (7) – serial krym.  
**4.25** Walker: Straznik Teksasu (8) – serial krym.

**CANAL+ PREMIUM**

**8.55** Fuks – komedia **FILM** Sensacyjna, Polska 1999  
**10.20** Hollywoodgate – dok.  
**11.55** Nadzieja – dram. sens., **FILM** Polska/Niemcy 2006  
**13.35** Zapalenie. Historia polskiego filmu animowanego – dok.  
**15.05** Ultimatum Bourne'a **FILM** – sens., USA/Niemcy 2007  
**17.00** To nie jest zagadka kryminalna (1) – serial kryminalny, Belgia 2025, wyk. Pierre Gervais  
**18.00** Łąpu capu – pr. rozr., Pol.  
**18.05** Mamma Mia! Here We Go Again – kom. muz., USA/Wlk. Bryt./Chiny 2018  
**20.00** Brygada 2 (6) – sens., Fr.  
**20.50** Making of CANAL+ WOJENNY



**21.00** Kontyngent (5) – serial sensacyjny, Polska 2019  
 Serbscy ekstremiści biorą czterech żołnierzy na zakładników. Pułkownik Andreasson musi zdecydować, czy podjąć negocjacje z terrorystami. **45 min**

**21.45** Wcielenie zła **FILM** – horror, Meksyk 2024  
**23.10** Nie mów zła **FILM** – thriller, USA 2024  
**1.00** Megan is Missing **FILM** – horror, USA 2011  
**2.30** Trzy miłości **FILM** – thriller erotyczny, Polska 2025  
**4.10** W stronę słońca – dok.  
**5.45** Premierowa jazda

**13 ULICA**

**6.15** Zbrodnie idealne (17, 18)  
**8.30** Petra 2 (3) – serial krym.  
**10.30** Agenci NCIS: Los Angeles 14 (19, 20) – sens.  
**12.20** Magnum: Detektyw z Hawajów 3 (7, 8) – sens.  
**14.10** Zbrodnie idealne (19, 20)  
**16.20** Petra 2 (4) – serial krym.  
**18.20** Agenci NCIS: Los Angeles 14 (21) – sens.  
**19.15** Chicago P.D. 10 (1) – krym.  
**20.10** Magnum: Detektyw z Hawajów 3 (9, 10) – serial sensacyjny, USA  
**22.00** Niepokojące zaginięcia: Kiedy pojawi się dziecko – krym., Fr. 2024  
**23.55** Równoległe śledztwo – serial kryminalny, Fr. 2023  
**1.55** Petra 2 (4) – serial krym.  
**3.55** Zbrodnie idealne (19, 20)

**POLSAT FILM**

**6.05** Rolnicy – Tak się żyje u nas na wsi (88-90) – dok.  
**7.30** Doktor Martin (12)  
**8.30** Przyjaciółki (279, 280)  
**10.25** Świat według Kiepskich (125, 126, 190, 191) – kom.  
**13.00** Za niebieskimi drzwiami **FILM** – film familijny, Polska 2016  
**15.00** Wieżien labiryntu: Lek na śmierć – thriller s.f., USA 2018, wyk. Dylan O'Brien  
**18.00** Most szpiegów – thriller, **FILM** USA/Niemcy/Indie 2015  
**21.00** Sisu – dramat wojenny, **FILM** Finlandia/Wielka Brytania/USA 2022  
**22.50** Szklana pułapka 5 – film **FILM** sensacyjny, USA 2013  
**0.55** Gliniarze (339, 340)  
**2.55** Fała zbrodni (58, 59)  
**4.50** Na ratunek 112 (832, 833)

**HBO**

**10.00** Azyl – thriller, USA/**FILM** Francja/Rosja 2022  
**11.35** Pewny kandydat. Jak **FILM** nie zostać prezydentem – dramat biograficzny, Kanada/USA 2018  
**13.25** Zgadnij kto – komedia **FILM** romantyczna, USA 2005  
**15.10** Kompletnie nieznany **FILM** – dramat biograficzny, USA 2024  
**17.30** Le Mans '66 – dramat **FILM** biograficzny, USA/Fr. 2019  
**20.00** Władca much (4) – sens.  
**21.00** Materialiści – komedia **FILM** romantyczna, USA/Finlandia 2025, wyk. Dakota Johnson  
**22.55** Manodrom – thriller, USA/**FILM** Wielka Brytania 2023  
**0.30** Miami Vice – film sens., **FILM** USA/Niemcy/Paragwaj 2006

**WARNER TV**

**8.50** JAG – Wojskowe Biuro Śledcze 9 (6) – serial sens.  
**9.50** Bajer z Bel-Air 3 (10, 11)  
**10.50** Prawo Agaty (6) – obycz.  
**11.45** Pełna chata 6 (11, 12)  
**12.45** JAG – Wojskowe Biuro Śledcze 9 (7, 10) – sens.  
**14.30** Bajer z Bel-Air 3 (10-13)  
**16.30** Pełna chata 6 (11-14) – serial komediowy, USA  
**18.40** Godziny szczytu 3 – kom. **FILM** sens., USA/Niemcy 2007  
**20.15** Rewolwer i melonik **FILM** – film sensacyjny, USA 1998  
**22.00** Czerwona Planeta – film **FILM** s.f., USA/Australia 2000  
**0.05** Mroczne cienie – czarna **FILM** komedia, USA/Australia/Wielka Brytania 2012  
**2.15** Pocałunek smoka – dram. **FILM** sens., USA/Francja 2001

**Ale Kino+**

**7.40** Długi weekend – film **FILM** obyczajowy, Polska 2004  
**9.15** Wolna krowa  
**10.00** Bestia 3 (1, 2) – krym., Kan.  
**12.00** Vera 14 (2) – serial krym.  
**14.00** Ostatni mistrz – dramat **FILM** obyczajowy, USA 2020  
**16.25** Punkty zwrotne **FILM** – thriller, Hiszpania 2024  
**18.15** Vera (1) – serial kryminalny  
**20.10** Rebeliant – dramat **FILM** biograficzny, USA 2016  
**22.50** Wiem, co widziałam (1, 2)  
**0.50** Przejszła – dramat obyczajowy, **FILM** owy, Francja/Niemcy 2023  
**2.35** Kruk. Szeptły słychać po zmroku (6-ost.) – krym.  
**3.40** Ultima Thule – dramat **FILM** obyczajowy, Polska 2023  
**5.00** Kot – film krótkometr., Pol.  
**5.10** Belfer 3 (6) – serial krym.

**CANAL+ FILM**

**11.55** Call me lala  
**12.20** Sigourney Weaver. Ikona kina akcji – film dokum.  
**13.15** Listy do Julii – komedia **FILM** romantyczna, USA 2010  
**14.55** W pamięci – krótkometraż.  
**15.10** Zmierzył – film **FILM** fantasy, USA 2008  
**17.10** Gorzko – film krótkometr.  
**17.40** Battleship: Bitwa o Ziemię – film s.f., USA/Japonia 2012  
**19.45** Łąpu capu – rozr., Pol. 2026  
**20.00** Dirty Dancing – film **FILM** muzyczny, USA 1987  
**21.35** 8. mila – dramat obycz., **FILM** USA/Niemcy 2002  
**23.25** Egzorcyzm – horror, USA **FILM** 2024, wyk. Russell Crowe  
**1.00** Innego końca nie będzie **FILM** – film obyczajowy, Pol. 2024

**SCI FI**

**6.00** Prométhée (5)  
**7.00** The Ark 2 (8-10) – serial s.f.  
**10.00** Bibliotekarze 2 (3, 4)  
**11.50** CZarodziejki 7 (21, 22)  
**13.40** Grimm 4 (19, 20) – fantasy  
**15.30** Bibliotekarze 2 (5, 6)  
**17.20** CZarodziejki 8 (1, 2) – serial fantasy, USA 2005  
**19.10** Grimm 4 (21, 22) – fantasy  
**21.00** Ciche miejsce – horror, **FILM** USA 2018, wyk. Emily Blunt  
**22.55** Anakondy: Polowanie na krwawą orchidę – film sensacyjny, USA 2004  
**1.00** Crackodryl – horror **FILM** s.f., USA 2023  
**3.00** CZarodziejki 8 (1, 2) – serial fantasy, USA 2005  
**5.00** Prométhée (5)

**PARAMOUNT NETWORK**

**9.25** Policjnia grupa pościgowa 21 (14) – dok.  
**10.25** Zapłata – thriller s.f., **FILM** USA/Kanada 2003  
**13.00** CZarodziejki 7 (21, 22) – serial fantasy, USA 1998  
**15.00** Moja super **FILM** ekscyzjacyjna – kom. romant., USA 2006  
**17.15** Iluzja 2 – thriller, Francja/**FILM** USA/Hongkong 2016  
**20.00** Planeta Singli. Osiem historii (3, 4) – serial kom.  
**22.00** Elita zabójców – film **FILM** sensacyjny, USA/Australia/Wielka Brytania 2011  
**0.20** Od zmierzchu do świtu **FILM** – horror, USA 1996, wyk. George Clooney

**FX**

**9.00** Z archiwum X (23) – s.f.  
**10.00** CSI: Kryminalne zagadki Miami (14, 15) – krym., USA  
**11.50** CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku (2, 3)  
**13.45** Agenci NCIS (10, 11)  
**15.35** SkyMed (1) – obycz., Kan.  
**16.30** CSI: Kryminalne zagadki Miami (16, 17) – krym., USA  
**18.20** Z archiwum X (24) – s.f.  
**19.15** FBI 3 (2) – serial kryminalny  
**20.10** CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku (4, 5) – serial krym., USA/Kanada  
**22.00** Tropiciel (17) – serial krym.  
**22.55** Z archiwum X (24) – s.f.  
**23.50** 9-1-1 (13) – serial obycz.  
**0.45** FBI 3 (2) – serial kryminalny  
**1.40** Agenci NCIS (11) – sens.

**KINO TV**

**8.35** Zagadki kryminalne panny Fisher 3 (3, 4)  
**11.00** Panna Scarlet i komisarz 2 (3, 4) – krym.  
**13.10** Poirot (3, 4) – serial krym.  
**15.15** Zagadki kryminalne panny Fisher 3 (5, 6)  
**17.55** Panna Scarlet i komisarz 2 (5, 6) – krym.  
**20.00** Spacer w chmurach **FILM** – melodramat, USA/Meksyk 1995, wyk. Keanu Reeves  
**22.10** Czarny pies – film sens., **FILM** USA/Wlk. Bryt./Fr. 1998  
**0.05** Kruk, zagadka zbrodni **FILM** – thriller, USA/Węgry/Hiszpania 2012, wyk. John Cusack  
**2.30** Cube Zero – horror, **FILM** Kanada 2004

**CANAL+ SERIALE**

**9.50** Planeta Singli. Osiem historii (4) – serial kom.  
**10.45** Premierowa jazda – mag.  
**11.05** Naruto (8-10) – anime, Jap.  
**12.30** The Office PL 3 (10-12)  
**14.10** Premierowa jazda – mag.  
**14.30** Naruto (5-7) – serial anime  
**16.00** Łąpu capu Extra (134)  
**16.10** Daleka Północ odkryta na nowo (1, 2) – film dok.  
**18.10** Wszystko, czego nie zdążyliśmy powiedzieć (1-3) – serial komediowy, Fr.  
**20.00** Wartownicy (5, 6)  
**21.30** Hollywood Buzz – mag.  
**22.00** Gangi Londynu 3 (3, 4)  
**23.45** Emigracja XD (6-10)  
**2.10** Kłangor (3, 4) – krym., Pol.  
**3.50** Zmijowisko (1, 2) – krym.

**CANAL+ 360**

**13.00** Grip – w świecie supersamochodów (6)  
**14.00** Najbardziej ekstremalne miejsca na świecie 2 (2)  
**15.00** Co poszło nie tak (1)  
**16.00** Supersamoloty bojowe (2) – serial dokumentalny  
**17.00** Zholowani: ciężarówka w opalach 7 (20) – dok.  
**18.00** Porzucone konstrukcje 4 (5) – dok., Wlk. Bryt.  
**18.55** Najbardziej ekstremalne miejsca na świecie 2 (1)  
**19.50** Zholowani: ciężarówka w opalach 8 (1) – dok.  
**20.50** Co poszło nie tak (6) – serial dok., Wielka Brytania  
**21.55** Śladami Marco Polo (1)  
**22.50** Sędziowie (8, 9) – dok.

### TLC

10.00 Wiza na miłość: pierwsze spotkanie, pościelowe rozmowy 7  
11.00 Kiedy dzieci mają dzieci 7: Twój zespół wsparcia – serial dokum.  
12.00 Mali ludzie, wielka rodzina 11  
13.00 Wiza na miłość: Znowu do wzięcia  
15.00 Wiza na miłość: pierwsze spotkanie, pościelowe rozmowy 7  
16.00 Historie wielkiej wagi (8): Maja – serial dokum.  
18.00 Historie wielkiej wagi: Brazylia – reality show

### POLSAT CAFÉ

6.00 Przyjaciółki (23, 24) – serial obycz., Pol. 2013  
8.00 Co ludzie powiedzą (10, 11) – kom., Wlk. Bryt.  
9.25 Hell's Kitchen – Piekielna Kuchnia (3, 4) – reality show, Polska  
12.30 Bogaty dom – biedny dom (141, 142) – reality show, Polska 2025  
14.30 Kolacja w ciemno (16, 17) – pr. rozr., Polska  
16.30 Hell's Kitchen – Piekielna Kuchnia 3 (26) – reality show, Polska  
18.00 Nasz nowy dom (264, 265) – reality show

### TVN STYLE

5.25 I nie opuszczę Cię aż do ślubu (1) – reality show, Polska 2015  
6.10 Damy i wieśniaczki. PL 7 (5) – serial fab.-dok.  
7.10 Co za tydzień – magazyn kulturalny  
7.45 Dzień Dobry TVN – magazyn  
11.20 Ugotowani (15, 1) – program kulin.-rozrywk., Pol.  
13.30 Kuchenne rewolucje (9, 8) – pr. rozr., Pol. 2024  
15.35 Jestem z Polski 15 (15, 14) – serial dokum.  
17.40 Kuchenne rewolucje (12, 1, 2) – pr. rozr., Polska

### DISCOVERY CHANNEL

9.00 Gorączka złota: rzeka skarbów 6: W nieznane  
10.00 Klan z Alaski  
11.00 Przetwarc nad Jukonem: Trudne wybory  
12.00 Fani czterech kółek 16  
13.00 Nagi instynkt przetwania: rozbitkowie  
15.00 Ziomowisko PL 4 (9)  
16.00 Gorączka złota 16  
17.00 Celnicza na straży Szwecji 4 (3)  
18.00 Poza cywilizacją (1)  
19.00 Nagi instynkt przetwania: nagroda za przeżycie 3

### TVP HISTORIA

8.30 Pogranicze w ogniu (18) – serial sens., Polska  
9.35 Ex Libris – magazyn  
10.05 Pamięć śladów – dok.  
11.05 Arsenał. Magazyn militarno-historyczny  
11.35 Najwspanialsze góry Afryki (4) – cykl dokum.  
12.45 Zabójcza nauka (4)  
13.50 Królowie (31) – hist., Pol.  
14.30 Pogranicze w ogniu (19) – serial sens., Polska  
15.35 Sensacje XX wieku  
17.35 Czas honoru (70) – serial wojenny, Polska 2013  
18.35 Zwyczajny kraj – dok.  
19.35 Królowie (70) – hist., Pol.

### FOKUS TV

8.55 Wehikuł czasu  
9.00 Starożytni kosmici (10)  
10.00 Gwiazdy lombardu (11-14) – reality show, USA  
12.00 Wielkie konstrukcje III Rzeczy: Taktyka i uzbrojenie (1) – dok.  
13.00 Poszukiwacze historii (8, 9)  
14.00 Jak przegrać wojnę (3, 4) – serial dokum.  
16.00 Premiera: Dorwać tuńczyka (9, 10) – dok.  
18.00 Rolnicy. Podlasie (12, 13) – serial dokum.  
20.00 Galileo (7)  
21.00 Tajemnice zamków (7)

### METRO

19.00 Wiza na miłość: Romans na Karaibach 2 – reality show  
20.00 Wiza na miłość: Wielka Brytania 3 – reality show  
21.00 Wiza na miłość 12 (2)  
23.00 Trójkat zbrodni  
0.00 Dr Pryszczyla 4  
1.00 Wiza na miłość: Wielka Brytania 3 – reality show

### ZOOM

20.05 Więzienie kobiet (118, 119, 138, 139) – dok., Pol.  
22.00 Walka o życie (2) – dok.  
23.00 Gry małżeńskie (94, 95)  
1.00 Kolacja w ciemno (15, 16) – pr. rozrywk., Pol.  
3.05 Więzienie kobiet (60, 61) – serial dokum.  
4.00 Zdrady (95, 96) – serial paradokumentalny, Pol.

### FOOD NETWORK

20.50 Babski biznes (2) – rozr.  
21.50 Jestem z Polski 15 (20)  
22.50 Jestem z Polski 14 (3)  
23.45 Hotel Paradise 11 (19, 20) – reality show, Pol.  
1.45 Apetyt na miłość (9)  
2.45 Wiem, co jem i wiem, co kupuję (3, 4) – mag.  
4.15 Zrób coś z tym dzieckiem (6) – mag.

### DISCOVERY SCIENCE

21.00 Nic do ukrycia (6)  
22.00 Premiera: Celnicy na straży Szwecji 4 (4)  
23.00 Sara Price – Droga do Dakaru (1)  
0.00 Gorączka złota 16  
1.00 Hot rod wg Kindiga  
2.00 Militaria na warsztat 3 (5)  
3.00 Królowie asfaltu (6)

### NATIONAL GEOGRAPHIC

20.15 Ekstradycja 2 (9-ost.) – serial sensacyjny, Polska  
21.20 Długa droga do wojny (1) – film dok., Wlk. Bryt.  
22.30 Ladowanie w Normandii, nieznanie taśmy (1) – serial dokum.  
23.45 Sensacje XX wieku  
2.00 Encyklopedia II wojny światowej (1)

### BBC EARTH

8.20 Najpiękniejsze trasy spacerowe – serial dokum.  
9.20 W okowach mrozu 11  
11.20 Błękitna planeta: powrót (1) – film dokum., Wlk. Bryt.  
12.30 Najpiękniejsze trasy spacerowe – serial dokum.  
13.30 Dynastia 2: Surykatka – dok.  
14.30 W okowach mrozu – dok.  
15.40 Życie na pustkowiu 12  
16.40 Amerykańskie Południe  
17.45 Błękitna planeta: powrót (1, 2) – film dokum., Wlk. Bryt.  
19.55 Błękitna Planeta 2 – dok.  
21.00 Szpiedzy w oceanie – dok.  
1.40 Błękitna planeta: powrót (1) – film dokum., Wlk. Bryt.  
2.40 W okowach mrozu 11  
4.10 Dynastia 2: Surykatka – dok.

### METRO

8.35 Szpital (742, 743) – paradok.  
10.35 Sędzia Anna Maria Wesołowska (311, 312)  
12.35 Szkoła (697) – paradok., Pol.  
13.35 Anatomia piękna 2 – rozr.  
14.35 Zapukaj do moich drzwi (154) – telen., Turcja 2020  
15.45 The Floor – teleturmu., Pol.  
17.00 Fani czterech kółek 16  
18.00 Prawo Agaty 5 (8) – obycz.  
19.00 Kartoteka 10 (26, 27)  
21.05 Kryminalni (8, 9) – krym.  
23.15 CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 10 (17) – krym.  
0.15 Zbrodnie z pierwszych stron gazet 2 – serial dok.  
1.15 Szpital (735) – paradok., Pol.  
2.15 Szkoła (836, 837) – paradok.  
4.10 Nowa Maja w ogrodzie 3

### ZOOM

6.00 Kojak 2 (4, 5) – serial krym.  
8.00 Strzałnik Teklasu 8 (1, 2) – serial sensacyjny, USA 1999  
9.50 MacGyver 2 (4, 5) – sens.  
11.55 Pułapki umysłu  
13.00 Wujek magazynowe: Kanada – reality show, Kan.  
15.30 Sensacje XX wieku – hist.  
17.50 Wiojciech Cejrowski – bosko przez świat – cykl reportaży  
20.00 Kobra – oddział specjalny 22 (9, 10) – sens.  
22.05 Pod pokładem 11 – reality show, USA 2023  
23.05 Magia nagoci 5 – pr. rozr.  
0.10 Magia nagoci 4 – pr. rozr.  
1.25 Adam szuka Ewy VIP. Holandia 2 – rozr., Hol. 2018

### FOOD NETWORK

8.20 Kuchenne rewolucje – rozr.  
9.20 Makłowicz w Polsce  
11.35 10 zadań specjalnych Michała Morana 2 – pr. rozr.  
13.20 Miłość od kuchni – pr. rozr.  
14.20 Akcja: Restauracja!  
15.20 Bójka na plaży – serial dok.  
16.20 Kuchenne rewolucje – rozr.  
17.20 Magda gotuje internet  
17.55 Apetyt na miłość – pr. rozr.  
18.55 Dziecięce mistrzostwa wypieków – telet. kulin.  
19.55 Kulinaryny poker  
20.55 Wiosenny turniej wypieków – reality show  
22.00 Pyszne miejscówki – mag.  
23.05 Akcja: Restauracja! 19  
0.05 Człowiek kontra jedzenie  
1.35 Pyszne miejscówki – mag.

### DISCOVERY SCIENCE

6.00 Jak to jest zrobione?  
8.00 Jak działa wszechświat? 6  
11.00 Pogromca mitów w akcji: Powietrzna walka myśliwców  
12.00 Czy jest z nami inżynier? – serial dokumentalny  
13.00 Kosmiczna mapa skarbów  
15.00 Jak działa wszechświat?  
18.00 Jak to jest zrobione?  
21.00 Jak działa wszechświat? Międzygwiazdowe tajemnice; Wielki Wybuch – serial dokum.  
23.00 NASA – archiwum tajemnic 4: Planeta metalowych kosmitów; Wojna atomowa na Marsie – dok.  
1.00 Jak działa wszechświat?  
4.00 Podziemne sekrety

### NATIONAL GEOGRAPHIC

12.00 Era supertransportu  
13.00 Hitler: Siła dyktatora (3)  
14.00 Wojna z ZSRR: Wielkie konstrukcje III Rzeczy (3)  
15.00 Strzegąc granic – serial dok.  
16.00 Egipt: Miejsce pełne tajemnic  
16.55 Tajemnice złotego faraona  
18.00 Wojna szpiegów (3) – dok.  
19.00 Gułag – system śmierci (3)  
20.00 Katastrofa w przestworzach  
21.00 Katastrofa w przestworzach: Raport specjalny  
22.00 Katastrofa w przestworzach  
0.01 Katastrofa w przestworzach: Raport specjalny

### BBC EARTH

8.20 Najpiękniejsze trasy spacerowe – serial dokum.  
9.20 W okowach mrozu 11  
11.20 Błękitna planeta: powrót (1) – film dokum., Wlk. Bryt.  
12.30 Najpiękniejsze trasy spacerowe – serial dokum.  
13.30 Dynastia 2: Surykatka – dok.  
14.30 W okowach mrozu – dok.  
15.40 Życie na pustkowiu 12  
16.40 Amerykańskie Południe  
17.45 Błękitna planeta: powrót (1, 2) – film dokum., Wlk. Bryt.  
19.55 Błękitna Planeta 2 – dok.  
21.00 Szpiedzy w oceanie – dok.  
1.40 Błękitna planeta: powrót (1) – film dokum., Wlk. Bryt.  
2.40 W okowach mrozu 11  
4.10 Dynastia 2: Surykatka – dok.

### WP

11.00 Porzucone budowle 11  
12.00 Wariaci za kierownicą 2  
13.00 Makłowicz w podróży  
14.00 Pokochaj lub sprzedaj Vancouver 3 – serial dokum.  
16.55 Pogoda  
17.00 Komisarz Cassandre: Zbrodnie w Alpach 8 (1)  
19.00 Policjanci z sąsiedztwa 2  
20.00 Meghan Markle: Jak zarobić na rodzinie królewskiej – film dokum.  
21.00 Harry i Meghan: Rodziny hipokryty?  
22.00 Pogoda  
22.05 Przebojowe kabarety  
23.05 Mistrzowie Kabaretu 11  
0.05 Mistrzowie Kabaretu 5

### NOWA TV

9.30 Całkiem nowe lata miodowe (12) – serial kom.  
10.00 Miodowe lata (20) – kom.  
13.00 Wzieszenie – serial dokum.  
11.00 Piłot 7 (1, 2) – serial krym.  
15.00 Świat według Bunch 6 (106-111) – serial komediowy  
18.00 Całkiem nowe lata miodowe (9) – serial kom.  
18.30 Miodowe lata (81-83) – serial kom., Pol. 1998-2001  
21.00 Zdrady (109) – paradok., Pol.  
22.00 Ślad (20, 21, 85) – krym., Pol.  
1.00 Łowca pedofilów – dok.  
3.00 TV okazje  
3.50 Wehikuł czasu  
4.00 Sala operacyjna  
5.00 Pod lupą – magazyn

### HGTV HOME & GARDEN

9.55 Widok, na który cię stać  
11.00 Zrobić na remoncie 7  
11.31 Usterka 11 (9, 10) – fab.-dok.  
13.00 Zbudujemy większy dom  
13.55 Zbudujemy fajny dom 2  
14.55 Mieszkanie na miarę 4  
16.55 Polowanie na ogród 9  
18.05 Weekendowa metamorfoza 6 – pr. rozr.  
20.00 Złoty remont 11 – pr. rozr.  
21.00 Dorota wasz urządził! – rozr.  
22.30 House Hunters – Poszukiwacze domów 10 – pr. rozrywk.  
0.40 Kupujemy dom  
1.35 Remontujemy dom na plaży 5 – program rozrywkowy

### TRAVEL CHANNEL

7.05 Porada na wakacje. Chorwacja – film dok., Pol.  
7.35 Kamperem przez Stany  
8.05 Jak to robią zwierzęta?  
10.10 Dziwaczne potrawy: Smakowite miasta – serial dok.  
12.15 Aloha, nowy dom! – pr. rozr.  
14.20 Człowiek kontra jedzenie  
14.55 Nieoczywiste miejsca  
15.55 Tu jest pięknie – pr. rozr.  
17.00 Megaladunki – serial dok.  
19.00 Okładka Azji – serial dokum.  
21.05 Sprawa dla medium i detektywa – serial dokum.  
23.10 Kobieta na krańcu świata  
0.55 Aloha, nowy dom! – pr. rozr.  
3.00 Megaladunki – serial dok.  
5.05 Człowiek kontra jedzenie

### NATIONAL GEOGRAPHIC WILD

8.00 Sekretne życie pingwinów: Cesarskie serce  
9.00 Niezwykły dr Pol  
12.00 Śmierć przychodzi po zmroku: Potwór z bagien  
13.00 Przedziwna planeta Ziemia: Ucieczka – serial dok.  
14.00 Mashatu: ziemia lampartów – film dokum., Fr.  
15.00 Walki zwierząt  
16.00 Dzikie oblacza Ameryki  
17.00 Oko w oko z dziką naturą  
18.00 Wspaniałe Filipiny  
19.00 Zwierzaki w amoku  
20.00 Niezwykłe żywioły  
21.00 Niezwykły dr Pol  
2.00 Sekretne życie pingwinów: Cesarskie serce

### POLSAT WIASAT HISTORY

12.10 Czolg: najważniejsza broń II wojny światowej  
13.15 W poszukiwaniu zaginionych wikingów  
14.35 Tajne bazy nazistów 3  
16.30 Zaginione miasta Biblii (1) – film dokum., Wielka Brytania  
17.35 Wojna światowa: 1914-1945  
18.45 Czolg: najważniejsza broń II wojny światowej  
19.50 Cesarstwo Rzymskie: mity i fakty  
21.00 Naziści: korzenie zła  
22.10 Najgroźniejsi ludzie Hitlera: Wilhelm Canaris  
23.10 W poszukiwaniu biblijnej prawdy (1) – dok., Wlk. Bryt.

### KUCHNIA

14.50 Włoskie życie Sophie...  
15.45 Luke Nguyen w Indiach  
16.15 Sachie w Nowej Zelandii 2  
16.40 Jamie Oliver: 5 składników po śródziemnomorsku – mag. Luke Nguyen w Indiach – serial dokumentalny  
18.30 Sachie w Nowej Zelandii 2  
18.55 Nie tylko kimchi 2 – mag.  
19.25 M jak mięso 4  
20.15 Jamie Oliver – łatwe przepisy na co dzień  
21.15 Anthony Bourdain – miejsca nieznanne 8 – dok.  
0.45 Sachie w Nowej Zelandii 2

### CANAL+ DOMO HD

14.50 Gardeners' World 16  
12.50 Cudotwórca 7 – mag.  
15.00 Kupcie sobie zamek! 2  
15.55 Tomasz Pagowski. Remont u Ciebie 8 – mag.  
16.50 Gardeners' World 16  
18.00 Ucieczka na wios 25 – dok.  
18.55 Wielkie projekty: Australia 10 – serial dokum.  
20.00 Daleko od miasta 12 – dok.  
21.00 Cudotwórca 7 – mag.  
22.00 Wielkie projekty: Szwecja 5 – serial dokum.  
22.50 Pokochaj lub sprzedaj: Wielka Brytania 10  
23.45 Luksusowa ucieczka 6

### SUPER POLSAT

11.30 Świat według Kiepskich (371-374) – serial kom., Polska  
13.30 Bitwa o palety  
14.30 Hell's Kitchen – Piekielna Kuchnia 5 – reality show, Pol.  
16.00 Ninja Warrior Polska  
17.55 Świat według Kiepskich (469, 470, 509, 510) – kom.  
20.00 Ziomiarze – serial dokum.  
21.00 Pewnego razu  
FILM W Meksyku: Desperado 2 – sens., USA/Meksyk 2002  
23.05 Witajcie w dżungli  
FILM W filmie przygodowym, USA 2003  
1.20 Świat według Kiepskich (92, 454-457) – serial kom.

### TVP Kobieta

12.45 Przepis dnia 4 – mag. kulin.  
13.00 Na dobre i na złe (564)  
13.50 Kiedyś to było... – magazyn  
14.25 Okrasa łamie przepisy  
15.00 Jak to się mówi, czyli Kasia u Bralczyka – mag.  
15.30 Ojciec Mateusz 30 (393, 394) – serial kryminalny  
17.25 Magyczyński Adriatyk  
18.30 Hity wszech czasów  
19.30 Miłość i nadzieja (268)  
20.30 Wichrowe wzgórze (249)  
21.30 La Promessa – pałac tajemnic (247) – serial obycz.  
22.30 Żona do podziału  
FILM – komedia, Francja/Bel. 2015

### PLANETE+

12.35 Motyle. Superbohaterowie przyrody (1) – film dok.  
13.50 Podróż do wnętrza chmur  
14.50 Krajobrazy świata – dok.  
15.50 Niezwykłe podróże koleją 5 – serial dokum.  
16.55 360° Świat bez granic  
18.00 Dokąd dzisiaj? 4 – dok.  
18.40 Życie codzienne w Protektoracie Czech i Moraw (1)  
19.45 Byłoby. Wielki port Fenicjan – film dokum.  
20.50 Odpowiedzialny biznes. Czyli jak? – film dokum.  
22.00 Wszystko o Marii. Matce Bożej – serial dokumentalny

### TVP DOKUMENT

12.40 Była sobie piosenka – dok.  
13.40 Życie na biegunach (1)  
14.45 Kalendarz przyrody  
15.45 Pestycydy, cicha zagłada  
16.50 Karnawały  
17.55 Sanatorium miłości  
18.50 Niezapomniana Jacqueline du Pre – dok.  
20.00 Świętynie świata  
21.05 Kalahari, twarde prawo pustyni (1) – film dokum., Fr.  
22.10 Królów mafii  
23.10 Barbara Włodarczyk zaprasza – magazyn  
23.20 Adopcje zagraniczne – światowy skandal – dok.

**TVP SPORT**

**11.45 Koszykówka 3x3 kobiet:** Mistrzostwa świata – Warszawa 2026 – mecze półfinałowe

**12.45 Koszykówka 3x3: MŚ** – Warszawa 2026 – mecze półfinałowe

**13.45 Futsal: FOGO Futsal** Ekstraklasa: Piast Gliwice – Eurobus Przemysł

**15.50 Koszykówka 3x3: MŚ** – Warszawa 2026 – mecze o 3. miejsce

**16.50 Koszykówka 3x3: MŚ** – Warszawa 2026 – mecze finałowe

**17.55 Transmisja**



**20.05 Piłka nożna: LM UEFA** – finał: Paris Saint-Germain – Arsenal FC

**22.15 Sportowy wieczór**

**22.50 Film dokumentalny**

**23.45 Lekkoatletyka:** Memoriał Haliny Konopackiej – Warszawa 2026

**2.00 NBA Action** – mag.



**11.15 Piłka nożna:** Liga hiszpańska

**13.30 Piłka nożna:** PKO BP Ekstraklasa – podsumowanie sezonu 2025/2026

**14.40 Magazyn Ligi Mistrzów UEFA**

**15.45 Piłka nożna:** Liga hiszpańska

**18.00 Piłka nożna:** PKO BP Ekstraklasa – podsumowanie sezonu 2025/2026

**20.35 Boks: Gala** w Tokio

**20.35 Bohater z Cienia (2)**

**21.10 Sporty walki: ONE Friday Fights 156**

**22.15 Boks: BKFC 89: Palm Desert:** waga kogucia: Jamel Herring – Michael Larrimore

**23.20 The Big Pete (3, 4)**

**0.45 Premier League Review**



**8.30 Padel:** Turniej Premier Padel w Rzymie – mecz finałowy kobiet

**11.00 8 wspaniałych (3)**

**11.30 Padel:** Turniej Premier Padel w Rzymie – finał mężczyzn

**14.00 Tenis:** Turniej WTA w Londynie – 1. runda (live)

**16.00 Tenis:** Turniej WTA w Londynie – 1. runda (live)

**18.00 Tenis:** Turniej WTA w Londynie – 1. runda (live)

**20.20 Tenis:** Turniej WTA w Londynie – mecz 1. rundy

**22.40 Tenis:** Turniej WTA w Londynie – mecz 1. rundy

**1.00 Piłka nożna:** PKO BP Ekstraklasa



**12.15 Magazyn Ligi Mistrzów UEFA**

**13.30 Piłka nożna:** PKO BP Ekstraklasa: Legia Warszawa – Radomiak Radom

**16.00 Żużel:** Metalkas 2. Ekstraliga: PSŻ Poznań – Moonfin Malesa Ostrów Wlkp.

**19.00 Żużel:** Metalkas 2. Ekstraliga: ROW Rybnik – Polonia Pila

**22.00 Magazyn Metalkas 2. Ekstraliga**

**23.00 Sporty walki: ONE Friday Fights 157**

**1.20 Premier League Stories (43)**

**EUROSPORT 1**

**10.00 Triathlon: T100 World Tour** – San Francisco

**11.30 Tenis:** Turniej French Open w Paryżu – mecz finałowy gry pojedynczej mężczyzn

**13.00 Kolarstwo kobiet:** Giro d'Italia – 9. etap

**14.00 Kolarstwo:** Tour Auvergne-Rhône-Alpes – 1. etap

**15.20 Kolarstwo:** Tour Auvergne-Rhône-Alpes – 2. etap (live)

**17.15 Tenis:** Turniej French Open w Paryżu – finał gry pojedynczej mężczyzn



**19.30 Kolarstwo:** Tour Auvergne-Rhône-Alpes – 2. etap

**20.30 Best of French Open**

**21.30 Sarah Price Chasing Dakar**

**22.30 FIM World Endurance Championship:** Kolarstwo: Tour Auvergne-Rhône-Alpes



**12.30 Triathlon: T100 World Tour** – San Francisco

**14.00 Tenis:** Turniej French Open w Paryżu – finał mężczyzn

**17.00 FIA World Endurance Championship:** Wyścig 24-godzinny w Le Mans

**18.30 Kolarstwo:** Tour Auvergne-Rhône-Alpes

**19.30 Wspinaczka:** Zawody World Series w Pradze

**21.00 FIM World Endurance Championship:** Wyścig 8-godzinny w Spa-Francorchamps

**22.30 Kolarstwo:** Critérium du Dauphiné – 2. etap

**0.00 Wspinaczka:** Zawody World Series w Pradze



**10.00 Piłka nożna:** Liga hiszpańska: Real Madryt – Barcelona

**12.00 Piłka nożna:** Liga włoska – mecz: Cagliari Calcio – Inter

**14.00 Piłka nożna:** Liga niemiecka: Borussia M'gladbach – Bayern

**16.00 Piłka nożna:** Liga włoska: SSC Napoli – Inter Mediolan

**18.00 Piłka nożna:** Liga hiszpańska: Betis – Barcelona

**20.00 Formuła 1:** GP Monako

**20.40 Formuła 2:** GP Monako

**22.10 Formuła 3:** GP Monako

**23.35 Made in Italy (7)**

**0.00 Bundesliga Original Series: Droga na mundial (1, 2)**

**1.20 Bundesliga Special (20)**



**14.00 Piłka nożna:** Liga włoska: AS Roma – Inter Mediolan

**16.00 Piłka nożna:** Liga niemiecka: Eintracht Frankfurt – Bayern

**18.00 Serie A**

**19.00 Piłka nożna:** Liga włoska: Inter Mediolan – Cremonese

**21.00 Piłka nożna:** Liga hiszpańska – mecz: FC Barcelona – Athletic Club

**23.00 Bundesliga Original Series: Droga na mundial (3, 4)**

**0.00 Piłka nożna:** Liga francuska – mecz: Paris Saint-Germain – RC Strasbourg

**POLSAT SPORT 1**

**6.00 Siatkówka kobiet:** Liga Narodów

**8.30 Lekkoatletyka:** Diamentowa Liga w Sztokholmie

**11.00 Siatkówka kobiet:** Liga Narodów

**13.00 Siatkówka kobiet:** Liga Narodów

**15.30 Siatkówka kobiet:** Liga Narodów

**17.30 Lekkoatletyka:** Diamentowa Liga w Sztokholmie

**13.50 Lupin wśród bajek** Zapowiada się bieg na 100 metrów przez płotki.



**19.45 Koszykówka mężczyzn:** ORLEN Basket Liga – mecz finałowy fazy play-off (live)

**22.00 Formuła 1:** Grand Prix Monako

**23.00 Siatkówka kobiet:** Liga Narodów

**23.30 Magazyn meczów towarzyskich** – mag.



**13.00 Piłka nożna** – mecz towarzyski

**15.00 Piłka nożna** – mecz towarzyski

**17.00 Piłka nożna** – mecz towarzyski

**19.00 Piłka nożna:** Maroko – Norwegia

**21.00 Piłka nożna** – mecz towarzyski: Francja – Irlandia Północna (live)

**23.00 Piłka nożna** – mecz towarzyski: Ostatni sprawdzian wicemistrzów świata przed mundialem w USA, Meksyku i Kanadzie.

**1.00 Sporty walki: Dragon Fight Night MMA 6 w Tłuszczu:** D. Romański – T. Pagliariccio



**6.00 Piłka nożna** – mecz towarzyski

**8.30 Koszykówka mężczyzn:** ORLEN Basket Liga

**11.00 Piłka nożna** – mecz towarzyski

**13.00 Siatkówka kobiet:** LN

**15.00 Piłka nożna** – mecz towarzyski

**17.30 Siatkówka kobiet:** LN

**20.35 Piłka nożna:** Holandia – Uzbekistan (live)

**22.30 Sporty walki: UFC Fight Night: Belal Muhammad – Gabriel Bonfim 07.06.2026**

**1.00 Sporty walki: Babylon MMA 53 w Międzyzdrojach:** S. Kolecki – M. Łazarz



**6.00 Dorwać tuńczyka**

**9.00 Wojny magazynowe**

**10.00 Wojny kontenerowe**

**11.00 Hardkorowy lombard** – serial dokumentalny

**14.00 Polacy za granicą** – serial dokumentalny

**16.00 Złomiarze** – serial dokumentalny

**18.05 Poszukiwacze historii** – serial dokumentalny

**20.00 Złomiarze** – serial dokumentalny

**22.00 Kolowrotek** – magazyn wędkarski

**4.05 Starozylni kosmici**

**TVP ABC**

**9.30 Domisie**

**10.00 Cześć, czy mogę Cię zjeść?**

**10.20 Przygody Bolka i Lolka**

**10.45 Reksio**

**11.05 Małe i duże przygody Miffy**

**11.35 Stacyjkowo**

**11.55 Strażak Sam**

**12.25 Domisie**

**12.55 Halo, halo!**

**13.00 Figo Migu na planecie Czochras**

**13.20 Pszczółka Maja**

**13.50 Lupin wśród bajek**

**14.05 Lassie i przyjaciele**

**14.45 Yakari**



**15.15 Al-chemik**

**15.35 Bella i Sebastian**

**15.50 Krecio**

**16.35 Tygrysek Percy** – jego opowieści

**17.05 Dino Ranczo**

**17.30 Piotruś Król 2**

**18.00 Nowe przygody Piotrusia Pana**

**18.25 Leo da Vinci**



**8.10 Marsupiliami**

**8.40 Harmidom 5**

**9.30 Wylde Pak** – zakrecona paka

**9.55 Grzmotomocni: Tajniacy 2**

**10.25 Niebezpieczny Henryk 5**

**11.20 That Girl Lay Lay 2**

**11.50 Harmidom 5**

**12.45 Harmidom 5**

**13.05 SpongeBob Kanciastoparty 11**

**13.35 SpongeBob Kanciastoparty 12**

**14.30 Harmidom**

**15.30 Smerfy 2**

**16.00 SpongeBob Kanciastoparty 9**

**16.25 SpongeBob Kanciastoparty 14**



**8.20 Pan Krokodyl**

**8.45 Barabapa i jego rodzinka**

**9.40 Tim Rex wśród gwiazd 2**

**10.10 Przygody Misia Paddingtona 2**

**11.05 Małe Królestwo Bena i Holly**

**11.30 Dora 2**

**11.55 Rubble i jego ekipa 2**

**12.25 Rubble i jego ekipa**

**12.45 Psi Patrol 2**

**13.40 Barabapa i jego rodzinka 2**

**14.35 Zwierzęce zagadki**

**15.05 Rogata ekipa**

**16.10 Małe Królestwo Bena i Holly**

**16.40 Psi Patrol 5**



**12.15 Naprawy nie do naprawy**

**13.00 Zawodowi handlarze**

**14.30 Wojny samochodowe**

**16.30 Jeźdźci, obserwować!**

**18.00 Raport Turbo**

**18.15 Usterka samochodowe**

**19.15 Usterka 16**

**19.45 Ciężarówka przez RPA**

**20.45 Naprawy nie do naprawy**

**21.30 Uwaga! Oszust: Szciana z ogłoszenia**

**22.00 Raport Turbo**

**22.15 Moto Fachury**

**23.00 Z drugiej ręki**

**23.45 Jeźdźci, obserwować**

**0.30 Mobilni mechanicy**

**MINIMINI+**

**11.17 Koci domek Gabi**

**11.45 Mush-Mush i Grzybaski**

**12.10 Strażak Sam 16**

**12.25 Blaze i megamaszyny 2**

**12.50 Moje urodziny**

**13.00 Blaze i megamaszyny 2**

**13.30 Koci domek Gabi**

**13.55 Moje urodziny**

**14.03 Kicia Kocia**

**14.22 Cloudy & Stormy**

**14.45 Gazu, pieski, gazu! 2**

**15.10 Baranek Shaun**

**15.36 Jeżyk Happy**

**15.55 Mały Charlie**

**16.05 Mega Ekspres**

**16.30 Ciekawski George 7**



**17.00 Strażak Sam 16**

**17.25 Staś i fajna Babcia**

**17.50 Moje urodziny**

**17.56 Smerfy**

**18.25 Leśna rodzina. Freya spełnia swoje marzenia**

**18.50 Baczne oczka**

**19.05 Kicia Kocia**

**19.25 Mały Charlie**



**8.20 Kumple z dżungli** – na ratunek!

**8.47 Gadający Tom i przyjaciele 3**

**9.25 Dodo**

**9.55 Charlotte i trzy muszkietierki**

**10.26 Angelo rządzi**

**10.52 Siostry 2**

**11.22 Polly Pocket 6**

**12.16 Charlotte i trzy muszkietierki**

**12.45 Kumple z dżungli** na ratunek! 3

**13.13 Kumple z dżungli** – na ratunek!

**13.39 Polly Pocket 6**

**14.22 Dinuś i Lusja**

**14.50 Siostry 2**



**8.00 Spidey i superkumple 3**

**8.30 Klub Myszkki Miki Plus**

**9.00 Klub przyjaciółki Myszkki Miki**

**10.00 Blue 2**

**11.00 Superkoty 2**

**11.30 Psia Brygada**

**12.00 Jej Wysokość Zosia**

**12.30 Blue**

**13.30 Klub Myszkki Miki Plus**

**14.00 Superkoty 2**

**15.00 Iron Man i super ekipa**

**15.30 Spidey i superkumple 3**

**16.00 Blue**

**17.00 Klub Myszkki Miki Plus**

**17.30 Jej Wysokość Zosia**

**18.00 Spidey i superkumple**

**18.30 Iron Man i super ekipa**



**16.50 Wydział kryminalny Kitzbühel**

**17.50 Doktor z alpejskiej wioski – nowy rozdział**

**18.50 Doktor Kleist – lekarz rodzinny**

**19.50 Kino TVS: Rosamunde**

**FILM: Pilcher: Pralinki na śniadanie** – film obyczajowy, Niemcy 2019

**21.50 Kino TVS: Rosamunde**

**FILM: Pilcher: Podwójna szansa** – melodramat, Niemcy 2016, reż. Stefan Bartmann

**23.35 Doktor z alpejskiej wioski – nowy rozdział**

**TVN 24**

**7.30 Rozmowa Piaseckiego** – program publicystyczny

**8.00 Serwis informacyjny, Prognoza pogody**

**10.00 Serwis informacyjny, Prognoza pogody**

**11.00 Serwis informacyjny, Prognoza pogody**

**12.00 Serwis informacyjny, Prognoza pogody**

**14.00 Serwis informacyjny, Prognoza pogody**

**15.00 15 na żywo**

**16.00 Fakty po południu**

**18.00 Tak jest** – pr. publicyst.

**19.15 Serwis informacyjny**

**19.30 Fakty po Faktach**



**20.00 Kropka nad i** – pr. publ.

**20.30 Czarno na białym**

**21.00 Polska i świat**

**22.00 Szklko kontaktowe**

**23.00 Dzień po dniu**

**0.25 Biznes** – pr. publicyst.

**0.45 Fakty po Faktach**

**1.20 Kropka nad i** – pr. publ.

**1.50 Tak jest** – pr. publicyst.

**2.50 Nowa Maja w ogrodzie**



**15.45 Panorama**

**16.00 Dzień w godzinę**

**17.00 Teleexpress**

**17.15 Teleexpress Extra**

**17.35 Panorama**

**17.42 Wykrzywacz kłamstw**

**18.00 Panorama**

**18.30 Kontrapunkt**

**19.00 Kontrapunkt – Ring wolny**

**19.30 Program informacyjny 19.30**

**20.18 Bez retuszu**

**21.00 Kwiatki polskie**

**21.45 Panorama**

**22.10 Oko na świat**

**22.30 Program informacyjny 19.30**

**22.45 112. Magazyn kryminalny**

**23.00 Panorama dnia**



**8.00 Nowy dzień**

**10.00 W rytmie dnia**

**12.50 Wydarzenia 12:50**

**13.30 W rytmie dnia**

**15.30 Sport**

**15.50 Wydarzenia 15:50**

**16.10 Więcej „Wydarzeń”**

**16.30 Punkt widzenia Jankowskiego**

**18.00 Najważniejsze pytania**

**19.15 Gość „Wydarzeń”**

**19.50 Debatą Gozdyry**

**21.50 Wydarzenia wieczorne**

**22.30 Dzień na świecie**

**23.30 Obraz dnia**

**0.00 Najważniejsze pytania**

**1.25 Punkt widzenia Jankowskiego**



**16.00 Informacje dnia**

**16.10 Sanktuaria polskie**

**16.30 Porady medyczne bonifratrów**

**17.00 Świadkowie**

**17.30 Spotkanie Rodziny Radia Maryja**

**20.00 Informacje dnia**

**20.20 Różaniec**

**20.50 Myśląc Ojczyzna**

**21.00 Apel Jasnogórski**

**21.20 Informacje dnia**

**21.40 Polski punkt widzenia**

**22.00 Podróż apostołska Papieża Leona XIV do Hiszpanii**

Kobiety traciły dla niego głowę, a mężczyźni marzyli, by choć trochę go przypominać.

Gwiazdy znad Sekwany



**BASEN (1969)** W tym filmie wystąpił z ukochaną Romy Schneider. TVP.VOD



Po pracy na planie „Basenu” biegli do przytulnej kawiarenki w Nicei... Noce były ich!



**ZORRO (1975)** Delon podkreślał, że fascynowała go podwójna natura bohatera – eleganckiego arystokraty i zamaskowanego buntownika.

ZORRO • ALAIN DELON

# Zagrał dla syna

Uchodził za najpiękniejszego mężczyznę świata. Jeanne Moreau miała nawet żartować, że Marlon Brando „mógłby mu czyścić buty”. A Romy Schneider mówiła, że ma twarz renesansowej rzeźby...

☉ ZORRO WT 9.06 godz. 10.15 TVP KULTURA

Jako nastolatek był prawdziwym buntownikiem – wagarował, wyrzucano go ze szkół. Później zaciągnął się do marynarki wojennej i służył podczas wojny w Indochinach. Do kina trafił przypadkiem. Na festiwalu w Cannes zauważył go legendarny producent David O. Selznick i... zaoferował kontrakt. Gdy pod koniec lat 50. zadebiutował na wielkim ekranie, świat oniemiał z zachwytu. Alain Delon miał hipnotyzujące, błękitne oczy i roztaczał wokół siebie aurę tajemniczości, która sprzyjała plotkom. A przecież Francuzi je uwielbiali! – Choć tego nie planowałem, stałem się symbolem epoki – ucieleśnieniem czaru, elegancji

i niebezpiecznego seksapilu – mówił.

Role w filmach „W pełnym słońcu”, „Rocco i jego bracia”, „Lampart” i „Samuraj” potwierdziły jego klasę. A po premierze „Borsalino” do łask wróciły włoskie kapelusze tego typu. Delon grał mężczyzn chłodnych i oszczędnych w słowach. Reżyserzy lubili filmować jego twarz. W Paryżu i Rzymie nie odstępowali go paparazzi, tłumy fanów śledziły każdy jego krok, a kolorowe magazyny rozpisywały się o jego flirtach.

## Ach, ta miłość!

Przez lata był związany z Romy Schneider. Ich historia przypominała klasyczny melodramat. Poznali się na planie filmu

do biznesu, inwestował w restaurację, konie wyścigowe i nieruchomości. Projektował też meble. Plotkowano o jego trudnym charakterze i ogromnym ego. Ot, taki Marlon Brando Europy...

## Bajki o Zorro

Kiedy wystąpił w filmie „Zorro” (1975), zachwyto znowu nie było końca. – Chciałem zagrać w czymś podobnym do „Czarnego tulipana” – tłumaczył, nawiązując do swojej roli z 1964 roku. Fanom kina płaszcza i szpady spodobało się to, że stworzył zupełnie innego Zorro niż wcześniejsze wcielenia tej postaci. Dziennik „Le Monde” pisał zaś, że zdecydował się na to aktorskie wyzwanie, by sprawić przyjemność swojemu dziesięcioletniemu synowi Anthony’emu...

Chłopiec uwielbiał historie o Zorro, więc aktor wymyślał mu setki bajek na dobranoc o przygodach zamaskowanego bohatera. Ta rola była strzałem w dziesiątkę – kobiety wzdychały do mściciela w czarnej pelerynie nawet, gdy skrywał twarz za maską, a dzieci marzyły, by wymachiwać szpadą tak jak on.

Choć kino się zmieniało, a młodsze pokolenia doczekały się własnych idoli, legenda Alaina Delona przetrwała. Widzów poruszały jego wrażliwość i troska o dobro zwierząt. Przypominał pod tym względem Brigitte Bardot. Po śmierci aktora w 2024 roku to właśnie ona powiedziała, że „odeszła część jej życia”. A dla milionów widzów na całym świecie Delon pozostał symbolem czasów, gdy gwiazdy wydawały się istotami z innego świata.

**MACIEJ MISIORNY**

# Spór o pieniądze

➔ NA WSPÓLNEJ WT 9.06 godz. 20.15 TVN

Igor (Jakub Wesołowski) zacznie szukać pracy. Będzie zszokowany, gdy Julka (Maja Oświecińska) oznajmi mu, żeby zbyttnio nie przebierał w ofertach, bo przecież muszą z czegoś żyć. Nowak zacznie uspokajając córkę, że ma oszczędności, dodając, że na wszelki wypadek muszą jednak przystopować

z wydatkami. Dziewczyna postanowi więc... zwrócić się o pieniądze do babci (Ewa Gawryluk). Ostrowska wspomże wnuczkę, martwiąc się, że u Nowaków brakuje pieniędzy, ale kiedy dowie się o tym Igor, będzie wściekły. Jakby tego było mało, okaże się, że Julka oddaje wszystkie pieniądze chłopakowi, który planuje wyjazd na festiwal hiphopowy. JP



Nowy sezon

Prezenterka opowiada, jak gotować smacznie i szybko.

Pad thai w 10 minut? Czemu nie!

PYSZNE DANIA W 10 MINUT Z JULIĄ OLEŚ 2

## Dla zabieganych

➔ PYSZNE DANIA... WT 9.06 godz. 10.40 STOPKLATKA

Żyjemy coraz szybciej i coraz częściej łapiemy się na tym, że na gotowanie po prostu brakuje nam czasu. Julia Oleś przekonuje jednak, że smaczny posiłek można przygotować szybciej, niż trwa zamawianie jedzenia przez aplikację. W drugim sezonie swojego autorskiego programu zabiera widzów w kulinarną podróż

pełną prostych przepisów i aromatycznych inspiracji. Obok klasyków, takich jak tatar czy jajka po turecku, pojawiają się smaki Azji i Bliskiego Wschodu – pad thai, krewetki z ananasem czy szakszuka. Nie zabraknie też lekkiej jak piórko bezy Pavlova. Co ciekawe, deser nazwano na cześć primabaleriny Anny Pawłowej podczas jej tournée po Australii i Nowej Zelandii. MAM



Julka zacznie oszukiwać własnego ojca i działać za jego plecami.

niewiadoma	okręg, okolica	zacięta walka	wystawia sztuki	ciastko z parzonego ciasta	krótka, miła rozmowa	bóg w gdańskiej fontannie	lakierowana skóra końska	Babia ... w Beskidach
monarchia					4			
		1	siłacz	... Zorba			7	tytuł władców osmańskich
szkic literacki	okrutne rządy	Filip ... „Singielka”	jedna z muz		przerwa dla koni			5
... Montgomery, aktor				na końcu kabla	W dla fizyka		Czerwona Planeta	do przesiewania mąki
			dziękuję kocię		„Piękny ...”, film			
Placido Domingo	„Giselle”	2		kruszy skały		3		
	6		gładka powłoka muru			część długu		
czapka rektora	„zadziorny” grzyb				Jennifer ... „Przyjaciele”			

1	2	3	4	5	6	7
---	---	---	---	---	---	---

Wpisz rozwiązanie

CHWILA NA RELAKS

**TVP 1** **DVB T2**

- 5.10 Złoty chłopak** (307) – serial obyczajowy, Turcja 2022
- 6.00 Akacja 38** (875) – telenowela, Hiszpania 2015
- 7.00 Transmisja mszy świętej z Sanktuarium Matki Bożej na Jasnej Górze**
- 7.30 Kościół z bliska** – magazyn religijny, Polska 2012-2026
- 8.00 Serwis Info** – program informacyjny, Polska
- 8.05 Pogoda info**
- 8.15 Czerdziesiątka** (7): Judyń, czyli czół społeczny – serial obyczajowy, Polska 1974 (patrz obok)
- 9.15 Ranczo 4** (51): Falszerze uczuć – serial obyczajowy, Polska 2009
- 10.10 Komisarz Alex 5** (60): Gra pozorów – serial kryminalny, Polska 2014
- 11.05 Ojciec Mateusz 13** (167): Diabelski śmiech – serial kryminalny, Polska 2015
- 12.00 Serwis Info** – program informacyjny, Polska
- 12.10 Agrobiznes** – magazyn rolniczy
- 12.30 Agropogoda**
- 12.40 Magazyn rolniczy**
- 12.55 Natura w Jedynce: Dzikie imperium** (1): Rokselany, złote małpy z Hubei – serial dokumentalny, USA 2023, reż. Manuel Catteau (patrz obok)
- 14.00 Złoty chłopak** (308) – serial obyczajowy, Turcja 2022
- 15.00 Serwis Info** – program informacyjny, Polska
- 15.10 Pogoda info**
- 15.25 Gra słów. Krzyżówka** – teleturniej, Polska 2019-2026
- 16.00 Dziedzictwo** (943) – serial obyczajowy, Turcja 2020
- 17.00 Teleexpress, Pogoda**
- 17.25 Jaka to melodia?** – teleturniej muzyczny
- 18.05 Reporterzy** – magazyn reporterów
- 18.25 Akacja 38** (886) – telenowela, Hiszpania 2015
- 19.30 Program informacyjny 19.30**
- 19.55 Pytanie dnia** – program publicystyczny, Polska 2026



**8.15 OBYCZAJOWY**  
**Czerdziesiątka** (7)

W nocy budzi Karwowskiego (Andrzej Kopiczynski, zdj.) wołanie o pomoc. Stefan spieszy na ratunek, ale znajduje tylko parę naukowców, którzy badają reakcje społeczne. Okazuje się, że nastąpił rozpad więzi sąsiedzkich. Inspiruje to inżyniera do działania. **60 min**



**12.55 DOKUMENT**

**Dzikie imperium** (1)  
Rok z życia dwóch rodzin roksełan ziościstych, które mieszkają w górach Parku Narodowego Shennongjia. Walczą one o pokarm, partnerów oraz pozycję w stadzie. Aby przetrwać, muszą stawić czoło wielu wyzwaniom, takim jak ekstremalna pogoda czy zagrożenie ze strony drapieżników. **65 min**

**TVP 2** **DVB T2**

- 4.40 Na dobre i na złe** (888): Bez winy – serial obyczajowy, Polska 2023
- 5.35 M jak miłość** (1772) – serial obyczajowy, Polska 2024
- 6.30 Ukryta historia. Leśne kościoły** – reportaż, Polska 2026
- 6.55 Barwy szczęścia** (3330) – serial obyczajowy, Polska 2026
- 7.30 Pytanie na śniadanie – pobudka** – magazyn, Polska 2026
- 7.55 Pytanie na śniadanie Rodzinka.pl** (5, 6): Dziewczyna Tomka; Co jest do jedzenia? – serial komediowy, Polska 2011 (patrz obok)
- 12.35 Koło fortuny** – teleturniej, Polska 2025
- 13.15 Panna młoda** (117) – serial obyczajowy, Turcja 2024
- 14.05 Va banque** – teleturniej, Polska
- 14.35 Na sygnale** (850): Sport to zdrowie – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2026
- 15.05 La Promesa – pałac tajemnic** (407) – serial obyczajowy, Hiszpania 2022  
Manuel wyznaje Jimenie, że nie widzi szans dla ich małżeństwa. Kobieta nabiera przekonania, że mąż ma romans. Maria przyznaje się do znalezienia na strychu pieniędzy. Virtudes coraz trudniej znosi pracę w pałacu. **55 min**
- 16.00 Koło fortuny** – teleturniej, Polska 2025
- 16.35 Familiada** – teleturniej
- 17.20 Panna młoda** (118) – serial obyczajowy, Turcja 2024  
Cemil postanawia definitywnie zerwać kontakty z Hancer. Beyza pisze poruszający list do swojego nienarodzonego dziecka, a jego treść silnie oddziałuje na Cihana i skłania go do refleksji. **55 min**
- 18.15 Va banque** – teleturniej, Polska
- 18.50 Jeden z dziesięciu** – teleturniej
- 19.25 Barwy szczęścia** (3330) – serial obyczajowy, Polska 2026



**11.30 KOMEDIOWY**

**Rodzinka.pl** (5, 6)  
Tomek (Maciej Musiał, zdj.) spotyka się z czarnoskórą Sylwią. Natalia jest ciekawa nowej znajomej najstarszego syna, ale on nie jest skory do zwierzeń. Pojawienie się Sylwii powoduje, że Kacper (Mateusz Pawłowski, zdj.) i Kuba też rozprawiają o dziewczynach oraz pocałunkach. **65 min**



**20.05 TELETURNIEJ**

**Omnibus – szybcy i mądzy** (5)  
Rywalizacja, w której najważniejszy jest czas – poprawne odpowiedzi przynoszą uczestnikom dodatkowe cenne sekundy, błędne zaś je odbierają. W prowadzonej przez Krzysztofa Czeczotę (zdj.) grze biorą udział trzy znane osoby, które w czterech rundach sprawdzają swoją wiedzę, pamięć i refleks. **30 min**

- 20.05 Omnibus – szybcy i mądzy** – teleturniej, Polska 2026 (patrz obok)
- 20.35 Omnibus – szybcy i mądzy – dogrywka** – teleturniej, Polska 2026
- 20.55 Postaw na milion** – teleturniej, Polska
- 21.50 Na sygnale** (839, 840): Lustrzane odbicia; Plan prawie doskonały – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2026 (patrz obok)
- 22.55 Ludzie i bogowie** (9, 10) – serial historyczny, Pol. 2020
- 0.45 Na tropach przeszłości** (5) – serial kryminalny, Fr. 2023
- 1.45 Nasz dom w górach** (5) – serial obycz., Niemcy 2019
- 2.40 Dzieci wroga** – film dokumentalny, Szwecja/Dania/Katar 2021
- 3.45 Rodzinka.pl** – serial komediowy, Polska 2025



**21.25 SENSACYJNY**

**Śmierć nadejdzie jutro**  
Zdemaskowany w Korei Północnej James Bond (Pierce Brosnan, zdj.) jest podejrzewany o zdradę. Zamierza oczyścić się z zarzutów. Pomaga mu agentka Jinx (Halle Berry). **140 min**

**POLSAT** **DVB T2**

- 4.40 Disco Gramy** – program muzyczny, Polska 2026
- 5.25 Telezakupy TV Okazje**
- 6.00 Nowy dzień z Polsat News** – program informacyjny
- 8.30 Malanowski i partnerzy** (288, 289): Uwikłanka; Powrót zza grobu, cz. 1 – serial fab.-dokum., Polska 2011
- 9.30 Trudne sprawy** (1217, 1218) – serial paradokumentalny, Polska 2023
- 11.35 Gliniarze** (826-828) – serial paradokumentalny, Polska 2023
- 14.40 Dlaczego ja?** (1464): Łowczyńni majątku – serial paradokumentalny, Polska 2025 (patrz obok)
- 15.50 Wydarzenia**
- 16.15 Pogoda**
- 16.20 Interwencja** – magazyn reporterów
- 16.30 Na ratunek 112** (10611): Idiotka – serial paradokumentalny, Polska 2025  
17-lletnia Karolina po wypadku matki zamieszkuje w domu ojca, jego żony i ich córki. Szybko zauważa, że przyrodnia siostra jest uzależniona od internetu. **30 min**
- 17.00 Gliniarze** (1029): Na żywo – serial paradokumentalny, Polska 2025  
W czasie włamania do domu popularnego influencera zostaje zgwałcona jego siostra. Śledczy kierują podejrzenia na ludzi ze środowiska patostreamerów. Sprawa jest jednak dużo bardziej skomplikowana. **60 min**
- 18.00 Pierwsza miłość** (4233) – serial obyczajowy, Polska 2026  
Pawłowi trudno wrócić do normalnego życia. Mariusz postanawia wywieźć go do swojego domu pod Poznaniem. Brat ma jednak inny plan. **50 min**
- 18.50 Wydarzenia**
- 19.15 Gość „Wydarzeń”** – program publicystyczny
- 19.30 Sport, Pogoda**
- 19.55 Milionerzy** – teleturniej, Polska 2026



**14.40 PARADOKUM.**

**Dlaczego ja?** (1464)  
Po śmierci matki Katarzyna dowiadyuje się, że będzie dzieliła spadek z niejaką Pari Kumar. Test DNA, który wykonują dziewczynki, wykazuje, że są bliźniaczkami. Katarzyna szuka odpowiedzi na pytanie, dlaczego siostra nie dorastała w biologicznej rodzinie. Poznaje kolejne tajemnice. **70 min**



**20.35 FILM SF**

**Venom 2: Carnage**  
Dziennikarz Eddie Brock (Tom Hardy, zdj.) dzięki mieszkającemu w jego ciele kosmicznej nadludzkiej zdolności. Musi ponownie ich użyć, aby stawić czoło potężnemu czołowi przemyślnemu (Woody Harrelson), który przejął kontrolę nad seryjnym mordercą Cletusem Kasadyem (Woody Harrelson). Czeką go śmiertelnie niebezpieczne starcie. **130 min**

- 20.10 Sport, Pogoda**
- 20.30 Prokurator** (2) – serial kryminalny, Polska 2015
- 21.25 Śmierć nadejdzie jutro** – film sensacyjny, USA/Wielka Brytania 2002, reż. Lee Tamahori, wyk. Pierce Brosnan, Halle Berry, Toby Stephens, Rosamund Pike (patrz obok)
- 23.45 Katastrofa Air India. Jak do tego doszło?** – film dokumentalny, Wielka Brytania 2025, reż. Tim Pritchard
- 0.45 Uczciwy złodziej** – dramat kryminalny, USA 2020, reż. Mark Williams
- 2.35 Poznań '56** – dramat społeczny, Polska 1996, reż. Filip Bajon
- 4.30 Wykrywacz kłamstw** – program publicystyczny, Polska 2025-2026



**21.25 SENSACYJNY**

**Śmierć nadejdzie jutro**  
Zdemaskowany w Korei Północnej James Bond (Pierce Brosnan, zdj.) jest podejrzewany o zdradę. Zamierza oczyścić się z zarzutów. Pomaga mu agentka Jinx (Halle Berry). **140 min**

- 20.35 Venom 2: Carnage** – film s.f., USA/Chiny 2021, reż. Andy Serkis, wyk. Tom Hardy, Woody Harrelson, Michelle Williams, Naomie Harris (patrz obok)  
Kojarzony z przelomowymi rolami motion capture, np. Golluma i King Konga, Andy Serkis wykorzystał przy tworzeniu filmu swoje wieloletnie doświadczenie w pracy z efektami specjalnymi. **130 min**
- 22.45 Barry Seal: Król przemytu** – film biograficzny, USA/Japonia/Kanada 2017, reż. Doug Liman, wyk. Tom Cruise, Sarah Wright, Jesse Plemons (patrz obok)
- 1.05 Alfa** – film przygodowy, USA/Kanada/Chiny 2018, reż. Albert Hughes
- 3.20 Nasz nowy dom** (359) – reality show, Polska 2025



**22.45 BIOGRAFICZNY**

**Barry Seal: Król przemytu**  
Rok 1978. Pilot Barry (Tom Cruise, zdj.) zostaje zrekrutowany przez CIA. Zwraca swoimi działaniami uwagę członków kartelu z Medellin. Pablo Escobar proponuje mu współpracę. **140 min**

**TVN** DV3 T2

- 5.40 Uwaga!** – magazyn reporterów
- 5.55 Ukryta prawda** (1663) – serial paradokumentalny, Polska 2024
- 6.50 Kuchenne rewolucje** (10) – program rozrywk., Pol. 2024 Ewelina po wielu nieudanych próbach znalezienia satysfakcjonującej pracy postanowiła poprowadzić przydrożny bar w swoich rodzinnych stronach. Skromny zapas finansowy szybko się wyczerpał. **55 min**
- 7.45 Dzień Dobry TVN** – magazyn
- 11.20 Doradca smaku** (7) – magazyn kulinarny, Polska 2026
- 11.25 Kuchenne rewolucje** (6, 7) – program rozrywkowy, Pol. Anna i Kuba utworzyli Bistro Galancie w pobliżu uniwersytetu i akademika. Poprosili o pomoc matkę mężczyzny, która przez lata prowadziła bar. Studenci nie zjawiali się jednak tak licznie, jak tego oczekiwano. **135 min**
- 13.40 Ukryta prawda** (1639, 1640, 1702) – serial paradokumentalny, Polska Po rozwodzie z niewiernym mężem Marta podejmuje pracę w gminnym ośrodku pomocy społecznej. Poznaje pochodzącą z patologicznej rodziny Justynę. Dziewieczyna chce ukryć fakt, że jest w ciąży. Kilka tygodni później znika. **190 min**
- 16.50 Szpital św. Anny** (42) – serial obyczajowy, Polska 2025 Łukasz dostaje zawału podczas wesela Zosi oraz Filipa. Sytuację uczestników ceremonii komplikuje wjazd kopyarki do ogrodu. Z kolei Zyta spotyka na oddziale byłego pacjenta, więźnia leczonego na czerniaka. **65 min**
- 17.55 Detektywi** (166) – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2025 (patrz obok)
- 19.00 Fakty**
- 19.35 Sport, Pogoda**
- 19.55 Uwaga!** – magazyn reporterów
- 20.15 Na Wspólnej** (4225) – serial obyczajowy, Polska 2026
- 20.50 Podwójne ryzyko** **FILM** – film sensacyjny, USA/Niemcy/Kanada 1999, reż. Bruce Beresford, wyk. Ashley Judd, Tommy Lee Jones, Bruce Greenwood, Annabeth Gish (patrz obok)
- 23.05 Kuba Wojewódzki** (9) – talk-show, Polska 2025 (patrz obok)
- 0.10 Superwizjer** – magazyn reporterów
- 0.50 Star Trek** – film s.f., **FILM** USA/Niemcy 2009, reż. J.J. Abrams, wyk. Eric Bana
- 3.25 Szpital św. Anny** (109) – serial obyczajowy, Polska 2026
- 4.30 Uwaga!** – magazyn reporterów
- 4.45 CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 12** (18) – serial kryminalny, USA 2012



**17.55 FAB-DOKUM.**

**Detektywi** (166) Marta prosi śledczych o odnalezienie męża. W trakcie dochodzenia Jakub Kwaśniewicz (zdj.) odkrywa w mieszkaniu pary list z pogroźkami. Trop prowadzi detektywów do firmy, której logo widniało na koperce. Na miejscu stają się oni świadkami kłótni prezesa i jego żony. **65 min**



**20.50 SENSACYJNY**

**Podwójne ryzyko** Skazana za zabójstwo męża Libby Parsons (Ashley Judd, zdj.) spędza kilka lat w zakładzie karnym. Po wyjściu na wolność odkrywa, że padła ofiarą spisku, a nieuczciwy partner sfinansował swoją śmierć. Postanawia się zemścić. Śladem byłej więźniarki podąża jej nieustępliwy kurator Travis (Tommy Lee Jones, zdj.). **135 min**



**23.05 TALK-SHOW**

**Kuba Wojewódzki** (9) Powtórka odcinka, w którym pojawili się perfekcyjna gospodyni i autorka książek Małgorzata Rozenek-Majdan oraz buntownik polskiej sceny muzycznej Tomasz Organek. **65 min**

**TV PULS** DV3 T2

- 6.00 Policjanci z Miami 2** (6, 7): Kuple; Chora miłoś – serial kryminalny, USA 1985
- 8.00 Kobra – oddział specjalny** (5, 6): Obława; Śmiertelny zysk – serial sensacyjny, Niemcy 2015 Trzech zbiegów porwywa autobus i bierze na zakładników pasażerów. Wśród uprowadzonych jest siostrzenica jednego z komisarzy. **120 min**
- 10.00 Maria z przedmieścia** (9, 10) – telenowela, Meksyk 1995
- 12.00 Nie igray z aniołem** (91) – serial obyczajowy, Meksyk 2008 Leopardo opowiada Juanowi Miguelowi, że szuka dziewczyny, która wyjechała do stolicy. Ten oferuje mu pomoc w poszukiwaniach. **60 min**
- 13.00 Wspaniałe stulecie** (25) – serial kostiumowy, Turcja 2012-2013
- 14.00 Kurierzy** (10) – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2023
- 15.00 Lombard. Życie pod zastaw 10** (492, 493) – serial obyczajowy, Polska 2022 Marek nie chce wprowadzać się z kamienicy. Obecny właściciel usiłuje się go pozbyć. Mariusz jest przesłuchiwany w sprawie Julki. Uwaga, że jego córkę wrobiono. **120 min**
- 17.00 Kurierzy** (11) – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2023 (patrz obok) Jadwiga otwiera przesyłkę przy Romanie – dostała kolejny stary plakat z filmów, które kiedyś oglądała z mężem. Pełna niepokoju Krystyna czeka na konsultację dotyczącą stwierdzenia rozszanego. **60 min**
- 18.00 Lombard. Życie pod zastaw 18** (968, 969) – serial obyczajowy, Polska 2026 Ania skrywa tajemnicę o pragnieniu korekty pęci. Zastawia biżuterię matki i inwestuje w kryptowaluty. Andżelika nie radzi sobie z Igoriem, który ciągle pyta o ojca. Zwierza się Romanowi. **120 min**
- 20.00 Tokarev. Zabójca z przeszłości** **FILM** – dramat kryminalny, USA/Francja 2014, reż. Paco Cabezas, wyk. Nicolas Cage, Rachel Nichols, Peter Stormare, Aubrey Peebles (patrz obok) Trzymający w napięciu kino akcji z laureatem Oscara w roli głównej. **120 min**
- 22.00 Transporter. Nowa moc** **FILM** – film sensacyjny, Francja/Chiny/Belgia 2015, reż. Camille Delamarre
- 23.55 Pokerzysta** **FILM** – film sens., USA 2022, reż. Russell Crowe, wyk. Russell Crowe, Aden Young (patrz obok)
- 1.55 Lombard. Życie pod zastaw 18** (966) – serial obyczajowy, Polska 2026
- 2.45 Dzielnica strachu 9** (385) – serial krym., Polska 2025
- 3.55 Zobacz to!**



**17.00 FAB-DOKUM.**

**Kurierzy** (11) Krystyna siedzi w poczekalni przed konsultacją z lekarzem. Wsłuchuje się w rozmowy innych pacjentek. Decyduje się na ucieczkę. Monnika przekonuje ją, że powinna porozmawiać z Janem (Piotr Szwed, zdj.). Roman chce dowiedzieć się, kim jest nadawca jednej z paczek. **60 min**



**20.00 DRAM. KRYM.**

**Tokarev. Zabójca z przeszłości** Były gangster Paul Maguire (Nicolas Cage, zdj.) żyje dostatnio dzięki milionom skradzionym rosyjskiej mafii. Pewnego wieczoru on i jego żona wychodzą na kolację. W tym czasie ich córka zostaje uprowadzona. Niebawem okazuje się, że dziewczyna nie żyje. Paul chce odnaleźć zabójców. **120 min**



**23.55 SENSACYJNY**

**Pokerzysta** Miliarder Jake Foley (Russell Crowe, zdj.) organizuje w Willi turniej pokera dla dawnych przyjaciół. Realizuje ukryty plan. Sprawy przybierają zaskakujący obrót, kiedy do budynku włamują się złodzieje. **120 min**

**TVN 7** DV3 T2

- 5.20 Ten moment** (32) – serial paradokumentalny, Polska 2015-2016
- 5.55 Szkoła** (709-711) – serial paradokumentalny, Polska
- 8.45 Ukryta prawda** (1314, 1398, 1399) – serial paradokumentalny, Polska
- 11.55 W-11 – Wydział Śledczy** (1029-1031) – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2013 Anna Potaczek i Maciej Dębosz otrzymują zgłoszenie od kobiety, której mąż zastał w domu włamywacza. Na miejscu śledczy znajdują ciało właściciela nieruchomości. **125 min**
- 14.00 Detektywi** (99): Dzika Róża – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2024 Śledczy dostają zlecenie odnalezienia córki klientów, Róży. Szesnaolatka zaginęła po imprezie, którą zorganizowała w domu pod nieobecność rodziców. Okazuje się, że dziewczyna podjęła wyzwanie, by zniknąć na 48 godzin. **60 min**
- 15.00 Szpital** (745) – serial paradokumentalny, Polska 2018 Doktor Wojciech Jarosz zajmuje się 26-latkimi, którzy złamał nogę na siłowni. Mężczyzna jest zakochany w koleżance z pracy i chciał się dla niej odchudzić. Za namową poznanej na oddziale dziewczyny postanawia podjąć walkę o miłość. **60 min**
- 16.00 Sędzia Anna Maria Wesołowska** (474, 475): Zakochany zabójca; Koniec nowego życia – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2009-2010 (patrz obok)
- 18.00 Sekrety życia** (35) – serial paradokumentalny, Polska 2023 (patrz obok)
- 19.00 Ukryta prawda** (1506) – serial paradokumentalny, Polska 2023 Monika oraz Adam, którzy zostali rodzicami Oliwki dzięki inseminacji, dowiadują się z anonimowych wiadomości, że dziewczyna nie jest ojcem dziecka. Testy DNA potwierdzają tę informację. **60 min**
- 20.00 Dzień próby** – dramat sensacyjny, USA/Australia 2001, reż. Antoine Fuqua, wyk. Denzel Washington, Ethan Hawke, Scott Glenn, Tom Berenger (patrz obok) Obraz przyniósł Denzelowi Washingtonowi Oscara, a Ethanowi Hawke'owi nominację do tej nagrody. **155 min**
- 22.35 Oszukak przeznaczenie** **FILM** – horror, USA 2000, reż. James Wong Młodzi ludzie unikają śmierci w katastrofie samolotu. Koszmar się nie kończy, bo los dopomina się o ofiary. **130 min**
- 0.45 Wyścig o złoto** **FILM** – dramat wojenny, Norwegia 2022, reż. Hallvard Brain
- 3.20 Zgłoś remont** (11) – pr. rozrywk., Polska 2026
- 4.20 Dorota was urządzi!** (11) – rozr., Pol. 2016 **► 5.00**



**16.00 FAB-DOKUM.**

**Sędzia Anna Maria Wesołowska** (474, 475) Przed Anną Marią Wesołowską (zdj.) stały zawodowy żołnierz Wiktor Duszak. Oskarżony zabił Maciejowi Rabskiemu rękę w łokciu, stosując poznaną w wojsku chwyt. Do zdarzenia doszło podczas zakupów w centrum handlowym. **120 min**



**18.00 PARADOKUM.**

**Sekrety życia** (35) 22-letnia Aśka i o dwa lata starsza od niej kuzynka Matylda mieszkają razem, choć bardzo się różnią. Mimo pozornej bliskości pierwsza z nich kryje o trudne wydarzenia z przeszłości. Jej niechęć rośnie, kiedy krewna postanawia zawiązać o własne szczęście i decyduje się zadbać o siebie. **60 min**



**20.00 DRAM. SENS.**

**Dzień próby** Jake (Ethan Hawke, zdj.) z drogowki chce zrobić karierę w wydziale do walki z narkotykami. Zostaje partnerem Harris (Denzel Washington, zdj.), szefa jednostki. Odkrywa, że działa on wbrew prawu. **155 min**

**TVP 3** **TVP 3** **DG 17**

**9.30 Ikonograf Hrysa**  
**10.00 Złoty chłopak** (168)  
**11.00 Rok w ogrodzie** – mag.  
**11.30 W apteczki i kuchni**  
**12.00 Kryminalna siódemka**  
**12.30 Rączka gotuje** – mag.  
**13.00 Agrobiznes** – mag.  
**13.30 Bez retuszu** – pr. publ.  
**14.20 Poznaj region** – cykl fel.  
**14.30 Program informacyjny 14.30**  
**15.00 Koronka do Miłosierdzia Bożego** – pr. religijny  
**15.20 Serwis Info Dzień** – inf.  
**15.30 Program Dzień**  
**19.30 Calkiem niezła historia** – cykl reportaży, Polska  
**19.45 Kryminalna siódemka**  
**20.00 Dziennik regionów**  
**20.13 Gość Regionów** – publ.

**TVP POLONIA** **TVP POLONIA**

**12.10 Komisarz Alex 22** (280)  
**13.05 Ranczo 2** (22) – obycz.  
**14.00 Kod bezpieczeństwa**  
**14.30 Moda na język polski**  
**15.00 Serwis Info** – pr. inform.  
**15.10 To działa. Polskie innowacje bez granic** (2) – serial dok., Pol. 2025  
**16.00 Zaraz wracam 2** (94)  
**16.30 Barwy szczęścia** (3321)  
**17.00 Telexpress**  
**17.20 Gra słów. Krzyżówka**  
**17.50 Telexpress Extra** – inf.  
**18.15 Oko na Wschód** – publ.  
**18.45 Panorama**  
**19.20 Polacy światu**  
**19.30 Program informacyjny 19.30**  
**19.55 Pytanie dnia** – pr. publ.  
**20.10 Sport, Pogoda**

**TV 4** **DG 17**

**6.00 Strażnik Teksasu** (14, 15) – serial sensacyjny  
**7.55 Bogaty dom – biedny dom** (128) – reality show  
**8.55 Policjantki i Policjanci** (464, 465) – serial obycz.  
**10.55 Na ratunek 112** (1122, 1123) – serial paradokumentalny, Polska  
**11.55 Dlaczego ja?** (1551, 1552) – serial paradokumentalny, Polska  
**13.55 Trudne sprawy** (1322-1324) – serial paradokumentalny, Polska  
**16.55 Policjantki i Policjanci** (1376) – obycz., Pol. 2026  
**18.00 Łowcy skarbów. Kto da więcej?** (543) – reality show, Polska 2025

**puls 2** **DG 17**

**9.20 Bing** – serial animowany  
**9.35 Basia 2** – serial anim.  
**10.00 Język i Sprężynka**  
**10.25 Spidey i Superkumple**  
**11.25 Gus. Mały – wielki rycearz** – serial anim.  
**11.55 Smerfy** – serial anim.  
**13.00 Gumiś 6** – serial anim.  
**14.00 Kacze opowieści**  
**15.00 Miraculous: Biedronka i Czarny Kot** – anim.  
**16.00 Finesz i Ferb 2** – anim.  
**17.00 Marta mówi** – anim.  
**17.35 Superkoty** – serial anim.  
**18.00 Blue 2** – serial anim.  
**18.15 Bing** – serial animowany  
**18.45 Kacze i Niedźwiedź 3**  
**19.00 Kacze opowieści**  
**20.00 Lombard. Życie pod zastaw 18** (1006)

**TVP ROZRYWKI** **TVP ROZRYWKI**

**6.10 Zakochaj się w Polsce** (222) – magazyn  
**6.40 Gra słów. Krzyżówka**  
**7.10 Okrasa łamie przepisy**  
**8.20 Familiada** – teleturniej  
**8.50 Va banque** – teleturniej  
**9.25 Kolo fortuny** – telet., Pol.  
**10.05 Makłowicz w podróży**  
**10.45 Postaw na milion**  
**12.35 Familiada** – teleturniej  
**13.15 Tygrysy Europy 2** (6) – serial kom., Polska 2003  
**14.05 Rodzinka.pl** (171, 172) – serial kom., Polska 2016  
**15.10 Program rozrywkowy**  
**15.30 Kabaret Letnią Porą** (40, 39) – pr. rozr., Polska  
**17.25 Va banque** – teleturniej  
**18.00 Kolo fortuny** – telet., Pol.  
**18.35 Okrasa łamie przepisy**

**TTV HD** **DG 17**

**6.20 DeFacto 14** (20)  
**6.50 Diabelnie boskie 3** (3)  
**7.20 Ukryta prawda** (1197)  
**8.20 Kartoteka 10** (13, 14)  
**8.30 Detektywi** (251, 252)  
**12.30 Zakup w ciemno 3** (22)  
**13.30 Zakup w ciemno 4** (21)  
**14.30 Kartoteka 5** (18, 19)  
**16.45 Express** – pr. inform.  
**16.55 Pogoda, Sport**  
**17.05 Idź na całość 2** (30)  
**18.05 Zakup w ciemno extra** (24) – reality show, Polska  
**18.45 Damy i wiesniaczki. PL 6** (1) – serial fab.-dok.  
**19.45 Express, Pogoda** – inf.  
**20.05 Zakup w ciemno 7** (18)  
**21.05 Zakup w ciemno extra** (16) – reality show, Polska  
**21.45 Express, Pogoda** – inf.

**MAGAZYN REPORTERÓW**

**20.30 Telekurier** – Polska  
 Ludzkie dramaty i sukcesy. W każdym wydaniu pojawia się też relacja na żywo lub reportaż z kraju. Przedstawiany problem komentują eksperci. **30 min**

**21.00 Program lokalny**  
**22.00 Dziennik regionów**  
**23.00 Złoty chłopak** (169)  
**23.30 Kryminalna siódemka**  
**23.55 Panorama**  
**0.25 Program informacyjny 19.30**  
**0.45 Panorama dnia** – pr. inf.  
**1.20 Kryminalna siódemka**  
**1.40 Dziedzictwo** (824)  
**2.30 Bez retuszu** – pr. publ.

**FANTASY**

**20.25 Wiedźmin** (2) – Polska  
 Geralt uczy się w szkole dla wiedźminów. Nauczyciele wystawiają go na ciężkie próby. Gdy odziesiąty sprytowi wychodzi z nich zwycięsko, wiedźmin Sorel szykuje spisek na jego życie. **55 min**

**21.20 Ojciec Mateusz 2** (21)  
**22.15 Irena Santor. Magiczny jeden krok** – film dokum.  
**23.15 Panorama**  
**23.45 Kabaret Moralnego Niepokoju** (2) – rozr., Pol.  
**0.40 Zaraz wracam 2** (94)  
**1.10 Polacy na ratunek Żydom** (10)  
**1.30 Program informacyjny 19.30**  
**1.55 Pytanie dnia** – pr. publ.

**OBYCZAJOWY**

**19.00 Policjantki i Policjanci** (1377) – Polska 2026  
 Mikołaja czeka wybór między etosem policjanta a miłością. Tymczasem funkcjonariusze mierzą się ze sprawą bullingu. Ofiarą jest niepełnosprawna nastolatka. Dziewczyna została pobita. **60 min**

**20.00 Uroczysko** (167, 168)  
**21.00 Sprawiedliwi. Trójmiasto** (110) – krym.  
**22.00 Sprawiedliwi – Wydział Kryminalny** (993) – serial krym., USA  
**23.00 We krwi** – sens, USA/  
**FILM** Wlk. Bryt./Portoryko 2014  
**1.20 Love Island. Wyspa miłości** (8) – reality show  
**2.30 Interwencja** – mag.

**KRYMINALNY**

**21.00 Dzielnica strachu 9** (388, 389) – Polska 2025  
 Potoczny i Nowakowska badają kulisy ataku na dziewczynę. Adopcyjna matka poszkodowanej obwinia jej brata. Kolejne tropy prowadzą do chłopaka ofiary i srodowiska Romów. **120 min**

**23.00 Zwierzak** – komedia, FILM USA 2001  
**0.30 Dzielnica strachu 9** (387) – serial krym., Polska  
**1.25 Lombard. Życie pod zastaw 12** (623) – obycz.  
**2.25 Lombard. Życie pod zastaw 9** (462) – obycz.  
**3.25 Lombard. Życie pod zastaw 4** (168) – obycz.  
**4.20 Niesamowite!** (6) – dok.

**KULINARNY**

**19.40 Makłowicz w podróży**  
 Prowadzący odwiedza region Barbargia na Sardynii. Przybywa do leśnej kuchni pasterskiej, gdzie nad paleńskim piekłem się prosiaki. Próbuje słynnego sera z larwami much. **35 min**

**20.15 Postaw na milion** – teleturniej, Polska  
**21.15 Kabaret Letnią Porą** (36) – pr. rozr., Pol. 2021  
**22.15 Rodzinka.pl** (43) – kom.  
**22.50 Tak to leciało!**  
**23.50 Gabi Drzewiecka zaprasza** – talk-show  
**0.50 Kolo fortuny** – telet., Pol.  
**2.15 Kabaret. Super Show Dwójki** (6) – pr. rozr., Pol.  
**3.15 Do śmiechu!** (61) – rozr.

**DOKUMENT**

**22.00 Nic do zgłoszenia 6** (4)  
 Funkcjonariusze z województwa lubuskiego kontrolują lokal, w którym uprawia się nielegalny hazard. W Terespolu odkryto skrytkę w autobusie, a w Medyce zatrzymano parę z podróbkami. **60 min**

**23.00 Gogglebox. Przed telewizorem 19** (5) – pr. rozrywk., Pol. 2023  
**0.00 Fachowcy 2** (6) – serial paradokumentalny, Pol.  
**0.45 Zony Podlasia 3** (2) – serial dokumentalny, Pol.  
**1.45 Niebezpieczne dzielnice** (1) – dok., Pol.  
**2.25 Nauka jazdy 5** (3) – rozr.  
**3.00 Szpital** (920) – paradok.  
**4.00 Szkoła** (802) – paradok.

**TVP 3** **TVP 3 PROGRAMY LOKALNE**

**BIAŁYSTOK** 16.55 Rezonans polityczny 17.15 Ze zdrowiem na Ty 17.30 Spotkania w świecie ciszy 17.50 Nie taki internet straszny 18.10 Przegląd suwalski 18.30 Obiektyw 18.50 Gość „Obiektywu” 19.00 Sport, Pogoda 19.10 Reportaż ekumeniczny 21.00 Białostocki Teatr Lalek 21.20 Gość „Obiektywu” 21.30 Obiektyw  
**BYDGOSZCZ** 17.30 Naukowe rozmowy 18.15 Trening czynn mistrza 18.30 Zbliżenia 19.00 Rozmowa dnia 19.20 Kod bezpieczeństwa 21.00 Rozmowa dnia 21.20 Ekspert ZUS odpowiada 21.30 Zbliżenia 21.45 Sport, Pogoda  
**GDANSK** 17.30 Tęde jo 17.50 Wiatrak 18.15 Czyżewskiego 42 18.30 Panorama 19.00 Droga 21.00 Zawodowcy 21.15 Czyżewskiego 42 21.30 Panorama  
**KATOWICE** 17.15 Mikrokosmosy 17.45 Święta wojna 18.15 Protokół rozbieżności 18.30 Aktualności 18.55 Pogoda, Sport 19.10 Gramy dla was 21.15 Protokół rozbieżności 21.30 Aktualności  
**KRAKÓW** 17.06 Biała woda 18.00 Nowohucka kronika filmowa 18.08 Horzont wartości. Rozmowa z kard. Grzegorzem Rysiem 18.30 Kronika 18.55 Tematy dnia 19.14 Wschód 21.03 Wykrywacz kłamstw 21.30 Kronika 21.45 Tematy dnia  
**LUBLIN** 16.50 Milego popołudnia 17.55 Naturalnie Lubelskie 18.10 Słachetna zdrowie 18.30 Panorama lubelska 19.00 Stop! Kultura 21.02 Reportaż. Z lubelskiego 21.15 Gość „Panoramy” 21.30 Panorama lubelska

**LÓDŹ** 17.30 Teatr Wielki zza kulis 17.45 Pogotowie reporterskie zawsze z Wami 18.07 Za szybą 18.15 Strefa biznesu 18.30 Łódzkie wiadomości dnia 18.50 Sport, Pogoda 19.00 Inwestujemy w Twoje zdrowie 19.15 Kulturalnie po łodzi i regionie 21.00 Rowerm przez Pomorzec Zachodnie 21.15 Agro-express 21.30 Łódzkie wiadomości

**POZNAŃ** 17.30 Teleskop 17.45 Wspólne popołudnie z seniorami 18.30 Teleskop 19.02 Rozmowa dnia 19.12 MediaLab 21.02 Pociąg do Wielkopolski 21.30 Teleskop  
**RZESZÓW** 17.30 Kwartet 18.00 Sport – wydarzenia i komentarze 18.30 Aktualności 18.58 Odkryj regiony 19.13 Liczy się pasja 21.00 Wykrywacz kłamstw 21.30 Aktualności

**SZCZECIN** 17.30 Calkiem niezła historia 17.42 Tajemnice kultowych seriali 18.30 Kronika 18.52 Wokół nas 19.00 Raport naukowy 21.00 Wokół nas 21.08 Arka 21.30 Kronika 21.50 Rozmowa dnia  
**WARSZAWA** 17.35 Reagujemy 18.00 Zawiesz na temat: 18.30 TKW 18.42 Kurier Mazowiecki 19.00 Informacje z Mazowsza 19.15 MAZO-wyprawy extra 21.00 Dobrego dnia z gwiazdą 21.30 Kurier Warszawy i Mazowsza  
**WROCLAW** 17.30 Sielskie życie 17.44 Prosto z lasu 17.58 Schlesien 17.88 18.14 Pamięć Miasta 18.30 Fakty 18.58 Agro-Fakty 19.16 Geofenomena. Doliny Śląsk (Rock & Talk) 21.02 Karkonosze nieznanie 21.15 Magazyn Dolnośląski 21.30 Fakty

**TVP HD**

**8.55 Ojciec Mateusz 16** (206, 207) – krym., Pol. 2016  
**10.45 Gra słów. Krzyżówka**  
**11.20 Na sygnale** (595, 596)  
**12.25 Ojciec Mateusz 4** (48)  
**13.20 Komisarz Alex** (12) – krym.  
**14.15 Ranczo 10** (127, 128)  
**16.10 Górna półka smaku**  
**16.40 Przygotowanie słow food 3**  
**17.10 Okrasa łamie przepisy**  
**17.45 Makłowicz w podróży**  
**18.20 Ojciec Mateusz 22** (290)  
**19.20 Ranczo 4** (42) – obycz., Pol.  
**20.10 Rodzinka.pl** (253, 254)  
**21.25 Ojciec Mateusz 33** (425)  
**22.20 Morderstwa w Nimes** **FILM** – film kryminalny, Fr. 2024  
**0.05 Syn** (2) – serial obyczajowy  
**1.05 Minuta ciszy** (2, 3) – obycz.  
**3.30 Ranczo 7** (91) – obycz., Pol.  
**4.25 Zakochaj się w Polsce**

**TVP KULTURA** **DG 17**

**12.45 Sagrada Familia – wyzwanie dla Gaudiego** – film dokum., Fr.  
**13.50 Kosmos 1999** (2) – s.f.  
**14.55 Wenecja** – dramat  
**FILM** obyczajowy, Polska 2010  
**17.05 Zmienicy** (13) – kom., Pol.  
**18.15 Poszukiwacze zaginionych dzieł sztuki** (2) – serial dokum., Wlk. Bryt.  
**18.55 Pan wyzwał, miłordzie?** (2) – kom.  
**20.00 Ja, Feuerbach**  
**21.40 Tommaso** – dramat obycz., **FILM** Włochy/Wlk. Bryt./USA 2019  
**23.45 Ingar Bergman: Okiem choreografa** – film dokum.  
**0.50 GoldenEye** – film sens., **FILM** USA/Wielka Brytania 1995  
**3.10 Kulturalni** – magazyn kult.  
**4.05 Podróże z historią** (15)

**afena ANTENA HD** **DG 17**

**11.55 Wojciech Cejrowski – bosy przed świat** (74, 75) – cykl reportaży, Pol.  
**13.00 Klątwa Wyspy Dębów 5** (7, 8) – reality show, USA  
**14.55 Cieżarówka przez śniegi 3** (7, 8) – serial dok.  
**16.50 77 TV 4** (17, 18) – rozr., Pol.  
**18.45 Astrid i Raphaëlle: Kryminalne Geniuzski** (4)  
**FILM** Morderstwa we Francji  
**20.00** – Biarritz – thriller, Fr. 2020  
**22.05 Astrid i Raphaëlle: Kryminalne Geniuzski** (4)  
**23.15 Detektywi z Bordeaux 3** (5) – serial krym., Fr./Belgia  
**0.30 Polska. Największe tajemnice** (4) – rozr., Pol.  
**1.30 Celniccy 3** (3, 4) – serial dok.  
**3.50 Zakrecone stworzonka z internetu 2** (11) – rozr.

**TV 6** **DG 17**

**8.55 Kobra – oddział specjalny** (209, 210)  
**10.55 48h. Zaginięni** (279, 280, 81) – krym., Pol.  
**13.55 Policjantki i Policjanci** (1177) – serial obycz., Polska  
**14.55 Kobra – oddział specjalny** (211, 212)  
**17.00 Magnum: Detektyw z Hawajów 5** (96) – sens.  
**18.00 Strażnik Teksasu** (16, 17)  
**20.00 CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku** (167, 168) – serial kryminalny, USA  
**21.55 Czarna lista** (6) – krym.  
**22.55 Sprawiedliwi – Wydział Kryminalny** (681, 682)  
**0.55 Kości** (81, 82) – serial krym.  
**2.55 Septagón** (63, 64) – krym.  
**5.05 Nona | Jej córki** (8)  
**5.45 Telezakupy TV Okazje**

**TVN FABUŁA**

**9.50 Prawo Agaty 2** (4) – obycz.  
**10.55 Szpital św. Anny** (70)  
**11.55 Drużyna szansa** (3, 4)  
**13.55 Prawo Agaty 2** (3) – obycz.  
**14.55 Detektywi** (487, 488)  
**16.00 Po drugiej stronie kamery** (2) – serial dokum.  
**17.00 Alfabet filmowy** – mag.  
**17.20 Kolory miłości** **FILM** – melodramat, Kanada 2021  
**19.00 Szpital św. Anny** (49)  
**20.00 Indiana Jones** **FILM** i **świętynia zagłady** – film przygodowy, USA 1984  
**22.40 Blizniak** – film sensacyjny, **FILM** USA/Chiny/Kolumbia 2019  
**0.55 Saga „Zmierzczeni”: Przed** **FILM** **świtem. Część 1** – film fantasy, USA 2011

**STOPKLATKA**

**6.00 Kabarety hity** (6) – roz. wytw., Pol. 2023

**6.50 Polak potrafi** (3) – dok.

**7.50 Wojciech Ciejrowski – bosy przez świat**

**8.55 Robert Makłowicz** (142, 207) – mag. kulin.

**10.40 Pyszne dania w 10 minut z Julią Oleś 2** (1)

**10.55 Górski lekarz** (15, 16) – obycz., Niemcy/Austria

**13.00 Katastrofy w przestworzach** (1, 8, 5) – serial dok., Kan.

**16.00 MacGyver 3** (5, 6) – sens.

**18.00 Wojny magazynowe: Kanada 2** (22, 23) – reality show, Kan. 2014

**19.10 Aukcja w ciemno** (7, 8) – serial dokumentalny

**POLSAT 2**

**5.50 Wydarzenia**

**6.30 Nasz nowy dom** (275) – reality show, Polska 2022

**7.30 Na ratunek 112** (883, 884) – serial paradokumentalny, Polska

**8.30 Sekrety rodziny** (318-320) – serial paradokumentalny, Polska

**11.30 Trudne sprawy** (928) – serial paradokumentalny, Polska 2020

**12.30 Dlaczego ja?** (1486, 1487) – serial paradokumentalny, Pol. 2025

**14.30 Świat według Kiepskich** (424-428) – serial komediowy, Polska 2013

**TVP seriale**

**5.25 Rodzinka.pl** (80, 81) – serial kom., Polska 2013

**6.30 Na sygnale** (463, 464) – serial fabularno-dokum.

**7.40 Ojciec Mateusz** (13) – serial kryminalny, Polska

**8.35 Komisarz Alex** (2) – serial kryminalny, Polska

**9.25 Rodzinka.pl** (82) – kom.

**10.05 Klan** (1429, 1430) – telen.

**10.55 Ranczo 7** (80, 81) – obycz.

**12.40 Komisarz Alex** (3)

**13.40 Ojciec Mateusz 28** (364, 365) – serial krym.

**15.35 Komisarz Alex** (4) – serial kryminalny, Polska

**16.25 Na sygnale** (465, 466) – serial fabularno-dokum.

**17.35 Ranczo 7** (82, 83) – serial obyczajowy, Polska 2013

**KINO POLSKA**

**6.00 Zwierzęta Wajraka 3** (9) – serial dokumentalny

**6.25 Och! Kabaret** (3) – rozr.

**7.15 Zwierzęta Wajraka 3** (10) – serial dokumentalny

**7.45 Wracając do Marka** – film dokumentalny, 2002

**8.45 W pustyni i w puszczy** **FILM** – film przygodowy, 2001

**11.05 Komedia małżeńska** **FILM** – komedia obycz., 1993

**13.25 Motylem jestem, czyli** **FILM** – motywem czterdziestolatka – komedia obyczajowa, 1976

**15.25 Agent nr 1** – dramat wojenny, 1971, wyk. Karol Strasburger

**17.20 Pogranicze w ogniu** (10, 11) – serial sensacyjny

**AXN**

**6.00 FBI: Most Wanted** (5, 6) – serial kryminalny, USA

**7.30 Agenci NCIS: Hawaje** (13, 14) – serial kryminalny, USA 2021

**9.20 Castle 8** (15, 16) – serial krym., USA 2015-2016

**11.10 Detektyw Monk 3** (15, 16) – serial kryminalny, USA 2005

**13.10 Agenci NCIS: Hawaje** (15, 16) – serial kryminalny

**15.05 Agenci NCIS 19** (1, 2) – serial sensacyjny, USA

**17.05 CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 2** (2, 3) – serial kryminalny, USA/Kanada 2001

**19.05 Castle 8** (17, 18) – serial krym., USA 2015-2016

**CANAL+ PREMIUM**

**7.00 Jutro będzie nasze** **FILM** – komediodram., Wł. 2023

**8.55 Ida** – dramat obyczajowy, **FILM** Pol./Dania/Fr. 2013

**10.15 Łąpu capu** – pr. rozr., Pol.

**10.20 ŁAZDA mała rzecz** – dok.

**11.55 LARP. Miłość, trolle** **FILM** i inne kvesty – komedia, Polska 2025

**13.30 Charlie Chaplin: duch wioćzgi** – film dokum.

**15.00 Mamma Mia!** – komedia **FILM** muzyczna, USA/Wielka Brytania/Niemcy 2008

**16.50 Making of CANAL+**

**17.00 To nie jest zagadka kryminalna** (2) – krym.

**17.55 Łąpu capu** – pr. rozr., Pol.

**18.00 Zmierzc** – film **FILM** fantasy, USA 2008

**SENSACYJNY**



**20.00 Adwokat** – USA 1998, **FILM** rez. Steven Zaillian  
Adwokat Jan Schlichtmann (John Travolta, zdj.) występuje przeciwko koncernowi zanęcającemu środowisko. Reprezentuje rodziny dzieci, które chorują lub zmarły na białaczkę. 150 min

**22.30 Seksmisja** – komedia **FILM** s.f., Polska 1983


**0.55 Mścielka** – thriller, **FILM** Francja/Kanada/USA 2016

**3.00 Mistrz** – dramat **FILM** biograficzny, Polska 2020

**5.00 Podróż za jeden uśmiech** (2) – serial przygodowy, Polska 1971

**5.45 W zakolach czasu** – film krótkometraż., Pol.

**KRYMINALNY**



**17.00 48h. Zaginieni** (113, 114) Na policję zgłasza się Ewa, matka Alana, który w nocy zniknął z domu. Kobietą po raz ostatni widział syna, kiedy kładła się spać. Następnego dnia rano nastolatka już nie było. 120 min

**19.00 Gliniarze** (974) – paradok.

**20.00 Ślad** (50) – serial krym.

**21.00 Gliniarze** (769) – paradok.

**22.10 Łowca pedofili** (185, 186) – serial dokum.

**23.00 Świat według Kiepskich** (325, 326)

**0.00 Ślad** (102) – krym., Pol.

**1.00 Zdrady II** (55) – paradok.

**2.50 Wydarzenia**

**2.55 Ewa gotuje** (518) – mag.

**3.30 Słuby gwiazd** (24) – rozr.

**KRYMINALNY**



**19.30 Ojciec Mateusz 28** (366) Napađnięto Eryka, miłośnika gier komputerowych. Mężczyzna kontaktował się niemal wyłącznie on-line z innymi graczami, wśród których byli jeden z sandomierskich policjantów i Pączek. 60 min

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

**21.30 Ranczo 7** (84, 85) – obycz.

**23.20 Ojciec Mateusz 28** (367, 368) – serial krym.

**1.15 Matylda** (13) – kostium.


**2.15 Polowanie na cmy** (1) – serial hist., Polska 2023

**3.15 Gra z Cieniem** (3) – krym.

**4.05 Klan** (1429) – telen., Pol.

**4.35 Pan Mama** (2) – serial komediowy, Pol. 2025

**BIOGRAFICZNY**



**20.00 Bo we mnie jest seks** – 2021  
Lata 60. XX wieku. Piękna aktorka Kalina Jedrusik (Maria Dębka, zdj.) jest żoną pisarza Stanisława Dygata, ale nie stroni od romanśwu. W końcu naraża się wpływowemu człowiekowi. 125 min

**22.05 Poszukiwany, poszukiwana** – komedia, 1972, wyk. Wojciech Pokora

**23.55 Haker** – komedia **FILM** sensacyjny, 2002

**1.55 Dzień kobiet** – dramat obycz., 2012, wyk. Eryk Lubos

**4.20 Zgorzenie publiczne** **FILM** – komedia romant., 2009

**KRYMINALNY**



**21.05 Rekrut 8** (7) – USA 2026  
Lucy i Harper rozpoczynają tajną operację. Nolan i Miles obserwują dziewczynę przestępcę, którego pracodawcą. Gdy są już blisko schwytania kryminalisty, Penn wpada w jego ręce. 60 min

**22.05 Nocny lot** (5) – serial sensacyjny, Wlk. Bryt.

**23.05 CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 2** (2, 3) – krym., USA/Kanada

**0.50 Castle 8** (17, 18) – serial krym., USA 2015-2016

**2.45 Rekrut 8** (7) – serial krym.

**3.40 FBI 2** (8) – serial krym.

**4.35 Walker: Strażnik Teksasu** (9) – serial krym.

**5.20 Blok promocyjny AXN**

**DRAMAT OByczajowy**



**20.00 Kiedy nadchodzi jesień** – Francja 2024  
Michelle (Hélène Vincent, zdj.) ma ziele relacje z córką i prawie nie widuje wnuka. Syn sąsiadki, który u niej pracuje, próbuje jej pomóc. Skutki są fatalne. 100 min

**21.40 Prawdziwa historia szeregowca Ryana** – film dok., Francja 2026

**22.35 Kukulka** – thriller, **FILM** Niemcy/USA 2024

**0.15 Dotyk** – melodram., Islandia/Wielka Brytania 2024

**2.15 Wrooklyn Zoo** – dramat **FILM** obyczajowy, Polska 2024

**CANAL+ 360** W CANAL+ 1 emisja każdego programu rozpoczyna się godzinie później niż w CANAL+

**13 ULICA**

**6.15 Zbrodnie idealne** (19, 20)

**8.25 Petra 2** (4) – serial krym.

**10.25 Agenci NCIS: Los Angeles** 14 (21) – sens.

**11.20 Chicago P.D. 10** (1) – krym.

**12.15 Magnum: Detektyw z Hawajów 3** (9, 10)

**14.05 Zbrodnie idealne** (21, 22)

**16.15 Petra 3** (1) – serial krym.

**18.20 Chicago P.D. 10** (2, 3) – serial kryminalny, USA

**20.10 Magnum: Detektyw z Hawajów 3** (11, 12) – serial sensacyjny, USA

**22.00 Chicago P.D. 13** (20) – serial kryminalny, USA

**22.55 Kobra – oddział specjalny** (2) – sens., Niem.

**0.55 Petra 3** (1) – serial krym.

**2.50 Zbrodnie idealne** (21-23) – serial kryminalny, Fr. 2017

**POLSAT FILM**

**6.05 Rolnicy – Tak się żyje u nas na wsi** (91-93) – dok.

**7.30 Doktor Martin** (13) – serial obycz., Wlk. Bryt.

**8.30 Przyjaciółki** (281, 282)

**10.25 Świat według Kiepskich** (127, 128, 192, 193, 138)

**13.35 Chiński zodiak** – film **FILM** karate, Hongkong/Chiny 2012, wyk. Jackie Chan

**15.45 Dzień Niepodległości** **FILM** – film s.f., USA 1996

**18.50 50 pierwszych randek** **FILM** – kom. romant., USA 2004

**21.00 Volta** – komedia, Polska **FILM** 2017, wyk. Andrzej Zieliński

**23.05 Łaski na gigancie** **FILM** – komedia, USA/Kan. 2017

**1.45 Fala zbrodni** (59-61) – serial sensacyjny, Polska

**4.45 Na ratunek 112** (833, 834)

**HBO**

**12.15 Przegląd tygodnia: Wieczór z Johnem Oliverem** 13 (13) – talk-show

**13.00 Na rauszu** – komediodramat, Dania/Holandia/Szwecja 2020

**14.55 Życie** – dramat obycz., Wlk. Bryt./Japonia/Szwecja 2022

**16.40 Policja zastępca** – komedia **FILM** dia sensacyjna, USA 2010

**18.30 River Wild** – thriller, **FILM** USA/Węgry 2023

**20.00 Stamtąd 4** (5) – serial grozy

**21.00 Ród smoka 2** (7) – fantasy

**22.05 Obcy: Romulus** – horror **FILM** s.f., Wielka Brytania/USA/Węgry 2024

**0.00 Abigail** – horror, **FILM** USA/Irlandia 2024

**1.45 28 lat później** – horror, **FILM** Wielka Brytania/USA 2025

**WARNER TV**

**8.30 JAG – Wojskowe Biuro Śledcze** 9 (7) – serial sens.

**9.30 Bajer z Bel-Air 3** (12, 13) – serial komediowy, USA

**10.30 Prawo Agaty** (7) – obycz.

**11.25 Pełna chata** 6 (13, 14)

**12.25 JAG – Wojskowe Biuro Śledcze** 9 (10, 11) – sens.

**14.20 Bajer z Bel-Air 3** (12-15)

**16.20 Pełna chata** 6 (13-16) – serial komediowy, USA

**18.20 Akademia policyjna 4: Patrol obywatelski** – komedia, USA 1987

**20.00 Słaby punkt** – thriller, **FILM** USA/Niemcy 2007

**22.10 Upadek** – dram. sens., **FILM** USA/Francja/Wlk. Bryt. 1993

**0.25 Yellowstone** (9) – obycz.

**1.30 13. dzielnica** – film **FILM** sensacyjny, Francja 2004

**Ale kino+**

**9.30 Wyraj** – film krótkometraż.

**10.00 Bestia** 3 (3, 4) – krym., Kan.

**12.00 Vera** (1) – serial kryminalny

**13.55 King Kong żyje** – film **FILM** przygodowy, USA 1989

**16.00 Moi synowie** – dramat **FILM** polityczny, Francja/Bel. 2024

**18.15 Vera** (2) – serial kryminalny

**20.10 Czarna rzeka** – thriller, **FILM** Francja/Belgia 2018

**22.25 Superposition** **FILM** – thriller, Dania 2023

**0.30 Na własnych warunkach** **FILM** – dramat obyczajowy, Francja/Tajwan 2024

**2.35 Kruk. Czorny Woron nie spi** (1) – serial krym., Polska

**3.30 Cudowne ocalony** **FILM** – komedia obycz., Pol. 2004

**5.05 Meduzy** – film krótkometr.

**5.15 Belfer 3** (7) – serial krym.

**CANAL+ FILM**

**13.20 Mamma Mia! Here We Go Again** – komedia muz., USA/Wlk. Bryt./Chiny 2018

**15.10 Czarna woda**

**15.30 Saga „Zmierzc”**: **FILM** Księżyc w nowiu – film fantasy, Australia/USA 2009

**17.35 Piękna łąka kwietna** – film krótkometraż., Pol.

**18.05 Ultimatum Bourne’a** **FILM** – sens., USA/Niemcy 2007

**19.55 Łąpu capu** – rozr., Pol. 2026

**20.00 Alaram** – film **FILM** sensacyjny, USA 2025

**21.35 Siedem zaslon** – dramat **FILM** psychologiczny, Kanada/Finlandia/USA 2023

**23.20 Pierwszy taniec w chmurach**

**23.45 Małpa** – horror, USA/Wielka Brytania/Kanada 2025

**SCI FI**

**6.00 Prométhée** (6)

**7.00 The Ark 2** (10-12) – s.f., USA

**10.00 Bibliotekarze 2** (5, 6)

**11.50 Czarodziejki 8** (1, 2)

**13.40 Grimm 4** (21, 22) – fantasy

**15.30 Bibliotekarze 2** (7, 8) – serial przyg., USA 2015

**17.20 Czarodziejki 8** (3, 4) – serial fantasy, USA 2005

**19.10 Grimm 5** (1, 2) – fantasy

**21.00 Ministerstwo Czasu 4** (3, 4) – serial przyg., Hiszp.

**23.30 Dzień Świstaka** **FILM** – komedia, USA 1993

**1.30 Wojny drogowe: Furia** **FILM** – film przyg., USA 2024

**3.15 Czarodziejki 8** (3, 4) – serial fantasy, USA 2005

**5.00 Prométhée** (6)

**PARAMOUNT NETWORK**

**6.00 Czarodziejki** (9-12)

**9.25 Pingwiny z Madagaskaru 2** (11) – serial animowany

**10.00 Piękny umysł** – film **FILM** psychologiczny, USA 2001

**13.00 Czarodziejki** (13, 14)

**15.00 Michael** – film **FILM** obyczajowy, USA 1996

**17.25 Poszukiwaczka zaginionej Arki** **FILM** – dramat przygodowy, USA 1981

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

**22.30 Babilon** – komediodramat, **FILM** USA 2022, wyk. Brad Pitt

**2.00 Planeta Singli. Osiem historii** (3) – serial kom.

**2.55 Błogosć** – dramat s.f., USA **FILM** 2021, wyk. Owen Wilson

**FX**

**9.00 Z archiwum X** (24) – s.f.

**10.00 CSI: Kryminalne zagadki Miami** (16, 17) – krym., USA

**11.50 CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku** (4, 5)

**13.45 Agenci NCIS** (2, 7, 8)

**15.35 SkyMed** (2) – obycz., Kan.

**16.30 CSI: Kryminalne zagadki Miami** (18, 19) – krym., USA

**18.20 Z archiwum X** (1) – s.f.

**19.15 FBI 3** (3) – serial kryminalny

**20.10 CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku** (6, 7) – serial krym., USA/Kanada

**22.00 9-1-1** (14) – serial obycz.

**22.55 Z archiwum X 2** (1) – s.f.

**23.50 Matlock** (9) – serial krym.

**0.45 FBI 3** (3) – serial kryminalny

**1.40 Agenci NCIS** (12) – sens.

**KINO TV**

**8.35 Zagadki kryminalne panny Fisher 3** (5, 6)

**11.05 Panna Scarlet i komisarz 2** (5, 6) – krym.

**13.15 Poirot** (5, 6) – serial krym.

**15.40 Zagadki kryminalne panny Fisher 3** (7, 8)

**17.50 Panna Scarlet i komisarz 3** (1, 2) – krym.

**20.00 Oczy węża** – thriller, USA **FILM** 1998, wyk. Nicolas Cage

**22.05 Underworld** – horror, **FILM** USA/Niemcy/Węgry 2003

**0.40 Underworld: Evolution** **FILM** – thriller s.f., USA 2006

**2.55 Przebudzenie** **FILM** – thriller, USA 2007

**4.50 Kłasyka krótkich animacji** (8, 44)

**CANAL+ SERIALE**

**9.50 Naruto** (25, 26, 1) – anime

**11.15 Australia z góry** (1, 2)

**12.55 Planeta Singli. Osiem historii** (5) – serial kom.

**13.55 Łąpu capu Extra** – pr. rozr.

**14.30 Naruto** (2-4) – serial anime

**16.00 Wszystko, czego nie zdążyliśmy powiedzieć** (1-3) – serial komediowy, Fr.

**17.50 Hollywood Buzz** – mag.

**18.20 Godzina zero** (3, 4) – krym.

**20.00 Córka narodu** (4-6)

**21.50 Łąpu capu Extra** (136)

**22.00 Blizna** (2) – sens., Hiszpania

**23.00 Spartakus: Krew i piach** (9) – serial historyczny, USA

**23.55 Czarne strotki** (1, 2)

**2.00 Planeta Singli. Osiem historii** (2, 7) – serial kom.

**CANAL+ 360**

**15.00 Co poszło nie tak** (2)

**16.00 Supersamoloty bojowe** (1) – serial dokumentalny

**17.00 Zholowani: ciężarówkowi w opalach 8** (1) – dok.

**18.00 Porzucone konstrukcje 4** (6) – dok., Wlk. Bryt.

**18.55 Najbardziej ekstremalne miejsca na świecie 2** (2) – rozr., Wielka Brytania 2018

**19.50 Zholowani: ciężarówkowi w opalach 8** (2) – dok.

**20.50 Co poszło nie tak** (3, 2) – serial dok., Wielka Brytania

**22.00 Hot Roads – Najniebezpieczniejsze drogi świata** (5) – serial dokum.

**23.00 Supersamoloty bojowe** (1) – serial dokumentalny



**TVP SPORT**

**7.20 Koszykówka 3x3: MS** – Warszawa 2026 – mecze finałowe

**8.20 Polska Liga Żeglarska**

**8.50 Koszykówka mężczyzn: NBA** – mecz finałowy fazy play-off

**10.00 Retransmisja**

**11.55 Badminton: LOTTO Ekstraliga** – mecz o 3. miejsce

**12.55 Badminton: LOTTO Ekstraliga** – finały (live)

**16.10 Koszykówka 3x3: MS** – Warszawa 2026 – podsumowanie

**17.55 Transmisja**

**EUROSPORT 1**

**11.00 FIM World Endurance Championship: Wyciąg** 8-godzinny w Spa-Francorchamps

**12.30 Sarah Price Chasing Dakar**

**13.30 Kolarstwo: Tour Auvergne-Rhône-Alpes** – 2. etap

**15.20 Kolarstwo: Tour Auvergne-Rhône-Alpes** – 3. etap (live)

**17.15 Wspinaczka: Zawody World Series w Pradze**

**18.30 Cycling Show**

**19.00 Triathlon: T100 World Tour** – San Francisco

**POLSAT SPORT 1**

**6.00 Siatkówka kobiet: Liga Narodów**

**8.30 Formula 1: GP Monako** Szósta odsłona sezonu odbędzie się na słynnym ulicznym torze w Monako. Wyciartami są kierowcy Mercedes.

**10.30 Siatkówka kobiet: Liga Narodów**

**13.00 Siatkówka kobiet: Liga Narodów**

**15.00 Lekkoatletyka: Diamentowa Liga w Sztokholmie**

**17.00 Siatkówka kobiet: Liga Narodów**

**TVP ABC**

**9.30 Domisie**

**9.55 Figu Migu na planecie Czochras**

**10.20 Przygody Bolka i Lolka**

**10.45 Reksio**

**11.05 Male i duże przygody Miffy**

**11.35 Stacyjkowo**

**11.55 Strażak Sam**

**12.25 Domisie**

**13.00 Zagadki zwierzo-gromadki**

**13.20 Pszczółka Maja**

**13.50 Lupin wśród bajek**

**14.05 Lassie i przyjaciele**

**14.45 Yakari**

**15.15 Al-chemik**

**MINIMINI+**

**12.25 Blaze i megamaszynny 2**

**12.50 Moje urodziny**

**13.00 Blaze i megamaszynny 2**

**13.30 Koci domek Gabi**

**13.55 Moje urodziny**

**14.03 Kicia Kocia**

**14.22 Cloudy & Stormy**

**14.45 Gazu, pieski, gazu!**

**15.10 Baranek Shaun**

**15.36 Jeżyk Happy**

**15.55 Mały Charlie**

**16.05 Mega Ekspres**

**16.30 Ciekawski George 7**

**17.00 Strażak Sam 16**

**17.25 Staś i fajna Babcia**

**17.50 Moje urodziny**

**17.56 Smerfy**

**TVN 24**

**6.00 Serwis informacyjny, Prognoza pogody**

**7.30 Rozmowa Piaseckiego** – program publicystyczny

**8.00 Serwis informacyjny, Prognoza pogody**

**10.00 Serwis informacyjny, Prognoza pogody**

**11.00 Serwis informacyjny, Prognoza pogody**

**12.00 Serwis informacyjny, Prognoza pogody**

**14.00 Serwis informacyjny, Prognoza pogody**

**15.00 15 na żywo** – magazyn informacyjny

**16.00 Fakty po południu**

**20.05 Piłka nożna kobiet: Eliminacje MS** – mecz: Holandia – Polska (live)

**23.15 Sportowy wieczór**

**23.50 Piłka nożna: Polska – Ukraina**

**2.00 Hokej: NHL** – finał fazy play-off (live)

**5.00 Boks: Gala w Laval: S. Barthelemy – J. Blais**

**19.30 Tenis: French Open** – finał kobiet

**20.00 Kolarstwo: Tour Auvergne-Rhône-Alpes**

**21.00 F1 H2O: Grand Prix Włoch** – podsumowanie

**21.30 Sarah Price Chasing Dakar**

**22.30 Wspinaczka: Zawody World Series w Pradze**

**18.50 Piłka nożna** – mecz towarzyski: Wegry – Kazachstan (live)

**21.00 Siatkówka kobiet: LN**

**23.30 Magazyn meczów towarzyskich** – mag.

**0.30 Boks: Rocky Boxing Night** w Żukowie – waga ciężka: M. Polski – L. Romero Mendoza 26.10.2024

**15.35 Bella i Sebastian**

**16.05 Krecio**

**16.35 Trygrysek Percy i jego opowieści**

**17.05 Dino Rango**

**17.30 Piotruś Królik 2**

**18.00 Nowe przygody Piotrusia Pana**

**18.25 Leo da Vinci**

**19.00 Tyciaki**

**18.25 Leśna rodzina. Freya spełnia swoje marzenia**

**18.50 Baczne oczka**

**19.05 Kicia Kocia**

**19.25 Mały Charlie**

**19.36 Jeżyk Happy**

**19.52 Basia 2**

**20.05 Wierszyki domowe**

**20.35 Dolina Muminków 3**

**18.00 Tak jest** – pr. publicyst.

**19.15 Serwis informacyjny**

**19.30 Fakty po Faktach**

**20.00 Kropka nad i** – pr. publ.

**20.30 Czarno na białym**

**21.00 Polska i świat**

**22.00 Szkło kontaktowe**

**23.00 Dzień po dniu**

**0.25 Biznes** – pr. publicyst.

**0.45 Fakty po Faktach**

**CANAL+ SPORT**

**9.00 Piłka nożna: Liga hiszpańska**

**11.15 Piłka nożna: Liga hiszpańska**

**13.30 Magazyn Ligi Mistrzów UEFA**

**14.40 Piłka nożna: PKO BP Ekstraklasa** – podsumowanie sezonu 2025/2026

**15.45 Piłka nożna: Liga hiszpańska**

**18.00 Magazyn Ligi Mistrzów UEFA**

**19.00 Boks: Gala w Las Vegas**

**21.10 Sporty walki: ONE Friday Fights 155**

**22.15 Boks: BKFC Fight Night: Clearwater: Quentin Gaskins – Matt Guymon**

**23.20 Piłka nożna: PKO BP Ekstraklasa** – podsumowanie sezonu 2025/2026

**EUROSPORT 2**

**13.30 Wspinaczka: Zawody World Series w Pradze**

**14.30 Wspinaczka: Zawody World Series w Pradze**

**15.30 Wspinaczka: Zawody World Series w Pradze**

**17.00 Tenis: Turniej French Open w Paryżu** – finał kobiet

**18.30 Kolarstwo: Tour Auvergne-Rhône-Alpes**

**20.00 Motocross: MS w Kegums** – 2. wyścig w klasie MX2, 2. wyścig w klasie MXGP

**21.30 Cycling Show**

**22.00 Kolarstwo: Tour Auvergne-Rhône-Alpes**

**23.30 Triathlon: T100 World Tour** – San Francisco – podsumowanie

**POLSAT SPORT 2**

**13.00 Piłka nożna** – mecz towarzyski

**15.00 Piłka nożna** – mecz towarzyski

**17.00 Piłka nożna** – mecz towarzyski

**19.00 Piłka nożna** – mecz towarzyski

**21.00 Piłka nożna** – mecz towarzyski

**23.00 Piłka nożna** – mecz towarzyski

**1.00 Sporty walki: FEN 49 w Mrągowie: A. Zieliński – K. Kraska 25.08.2023**

**NICKELODEON**

**8.10 Marsupilamki**

**8.40 Harmidom 5**

**9.30 Wylde Pak** – zakrecona paka

**9.55 Grzmotomocni: Tajniacy 2**

**10.25 Niebezpieczni Henryk 5**

**11.20 That Girl Lay Lay 2**

**11.50 Harmidom 5**

**12.45 Harmidom 3**

**13.05 SpongeBob Kanciarstopy 12**

**14.30 Harmidom**

**15.30 Smerfy 2**

**16.00 SpongeBob Kanciarstopy 9**

**16.25 SpongeBob Kanciarstopy 14**

**16.40 Patryk Rozgważda Show 4**

**TELETOON+**

**8.20 Kumpel z dzungli** – na ratunek!

**8.47 Gadający Tom i przyjaciele 3**

**9.25 Dodo**

**9.55 Charlotte i trzy muszkietierki**

**10.26 Angelo rządzi**

**10.52 Siostry 2**

**11.22 Polly Pocket 6**

**12.16 Charlotte i trzy muszkietierki**

**12.45 Kumpel z dzungli na ratunek! 3**

**13.13 Kumpel z dzungli** – na ratunek!

**13.39 Polly Pocket 6**

**14.22 Dinuś i Lusja**

**14.50 Siostry 2**

**TVP Info\_ TVP INFO**

**15.45 Panorama**

**16.00 Dzień w godzinę**

**17.00 Teleexpress**

**17.15 Teleexpress Extra**

**17.35 Panorama**

**17.42 Wykrywacz kłamstw**

**18.00 Panorama**

**18.30 Kontrapunkt**

**19.00 Kontrapunkt – Ring wolny**

**19.30 Program informacyjny 19.30**

**20.18 Trójkałk Polityczny**

**21.00 Kwiatki polskie**

**21.45 Panorama**

**22.10 Oko na świat**

**22.30 Program informacyjny 19.30**

**22.45 112. Magazyn kryminalny**

**23.00 Panorama dnia**

**CANAL+ SPORT 2**

**8.20 Tenis: Turniej WTA w Londynie** – mecz 1. rundy

**10.40 Tenis: Turniej WTA w Londynie** – mecz 1. rundy

**13.00 8 wspaniałych (2)**

**14.00 Tenis: Turniej WTA w Londynie** – mecz 1. rundy gry pojedynczej (live)

**16.00 Tenis: Turniej WTA w Londynie** – 1. runda (live)

**18.30 Tenis: Turniej WTA w Londynie** – 1. runda (live)

**20.50 Tenis: Turniej WTA w Londynie** – mecz 1. rundy

**23.10 Tenis: Turniej WTA w Londynie** – mecz 1. rundy

**1.30 Piłka nożna: PKO BP Ekstraklasa**

**ELEVEN SPORTS 1**

**10.00 Piłka nożna: Liga hiszpańska: Barcelona – Elche**

**12.00 Piłka nożna: Liga włoska: Inter Mediolan – Cremonese**

**14.00 Piłka nożna: Liga niemiecka: Bayern – Werder Brema**

**16.00 Piłka nożna: Liga włoska** – mecz: Cagliari Calcio – Inter

**18.00 Piłka nożna: Liga hiszpańska: Real Madryt – Barcelona**

**20.00 Bundesliga Special (1)**

**20.40 Formula 1: GP Monako**

**22.40 Formula 3: GP Monako**

**0.05 Serie A**

**1.00 Made in Italy (6, 4, 5)**

**2.00 Piłka nożna: Liga włoska** – mecz: AC Milan – Fiorentina

**4.00 Werder Double** – film dok.

**POLSAT SPORT 3**

**6.00 Piłka nożna z archiwum**

**8.30 Koszykówka mężczyzn: ORLEN Basket Liga**

**11.00 Piłka nożna z archiwum**

**13.00 Siatkówka kobiet: Liga Narodów**

**15.00 Piłka nożna z archiwum**

**17.30 Siatkówka kobiet: Liga Narodów**

**20.00 Lekkoatletyka: World Athletics Continental Tour Gold – College Station 2026**

**22.30 Siatkówka kobiet: Liga Narodów**

**1.00 Sporty walki: Babilon MMA 50 w Ożarowie Mazowieckim** – waga lekka: K. Mendlewski – F. Lamparski 07.12.2024

**NICK JR.**

**8.20 Pan Krokodyl**

**8.45 Barbabapa i jego rodzinka 2**

**9.40 Tim Rex wśród gwiazd 2**

**10.10 Przygodzi Misia Paddingtona 2**

**11.05 Male Królestwo Bena i Holly**

**11.30 Dora 2**

**11.55 Rubble i jego ekipa 2**

**12.25 Rubble i jego ekipa**

**12.45 Psi Patrol 2**

**13.40 Barbabapa i jego rodzinka 2**

**14.35 Zwiérzeczne zagadki**

**15.05 Rogata ekipa**

**16.10 Male Królestwo Bena i Holly**

**DISNEY JUNIOR**

**8.00 Spidey i superkumple 3**

**8.30 Klub Myszyki Miki Plus**

**9.00 Klub przyjaciół Myszki Miki**

**10.00 Blue 2**

**11.00 Superkoty 2**

**11.30 Psia Brygada**

**12.00 Jej Wysokość Zosia**

**12.30 Blue**

**13.30 Klub Myszyki Miki Plus**

**14.00 Superkoty 2**

**15.00 Iron Man i super ekipa**

**15.30 Spidey i superkumple 3**

**16.00 Blue**

**17.00 Klub Myszyki Miki Plus**

**17.30 Jej Wysokość Zosia**

**18.00 Spidey i superkumple**

**18.30 Iron Man i super ekipa**

**POLSAT NEWS**

**8.00 Nowy dzień**

**10.00 W rytmie dnia**

**12.50 Wydarzenia 12:50**

**13.30 W rytmie dnia**

**15.30 Sport**

**15.50 Wydarzenia 15:50**

**16.10 Więcej „Wydarzeń”**

**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**

**CANAL+ SPORTS**

**11.00 Żużel: Metalkas 2. Ekstraliga: Huźers PSŻ Poznań – Arged**

**13.45 Żużel: Metalkas 2. Ekstraliga** – mecz: INPNRO ROW Rybnik – Polonia Piła

**16.45 Boks: Gala w El Paso** – waga lekka: S. Han – H. Holm

**19.00 Magazyn Metalkas 2. Ekstraliga**

**20.00 Żużel: Metalkas 2. Ekstraliga: Orzeł – Cellfast Wilki Krosno**

**22.50 Sporty walki: ONE Friday Fights 155**

**0.00 Piłka nożna: PKO BP Ekstraklasa** – mecz: Wisła Płock – Jagiellonia Białystok

**ELEVEN SPORTS 2**

**12.00 Piłka nożna: Liga niemiecka** – mecz: Borussia M'gladbach – FC Bayern Monachium

**14.00 Piłka nożna: Liga włoska: SSC Napoli – Inter Mediolan**

**16.00 Piłka nożna: Liga niemiecka: Bayern – Borussia Dortmund**

**18.00 Bundesliga Original Series: Droga na mundial (1, 2)**

**19.00 Piłka nożna: Liga włoska: AS Roma – Inter Mediolan**

**21.00 Piłka nożna: Liga hiszpańska: Betis – Barcelona**

**23.00 Formula 1: GP Monako**

**23.40 F2: Chasing the Dream**

**POLSAT PLAY**

**6.00 Dorwać tuńczyka**

**9.00 Wojny magazynowe**

**10.00 Wojny kontenerowe**

**11.00 Hardkorowy lombard**

**14.00 Polacy za granicą**

**16.00 Złomiarze**

**18.00 Poszukiwacze historii** – serial dokumentalny

**20.00 Mauthausen. Obóz śmierci** – film dokumentalny, 2021

**21.10 Tajna historia XX wieku**

**22.35 Poszukiwacze historii**

**22.35 Kolowrotek**

**23.10 Wakacje z Bałtykiem**

**4.05 Starożytni kosmici**

**TVP TURBO**

**12.15 Naprawy nie do naprawy**

**13.20 Zawodowi handlarze**

**14.30 Wojny samochodowe**

**16.30 Jeździć, obserwować**

**18.00 Raport Turbo**

**18.15 Z drugiej ręki**

**19.10 Duda kontra Szafranski**

**19.45 Moto Farchy**

**20.30 Moto kombat**

**21.15 Jeździć, obserwować**

**22.00 Raport Turbo**

**22.15 Naprawy nie do naprawy**

**23.00 Zawodowi handlarze**

**23.45 Prawko na świecie. Jazda bez zasad**

**0.25 Usterka 16**

**TVP**

**16.50 Wydział kryminalny Kitzbühel**

**17.50 Doktor z alpejskiej wioski** – nowy rozdział

**18.50 Doktor Kleist** – lekarz rodzinny

**19.50 Kino TVS: Rosamunde**

**FILM: Pilcher: Tajemnica wyspy kwiatów** – film obyczajowy, Niemcy 2018

**21.50 Kino TVS: Rosamunde**

**FILM: Pilcher: Tam gdzie mieszka serce twoje** – film obyczajowy, Niemcy 2018

**23.35 Doktor z alpejskiej wioski** – nowy rozdział

**TRVM**

**17.30 24. Międzynarodowy Rajd Katyński**

**18.05 Informacje dnia**

**18.15 Rozmowy niedokończzone**

**19.15 Każdy małuch to potrafi**

**19.45 Modlitwa z telefoniznym udziałem dzieci**

**20.00 Podróż apostołska Papieża Leona XIV do Hiszpanii**

**21.20 Myśląc Ojczyzna**

**21.40 Polski punkt widzenia**

**22.00 Umówię. Droga do świętości**

**23.00 Sean – Światło w ciemności świeci** – dok.

## ZAGADKI KRYMINALNE PANNY FISHER

# Gdzie Holmes nie może, tam ona da radę!

Od 1. odcinka

Krnąbrna i przebojowa panna Phryne sama pisze swoją detektywistyczną historię. Oczywiście, z właściwym sobie stylem i wdziękiem!

**ZAGADKI KRYMINALNE PANNY FISHER**  
**ŚR godz. 15.15**  
**KINO TV**

**M**elbourne, lata 20. XX wieku. Ciemnymi uliczkami przechadza się tajemnicza, elegancka kobieta. Jako niezrównana pani detektyw nie boi się zagłębiać w najbardziej niebezpieczne zakątki – od klubów jazzowych, przez cyrk, palarnię opium, łaźnię turecką po... nielegalny zakład aborcyjny. Panna Phryne Fisher (Essie Davis) jest sama, ale to nie powód, by poczuła się mniej pewna siebie – uzbrojona jest w swój niezawodny złoty pistolet z perłową rękojeścią, nóż zatknięty za pończochę, ostry jak brzytwa dowcip oraz... nieodparty urok. Mieszka pod adresem 221B, czyli pod tym samym numerem ulicy co Sherlock Holmes w oddalonym o 17 tysięcy kilometrów Londynie. To nie mógł być przypadek, kariera najsłynniejszej detektyw na antypodach była jej po prostu pisana!

### Lepiej ubrany Bond

Seriali o genialnych detektywach w dziejach telewizji było już naprawdę wiele – czy można pokazać historię jeszcze lepszą? To samo pytanie zadawali sobie wódatarze stacji ABC, kiedy w 2010 r. Deb Cox i Fiona Eagger przedstawiły im pomysł na nową

produkcję na podstawie książki Kerry Greenwood. – Długo zastanawialiśmy się, co w niej jest takiego, co mogłoby spodobać się zarówno 16-latce, jak i 70-latce. Phryne Fisher jest jedną z pierwszych feministek. Wybiera życie w samotności i wcale nie zamierza wychodzić za mąż. Co więcej, ma wielu kochanków, których zmienia jak rękawiczki. Jest trochę bohaterką jak James Bond, ale o wiele lepiej ubraną – tłumaczyły twórczynie serialu.

### Ona jest wyjątkowa!

Dla grającej główną rolę Essie Davis, Phryne Fisher to ikona stylu oraz wyzwolona, odważna, pełna pasji kobieta, która łamie konwenanse nie tylko lat 20. XX wieku, ale i te współczesne. Nosi spodnie, nie boi się kabaretowych występów, pije alkohol dla przyjemności, popiera związek homoseksualne... I cieszy się życiem! – Ona nie boi się być swoją własną bohaterką – mówi gwiazda. Już w pilotażowym odcinku wspina się na ścianę budynku i zatrzymuje się tylko po to, by poprawić kapelusz. W każdym epizodzie też ściga przestępców swoim czerwonym samochodem Hispano-Suiza H6, którym kieruje nie gorzej niż niejeden mężczyzna. Bez dwóch zdań, to prawdziwa superwoman! Ale każdy superbohater

potrzebuje solidnego wsparcia. Dla panny Fisher sa nim detektyw John Robinson (Nathan Page) i... jej stylistka. Choć z przy stojnym inspektorem łączy ją płomienna współpraca, balansująca na granicy namiętności i frustracji, bez odpowiedniego stroju pani detektyw niewiele zdziałałaby na australijskiej scenie kryminalistycznej. Projektantka kostiumów Marion Boyce stworzyła wiele eleganckich stylizacji, pasujących do mody przełomu lat 20. i 30., które były gotowe na wszelkie wyczyny kaskaderskie. Dlatego panna Fisher nie stroiła od wygodnych spodni, przekonując ówczesne kobiety, że nie muszą być uwięzione w niepraktycznych sukniach. Boyce i jej zespół stworzyli około 120 kostiumów na potrzeby serialu. Phryne Fisher bowiem zawsze musi wygląda szlachetnie – nawet o 9 rano w halce i chińskich bamboszach... **PAULINA MILUSKA**



W świecie zdominowanym przez mężczyzn Phryne Fisher bryluje z łatwością, choć wykonuje zawód „nieodpowiedni dla kobiety”.



Jack Robinson niejednokrotnie został wytrącony z równowagi przez swoją partnerkę.



– Nie umiem oprzeć się morderstwu – zwykła mawiać panna Fisher.

**Kultowe kino**



Film Andrzeja Wajdy to dziś już klasyk światowego kina.

Tadeusz Łomnicki i Krystyna Stypułkowska jako Bazyli i Pelagia.

**NIWINNI CZARODZIEJE**

## Flirt w rytmie jazzu

➔ NIWINNI CZARODZIEJE  
**ŚR 10.06 godz. 22.25 TVP 1**

W cyklu „Wieczór z Mistrzem. Andrzej Wajda” dziś film o młodym lekarzu i pięknej dziewczynie, którzy prowadzą ze sobą dziwną grę pod przybranymi imionami Bazyli i Pelagia. Wajda nakręcił go w 1960 r. po krytycznym przyjęciu „Lotnej”. Chciał opowiedzieć historię współczesną, intymną i politycznie neutralną. Scenariusz

współtworzył Jerzy Skolimowski, który pojawił się na ekranie jako bokser. Co ciekawe, scena walki nie była udawana. Naprawdę rozbito mu łuk brwiowy. O jazzowy klimat zadbał Krzysztof Komeda. PRL-owska krytyka oskarżała reżysera o nihilizm, bo bohaterowie chętniej słuchali jazzu i flirtowali, niż budowali socjalizm. Tymczasem Martin Scorsese uznał ten film za arcydzieło. **MAM**

**HENRY CAVILL • NOCNY ŁOWCA**

## Normalna gwiazda

➔ NOCNY ŁOWCA **ŚR 10.06 godz. 20.00 TV PULS**

Reżyser David Raymond wymarzył sobie, by główną rolę w filmie „Nocny łowca” zagrał Henry Cavill, jednak obawiał się, że aktor nie będzie zainteresowany współpracą. – To gwiazda filmowa starej szkoły, trochę Sean Connery, trochę Christopher Reeve. Nie chodzi o jego wygląd, przeciętny

facet... chodzi o maniery, sposób, w jaki się zachowuje – tłumaczył. Ku jego zdumieniu, Cavill zainteresował się scenariuszem i natychmiast rozpoczął przygotowania do roli detektywa ścigającego porywacza kobiet. Nie tylko przeszedł kurs posługiwanie się bronią, ale też rozmawiał z policjantami i detektywami o ich pracy. **EGP**



Henry Cavill jako detektyw Marshall w „Nocnym łowcy”.

żydowski placek	dokument od notariusza	Gary .... „Komu bije dzwon”	▼	oferuje kredyty i lokaty	.... doktora Moreau” z Brando	zaczyna skalę	▼	chętny do objęcia funkcji	zło-wrózby znak	widowisko	▼	można w niego wpaść	▼	kuzynka delfina	▼	
▶	▼	▼		pokrywa kufra	▶			▼	▼	węgierski jeździec	▶					
szwoleżer	▶					grał go Stallone	▶					2	inwekty-wa		koło Gdańska	
▶			3	Sharon .... „Kasyno”	▶					naj-dłuższa rzeka Europy	▶				4	
obwódka	kromka z opiekacza		milowy dla ludzkości	zmiękcza wodę		spalinowa mgła	muliste w stawie	▶			▼	szkolne boisko		wonny krzew		klatka filmowa
polski dzins	▶						jaźń			sznurek ze skóry	▶					
▶					6	olimpijska nagroda	▶				1	powróż	▶			
„Maska ... z Banderasem		boczne odgałęzienie	▶							... Bergman, „Casablanca”	▶			7		
pnie się po niej chmiel	▶					styl strze-listych kościołów	▶		5			bóg staro-irański	▶			

1	2	3	4	5	6	7
---	---	---	---	---	---	---

Wpisz rozwiązanie

**CHWIŁA NA RELAKS**

## TVP 1 TVP 1 DV3 T2

- 5.10 Złoty chłopak** (308) – serial obyczajowy, Turcja 2022
- 6.00 Akacja 38** (876) – telenowela, Hiszpania 2015
- 7.00 Transmisja mszy świętej z Sanktuarium Matki Bożej na Jasnej Górze**
- 7.30 Rodzina (nie od) święta** – magazyn religijny, Polska 2026
- 8.00 Serwis Info** – program informacyjny, Polska
- 8.10 Pogoda info**
- 8.15 Czterdziestolatek** (8): Otwarcie trasy, czyli czas wolny – serial obyczajowy, Polska 1975
- 9.10 Ranczo 4** (52) – serial obyczajowy, Polska 2009
- 10.10 Komisarz Alex 5** (61) – serial kryminalny, Polska 2014
- 11.05 Ojciec Mateusz 13** (168): Reportaż z domu – serial kryminalny, Polska 2015
- 12.00 Serwis Info** – program informacyjny, Polska
- 12.10 Agrobiznes** – magazyn rolniczy
- 12.30 Agropogoda**
- 12.40 Magazyn rolniczy**
- 12.55 Natura w Jedyńce: Dzikie imperium** (2): Cziru, koziorożce z Wyżyny Tybetańskiej – serial dokumentalny, USA 2023, reż. Pascal Cardeilhac
- 14.00 Złoty chłopak** (309) – serial obyczajowy, Turcja 2022
- 15.00 Serwis Info** – program informacyjny, Polska
- 15.10 Pogoda info**
- 15.25 Gra słów. Krzyżówka** – teleturniej, Polska 2019-2026
- 16.00 Dziedzictwo** (944) – serial obyczajowy, Turcja 2020
- 17.00 Teleexpress, Pogoda**
- 17.25 Jaka to melodia?** – teleturniej muzyczny
- 18.05 Reporterzy** – magazyn reporterów
- 18.25 Akacja 38** (887) – telenowela, Hiszpania 2015 (patrz obok)
- 19.30 Program informacyjny 19.30**
- 19.55 Pytanie dnia** – program publicystyczny, Polska 2026



**18.25 TELENOWELA**

**Akacja 38** (887) Paquito grozi Florze donosem za handel szpampanem z przemytu. Tymczasem Diego wymyka się ze szpitala i z pomocą Samuela odwieżdża Blancę. Ta wyznaje mu, że ich syn musi przebywać u Ursuli. Felipe (Marc Parejo, zdj.) z kolei zdobywa dla Diega akt ułaskawienia. **65 min**



**20.30 KRYMINALNY**

**Prokurator** (3) W wagonie kolejki miejskiej odnalezione zostają zwłoki mężczyzny. Śledczy podejrzewają zawał. Też o naturalnej przyczynie śmierci obala wynik badań patolog Siedleckiej, która odkrywa, że mężczyzna, Jarosław Łagodzki, został otruty łałem. Proch (Jacek Koman, zdj.) i Kielak odnajdują byłą żonę denata. **55 min**

## TVP 2 TVP 2 DV3 T2

- 4.35 Na dobre i na złe** (889): Niczego nie żałuję – serial obyczajowy, Polska 2023
- 5.30 M jak miłość** (1773) – serial obyczajowy, Polska 2024
- 6.25 Pozyteczni.pl** – magazyn
- 6.55 Barwy szczęścia** (3331) – serial obyczajowy, Polska 2026
- 7.30 Pytanie na śniadanie – pobudka** – magazyn, Polska 2026
- 7.55 Pytanie na śniadanie Gwiazdorska kuchnia**
- 11.30 Ani 4** (48) – magazyn kulinarny, Polska 2026
- Anna Strażyńska odwiedza gwiazdy oraz przyjaciół, którzy potrzebują kulinarnego wsparcia. Zawsze staje przed nowym wyzwaniem – przygotowuje elegancką kolację lub ratuje przyjęcie. **30 min**
- 12.00 Rodzinka.pl** (7): Jedna kobieta, czterech facetów – serial kom., Polska 2011
- Natalia ma wrażenie, że męska część rodziny nie widzi jej zaangażowania w prowadzenie domu. Z pomocą przychodzi jej koleżanka, która zaprasza Boskicha na grę w feministyczne scrabble. **35 min**
- 12.35 Koło fortuny** – teleturniej, Polska 2025
- 13.15 Panna młoda** (118) – serial obyczajowy, Turcja 2024
- 14.05 Va banque** – teleturniej, Polska
- 14.35 Na sygnale** (851): Obcy w domu – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2026
- 15.05 La Promesa – pałac tajemnic** (408) – serial obyczajowy, Hiszpania 2022 (patrz obok)
- 16.00 Koło fortuny** – teleturniej, Polska 2025
- 16.35 Familiada** – teleturniej
- 17.20 Panna młoda** (119) – serial obyczajowy, Turcja 2024 (patrz obok)
- 18.15 Va banque** – teleturniej, Polska
- 18.50 Jeden z dziesięciu** – teleturniej
- 19.25 Barwy szczęścia** (3331) – serial obyczajowy, Polska 2026



**15.05 OBYCZAJOWY**

**La Promesa – pałac tajemnic** (408) Curro nie potrafi zaakceptować postępowania Martiny. Jimena grozi Ablowi, że zrujnuje mu życie, jeśli ujawni prawdę o jej ciąży. Tymczasem rodzice dziewczyny proponują, by ona i Manuel (Arturo Sancho, zdj.) przenieśli się do Madrytu i zaczęli od nowa. **55 min**



**17.20 OBYCZAJOWY**

**Panna młoda** (119) Derya przekonuje Hancer (Talya Çelebi, zdj.), by zaszła w ciążę, co umocni jej związek. Tymczasem ona nie potrafi ukryć zazdrości, gdy widzi ubranka dla dziecka kupione przez Cihana (Cenay Türksever, zdj.). Melih intensywnie rozgådła się za kandydatką na żonę. Jest zdeterminowany, żeby się ustakować. **55 min**

- 20.05 Omnibus – szybcy i mądry** – teleturniej, Polska 2026
- 20.35 Omnibus – szybcy i mądry – dogrywka** – teleturniej, Polska 2026
- 20.55 Postaw na milion** – teleturniej, Polska
- 21.50 Na sygnale** (841, 842) – serial fabularno-dokum., Pol.
- 22.55 Ludzie i bogowie** (11, 12): Na ratunek; Powrót konfidenta – serial historyczny, Polska 2020 (patrz obok)
- 0.45 Na tropach przeszłości** (6-ost.) – serial kryminalny, Francja 2023
- 1.50 Nasz dom w górach** (6) – serial obyczajowy, Niemcy 2019
- 2.45 Implozja: Katastrofa „Titana”** – dok., Wielka Brytania/Kanada/Niem. 2025



**22.25 DRAM. OBYCZ.**

**Niewinni czarodzieje** Młody lekarz Andrzej (Tadeusz Kmónicki, zdj.) nawiązuje romans z dziewczyną poznaną w nocnym klubie. Mimo wzajemnej fascynacji para konsekwentnie prowadzi grę pozorów. **95 min**

## POLSAT DV3 T2

- 4.40 Disco Gramy** – program muzyczny, Polska 2026
- 5.25 Telezakupy TV Okazje**
- 6.00 Nowy dzień z Polsat News** – program informacyjny
- 9.30 Trudne sprawy** (1219, 1220) – serial paradokumentalny, Polska 2023
- 11.30 Gliniarze** (829-831) – serial paradokumentalny, Polska 2023
- 14.40 Dlaczego ja?** (1465): Błąd młodości – serial paradokumentalny, Polska 2025
- 15.50 Wydarzenia**
- 16.15 Pogoda**
- 16.20 Interwencja** – magazyn reporterów
- 16.30 Na ratunek 112** (1062): Utonięcie – serial paradokumentalny, Polska 2025
- Mikołaj i jego żona Beata decydują się na rozwód, ale ukrywają to przed córką Laurą. Pewnego dnia nastolatka przylapuje ojca na posałunku z nową partnerką. **30 min**
- 17.00 Gliniarze** (1030): Na własność – serial paradokumentalny, Polska 2025
- Detektywi badają sprawę zniknięcia Niemki, która przyjechała do Polski na wymianę studencką. Kontakt z nią urwał się po imprezie w klubie. Okazuje się, że w lokalu już wcześniej dochodziło do niepokojących sytuacji. **60 min**
- 18.00 Pierwsza miłość** (4234) – serial obyczajowy, Polska 2026
- Pod presją Róży Zenek podejmuje bolesną decyzję i żegna się z synem. Seweryn dostaje tragiczną wiadomość o tym, że we Wrocławiu wyłowiono z Odry ciało kobiety pasującej do rysopisu Kazanowej. Udaje się ze Smiałkiem do zakładu medycyny sądowej, by rozpoznać zwłoki. **50 min**
- 18.50 Wydarzenia**
- 19.15 Gość „Wydarzeń”** – program publicystyczny
- 19.30 Sport, Pogoda**
- 19.55 Milionerzy** – teleturniej, Polska 2026 (patrz obok)



**19.55 TELETURNIEJ**

**Milionerzy** (119) Od nagrody głównej uczestników dzieli 12 pytań z różnych dziedzin. Mają oni do dyspozycji koła ratunkowe, np. pomoc Huberta Urbańskiego (zdj.). Widzowie przekonują się, kto podejmie ryzyko mimo wątpliwości. Gracze muszą liczyć się z tym, że jeden błąd eliminuje z rozgrywki. **40 min**



**20.35 KOMEDIA**

**7 rzeczy, których nie wiecie o facetach** Historie kilku mężczyzn, którzy poszukują szczęścia. Związki z dnia na dzień Filip (Paweł Domagała) traci pracę. Tymczasem niebawem ma zostać ojcem. Jego przyjaciel, Tomasz (Mikołaj Roznerski, zdj.), planuje ślub ze swoją pierwszą miłością. Targają nim jednak wątpliwości. **150 min**

- 20.35 7 rzeczy, których nie wiecie o facetach** – komedia, Polska 2016, reż. Kinga Lewińska, wyk. Paweł Domagała, Mikołaj Roznerski, Alicja Bachleda-Curus, Joanna Opozda (patrz obok)
- Kobiecie spojrzenie na męski świat. Reżyserka ukazała bohaterów w krzywym zwierciadle, ale z sympatią. W 2022 r. powstał sequel filmu. **150 min**
- 23.05 Jak ukradłem 100 milionów** – komedia kryminalna, Polska 2024, reż. Michał Wegrzyn, wyk. Antoni Królikowski, Mateusz Damięcki, Małgorzata Socha, Michał Żebrowski (patrz obok)
- 1.10 Chiński zodiak** – film karate, Hongkong/Chiny 2012, reż. Jackie Chan
- 3.35 Nasz nowy dom** (360) – reality show, Polska 2025



**23.05 KOM. KRYM.**

**Jak ukradłem 100 milionów** Nieuczciwy księgowy Ed (Antoni Królikowski, zdj.) kradnie fortunę i trafia do więzienia. Ukrywa prawdę przed narzeczoną (Zuzanna Zielińska), która sądzi, że jest on o delegacji. **125 min**

- 20.10 Sport, Pogoda**
- 20.30 Prokurator** (3) – serial krym., Polska 2015 (patrz obok)
- 21.25 Film dokumentalny**
- 22.25 Wieczór z Mistrzem.**
- FILM** Andrzej Wajda: **Niewinni czarodzieje** – dramat obyczajowy, Polska 1960, reż. Andrzej Wajda, wyk. Tadeusz Kmónicki, Krystyna Stypulkowska, Zbigniew Cybulski, Roman Polański (patrz obok)
- 0.00 Śmierć nadejdzie jutro** – film sensacyjny, USA/Wielka Brytania
- 2.10 Kaziu, Polska Ci dziękuję** – film dokumentalny, Polska
- 3.00 Mundial 2026 – FIFA World Cup 2026 Countdown Concert** – koncert
- 4.35 Wykrzywacz kłamstw** – pr. publ., Polska 2025-2026

TVN DV3 T2

- 5.40 **Uwaga!** – magazyn reporterów
- 5.55 **Ukryta prawda** (1664) – serial paradokumentalny, Polska 2024
- 6.50 **Kuchenne rewolucje** (11) – program rozrywk., Pol. 2024
- 7.45 **Dzień Dobry TVN** – magazyn
- 11.20 **Doradca smaku** (10) – magazyn kulinarny, Polska 2026
- 11.25 **Kuchenne rewolucje** (7, 8) – program rozrywkowy, Pol. Ola otworzyła gospodę w odnowionej kamiennej oberze. Korzystała przede wszystkim z lokalnych przepisów oraz ekologicznych produktów. Niestety jej rodzina straciła dosłownie wszystko podczas pożaru. **135 min**
- 13.40 **Ukryta prawda** (1641, 1642, 1703) – serial paradokumentalny, Polska 22-letnia Natalia od pół roku spotyka się z Jarkiem, który jest obciążony gwiazdą MMA. Pewnego wieczoru chłopak przylapuje ją na spotkaniu z byłym partnerem, Konradem. Zazdrosny Jarek atakuje swojego rywala. **190 min**
- 16.50 **Szpital św. Anny** (43) – serial obyczajowy, Polska 2025 (patrz obok)
- 17.55 **Detektywi** (167) – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2025 Śledczy badają sprawę zniknięcia Aurelii. Policja i rodzina kobiety uznali, że popełniła samobójstwo, chociaż jej ciała nie odnaleziono. Podczas śledztwa Katarzyna Kowalik oraz Roman łabąj wpadają na trop handlarzy żywym towarem. **65 min**
- 19.00 **Fakty**
- 19.35 **Sport, Pogoda**
- 19.55 **Uwaga!** – magazyn reporterów (patrz obok)



16.50 OBYCZAJOWY

**Szpital św. Anny** (43)

Marta z ukochanym jadą do rodziców, by powiedzieć im, że to ojczym Tomka przyczynił się do ich nieszczęścia. Zosia i Kaja (Ada Szczepaniak, zdj.) spierają się o Wrońskiego. Konecka nie rozumie decyzji koleżanek, która chce na razie dać spokój oprawcy. **65 min**



19.55 MAGAZYN

**Uwaga!** (8013)

Ekipa reporterów przedstawia widzom kolejną poruszającą sprawę. **20 min**



TV PULS DV3 T2

- 6.00 **Policjanci z Miami 2** (7, 8): Chora miłość; Opowieść o koźle – serial kryminalny, USA 1985 Crockett i Tubbs prowadzą śledztwo w sprawie mężczyzny oskarżonego o przemyt i handel narkotykami. **120 min**
- 8.00 **Kobra – oddział specjalny** (6, 7): Śmiertelny zysk; Dzień zapłaty – serial sensacyjny, Niemcy 2015 Komisarze stają się świadkami morderstwa motocyklisty. Rozpoczynają dochodzenie w tej sprawie. Ślady prowadzą ich do squattersów. **120 min**
- 10.00 **Maria z przedmieścia** (11, 12) – telenowela, Meksyk 1995
- 12.00 **Nie igraj z aniołem** (92) – serial obyczajowy, Meksyk 2008 (patrz obok)
- 13.00 **Wspaniałe stulecie** (26) – serial kostiumowy, Turcja 2012-2013
- 14.00 **Kuriery** (11) – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2023
- 15.00 **Lombard. Życie pod zastaw** 10 (494, 495) – serial obyczajowy, Polska 2022
- 17.00 **Kuriery** (12) – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2023 „Śtoiczek” odwiedza dystygowanego senior. Roman jest przekonany, że to przykrywka i w rzeczywistości mężczyzna to złodziej. Krystyna nie potrafi wyznać mężowi prawdy o swojej chorobie. **60 min**
- 18.00 **Lombard. Życie pod zastaw** 18 (969, 970) – serial obyczajowy, Polska 2026 Prawnik Kanicki odkrywa, że jego szef Błoński molestuje sekretarkę. Mimo sprzeciwu ojca decyduje się działać. Łąka wspiera go w poszukiwaniu innych ofiar. Alicja planuje odwiedzić córkę. **120 min**
- 12.00 **OBYCZAJOWY**
- Nie igraj z aniołem** (92) Cecilia (Helena Rojo, zdj.) ulega wypadkowi i zostaje przewieziona do szpitala. Eštefania postanawia wykorzystać sytuację i obwinia o to Marichuy. Stan chorej jest bardzo poważny. Juan Miguel spotyka Candelarię. Prosi, by odwiedziła mu, gdzie mieszka Marichuy. **60 min**
- 20.00 **SENSACYJNY**
- Nocny łowca** Emerytowany sędzia Cooper (Ben Kingsley) i detektyw Marshall (Henry Cavill, zdj.) zatrzymują seryjnego mordercę. Aresztowanie psychopaty nie oznacza jednak końca sprawy. **125 min**



12.00 OBYCZAJOWY

**Nie igraj z aniołem** (92)

Cecilia (Helena Rojo, zdj.) ulega wypadkowi i zostaje przewieziona do szpitala. Eštefania postanawia wykorzystać sytuację i obwinia o to Marichuy. Stan chorej jest bardzo poważny. Juan Miguel spotyka Candelarię. Prosi, by odwiedziła mu, gdzie mieszka Marichuy. **60 min**



20.00 SENSACYJNY

**Nocny łowca**

Emerytowany sędzia Cooper (Ben Kingsley) i detektyw Marshall (Henry Cavill, zdj.) zatrzymują seryjnego mordercę. Aresztowanie psychopaty nie oznacza jednak końca sprawy. **125 min**

TVN 7 DV3 T2

- 5.20 **Ten moment** (33) – serial paradokumentalny, Polska 2015-2016
- 5.55 **Szkoła** (712-714) – serial paradokumentalny, Polska 2019
- 8.45 **Ukryta prawda** (1315, 1400, 1401) – serial paradokumentalny, Polska 2019
- 11.55 **W-11 – Wydział Śledczy** (1032-1034) – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2013 (patrz obok)
- 14.00 **Detektywi** (100): Potwór! – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2024 Doktor Gajda zajmuje się kobietą, która flirtowała z mężem przyjaciółki podczas imprezy w klubie. Lekarka nie wie, co się dokładnie stało, ponieważ pacjentka jest odurzona alkoholem i narkotykami. **60 min**
- 16.00 **Sędzia Anna Maria Wesołowska** (476, 477) – serial fabularno-dokument., Polska 2009-2010
- 18.00 **Sekrety życia** (36) – serial paradokumentalny, Polska 2023 Alicja dziedziczy po wujku wjejski dom. Wprowadza się tam razem z mężem. Niebawem nowi mieszkańcy padają ofiarą prześladowcy, który uprzykrza im życie. Kiedy poznają najbliższych sąsiadów, orientują się, że za ataki może odpowiadać ekscentryczny staruszek, z którym zmarły krewny pozostawał w konflikcie. **60 min**
- 19.00 **Ukryta prawda** (1507) – serial paradokumentalny, Polska 2023 Ania i Wojtek przygotowują się do ślubu. Mężczyzna przypadkowo odkrywa w telefonie narzeczonej zdjęcia w seksownej bieliznie. Podejrzewa ją o zdradę. **60 min**
- 11.55 **FAB-DOKUM.**
- W-11 – Wydział Śledczy** (1032-1034) We wraku samochodu policja znajduje pobitą dziewczynę. Ofiara bawiła się w dyskotekę razem z siostrą. Zeznania rodziców kierują podejrzania na osiedlowych chuliganów. Komisarze odkrywają, że ojciec siostry kiedyś prowadził nielegalne interesy z przestępcami. **125 min**
- 20.00 **DRAM. SENS.**
- Przemytnik** Firma Earla Stone'a (Clint Eastwood, zdj.) bankrutuje. Senior otrzymuje propozycję od meksykańskiego kartelu. Świetnie się spisuje jako kurier. Z czasem dobra passa się kończy. **150 min**



11.55 FAB-DOKUM.

**W-11 – Wydział Śledczy** (1032-1034)

We wraku samochodu policja znajduje pobitą dziewczynę. Ofiara bawiła się w dyskotekę razem z siostrą. Zeznania rodziców kierują podejrzania na osiedlowych chuliganów. Komisarze odkrywają, że ojciec siostry kiedyś prowadził nielegalne interesy z przestępcami. **125 min**



20.00 DRAM. SENS.

**Przemytnik**

Firma Earla Stone'a (Clint Eastwood, zdj.) bankrutuje. Senior otrzymuje propozycję od meksykańskiego kartelu. Świetnie się spisuje jako kurier. Z czasem dobra passa się kończy. **150 min**

REKLAMA



W APTEKACH I ZIELARNIACH

NA PROBLEMY GARDŁOWE DLA CAŁEJ RODZINY – DOBRY WYBÓR!

- 20.15 **Na Wspólnej** (4226) – serial obyczajowy, Polska 2026
- 20.50 **Król Artur: Legenda miecza** – film przygodowy, USA/Wielka Brytania/Australia 2017, reż. Guy Ritchie, wyk. Charlie Hunnam, Jude Law, Djimon Hounsou, Eric Bana (patrz obok)
- 23.25 **Diuna** – film s.f., Kanada/Norwegia/USA 2021, reż. Denis Villeneuve, wyk. Timothée Chalamet, Rebecca Ferguson
- 2.40 **Śmierć Diany: dwa śledztwa** (4) – serial dokumentalny, Wielka Brytania 2022
- 3.50 **Szpital św. Anny** (110) – serial obyczajowy, Polska 2026
- 4.50 **Uwaga!** – magazyn reporterów
- 5.05 **Nauka jazdy 5** (28) – program rozrywk., Pol. 2022



20.50 PRZYGODOWY

**Król Artur: Legenda miecza**

Młody wódcęga Artur (Charlie Hunnam, zdj.) wyciąga z kamienia słynny Excalibur. Trafia do więzienia. Tam dowiaduje się, że jest krewnym prawowitego monarchy, Uthera. **155 min**

- 20.00 **Nocny łowca** – film sensacyjny, Kanada/USA 2018, reż. David Raymond, wyk. Henry Cavill, Brendan Fletcher, Alexandra Daddario, Ben Kingsley (patrz obok) Za kamerą stanął debiutujący jako reżyser David Raymond. Zajął się również scenariuszem do filmu. **125 min**
- 22.05 **Wojownik** – dramat społeczny, USA 2011, reż. Gavin O'Connor, wyk. Joel Edgerton, Tom Hardy, Nick Nolte (patrz obok)
- 0.55 **Drapieżnik** – thriller, USA 2007, reż. Wai-keung Lau Doświadczony detektyw musi wyjaśnić sprawę zaginięcia nastolatki. **135 min**
- 3.10 **Dzielnica strachu 9** (386): Bez sił – serial kryminalny, Polska 2025
- 4.15 **Zobacz to!**



22.05 DRAMAT SPOL.

**Wojownik**

Drogi byłego żołnierza piechoty morskiej Tommy'ego (Tom Hardy) oraz jego brata, nauczyciela Brendana (Joel Edgerton, zdj.), rozeszły się przed laty. Teraz obaj stają do rywalizacji podczas turnieju MMA. **170 min**

- 20.00 **Przemytnik** – dramat sensacyjny, USA/Kanada 2018, reż. Clint Eastwood, wyk. Clint Eastwood, Patrick L. Reyes, Cesar De León, Gustavo Munoz (patrz obok) Film oparty na historii Leo Sharpa, weterana wojennego i ogrodnika, który został kurierem kartelu. **150 min**
- 22.30 **Wszyscy święci New Jersey** – film kryminalny, USA 2021, reż. Alan Taylor, wyk. Alessandro Nivola, Leslie Odom Jr., Vera Farmiga, Jon Bernthal (patrz obok)
- 1.00 **Zakonnica** – horror, USA 2018, reż. Corin Hardy
- 3.10 **Żyjąc z potworem 8** (5) – serial dokumentalny, USA 2020
- 4.05 **Fachowcy** (20) – serial paradokumentalny, Polska 2017 **4.50**
- 22.30 **KRYMINAŁ**
- Wszyscy święci New Jersey** Lata 60. i 70. XX w. Anthony (Michael Gandolfini, zdj.) dorasta, gdy mniej znani gangsterzy umacniają swe pozycje w Newark. Wzorem jest dla niego wuj, Dickie (Alessandro Nivola, zdj.). **150 min**



22.30 KRYMINAŁ

**Wszyscy święci New Jersey**

Lata 60. i 70. XX w. Anthony (Michael Gandolfini, zdj.) dorasta, gdy mniej znani gangsterzy umacniają swe pozycje w Newark. Wzorem jest dla niego wuj, Dickie (Alessandro Nivola, zdj.). **150 min**

**TVP3** **TVP3** **DG 17**

8.40 Wykrywacz kłamstw  
9.00 Sprawdzam to extra  
9.05 Regiony na TAK – mag.  
9.30 Prywatne życie zwierząt 14 – przyrod.  
10.00 Złoty chłopak (169)  
11.00 Zielnik regionalny  
11.30 Lato na RÓD'os – dok.  
12.00 Telekurier – mag., Polska  
12.30 Górna półka smaku  
13.00 Agrobiznes – mag.  
13.30 Daję słowo – Maciej Orłoś – talk-show  
14.30 Program informacyjny 14.30  
15.00 Koronka do Miłosierdzia Bożego – pr. religijny  
15.20 Serwis Info Dzieni – inf.  
15.30 Program lokalny  
19.30 Całkiem niezła historia

**TVP POLONIA** **TVP POLONIA**

13.50 Polacy świata  
14.00 Profesor Michałowski. Droga do Faras – dok.  
15.00 Serwis Info – pr. inform.  
15.10 Zakochaj się w Polsce (178) – magazyn  
15.35 20 x 20 lat TVP Kultura  
16.00 Zaraz wracam 2 (95) – serial obcy., Pol. 2025  
16.30 Barwy szczęścia (3322)  
17.00 Telexpress  
17.20 Gra słów. Krzyżówka  
17.50 Telexpress Extra – inf.  
18.10 Lila Kiejzik – portret  
18.45 Panorama  
19.20 Polacy świata  
19.30 Program informacyjny 19.30  
19.55 Pytanie dnia – pr. publ.  
20.10 Sport, Pogoda

**TV 4** **DG 17**

7.55 Bogaty dom – biedny dom (129) – reality show  
8.55 Policjanci i Policjanci (466, 467) – serial obcy.  
10.55 Na ratunek 112 (1124, 1125) – paradok.  
11.55 Dlaczego ja? (1553, 1554) – paradok.  
13.55 Trudne sprawy (1325-1327) – paradok.  
16.55 Policjanci i Policjanci (1377) – obcy., Pol. 2026  
18.00 Łowcy skarbow. Kto da więcej? (544)  
19.00 Policjanci i Policjanci (1378) – obcy., Pol. 2026  
20.00 Uroczysko (169, 170) – serial kryminalny, Polska  
21.05 Sprawiedliwi. Trójmiasto (111) – krym.

**puls 2** **DG 17**

7.30 Psi Patrol 8 – serial anim.  
7.50 Superkoty – serial anim.  
8.30 Myszką Mikki: Frajdomek 2 – anim.  
8.50 Masza i Niedźwiedź 3  
9.20 Bing – serial animowany  
9.35 Basia 2 – serial anim.  
10.00 Jezyk i Przyjaciele  
10.25 Spidey i superkumple  
11.25 Gus. Mały – wielki rycerz – serial anim.  
11.55 Smerfy – serial anim.  
13.00 Gumisie 6 – serial anim.  
14.00 Kacze opowieści  
15.00 Miraculous: Biedronka i Czarny Kot – anim.  
16.00 Fineasz i Ferb 2 – anim.  
17.00 Marta mówi – anim.  
17.35 Superkoty – serial anim.  
18.00 Blue 2 – serial anim.

**TVP ROZRYWKI** **TVP ROZRYWKI**

6.10 Zakochaj się w Polsce (223) – magazyn  
6.40 Gra słów. Krzyżówka  
7.10 Okrasa łamie przepisy  
7.20 Familiada – teleturniej  
8.55 Va banque – teleturniej  
9.25 Kolo fortuny – telet., Pol.  
10.05 Makłowicz w podróży  
10.45 Postaw na milion  
12.35 Familiada – teleturniej  
13.15 Tygrysy Europy 2 (7) – serial kom., Polska 2003  
14.10 Rodzinka.pl (173, 174) – serial kom., Polska 2016  
15.15 Świat w obłokach – muzycy  
spadkobiercy Marka Grechuty (1, 2) – koncert  
17.25 Va banque – teleturniej  
18.00 Kolo fortuny – telet., Pol.

**TTV HD** **DG 17**

6.20 DeFacto 14 (21)  
6.50 Diablenie boskie 3 (4)  
7.20 Ukryta prawda (1198)  
8.20 Kartoteka 10 (15, 16)  
10.30 Detektywi (253, 254)  
12.30 Zakup w ciemno 3 (23)  
13.30 Zakup w ciemno 4 (22)  
14.30 Kartoteka 5 (20, 21)  
16.45 Express – pr. inform.  
16.55 Pogoda, Sport  
17.05 Idź na całość 2 (11)  
18.05 Zakup w ciemno extra (25) – reality show, Polska  
18.45 Damy i wiesniaczki. PL 6 (2) – serial fab.-dok.  
19.45 Express, Pogoda – inf.  
20.05 Zakup w ciemno 7 (19)  
21.05 Zakup w ciemno extra (17) – reality show, Polska  
21.45 Express, Pogoda – inf.

**MAGAZYN**

19.45 Kryminalna siódemka  
W programie prezentowane są głośne sprawy kryminalne. Widzowie zobaczą brawurowe akcje policji, zagadkowe procesy oraz widowiskowe pociągi. 15 min  
20.00 Dziennik regionów  
20.13 Gość Regionów – publ.  
20.30 Telekurier – mag., Polska  
21.00 Program lokalny  
22.00 Dziennik regionów  
22.30 Złoty chłopak (170)  
23.30 Kryminalna siódemka  
23.55 Panorama  
0.25 Program informacyjny 19.30  
0.45 Panorama dnia – pr. inf.

**SPORTZAJOWY**

20.25 Dom nad rozlewiskiem (11, 12) – Polska 2009  
Janusz wciąż przebywa w klinice uzależnień. Tomasz w tajemnicy kupuje leśniczkę. Z powodu braku pieniędzy Barbara i jej córka muszą przerwać budowę pensjonatu. 110 min  
22.15 Rozmowy (nie) wygodne – pr. publicyst.  
22.45 Słowo daje! – magazyn  
22.55 62. KFPP w Opolu – Trzy chwila Jacka Cygana – urodziny  
23.15 Panorama  
23.45 „Człowiek z poczuciem” – benefis Jacka Fedorowicza (2)  
0.40 Zaraz wracam 2 (95)

**KRYMINALNY**

22.05 Sprawiedliwi – Wydział Kryminalny (994) – Polska 2026  
Młody piłkarz Brajan Komorski zostaje zamordowany, a w jego mieszkaniu śledczy odkrywają fiołki z nielegalnymi środkami dopingującymi. 60 min  
23.05 Wyspa strachu  
FILM – thriller, USA 2009, wyk. Steve Zahn  
1.05 Love Island. Wyspa miłości (9) – reality show  
2.10 Hardkoru lombard 2 (11) – serial dokumentalny  
2.40 Interwencja – mag.  
2.55 Śmierć na 1000 sposobów (8) – serial dok., USA  
3.25 Lubią disco! (256) – muz.

**ANIMOWANY**

18.15 Bing  
Podczas wesołej zabawy w lesie Sula bardzo chciałaby wspiąć się na drzewo. Uświadamia sobie jednak, że sama nie da rady. Potrzebuje pomocy swojego przyjaciela, króliczka Binga. 30 min  
18.45 Masza i Niedźwiedź 3  
19.00 Kacze opowieści  
20.00 Lombard. Zycie pod zastaw 18 (1007)  
21.00 Dzielnica strachu 9 (389, 390) – serial krym.  
23.00 Hannibal: Po drugiej stronie maski O – thriller, Wielka Brytania/Czechy/Francja 2007  
1.20 Lombard. Zycie pod zastaw 12 (624) – obcy.

**KULINARNY**

18.35 Okrasa łamie przepisy  
Prowadzący przygotowuje naleśniki z ciasta grybowo-cebulowego z nadzieniem z ziemniaków i sera, z tartarem z pstrąga tęczowego oraz smażone w syropie z krajowych jabłek. 65 min  
19.40 Makłowicz w podróży  
20.15 Postaw na milion  
21.15 Kabaret Letnią Porą (35) – pr. rozr., Pol. 2021  
22.15 Rodzinka.pl (44) – kom.  
22.50 Tak to leciało!  
23.50 Gabi Dzwiewicka zaprasza – talk-show  
0.50 Kolo fortuny – telet., Pol.  
2.15 Do śmiechu! (62, 63)  
4.15 Hity wszech czasów (42) – magazyn muzyczny

**ROZRYWKI**

22.00 Idź na całość 2 (4) – Polska 2026  
Uczestnicy mają do wygrania niemal trzy miliony złotych. W każdym odcinku podejmują ryzyko i próbują unikać zgonka. Program prowadzi Zygmunt Chajzer (zdj.) i Robert Wytka. 60 min  
23.00 Gogglebox. Przed telewizorem 23 (8) – pr. rozrywk., Pol. 2025  
0.00 Nic do zgłoszenia 6 (4) – serial dokumentalny, Pol.  
1.00 Życie na kredytle 7 (3, 4) – reality show, Polska  
2.10 Dobra robota (6) – dok.  
3.10 Detektywi. Na zlecenie 2 (18, 19) – serial fabularno-dokum.

**TVP3** **TVP3 PROGRAMY LOKALNE**

**BIALYSTOK** 17.10 Seans dla każdego 17.35 Moda na język polski  
18.00 Grajmy swoje 18.15 Panorama formyżna 18.30 Obiektyw 18.50 Gość „Obiektywu” 19.00 Sport, Pogoda 19.10 Budowniczo-wość świata 21.00 Przeglad swal-ki 21.20 Gość „Obiektywu” 21.30 Obiektyw  
**BYDGOSZCZ** 17.30 Samorządni 18.15 Pokochaj Grudziądz 18.30 Zbliżenia 19.00 Rozmowa dnia 19.20 Wilczy apetyt 21.00 Rozu-owa dnia 21.20 Ekspert ZS od-owiada 21.30 Zbliżenia 21.45 Sport, Pogoda  
**GDANSK** 17.30 Na 2 kontakty 17.50 Raport gospodarczy 18.15 Czyszyńskiego 42 18.30 Panorama 19.00 Droga 21.00 Teddę jo 21.15 Czyszyńskiego 42 21.30 Panorama  
**KATOWICE** 17.01 Film dokumental-ny 17.45 Święta wojna 18.15 Protokół rozbieżności 18.30 Aktu-alności 18.55 Pogoda, Sport 19.10 Gramy dla was 21.15 Protokół roz-bieżności 21.30 Aktualności  
**KRAKOW** 17.06 Wojcie, moje książki 17.32 Krakowski lajkonik 17.55 Ci cholerni Polacy. Lotnictwo polskie 1939-1945 18.10 Zdrowie dla Ciebie 18.30 Kronika 18.55 Te-maty dnia 19.13 Spichlerz smaków 21.03 Wykrywacz kłamstw 21.30 Kronika 21.45 Tematy dnia  
**LUBLIN** 17.55 Zdarzenia 18.10 Lubelskie Obserwatorium Rynku Pracy 18.30 Panorama lubelska 19.00 Magazyn sportowy 19.15 Okiem kierowcy 21.02 Login: NA-UKA 21.15 Gość „Panoramy” 21.30 Panorama lubelska

**ŁÓDŹ** 17.15 Łódź światloczula 17.30 Stręfa biznesu 17.45 Sama-rządni 18.15 Idź się zbadać 18.30 Łódzkie wiadomości dnia 18.50 Sport, Pogoda 19.00 Szlakiem fil-mowemu Łodzi 19.20 W archiwach 21.00 Na wschód od Łodzi 21.15 In-westujemy w Twoje zdrowie 21.30 Łódzkie wiadomości dnia  
**POZNAN** 17.29 Teleskop 17.45 Wspólne populodnie 18.30 Tele-skop 19.00 Gala konkursu o tytuł „Poznańskiego Lidera Przedsiębi-orczości” 2026 21.02 Opowieści stad 21.18 Bezbiednie 21.30 Teleskop  
**RZESZOW** 17.30 Zakamarki prze-życzeń 17.56 Dokument w TVP Rzeszów 18.30 Aktualności 18.59 Odkryj regiony 19.14 Z życia regionu 21.00 Wykrywacz kłamstw 21.30 Aktualności  
**SZCZECIN** 17.30 Prywatne życie zwierząt 8 17.52 Słowo daje! 18.00 Lądzie i maszyny 18.30 Kronika 18.52 Wokół nas 19.00 Z wieszka-ka historii 21.00 Wokół nas 21.08 Pełnosprawni 21.30 Kronika 21.50 Rozmowa dnia  
**WARSZAWA** 17.23 Głosy po-stawiana. Katarzyna Utrącka 17.35 Reagujemy 18.00 Zawse na temat 18.30 TKW 18.42 Kurier Mazowiecki 19.00 Srebrny telefon 21.00 Kultura-ralnie mówiąc 21.30 Kurier Warsza-wy i Mazowsza  
**WROCLAW** 17.09 Region dialogu 17.29 Magazyn Dolnośląski 17.43 Stręfa otwarta 18.14 Agro-Fakty 18.30 Fakty 18.58 Szlachetne zdrowie 19.12 Dłaczego krowa... 21.02 W swoim czasie 21.15 Pa-mięć Miasta 21.30 Fakty

**TVP HD** **TVP HD**

8.55 Ojciec Mateusz 16 (208, 209) – krym., Pol. 2016  
10.45 Gra słów. Krzyżówka  
11.20 Na sygnale (597, 598)  
12.25 Ojciec Mateusz 4 (49)  
13.20 Komisarz Alex (133) – krym.  
14.15 Ranczo 10 (129, 130)  
16.10 Super Gary. Gotuj z Bosacką! – mag. kulin.  
16.40 Operacja zdrowie – mag.  
17.10 Okrasa łamie przepisy  
17.45 Makłowicz w podróży  
18.20 Ojciec Mateusz 23 (291)  
19.20 Ranczo 4 (43) – obcy., Pol.  
20.10 Rodzinka.pl (255, 256) – serial komedijny, Polska  
21.25 Ojciec Mateusz 33 (426)  
22.20 Rocky 2 – dram.  
FILM obcy., USA 1979  
0.30 Ofiary wojny – dram.  
FILM wojenny, USA 1989

**TVP KULTURA** **TVP KULTURA** **DG 17**

12.30 Legendy Paryża – opowieść o sztuce XIX wieku (2) – serial dokum., Francja 2024  
13.30 Kariera Nikodema Dyzmy (1) – serial obcy., Polska 1980  
14.35 Klub szlachistów – film  
FILM obcy., Polska 1967  
15.20 Księżniczka w osłej skórce – film  
fantasy, Francja 1970  
17.00 Miżennicy (14) – kom., Pol.  
18.10 Muzeum Polskiej Piosenki (24) – pr. rozr., Pol.  
18.30 Informacje kulturalne  
18.55 Pan wzywał, milordzie? 2 (3) – serial komedijny  
20.00 Powrót Sherlocka Holmesa (2) – serial krym.

**antena ANTENA HD** **DG 17**

11.55 Wojciech Cejrowski – bosy przez świat (76, 77) – cykl reportaży, Pol.  
13.00 Klątwa Wypsy Dębów 5 (9, 10) – reality show, USA  
14.55 Cieżarówka przez śniegi 3 (8) – serial dokum.  
15.50 Cieżarówka przez śniegi 4 (1) – serial dokum.  
16.50 77 TV 5 (3, 5) – pr. rozr., Pol.  
18.50 Astrid i Raphaëlle: Kryminalne Genuski (5)  
20.00 Morderstwa we Francji – Biot – dram.  
kryminalny, Francja 2021  
22.00 Astrid i Raphaëlle: Kryminalne Genuski (5)  
23.15 Detektywi z Bordeaux 3 (6) – serial krym., Fr./Belgia  
0.30 Polska. Największe tajemnice (4) – rozr., Pol.

**TV 6** **DG 17**

8.55 Kobra – oddział specjalny (211, 212)  
10.55 48h. Zaginięci (82-84)  
13.55 Policjanci i Policjanci (1178) – serial obcy., Polska  
14.55 Uroczysko (1, 2) – krym.  
16.00 Kobra – oddział specjalny (213) – sens.  
17.00 Kobra: Oddział specjalny (214) – serial sens., Niemcy  
18.00 Strażnik Teksasu (18, 19)  
20.00 CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku (169, 170) – serial kryminalny, USA  
22.00 Czarna lista (7) – krym.  
23.00 Sprawiedliwi – Wydział Kryminalny (683, 684)  
1.00 Kości (83, 84) – serial krym.  
3.00 Septagony (65, 66) – krym.  
5.05 Nona i jej córki (9)  
5.45 Telezakupy TV Okazje

**STOPKLATKA**

- 6.00 Kabaretowe hity (7) – pr. rozrywk., Pol. 2023
- 6.50 Polak potrafi (4) – dok.
- 7.50 Wojciech Ciejrowski – bosu przez świat
- 8.55 Robert Makłowicz (221, 208) – mag. kulin.
- 10.40 Pyszne dania w 10 minut z Julią Oleś 2 (2)
- 10.55 Górski lekarz (16, 1) – obycz., Niemcy/Austria
- 13.00 Katastrofy w przestworzach (2, 9, 6) – serial dok., Kan.
- 16.00 MacGyver 3 (6, 7) – sens.
- 18.00 Wojny magazynowe: Kanada 2 (23, 24) – reality show, Kan. 2014
- 19.10 Aukcja w ciemno (8, 9) – serial dokumentalny



**20.00 12 godzin** – USA 2012, FILM rez. Simon West  
Will (Nicolas Cage, zdj.) wychodzi z więzienia, w którym odbywał karę za napad na bank. Dawny wspólnik mężczyzny porwaja jego córkę, chcąc wymusić na nim zwrot łupu sprzed lat. 120 min

- 22.00 Boże Ciało – dramat
- FILM obyczajowy, Polska 2019
- 0.15 Zderzenie – sens., Wik.
- FILM Bryt./Niemcy/Chiny 2016
- 2.40 Jak pies z kotem ○
- FILM – komediadram., Pol. 2018
- 4.50 Te cholerne penie ○
- etiuda film., Polska 2023
- 5.05 Podróż za jeden uśmiech (3) – przyzg., Pol.
- 5.50 Zakalec – dramat obycz.

**POLSAT 2**

- 5.50 Wydarzenia
- 6.30 Nasz nowy dom (276) – reality show, Pol. 2022
- 7.30 Na ratunek 112 (885, 886) – serial paradokumentalny, Polska
- 8.30 Sekrety rodziny (321-323) – paradok., Pol.
- 11.30 Trudne sprawy (929) – serial paradokumentalny
- 12.30 Dlaczego ja? (1488, 1489) – serial paradokumentalny, Polska
- 14.30 Świat według Kiepskich (429-433) – serial komediowy, Pol.
- 17.00 48h. Zaginieli (115, 116) – serial kryminalny, Polska
- 19.00 Gliniarze (975) – serial paradokumentalny, Polska



**20.00 Ślad** (51) – Polska 2019  
Na placu do złomowania aut znaleziono ciała dwóch mężczyzn. Okazuje się, że zginęli podczas wiamania do nielegalnego klubu pokerowego. W mieszkaniu jednej z ofiar wybuchł pożar. 60 min

- 21.00 Gliniarze (770) – paradok.
- 22.00 Ambulans (2) – dok., Pol.
- 23.00 Świat według Kiepskich (327, 328)
- 0.00 Ślad (103) ○ – krym., Pol.
- 1.00 Zdaryż II (56) – paradok.
- 2.05 Wydarzenia
- 2.40 Ewa gotuje (519) – mag.
- 3.10 Atleci – mag. sportowy
- 3.50 Intercjacja – mag.
- 4.00 Atleci – mag.
- 4.35 Atleci – mag. sportowy

**TVP SERIALE**

- 5.25 Rodzinka.pl (81, 82) – serial kom., Polska 2013
- 6.30 Na sygnale (464, 465)
- 7.35 Ojciec Mateusz 2 (14)
- 8.35 Komisarz Alex (3)
- 9.30 Rodzinka.pl (83) – kom.
- 10.05 Klan (1430, 1431) – telen.
- 10.55 Ranczo 7 (81, 82) – obycz.
- 12.40 Komisarz Alex (4)
- 13.35 Ojciec Mateusz 28 (365, 366) – serial krym.
- 15.30 Komisarz Alex (5) – serial kryminalny, Polska
- 16.25 Na sygnale (466, 467) – serial fabularno-dokum.
- 17.35 Ranczo 7 (83, 84) – obycz.
- 19.30 Ojciec Mateusz 28 (367) – serial kryminalny, Polska
- 20.30 Ojciec Mateusz 2 (15) – serial kryminalny, Polska



**21.30 Ranczo 7** (85, 86) – Polska 2013  
Babka próbuje uratować małżeństwo Lucy. Tymczasem Klaudia orientuje się w intencjach rodziców i zaczyna przesadnie adwersować swojego chłopaka, co wywołuje nerwowość u Kozioła. 110 min

- 23.20 Ojciec Mateusz 28 (368) – serial kryminalny, Polska
- 0.20 Ojciec Mateusz 29 (369) – serial kryminalny, Polska
- 1.20 Erynie (2, 3) ○ – serial kryminalny, Polska 2021
- 3.15 Gra z Cieniem (4) – serial kryminalny, Polska 2024
- 4.10 Klan (1430) – telen., Pol.
- 4.40 Pan Mama (3) – serial komediowy, Polska 2025

**KINO POLSKA**

- 6.00 Zwierzęta Wajraka 3 (10) – serial dokumentalny
- 6.25 Och! Kabaret (4) – program rozrywk., 2023
- 7.15 Polska z góry. Zamki, dworki, pałace 3 (1) – serial dokumentalny
- 7.45 Basia sama w domu – komedia, 2021, wyk. Magdalena Zaborniak
- 9.40 Wagary – krótkometraż.
- 10.10 Polska Kronika Filmowa – serial dokum.
- 10.35 Złoty pociąg (1, 2-ost.) – film sensacyjny, Polska/Rumunia 1986
- 13.55 Pan Wołodyjowski – film historyczny, 1968
- 17.15 Pogranicze w ogniu (11, 12) – serial sensacyjny



**20.00 Ekstradycja 2** (5, 6) – 1996  
Sabina postanawia wydać swego brata. Ma nadzieję, że dzięki temu uratuje życie ukochanej bratanicy. Tumskia informuje szefa o przygotowaniach do odebrania transportu heroiny. 140 min

- 22.20 Misja Afganistan (6) – serial wojenny, 2012
- 23.30 Seksmisja – komedia s.f., 1983, wyk. Jerzy Stuhr, Olgierd Łukaszewicz
- 2.20 Wymyk ○ – dramat obyczajowy, 2011, wyk. Robert Więckiewicz
- 4.20 Obudź się ○ – dramat obyczajowy, 2022, wyk. Martyna Byczkowska

**AXN**

- 6.05 FBI: Most Wanted (7, 8) – serial kryminalny, USA
- 7.35 Agenci NCIS: Hawaje (15, 16) – serial kryminalny, USA 2021
- 9.25 Castle 8 (17, 18) – serial krym., USA 2015-2016
- 11.15 MacGyver (1, 2) – serial akcji, USA 2016-2017
- 13.10 Agenci NCIS: Hawaje (17, 18) – serial kryminalny, USA 2021
- 15.10 Agenci NCIS 19 (3, 4) – serial sensacyjny, USA
- 17.05 CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 2 (4, 5) – serial kryminalny, USA/Kanada 2001
- 19.05 Castle 8 (19, 20) – serial krym., USA 2015-2016



**21.05 Zabójcza broń 3** (6, 7)  
Cole i Murtaugh szukają złodzieja, który okradł skrytkę depozytową. Roger popada w konflikt z nową klientką Trish. Chce, żeby Bailey ją sprawdziła. Wesley ma pomóc Barnesowi wyeliminować zbuntowanego agenta CIA. 115 min

- 23.00 CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 2 (4, 5) – krym., USA/Kanada
- 0.40 Castle 8 (19, 20) – serial krym., USA 2015-2016
- 2.35 Zabójcza broń 3 (6) – serial sensacyjny, USA
- 3.30 FBI 2 (9) – serial krym.
- 4.25 Walker: Strażnik Teksasu (10) – krym.
- 5.10 Blok promocyjny AXN

**CANAL+ PREMIUM**

- 11.10 Prawda czy fałsz. Psychologia trumpanizmu – film dok.
- 12.45 Masz ci los! – komedia, FILM Polska 2023
- 14.15 Iran: Pokolenie Z – międzywoleńską a represją – dok., Francja
- 15.10 Peacock – thriller, USA 2010, wyk. Chillian Murphy
- 16.40 Making of CANAL+ – magazyn filmowy
- 16.45 To nie jest zagadka kryminalna (3) – krym.
- 17.45 Łapu capu – pr. rozr., Pol.
- 17.50 Chopin, Chopin! – dram. biograf., Pol. 2025
- 20.00 Follemente. W tym szaleństwie jest metoda – kom., Wł. 2025



**21.35 Wilhelm Tell** – Wielka Brytania/Wł./USA 2024  
Rok 1307. Szwajcaria ugina się pod władzą Habsburgów. Myślniwi i weteran Krucjata (Claes Bang, zdj.) pomagają zbiegowi. Nie wie, że to początek rewolucji. 130 min

- 23.45 Kraina mroku – horror, FILM USA 2025, wyk. Mads Mikkelsen, Sophie Sloan
- 1.30 Opancerzeni – film sensacyjny, USA 2024
- 3.05 To nie mój film – komediadram., Polska 2024, wyk. Zofia Chabiera
- 4.45 Lili – film dok., Pol. 2021

**13 ULICA**

- 6.10 Zbrodnie idealne (21, 22) – serial kryminalny, Fr. 2017
- 8.20 Petra 3 (1) – serial krym.
- 10.25 Chicago P.D. 10 (2, 3)
- 12.15 Magnum: Detektyw z Hawajów 3 (11, 12)
- 14.05 Zbrodnie idealne (23, 24)
- 16.20 Petra 3 (2) – serial krym.
- 18.20 Chicago P.D. 10 (4, 5) – serial kryminalny, USA
- 20.10 Magnum: Detektyw z Hawajów 3 (13, 14) – serial sensacyjny, USA
- 22.00 Niedwidom detektyw (1) – serial kryminalny, Austria
- 0.00 Niepokojące zaginięcia: Kiedy pojawił się dziecko – krym., Fr. 2024
- 1.55 Petra 3 (2) – serial krym.
- 3.55 Zbrodnie idealne (23, 24) – serial kryminalny, Fr. 2017

**POLSAT FILM**

- 6.05 Rolnicy – Tak się żyje u nas na wsi (94-96) – dok.
- 7.30 Doktor Martin (14)
- 8.30 Przyjaciółki (283, 284)
- 10.25 Świat według Kiepskich (129, 130, 194-196) – kom.
- 13.35 Jumanji – film przygodowy, USA 1995
- 15.40 Most szpiegów – thriller, FILM USA/Niemcy/Indie 2015
- 18.40 Pamięć absolutna – dramat s.f., USA/Kan. 2012
- 21.00 Szklana pałupka 5 – film sensacyjny, USA 2013
- 23.00 Przykładny obywatel – thriller, Wielka Brytania/Norwegia/Kanada 2019
- 1.30 Fala zbrodni (60, 61) – serial sensacyjny, Polska
- 3.30 Ślad (16, 17) – serial krym.
- 5.30 Na ratunek 112 (835)

**HBO**

- 10.54 Siła naszych marzeń – dramat obyczajowy, Francja/Kanada 2022
- 12.35 IO – dramat obyczajowy, FILM Polska/Włochy 2022
- 14.00 Ona – melodramat, USA
- FILM 2013, wyk. Joaquin Phoenix
- 16.05 Miami Vice – film sens., FILM USA/Niemcy/Paragwaj 2006
- 18.15 Wielka, odważna, piękna podróż – dramat fantazyjny, Irlandia/USA 2025
- 20.00 Kompletnie nieznany – dramat biograf., USA 2024
- 22.20 Fachowiec – film sensacyjny, Włk. Bryt./USA 2025
- 0.15 Obecność 4: Ostatnie namaszczenie – horror, Wielka Brytania/USA 2025
- 2.30 I.S.S. – thriller s.f., USA
- FILM 2023, wyk. Ariana DeBose

**WARNER TV**

- 8.05 JAG – Wojskowe Biuro Śledcze 9 (10) – serial sens.
- 9.05 Bajer z Bel-Air 3 (14, 15) – serial komediowy, USA
- 10.05 Prawo Agaty (8) – obycz.
- 11.00 Pełna chata 6 (15, 16)
- 12.00 JAG – Wojskowe Biuro Śledcze 9 (11, 12) – sens.
- 13.55 Bajer z Bel-Air 3 (14-17)
- 15.55 Pełna chata 6 (15-18) – serial komediowy, USA
- 17.55 Wiercnie młody – dramat obyczajowy, USA 1992
- 20.00 Ocean's Eleven: Rzykowna gra – kom. sens., USA/Australia 2001
- 22.20 Akademia policjanta 5: Misja w Miami Beach – komedia, USA 1988
- 0.05 Staby punkt – thriller, FILM USA/Niemcy 2007

**ALE KINO+**

- 7.00 Wolna krowa
- 7.40 Ciotka Hitlera – dramat wojenny, Polska 2021
- FILM 10.20 The Hero – film krótkometr.
- 10.00 Bestia 3 (5, 6-ost.) – krym.
- 12.05 Vera (2) – serial kryminalny
- 14.10 Stan wyjątkowy – komedia, Czechy 2024
- 16.15 Nasze córki – dramat obyczajowy, Austria/Belgia/Holandia 2025
- 18.15 Vera (3) – serial kryminalny
- 20.10 Wiem, co widziałam (3, 4)
- 22.10 Zbrodnie w Ystad (1, 2)
- 23.55 Poza nocą (1, 2) – hist.
- 2.15 Kruk. Czorny Woron nie śpi (2) – serial krym., Polska
- 3.10 Kobieta na dachu – dram. obycz., Polska 2022
- 4.45 Tylko do świtu
- 5.15 Belfer 3 (8) – serial krym.

**CANAL+ FILM**

- 13.45 Mój jedyny wróg – film krótkometraż., Pol.
- 14.05 Morderstwo w ambasadzie – film kryminalny, Włk. Bryt. 2025
- 15.30 Saga „Zmierzczeni” – film fantasy, USA 2010
- FILM 17.30 Hollywood Buzz – mag.
- 17.55 Warcraft: Początek – film fantasy, Chiny/Kanada/Japonia 2016
- 19.55 Łapu capu – rozr., Pol. 2026
- 20.00 Maria Callas – dramat biograficzny, Włochy/Niemcy/Chile 2024
- 22.00 Dezonantacja – thriller, FILM USA 2026, wyk. Frank Grillo
- 23.30 Wszystkie odkrycia świata – dramat obyczajowy, Indie/Fr./Holandia 2024

**SCI FI**

- 6.00 Sanktuarium: Opowieść czarownicy (1) – krym.
- 7.00 The Ark 2 (12) – serial s.f.
- 8.00 Orphan Black: Echa (1, 2)
- 10.00 Bibliotekarze 2 (7, 8)
- 11.50 Czarodziejki 8 (3, 4)
- 13.40 Grimm 5 (1, 2) – fantasy
- 15.30 Bibliotekarze 2 (9, 10)
- 17.20 Czarodziejki 8 (5, 6)
- 19.10 Grimm 5 (3, 4) – fantasy
- 21.00 Bibliotekarze: Nowy rozdział (2) – serial s.f., USA
- 22.00 Sahara – film przygodowy, FILM USA/Hiszpania/Niem. 2005
- 0.30 Psi mafii – film kryminalny, USA 2016
- 2.50 Czarodziejki 8 (5, 6)
- 5.00 Sanktuarium: Opowieść czarownicy (1) – krym.

**PARAMOUNT NETWORK**

- 10.30 Goonies – film przygodowy, USA 1985
- 13.00 Czarodziejki (15, 16)
- 15.00 Pingwin z Madagaskaru 2 (13) – serial animowany
- 15.25 Smoking – komedia sensacyjna, USA 2002
- 17.25 Indiana Jones i świątynia zagłady – film przygodowy, USA 1984
- 20.00 Londyn w ogniu – film sensacyjny, Wielka Brytania/USA/Bulgaria 2016
- 22.00 Olimp w ogniu – thriller, USA 2013
- 0.20 Planeta Singli. Osiem historii (4) – serial kom.
- 1.25 Od zmierzchu do świtu – horror, USA 1996

**FX**

- 9.00 Z archiwum X (1) – s.f.
- 10.00 CSI: Kryminalne zagadki Miami (18, 19) – krym., USA
- 11.50 CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku (6, 7)
- 13.45 Agenci NCIS (12, 13)
- 15.35 SkyMed (3) – obycz., Kan.
- 16.30 CSI: Kryminalne zagadki Miami (20, 21) – krym., USA
- 18.20 Z archiwum X 2 (2) – s.f.
- 19.15 FBI 3 (4) – serial kryminalny
- 20.10 CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku (8, 9)
- 22.00 Matlock (10) – serial krym.
- 22.55 Z archiwum X 2 (2) – s.f.
- 23.50 FBI 3 (4) – serial kryminalny
- 0.45 Agenci NCIS (13) – sens.
- 1.40 CSI: Kryminalne zagadki Miami (20, 21) – krym., USA

**KINO TV**

- 8.35 Zagadki kryminalne panny Fisher 3 (7, 8) – serial krym., Australia
- 11.00 Panna Scarlet i komisarz 3 (1, 2) – krym.
- 13.10 Poirrot (7, 8) – serial krym.
- 15.15 Zagadki kryminalne panny Fisher (1, 2) – krym.
- 17.50 Panna Scarlet i komisarz 3 (3, 4) – krym.
- 20.00 John Wick 4 – film sens., FILM USA/Niemcy 2023
- 23.40 Snowpiercer: Arka przyszłości – thriller s.f., Korea Południowa/Czechy/USA 2013, wyk. Chris Evans
- 2.05 Piła: Dziedzictwo – horror, Kanada/USA 2017
- 4.25 Bonanza – serial obycz.

**CANAL+ SERIALE**

- 9.50 Planeta Singli. Osiem historii (5) – serial kom.
- 10.50 Premierowa jazda – mag.
- 11.05 Naruto (5-10) – anime, Jap.
- 14.00 Łapu capu Extra – pr. rozr.
- 15.35 Godzina zero (3, 4) – krym.
- 16.15 Łapu capu Extra (137)
- 16.25 Hot Roads – Najniebezpieczniejsze drogi świata (3, 4) – dok., Niem.
- 18.25 The Office PL (4-6) – kom.
- 20.00 Król i zdobywca (3, 4) – serial historyczny
- 22.00 Minuta ciszy 2 (5) – obycz.
- 0.10 Nie zostawiaj mnie (3, 4) – serial kryminalny, Wł. 2022
- 2.10 Powrót (3, 4) – kom., Pol.
- 3.55 Zmijowisko (5, 6) – krym.
- 5.40 Premierowa jazda – mag.

**CANAL+ 360**

- 14.00 Najbardziej ekstremalne miejsca na świecie 2 (4)
- 15.00 Co poszło nie tak (3)
- 16.00 Supersamoloty bojowe (2) – serial dokumentalny
- 17.00 Zholowani: ciężarówka w opalach 8 (2) – dok.
- 18.00 Porzucone konstrukcje 4 (7) – dok., Włk. Bryt.
- 18.55 Najbardziej ekstremalne miejsca na świecie 2 (3)
- 19.50 Zholowani: ciężarówka w opalach 8 (3) – dok.
- 20.50 Co poszło nie tak (3)
- 22.00 Hot Roads – Najniebezpieczniejsze drogi świata 2 (1) – serial dokum.
- 23.00 Supersamoloty bojowe (2) – serial dokumentalny

**TLC**

9.00 Wyzwanie – pierwsze dziecko  
10.00 Wiza na miłość: pierwsze spotkanie 7  
11.00 Wiza na miłość: znowu do wzięcia. Między sporami (11, 12)  
13.00 Dr Pryszczyla 3  
15.00 Wiza na miłość: pierwsze spotkanie, posiedzenie rozmowy 7  
16.00 Historie wielkiej wagi  
18.00 Historie wielkiej wagi: Brazylia – reality show  
19.00 Wiza na miłość: Romans na Karaimach 2 – reality show

**20.00** Kilogramy do szczęścia 2  
21.00 Nie do uwierzenia!  
22.00 Premiera: Transplantacja: drugie życie  
23.00 Moje koszarne story 2  
0.00 Dr Pryszczyla – kulisy  
1.00 Kilogramy do szczęścia 2

**POLSAT CAFÉ**

6.00 Przyjaciółki (27, 28) – serial obycz., Pol. 2014  
8.00 Co ludzie powiedzą (14, 15) – kom., Wlk. Bryt.  
9.25 Hell's Kitchen – Piekielna Kuchnia (7, 8) – reality show, Polska  
12.30 Bogaty dom – biedny dom (93, 94) – reality show, Polska 2022  
14.30 Kolacja w ciemno (20, 21) – pr. rozr., Polska  
16.30 Hell's Kitchen – Piekielna Kuchnia (28) – reality show, Pol. 2015  
18.00 Nasz nowy dom (268, 269) – reality show

**20.00** Bogate dzieciaki bez kasy (10-12) – reality show, Polska 2022  
23.00 Gry małżeńskie (98, 99)  
1.00 Kolacja w ciemno (19, 20) – pr. rozr., Polska  
3.05 Więzienie kobiet (64, 65) – serial dokum.  
4.00 Zdrady (99, 100) – serial paradokum., Polska

**TVN STYLE**

5.15 I nie opuszczę Cię aż do ślubu (3) – reality show, Polska 2015  
5.50 Damy i wiesniaczki. PL 7 (7) – serial fab.-dok.  
6.45 Pogromcy chaosu (2) – pr. rozrywk., Pol. 2025  
7.45 Dzień Dobry TVN – magazyn  
11.20 Ugotowani (4, 5) – pr. kulin.-rozrywk., Polska  
13.30 Kuchenne rewolucje (3, 2) – pr. rozr., Pol. 2025  
15.35 Jestem z Polski 15 (17, 3) – serial dokum., Pol.  
17.40 Kuchenne rewolucje (6-8) – pr. rozr., Pol. 2019

**20.50** Ugotowani (5)  
21.50 Jestem z Polski 16 (6)  
22.50 Jestem z Polski 14 (9)  
23.45 Hotel Paradise 11 (23, 24) – reality show, Pol.  
1.45 Apetyt na miłość (12)  
2.50 Wiem, co jem i wiem, co kupuję (7, 8) – mag.  
4.20 Zrób coś z tym dzieckiem (2) – mag.

**DISCOVERY CHANNEL**

7.00 Budowa na końcu świata  
8.00 Gorączka złota: zapomniane kopalnie  
9.00 Gorączka złota: rzeka skałbów 6  
10.00 Klan z Alaski  
11.00 Przetwać nad Junkem  
12.00 Fani czterech kółek 16  
13.00 Nagi instykt przetrwania – 21 dni samotności  
15.00 Złomowisko PL 5 (2)  
16.00 Gorączka złota 16  
18.00 Poza cywilizacją (3)  
19.00 Złomowisko PL (1-3)

**22.00** Premiera: Nagi instykt przetrwania 12  
23.30 Premiera: Nagi instykt przetrwania: Mistrzowie świata (1)  
0.30 Porty: Hiszpania (11)  
1.00 Hot rod wg Kindiga (1)  
2.00 Militaria na warsztat 5  
3.00 Królowie asfaltu (8)  
4.00 Zoom na architekturę

**TVP HISTORIA**

6.30 Wojownicy czasu  
8.30 Pogranicze w ogniu (20) – serial sens., Polska  
9.35 Listy śmierci – film dok.  
10.25 Klucz wileński – dok.  
11.45 Zwierzęta, które zmieniły historię – film dok.  
12.55 Nieznana wojna na Północy 2 (6-ost.)  
14.00 Królowie (33) – hist., Pol.  
14.35 Pogranicze w ogniu (21) – serial sens., Polska  
15.45 Sensacje XX wieku  
17.40 Czas honoru (72)  
18.35 Encyklopedia II wojny światowej  
19.25 Królowie (72) – hist., Pol.

**20.00** Ekstradycja 3 (2) – serial sensacyjny, Polska 1998  
21.05 Dzień, który zmienił Azję (3, 4) – cykl dokum., Wielka Brytania 2020  
23.05 Sensacje XX wieku – program historyczny  
1.20 Encyklopedia II wojny światowej (1): Droga przez piekło – serial dok.

**FOKUS TV**

8.55 Wehikuł czasu  
9.00 Starożytni kosmici (12)  
10.00 Gwiazdy lombardu (18-21) – reality show, USA  
12.00 Wielkie konstrukcje III Rzeczy: Taktyka i uzbrowienie (3) – dok.  
13.00 Poszukiwacze historii (12, 1) – serial dokum., Pol.  
14.00 Stalingrad – ani kroku w tył! (2, 3) – film dokum.  
16.00 Premiera: Dorwać tuńczyka (13, 14) – dok.  
18.00 Rolnicy. Podlasie (16, 17) – serial dokum.  
20.00 Galileo (9) – program popularnonaukowy

**21.00** Premiera: Zapomniane fronty II wojny światowej (1) – dok.  
22.00 Ludzie na wojnie – bok w Ukrainie (5, 6) – dok.  
0.00 Starożytni kosmici (3) – serial dokum., USA 2010  
1.00 Rolnicy. Podlasie (21-24) – serial dok., Pol.  
5.00 Kolowrotek (2, 3) – mag.

**METRO**

8.35 Szpital (746, 747) – paradok.  
9.15 Sędzia Anna Maria Wesołowska (315, 316)  
12.35 Szkoła (699) – paradok., Pol.  
13.35 Zapiski na życie 5 (10)  
14.35 Przepis do moich drzwi (156) – telen., Turcja 2020  
15.45 The Floor – teleturniej, Pol.  
17.00 Fani czterech kółek 16  
18.00 Prawo Agaty 5 (10) – obycz.  
19.00 Kartoteka 10 (30, 15)  
21.05 Kryminalni (12, 13) – krym.  
23.15 CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 10 (19) – krym.

0.15 Zbrodnie z pierwszych stron gazet 2 – serial dok.  
1.15 Szpital (742) – paradok., Pol.  
2.15 Szkoła (840, 841) – paradok.  
4.15 Nowa Majja w ogrodzie 3

**ZOOM**

8.00 Strażnik Teksaś 8 (13, 14)  
9.50 MacGyver 2 (6, 7) – sens.  
11.55 Pułapki umysłu  
13.00 Wojny magazynowe: Kanada – reality show, Kan.  
14.10 Pod pokładem 11  
15.25 Sensacje XX wieku – hist.  
17.50 Wojciech Ciejrowski – bosu przez świat  
20.00 Kobra – oddział specjalny 22 (11) – sens.  
21.00 Kobra – oddział specjalny 23 (11) – sens.  
22.00 Pod pokładem 11  
23.05 Adam szuka Ewy VIP. Holandia 2 – rozr., Hol. 2018

0.05 Magia nagości. Polska 4  
1.20 Magia nagości – pr. rozrywk.  
2.25 I love kabaret – pr. rozr., Pol.

**FOOD NETWORK**

8.15 Kuchenne rewolucje – rozr.  
9.15 Gotowanie na ranczu z Guyem – magazyn kulin.  
10.55 Sztuka mięsa – mag. kulin.  
13.10 Miłość od kuchni – pr. rozr.  
14.10 Akcja: Restauracja!  
15.10 24/24 – maraton kulinarny  
16.15 Kuchenne rewolucje – rozr.  
17.15 Magda gotuje internet  
17.50 Apetyt na miłość – pr. rozr.  
18.50 Dziecięce mistrzostwa wypieków – telet. kulin.  
19.50 Kulinarny poker  
20.50 Ogniem i patelnią 3  
21.55 Pyszne miejscówki – mag.  
23.00 Akcja: Restauracja! 19  
0.00 Człowiek kontra jedzenie  
1.30 Pyszne miejscówki – mag.  
3.30 Apetyt na miłość – pr. rozr.

**DISCOVERY SCIENCE**

6.00 Jak to jest zrobione?  
8.00 Jak działa wszechświat? 6  
10.00 Jak działa wszechświat? 11  
11.00 Czy jest z nami inżynier? – serial dokumentalny  
13.00 Kosmiczna mapa skałbów  
15.00 Jak działa wszechświat?  
18.00 Jak to jest zrobione?  
21.00 Na tropie legendarnych potworów: Wendigo; Yeti  
23.00 Przypadki z archiwum 10: Koszmar z Wyspy Lalek; Człowiek-cma – serial dokum.

1.00 Jak działa wszechświat?: Tajemnice podróży w czasie; Jak zbudować planetę?; Kosmiczna podróż Ziemi  
4.00 Podziemne sekrety

**NATIONAL GEOGRAPHIC**

12.00 Logistyka na wielką skalę  
13.00 Wojna szpiegów (2) – dok.  
14.00 Gułag – system śmierci (2)  
15.00 Strzęgac granic – serial dok.  
16.00 Egipt: Miejsce pełne tajemnic  
16.55 Starożytno Ameryki (1)  
18.00 Stalin: Krwawy dyktator  
19.00 Wielkie konstrukcje III Rzeczy  
20.00 Katastrofa w przestworzach: Norweski koszar  
21.00 Ukryte pod miastami  
22.00 Inżynierne tragedie  
23.00 Najniebezpieczniejsze drogi Europy: Gość – dok.  
0.00 Katastrofa w przestworzach: Zabójcze wznoszenie  
1.00 Życie na Alasce

**BBC EARTH**

12.30 Najpiękniejsze trasy spacerowe – serial dokum.  
13.30 Dynastie 2: Słoń – serial dok.  
14.35 W okowach mrozu 2 – dok.  
15.35 Życie na pustkowi: powroty – serial dokum.  
16.35 Brytyjskie fabryki 10 – dok.  
17.40 Siedem światów, jedna planeta – serial dokum.  
18.45 Najpiękniejsze trasy spacerowe – serial dokum.  
19.45 Juliusz Cezar: narodziny dyktatora – serial dokum.  
20.55 Życie na pustkowi: powroty – serial dokum.  
21.55 W okowach mrozu 2 – serial dokumentalny  
22.55 Cywilizacje: rozkwit i upadek – serial dokum.

**WP**

10.00 Meghan Markle: Jak zarobić na rodzinie królewskiej – film dokum.  
11.00 Porzucone budowle 11  
12.00 Wariaci za kierownicą 4  
13.00 Maktowicz w podróży  
14.00 Pokochaj lub sprzedaj Vancouver 3  
16.55 Pogoda  
17.00 Komisarz Cassandra: Zbrodnie w Alpach 8 (3)  
19.00 Strażacy z sąsiedztwa 2  
20.00 Policjanci z sąsiedztwa 6  
21.55 Pogoda  
22.00 Mistrzowie Kabaretu 12  
23.00 Mistrzowie Kabaretu 3  
0.00 1, 2, 3... Kabaret! 2 – pr. rozr.  
1.00 Mistrzowie Kabaretu

**NOWA TV**

9.30 Całkiem nowe lata miodowe (14) – serial kom.  
10.00 Miodowe lata (22) – kom.  
10.30 Pożycie – serial dokum.  
11.00 Pilot 8 – serial kryminalny  
15.00 Świat według Bundy'ch 6 (112-117) – serial komediowy  
18.00 Całkiem nowe lata miodowe (11) – serial kom.  
18.00 Miodowe lata (87, 81, 89) – serial kom., Pol. 1998-2001  
21.00 Zdrady (111) – paradok., Pol.  
22.00 Ślad (22, 23, 87) – krym., Pol.  
1.00 Łowca pedofilów – dok.  
3.00 TV okazje  
3.50 Wehikuł czasu  
4.00 Sala operacyjna  
5.00 Pod lupą MIGACZ

**HGTV HOME & GARDEN**

10.00 Design w australijskim stylu – program rozrywkowy  
11.00 Zrobić na remoncie 7  
11.31 Usterka 11 (13, 14)  
13.00 Zbudujemy większy dom  
14.00 Zbudujemy fajny dom 2  
15.00 Mieszkanie na miarę  
17.00 Polowanie na ogród 9  
18.10 Złoty remont 11 – pr. rozr.  
19.05 Będzie pięknie – pr. rozr.  
20.05 Dorota inspiruje  
21.00 Dorota we władzy! – rozr.  
22.30 House Hunters – Poszukiwacze domów 5  
0.40 Kupujemy dom  
1.35 Remontujemy dom na plaży 5 – program rozrywkowy

**TRAVEL CHANNEL**

6.00 Nowe życie na Karaibach  
8.05 Niezwykłe Stany Prokopa  
10.10 Kobieta na krańcu świata  
12.30 Cieżarówka przez Stany  
14.55 Smakuj świat z Pascalem  
15.55 Amerykańska przygoda z Guyem – serial dokum.  
17.00 Wyciąg dookoła smaku  
18.00 Cielowik kontra świat  
19.00 Małżeństwo w dżungli – serial dokumentalny  
21.05 Bibromownicy – serial dok.  
23.10 Kobieta na krańcu świata – serial dokumentalny  
0.55 Wyciąg dookoła smaku  
1.55 Cielowik kontra świat  
3.00 Bibromownicy – serial dok.  
5.05 Człowiek kontra jedzenie

**NATIONAL GEOGRAPHIC WILD**

8.00 Sekretne życie pingwinów: Siła umysłu  
9.00 Niezwykły dr Pol  
12.00 Królstwo drapieżników  
13.00 Przedzwna planeta Ziemia: Obcy – serial dokum.  
14.00 Pamiętnik lamparta – dok.  
15.00 Walki zwierząt  
16.00 Amerykańska Amazonia  
17.00 Humorzyste zwierzaki  
18.00 Dzikie Wetnam  
19.00 Zwierzaki w amoku  
20.00 Niszczycielskie żywioły  
21.00 Niezwykły dr Pol  
2.00 Sekretne życie pingwinów: Siła umysłu  
3.00 Critter Fixers – zwierzęcy cudotwórcy

**POLSAT WIASAT HISTORY**

12.15 Czolg: najważniejsza broń II wojny światowej  
13.25 Cienna strona starożytności Grecji  
14.35 Hitler i jego władza  
15.40 Najgroźniejsi ludzie Hitlera: Josef Mengele – dok.  
16.40 Tajemnice templariuszy  
17.50 Wojna światowa: 1914-1945  
18.50 Czolg: najważniejsza broń II wojny światowej  
20.00 Zaginione mumie Inków  
21.00 Adolf Hitler: Zrozumieć dyktatora: Tajemnice Hitlera  
22.05 Życie prywatne przywódców Rzeszy  
23.00 Tajemnice rodziny Jezusa

**CANAL+ KUCHNIA**

15.45 Luke Nguyen w Indiach  
16.15 Sachie w Nowej Zelandii 2  
16.40 Jamie Oliver: 5 składników po śródziemnomorsku – mag.  
17.35 Luke Nguyen w Indiach – serial dokumentalny  
18.30 Sachie w Nowej Zelandii 2  
18.55 M jak mięso 4: Japonia  
20.15 Dzień dobry, obiad 2  
20.45 Jamie Oliver – łatwe przepisy na co dzień  
21.15 Anthony Bourdain – miejsca nieznanne 8 – dok.  
23.00 Anthony Bourdain – miejsca nieznanne 9 – dok.

**CANAL+ DOMO**

12.50 Gardeners' World 16  
14.05 Cudotwórcy 7 – mag.  
15.00 Kupcie sobie zamek! 2  
15.55 Mebliokreacje 5 – mag.  
16.50 Gardeners' World 16  
18.00 Ucieczka na wieś 25 – dok.  
18.55 Wielkie projekty: Australia 10 – serial dokum.  
20.00 Daleko od miasta 13 – dok.  
21.00 Cudotwórcy 7 – mag.  
21.50 Letnie inspiracje – dok.  
22.00 Tomasz Pagowski. Remont u Ciebie 8 – mag.  
22.30 Patent na zieleni – mag.  
22.55 Daleko od miasta 14 – dok.  
23.20 Zbudujemy ten dom 3

**SUPER POLSAT**

10.30 SuperLudzie 2 – serial dok.  
11.30 Świat według Kiepskich (379-382) – serial kom., Polska  
13.30 Bitwa o palety  
14.30 Hell's Kitchen – Piekielna Kuchnia 5 – reality show, Pol.  
16.00 Ninja Warrior Polska  
17.55 Świat według Kiepskich (473, 474, 513, 514) – kom.  
20.00 Złomiarze – serial dokum.  
21.00 7 sekund – sens., Rumunia/  
FILM Szwajcaria/Wlk. Bryt. 2005  
23.00 S.W.A.T.: Miasto w ogniu  
FILM – film sensacyjny, USA 2011  
0.50 Świat według Kiepskich (107, 461-465) – serial kom.

**TVP KOBIEȚA**

14.00 Omnibus – szybcy i mądzy – teleturniej  
14.30 Omnibus – szybcy i mądzy – dogrywka  
15.00 Piękno, zgłoś się!  
15.30 Ojciec Mateusz 31 (397, 398) – serial kryminalny  
17.25 Magiczny Adriatyk  
18.30 Gabi Drzewiecka zaprasza – talk-show  
19.30 Miłość i nadzieja (270)  
20.30 Wichrowe wzgórze (251)  
21.30 La Promesa – pałac tajemnic (249) – serial obycz.  
22.30 Kos – dramat historyczny, Niemcy/Szwajcaria/Polska 2023

**PLANETE+**

12.35 Motyle. Superbohaterowie przyrody (3) – film dok.  
13.50 Podróż do wnętrza chmur  
14.50 Piesze wędrówki po świecie – serial dokum.  
15.50 Niezwykłe podróże Koziełki 5 – serial dokum.  
16.55 360° Świat bez granic  
18.00 Dział dzisiaj? 4 – dok.  
18.45 Życie codzienne w Protektoracie Czech i Moraw (3)  
19.45 Apokalipsa, plan B – dok.  
20.50 TikTok. Chińska superbohater – film dokum.  
22.00 Atom, narkotyki, brudne pieniądze – serial dokum.

**TVP DOKUMENT**

12.45 Świątynie świata  
13.45 Życie na biegunach (3)  
14.50 Kalendarz przyrody  
15.50 Cała prawda o menopauzie – film dokum.  
16.55 Karnawaly  
18.00 Sanatorium miłości  
18.55 John Wayne – więcej niż mit – film dok., Wlk. Bryt./Fr.  
20.00 Świątynie świata: Islam. Sztuka i przestrzeń meczetów  
21.05 Najwspanialsze ikony natury: Ziemia – serial dok.  
22.10 Królowe mafii  
23.15 Barbara Włodarczyk zaprasza – magazyn

**TVP SPORT**

9.05 **Hokej:** NHL – mecz finałowy fazy play-off

10.05 **Rel transmisyja**

11.55 **Pełnosprawni**

12.25 **Kamera TVP Sport**

13.10 **Rajdowe Samochody – Mistrzostwa**

**Polski:** Rajd Nadwiślański

13.45 **Piłka nożna kobiet:** Eliminacje mistrzostw świata – mecz: Holandia – Polska

15.55 **Droga do mundialu 2026** – magazyn piłkarski

17.00 **Boks:** Polska Liga Boks: CKB Poteźnie Ciechocinek – Królewski Kraków (live)



20.05 **Odliczanie do mundialu**

22.00 **Sportowy wieczór**

22.30 **Piłka nożna:** Polska – Nigeria

0.45 **Boks:** Gala w Tokoname – podsumowanie

2.30 **Koszykówka mężczyzn:** NBA – finał fazy play-off (live)

**EUROSPORT 1**

13.00 **Kolarstwo kobiet:** Giro d'Italia – podsumowanie

14.00 **Kolarstwo:** Tour Auvergne-Rhône-Alpes – 4. etap (live)

15.20 **Kolarstwo:** Tour Auvergne-Rhône-Alpes – 4. etap (live)

17.15 **Kolarstwo:** Franco Belgian Circuit (live)

18.00 **Kolarstwo górskie:** PŚ w Loudenvielle

18.30 **FIA WEC:** 24h Le Mans – kwalifikacje (live)

20.15 **Sarah Price Chasing Dakar**

21.15 **FIA WEC:** 24h Le Mans – 1. trening



21.45 **FIA World Endurance Championship:** Wyścig 24-godzinny w Le Mans – 2. trening (live)

0.15 **Kolarstwo:** Tour Auvergne-Rhône-Alpes – 4. etap

1.30 **FIA WEC:** Wyścig 24-godzinny w Le Mans – kwalifikacje

**POLSAT SPORT 1**

6.00 **Siatkówka mężczyzn:** Liga Narodów – mecz: Kuba – Polska (live)

9.00 **Siatkówka mężczyzn:** Liga Narodów – studio (live)

10.15 **Siatkówka mężczyzn:** Liga Narodów – mecz: Chiny – Słowenia (live)

13.45 **Siatkówka mężczyzn:** Liga Narodów – mecz: Ukraina – Japonia (live)

17.45 **Siatkówka mężczyzn:** Liga Narodów – mecz: Belgia – Bułgaria (live)



20.00 **Lekkoatletyka:** Diamentowa Liga w Oslo (live)

22.00 **Siatkówka mężczyzn:** LN – mecz: Kuba – Polska

23.30 **Magazyn meczów towarzyskich** – mag.

0.45 **Siatkówka mężczyzn:** Liga Narodów – mecz: Brazylia – Iran (live)

**TVP ABC**

10.20 **Przygody** Bolka i Lolka

11.05 **Male i duże przygody** Miffy

11.35 **Stacyjkowo**

11.55 **Strzałak Sam**

12.25 **Domisie**

12.55 **Halo, halo!**

13.00 **Cześć, czy mogę Ci zjeść?**

13.20 **Pszczółka Maja**

13.50 **Luźni wśród bajek**

14.05 **Lassie i przyjaciele**

14.45 **Yakari**

15.15 **Al-Chemik**

15.35 **Bella i Sebastian**

16.05 **Krecio**



16.35 **Tygryszek Percy i jego opowieści**

17.05 **Dino Ranczo**

17.30 **Piotrusz Królik 2**

18.00 **Nowe przygody** Piotrusia Pana

18.25 **Leo da Vinci**

19.00 **Tyckiaki**

19.20 **Ernest i Celestyna**

19.45 **Bazgroliinka**

**MINIMINI+**

9.31 **Smerfy**

10.25 **Ciekawski George 6**

10.51 **Basia 2**

11.17 **Koci domek Gabi**

11.45 **Mush-Mush i Grzybaski**

12.10 **Strzałak Sam 16**

12.25 **Blaże i megamaszyny 2**

12.50 **Moje urodziny**

13.00 **Blaże i megamaszyny 2**

13.30 **Koci domek Gabi**

13.55 **Moje urodziny**

14.03 **Kicia Kocia**

14.22 **Cloudy & Stormy**

14.45 **Gazu, pieski, gazu!**

15.10 **Baranek Shaun**

15.36 **Jeżyk Happy**



15.55 **Maly Charlie**

16.05 **Mega Ekspres**

16.30 **Ciekawski George 7**

17.00 **Strzałak Sam 16**

17.25 **Stas i fajna Babcia**

17.50 **Moje urodziny**

17.56 **Smerfy**

18.25 **Lesna rodzina. Freya spełnia swoje marzenia**

**TVN 24**

8.00 **Serwis informacyjny, Prognoza pogody**

10.00 **Serwis informacyjny, Prognoza pogody**

11.00 **Serwis informacyjny, Prognoza pogody**

12.00 **Serwis informacyjny, Prognoza pogody**

14.00 **Serwis informacyjny, Prognoza pogody**

15.00 **15 na żywo**

16.00 **Fakty po południu**

18.00 **Tak jest** – pr. publicyst.

19.15 **Serwis informacyjny**

19.30 **Fakty po Faktach**

20.00 **Kropka nad i** – pr. publ.

20.30 **Czarno na białym**



21.00 **Polska i świat**

22.00 **Szko kontaktowe**

23.00 **Dzień po dniu**

0.25 **Biznes** – pr. publicyst.

0.45 **Fakty po Faktach**

1.20 **Kropka nad i** – pr. publ.

1.50 **Tak jest** – pr. publicyst.

2.50 **Nowa Maja w ogrodzie**

3.10 **Akademia ogrodnika**

3.20 **Kropka nad i** – pr. publ.

**CANAL+ SPORT**

11.15 **Piłka nożna:** Liga hiszpańska

13.30 **Byłem królem**

14.45 **Piłka nożna:** Widzew Łódź – Legia Warszawa (sezon 1995/96)

15.45 **Piłka nożna:** Liga hiszpańska

18.00 **Premier League Review**

20.00 **Premier League Stories** (44)

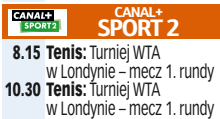
20.30 **Boks:** Gala w El Paso – waga lekka: Stephanie Han – Holly Holm

22.45 **Boks** – waga ciężka: Haze Hepi – Krzysztof Wiśniewski

23.55 **Premier League Stories** (44)

0.30 **Bohater z Cienia** (1)

1.00 **Magazyn Ligi Mistrzów UEFA**



8.15 **Tenis:** Turniej WTA w Londynie – mecz 1. rundy

10.30 **Tenis:** Turniej WTA w Londynie – mecz 1. rundy

12.30 **Tenis:** Turniej WTA w Londynie – 2. runda (live)

14.30 **Tenis:** Turniej WTA w Londynie – 2. runda (live)

16.30 **Tenis:** Turniej WTA w Londynie – 2. runda (live)

18.30 **Tenis:** Turniej WTA w Londynie – 2. runda (live)

20.50 **Tenis:** Turniej WTA w Londynie – mecz 2. rundy

23.10 **Tenis:** Turniej WTA w Londynie – mecz 2. rundy

1.30 **Piłka nożna:** PKO BP Ekstraklasa

**EUROSPORT 2**

12.45 **Sara Price Chasing Dakar Rally** – film dokumentalny

13.45 **FIA WEC:** Wyścig 24-godzinny w Le Mans – 1. trening (live)

17.15 **Tenis:** Turniej French Open w Paryżu – finał mężczyzn

19.00 **Kolarstwo:** Tour Auvergne-Rhône-Alpes – 4. etap

20.30 **Cycling Show**

21.00 **Kolarstwo:** Giro d'Italia – podsumowanie

22.00 **Discovery golf**

22.30 **Kolarstwo:** Tour Auvergne-Rhône-Alpes – 4. etap

0.00 **Igrzyska Olimpijskie:** Galeria Sław Ateny 2004



10.00 **Piłka nożna:** Liga hiszpańska: Barcelona – Athletic

12.00 **Piłka nożna:** Liga włoska: AS Roma – Inter Mediolan

14.00 **Piłka nożna:** Liga niemiecka: Eintracht Frankfurt – Bayern

16.00 **Piłka nożna:** Liga włoska: Inter Mediolan – Cremonese

18.00 **Piłka nożna:** Liga hiszpańska: Barcelona – Elche

20.00 **Ligue 1 Show** (35)

20.40 **Formula 1:** GP Monako

22.40 **Formula 2:** GP Monako

0.00 **Bundesliga Original Series:** Droga na mundial (5)

0.40 **Bundesliga Special** (21)

1.45 **Bundesliga Clubs**

**POLSAT SPORT 2**

8.30 **Piłka nożna** – mecz towarzyszy

11.00 **Piłka nożna** – mecz towarzyszy

13.00 **Piłka nożna** – mecz towarzyszy

15.00 **Piłka nożna** – mecz towarzyszy

17.00 **Piłka nożna:** Argentyna – Islandia

19.45 **Koszykówka mężczyzn:** ORLEN Basket Liga – 2. mecz finałowy fazy play-off (live)

21.45 **Siatkówka mężczyzn:** LN: Francja – Włochy (live)

0.00 **Magazyn Polskiego Sportu**

1.15 **Siatkówka mężczyzn:** LN: Kanada – Niemcy (live)



6.00 **Piłka nożna** – mecz towarzyszy

8.30 **Koszykówka mężczyzn:** ORLEN Basket Liga

11.00 **Piłka nożna** – mecz towarzyszy

13.00 **Siatkówka kobiet:** LN

15.00 **Piłka nożna** – mecz towarzyszy

17.00 **Siatkówka kobiet:** LN

19.00 **Siatkówka kobiet:** LN

21.50 **Piłka nożna** – mecz towarzyszy: Anglia – Kostaryka (live)

0.00 **Siatkówka kobiet:** LN

2.00 **Sporty walki:** Babilon MMA 49 w Radomiu: Paweł Polityjo – Błażej Majdan 22.11.2024

**NICKELODEON**

8.10 **Marsupilami**

8.40 **Harmidom 5**

9.30 **Wylde Pak** – zakrecona paka

9.55 **Grzmotomocni: Tajniacy 2**

10.25 **Niebezpieczny Henryk 5**

11.20 **That Girl Lay Lay 2**

11.50 **Harmidom 5**

12.45 **Harmidom 3**

13.05 **SpongeBob Kanciasporty 12**

14.30 **Harmidom 2**

15.30 **Smerfy 2**

16.00 **SpongeBob Kanciasporty 9**

16.25 **SpongeBob Kanciasporty 14**

16.40 **Patryk Rozgwiazda Show 4**



7.54 **Świnka Peppa 2**

8.20 **Pan Krokodyl**

8.45 **Barbapapa i jego rodzinka 2**

9.40 **Tim Rex wśród gwiazd 2**

10.10 **Przygody Misia Paddingtona 2**

11.05 **Małe Królestwo Bena i Holly**

11.30 **Dora 2**

11.55 **Rubble i jego ekipa 2**

12.25 **Rubble i jego ekipa**

12.45 **Psi Patrol 2**

13.40 **Barbapapa i jego rodzinka 2**

14.35 **Zwierzęce zagadki**

15.05 **Rogata ekipa**

16.00 **Świnka Peppa 6**

**TELETOON+**

8.20 **Kumple z dzungli** – na ratunek!

8.47 **Gadający Tom i przyjaciele 3**

9.25 **Dodo**

9.55 **Charlotte i trzy muszkietierki**

10.26 **Angelo rządzi**

10.52 **Siostry 2**

11.22 **Polly Pocket 6**

12.16 **Charlotte i trzy muszkietierki**

12.45 **Kumple z dzungli na ratunek! 3**

13.13 **Kumple z dzungli** – na ratunek!

13.39 **Polly Pocket 6**

14.22 **Dinuś i Lusja**

14.50 **Siostry 2**



8.00 **Spidey i superkumple 3**

8.30 **Klub Myszki Miki Plus**

9.00 **Bajkowa przygoda**

**FILM** **Goofy ego** – anim., USA 2016

10.00 **Blue 3**

11.00 **Superkoty 3**

11.30 **Psia Brygada**

12.00 **Jej Wysokość Zosia**

12.30 **Blue**

13.30 **Klub Myszki Miki Plus**

14.00 **Superkoty 3**

15.00 **Iron Man i super ekipa**

15.30 **Spidey i superkumple 3**

16.00 **Blue**

17.00 **Klub Myszki Miki Plus**

17.30 **Jej Wysokość Zosia**

18.00 **Spidey i superkumple**

18.30 **Iron Man i super ekipa**

**TVP Info\_ TVP INFO**

16.00 **Dzień w godzinę**

17.00 **Telexpress**

17.15 **Telexpress Extra**

17.35 **Panorama**

17.42 **Wykrywacz kłamstw**

18.00 **Panorama**

18.30 **Kontrapunkt**

19.00 **Kontrapunkt – Ring wolny**

19.30 **Program informacyjny 19.30**

20.18 **Bez trybu. Justyna Dobrosz-Oracz**

21.00 **Kwiatki polskie**

21.45 **Panorama**

22.10 **Oko na świat**

22.30 **Program informacyjny 19.30**

22.45 **112. Magazyn kryminalny**

23.00 **Panorama dnia**



**POLSAT NEWS**

8.00 **Nowy dzień**

10.00 **W rytmie dnia**

12.50 **Wydarzenia 12:50**

13.30 **W rytmie dnia**

15.30 **Sport**

15.50 **Wydarzenia 15:50**

16.10 **Więcej „Wydarzeń”**

16.30 **Punkt widzenia Jankowskiego**

18.00 **Punkt widzenia Szubartowicza**

19.15 **Gość „Wydarzeń”**

19.50 **Debata Gozdry**

21.50 **Wydarzenia wieczorne**

22.30 **Dzień na świecie**

23.30 **Obraz dnia**

0.00 **Punkt widzenia Jankowskiego**

**CANAL+ SPORTS**

**CANAL+ SPORT 5**

12.00 **Żużel:** Metalkas 2. Ekstraliga – mecz: Orzeł – Arged

15.00 **Żużel:** Metalkas 2. Ekstraliga: PSZ Poznań – Polonia Pila

18.00 **Magazyn Ligi Mistrzów UEFA**

19.00 **Piłka nożna:** PKO BP Ekstraklasa – podsumowanie sezonu 2025/2026

20.00 **Żużel:** Metalkas 2. Ekstraliga: Hunters PSZ Poznań – Arged

23.00 **Magazyn Metalkas 2. Ekstraliga**

0.00 **Piłka nożna:** PKO BP Ekstraklasa – mecz: Cracovia – Górniki Zabrze

**ELEVEN SPORTS 1**

10.00 **Piłka nożna:** Liga hiszpańska: Bayern – Werder

14.00 **Piłka nożna:** Liga włoska – mecz: Cagliari Calcio – Inter

16.00 **Piłka nożna:** Liga niemiecka: Borussia M'gladbach – Bayern

18.00 **Ligue 1 Show** (35)

18.30 **Ligue 1 Season Review** (36)

19.00 **Piłka nożna:** Liga włoska: SSC Napoli – Inter Mediolan

21.00 **Piłka nożna:** Liga hiszpańska: Real Madryt – Barcelona

23.00 **Made in Italy** (7, 6, 5)

0.00 **Piłka nożna:** Liga francuska – mecz: Paris Saint-Germain – AJ Auxerre

**POLSAT PLAY**

6.00 **Dorwać tuńczyka**

9.00 **Wojny magazynowe**

10.00 **Wojny kontenerowe**

11.00 **Hardkorowy lombard**

14.00 **Polacy za granicą**

16.00 **Złomiarze** – serial dokumentalny

18.05 **Poszukiwaczce historii** – serial dokumentalny

20.00 **Zawód glina** – serial dokumentalny

21.00 **Złomiarze**

22.00 **Wieżenie**

22.35 **Lwica pedofilów**

23.05 **Wieżenie**

4.05 **Starożytni kosmici**

**TVN TURBO**

12.15 **Naprawy nie do naprawy**

13.00 **Zawodowi handlarze**

14.30 **Wojny samochodowe**

16.30 **Jeździć, obserwowac**

18.00 **Report Turbo**

18.15 **Zawodowi handlarze**

19.00 **Naprawy nie do naprawy**

19.45 **Uwaga! Oszust: Ściemna z ogłoszenia**

20.15 **Jeździć, obserwowac**

21.00 **Wojny samochodowe**

22.00 **Report Turbo**

23.15 **Duda kontra Szafranski**

23.25 **Moto kombat**

23.45 **Z drugiej reki**

0.25 **Usterka 16**

**T V S**

16.50 **Wydział kryminalny** Kitzbühel

17.50 **Doktor z alpejskiej wioski** – nowy rozdział

18.50 **Doktor Kleist** – lekarz rodzinny

19.50 **Kino TVS: Rosamunde**

**FILM** **Pilcher: Moja kuzynka, miłość i ja** – film obyczajowy, Niemcy 2019

21.50 **Kino TVS: Rosamunde**

**FILM** **Pilcher: Po burzy nadchodzi miłość** – film obyczajowy, Niemcy 2019

23.35 **Doktor z alpejskiej wioski** – nowy rozdział

**TRWA**

**TV TRWAM**

16.30 **Podróż apostolska** Papieża Leona XIV do Hiszpanii

17.30 **Po stronie prawdy**

18.05 **Informacje dnia**

18.15 **Rozmowy niedokończonych**

19.20 **Odnałęcz siebie**

19.30 **Podróż apostolska** Papieża Leona XIV do Hiszpanii


21.00 **Apel Jasnogórski**

21.20 **Informacje dnia**

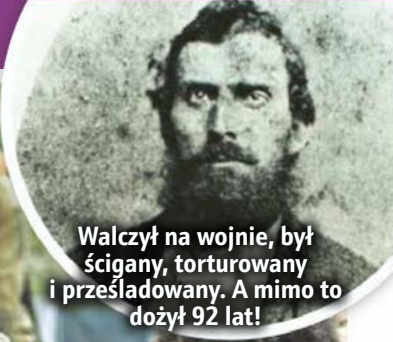
21.40 **Polski punkt widzenia**

22.00 **Przetraliśmy**


22.30 **Gdy kwitną kasztany. Nasz Nazaret** – film dokum.



Małżeństwo Newtona z Rachel (Gugu Mbatha-Raw) wywołało ogromne kontrowersje.



Walczył na wojnie, był ścigany, torturowany i prześladowany. A mimo to dożył 92 lat!



W oddziale dowodzonym przez Newtona Knighta (Matthew McConaughey) walczyli zarówno jego sąsiedzi, jak i zbiegli niewolnicy.

Na faktach

REBELIANT

# Czuły na ludzką krzywdę

Do historii przeszedł nieco przez przypadek. A przecież warto pamiętać o ludziach, którzy z odwagą sprzeciwiali się jawnej niesprawiedliwości. Taki właśnie był Newton Knight, który nigdy nie zaakceptował niewolnictwa i walczył o równość.

➔ **REBELIANT CZ 11.06**  
godz. 15.40 **ALE KINO+**

**P**ewnie gdyby nie wybuchła wojna domowa w USA, niewiele osób usłyszałoby kiedykolwiek o Newtonie Knightcie. Przecież był on tylko prostym rolnikiem, mieszkającym w hrabstwie Jones w stanie Missisipi. No ale los bywa czasem przewrotny...

## Bogobojny i prawy

Podobno jego pradziadek, John „Jackie” Knight, był jednym z największych plantatorów w hrabstwie Jones i miał setki niewolników. Ale już jego ojciec, Albert, nie tylko nie posiadał wielkiego majątku, ale także nikogo nie zniewalał i nie zmuszał do pracy. I w takim duchu, podpartym religijnymi regułami, jakimi rządzą się baptyści, wychowany został Newton. Pracował na chwałę Boga i by mieć co do garnka włożyć, a ludzi szanował. Niezależnie od koloru skóry.

W 1858 roku poślubił Serenę Turner i wspólnie założyli farmę w południowo-zachodnim hrabstwie Jasper w stanie Missisipi.

Trzy lata później wybuchła wojna secesyjna. Wielu mieszkańców stanu, w tym Knight, sprzeciwiało się secesji i wojnie, ale pod ogromną presją sąsiadów zaciągało się do wojsk Południa. Newton trafił do 8. Pułku Piechoty Missisipi, ale kilka miesięcy później, ze względu na chorobę ojca, dostał urlop i wrócił do domu. Kiedy Albert zmarł, jego syn wraz z sąsiadami wrócił na front. Ale nie został tam długo... Niektórzy twierdzą, że zdezerterował, gdy usłyszał, iż szwagier, który miał opiekować się jego bliskimi, znęca się nad nimi. Inni twierdzą natomiast, że do ucieczki popchnął go gniew, który poczuł, kiedy w życie weszło Twenty Negro Law – to prawo zwalniało ze służby w wojsku

plantatorów, którzy mieli co najmniej 20 niewolników.

## W imię równości

Gdy wrócił w rodzinne strony, był przerażony skalą upadku farm, których gospodarze musieli walczyć na froncie. Ale nie dane mu było zająć się swoją ziemią – na początku 1863 roku został aresztowany i poddany torturom, a jego farmę spalono. Na szczęście udało mu się zbiec. W Newtonie narastał gniew, który motywował go do działania. Kilka miesięcy później Knight wraz z innymi dezertierami stworzyli oddział partyzancki, który przez kolejne miesiące mocno dawał się we znaki Konfederatom. Służyli w nim zarówno biali, jak i czarni. Według niektórych źródeł oddział Knighta stoczył 14 poważnych potyczek. Nawet jeśli było ich mniej, to i tak dał się Konfederatom mocno we znaki. Niestety, mimo

kilku prób nie udało im się połączyć z oddziałami Unii.

Po zakończeniu wojny secesyjnej nastąpiła era rekonstrukcji – był to czas przypadający na lata 1865 – 1877, w którym próbowano nie tylko odbudować, ale i zintegrować kraj po zniesieniu niewolnictwa. Knight wspierał administrację rekonstrukcyjną, a gdy zaczął narastać konflikt między białymi powstańcami a republikańskim rządem, stanął na czele pułku złożonego głównie z Afroamerykanów. W międzyczasie rozstał się z pierwszą żoną, Sereną i poślubił Rachel – wyzwoloną niewolnicę. Co ciekawe, jego dorosły syn Mat ożenił się z dorosłą córką Rachel, Fannie. A córka Knighta, Molly, wyszła za mąż za syna macochy, Jeffa. Stworzyli kochającą się rodzinę, która dla wielu Amerykanów stała się symbolem równości.

HANNA MIŁKOWSKA

## GÓRSKI LEKARZ 18

## Zagadka długowieczności

➔ GÓRSKI LEKARZ CZ 11.06  
godz. 10.55 STOPKLATKA

Rozgrywający się na tle malowniczych gór w Tyrolu serial „Górski lekarz” od lat cieszy się niesłabnącą sympatią widzów na całym świecie, w tym w Polsce. Przed nami osiemnasty sezon, nakręcony w 2025 roku. Głównego bohatera, jego bliskich i przyjaciół, a także pacjentów czekają kolejne wyzwania oraz zakręty losu. W pierwszym odcinku nowej serii do Martina Grubera (Hans Sigl) zgłosi się pacjent, który zgłębia ideę długowieczności. Mężczyzna stosuje wiele leków i suplementów diety, które więcej mu szkodzą, niż pomagają. W nowych odcinkach Lilli (Ronja Forcher), córka Martina, spróbuje przemówić do rozsądku swojemu dziadkowi, Rolfowi Pflügerowi (Wolfram Berger). MJ



Nowy sezon

Lilli czekają trudne rozmowy z dziadkiem Rolfem.

Czy pacjent Grubera zgodzi się odstawić medykamenty, jak zaleca mu lekarz?



Sydney i Glen grają parę, która udaje, że jest ze sobą w związku.

TYLKO NIE TY • SYDNEY SWEENEY

## Pająk wróżbita?!

➔ TYLKO NIE TY CZ 11.06  
godz. 20.35 POLSAT

W jednej ze scen filmu Sydney Sweeney miała mieć na rękę oswojonego pająka Huntsmana. Nie przewidziała jednak, że ugryzie ją w nadgarstek. Kiedy to zrobił, zaczęła przeraźliwie krzyczeć, bo bała się, że jest jadowity. Jej przerażenie zrobiło ogromne wrażenie na całej ekipie, która była przekonana,

że Sweeney po prostu gra. W końcu jej filmowy partner Glen Powell zorientował się, że jej strach na pewno nie jest udawany i wezwał lekarza. Ten zażartował, że skoro ugryzł ją pająk, to jest teraz „Kobietą-Pająkiem”. Zbiegiem okoliczności incydent ten miał miejsce tuż przed jej debiutem w roli Julii Carpenter (znanej również jako Spider-Woman) w filmie „Madame Web”. EGP

## GRACE

## Poszukiwany pan młody

➔ GRACE CZ 11.06  
godz. 16.25 13 ULICA

Detektyw Roy Grace (John Simm) bardzo przeżywa sprawę zaginięcia własnej żony. Coraz gorzej radzi sobie w pracy, bierze mało znaczące śledztwa, a szefowie myślą o jego zwolnieniu. Właśnie wtedy rękę do niego wyciąga kolega, detektyw sierżant Glenn Branson (Richie Campbell), który

prosi go o pomoc w pewnej sprawie. Opowiada mu o tym, jak po nieudanych wieczorach kawalerskim niespodziewanie zniknął pan młody. Branson prosi Grace'a o rozwikłanie wydarzeń, które doprowadziły do tajemniczego zniknięcia odosobzonego sukcesy dewelopera. Czy to tylko chwilowe załamanie przyszłego małżonka, czy też coś więcej? EGP

Roy Grace znowu działa na najwyższych obrotach.



Od 1. odcinka

## TVP 1 TVP 1 DV3 T2

- 5.10 Złoty chłopak** (309) – serial obyczajowy, Turcja 2022
- 6.00 Akacyjowa 38** (877) – telenowela, Hiszpania 2015
- 7.00 Transmisja mszy świętej z Sanktuarium Matki Bożej na Jasnej Górze**
- 7.30 Pełnia wiary** – magazyn religijny
- 8.00 Serwis Info** – program informacyjny, Polska
- 8.10 Pogoda Info**
- 8.15 Czerdziesiątolatek** (9): Rodzina, czyli obcy w domu – serial obyczajowy, Polska 1975
- 9.15 Ranczo 5** (53): Msza obywatelska – serial obyczajowy, Polska 2011 (patrz obok)
- 10.10 Komisarz Alex 5** (62): Śmiertelny wyścig – serial kryminalny, Polska 2014
- 11.05 Ojciec Mateusz 13** (169): Portret psychologiczny – serial kryminalny, Polska 2015
- 12.00 Serwis Info** – program informacyjny, Polska
- 12.10 Agrobiznes** – magazyn rolniczy
- 12.30 Agropogoda**
- 12.40 To się oplaca** – magazyn
- 13.00 Sprawa dla reportera** – pr. Elżbiety Jaworowicz
- 14.00 Złoty chłopak** (310) – serial obyczajowy, Turcja 2022
- 15.00 Serwis Info** – program informacyjny, Polska
- 15.10 Pogoda Info**
- 15.25 Gra słów. Krzyżówka** – teleturniej, Polska 2019-2026
- 16.00 Dziedzictwo** (945) – serial obyczajowy, Turcja 2020
- 17.00 Teleexpress, Pogoda**
- 17.25 Jaka to melodia?** – teleturniej muzyczny
- 18.05 Reporterzy** – magazyn reporterów
- 18.25 Akacyjowa 38** (888) – telenowela, Hiszpania 2015
- 19.30 Program informacyjny 19.30**
- 19.55 Pytanie dnia** – program publicystyczny, Polska 2026



**9.15 OBYCZAJOWY**

**Ranczo 5** (53) Lucy (Ilona Ostrowska, zdj.) obejmuje urząd wójta. Musi radzić sobie z niekompetencją niektórych radnych. Liczy na wsparcie księdza. Michałowa ma dość obsługiwanina oraz karmienia licznych gości przybywających do parafii. Pietrek z kolei osiąga sukces jako piosenkarz. **55 min**



**20.40 SPORT**

**Piłka nożna** Na Estadio Azteca w meczu otwarcia czempionatu globu wespół gospodarze turnieju zmierzą się z 60. drużyną w rankingu FIFA. Reprezentacja Meksyku udział w poprzednich mistrzostwach świata zakończyła na fazie grupowej. Z kolei dla piłkarzy z Republiki Południowej Afryki to pierwszy mundial od 16 lat. **175 min**



**23.35 KRYMINAL**

**Morderstwa w Honfleur** W porcie rybaczy wyławiają zwłoki deputowanego. Śledztwo prowadzi Justine Leroy i jej zastępca. Dołączą do nich emerytowany policjant Paul Mesnil (Bernard Farcy, zdj.). **100 min**

## TVP 2 TVP 2 DV3 T2

- 4.30 Na dobre i na złe** (890): Powroty, pożegnania – serial obyczajowy, Polska 2023
- 5.30 M jak miłość** (1774) – serial obyczajowy, Polska 2024
- 6.20 Operacja zdrowie** (83) – magazyn medyczny, Polska 2025
- 6.50 Barwy szczęścia** (3332) – serial obyczajowy, Polska 2026
- 7.30 Pytanie na śniadanie – pobudka** – magazyn, Polska 2026
- 7.55 Pytanie na śniadanie**
- 11.25 Rodzinka.pl** (8, 9): Święta, święta i po świętach; Niedaleko pada jabłoni od jabłka – kom., Polska 2011
- 12.35 Koło fortuny** – teleturniej, Polska 2025
- 13.15 Panna młoda** (119) – serial obyczajowy, Turcja 2024
- 14.05 Va banque** – teleturniej, Polska
- 14.35 Na sygnale** (852) – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2026
- 15.05 La Promesa – pałac tajemnic** (409) – serial obyczajowy, Hiszpania 2022. Jana obawia się, że Jimena odkryje jej romans z Manuelem. Salvador ma dość krytyki ze strony Rómula i zaczyna rozważać odejście z La Promesy. Abel naciska na Jimenę, by wyznała wszystkim prawdę o swojej ciąży. **55 min**
- 16.00 Koło fortuny** – teleturniej, Polska 2025 (patrz obok)
- 16.35 Familiada** – teleturniej
- 17.20 Panna młoda** (120) – serial obyczajowy, Turcja 2024. Beyza coraz skuteczniej zbliża do siebie Cihana. Melih wzbudza w Sinem zazdrość, dając jej do zrozumienia, że nie zamierza na nią czekać. Derya próbuje przemówić Hancer do rozsądku i skłonić ją do opamiętania emocji. **55 min**
- 18.15 Va banque** – teleturniej, Polska
- 18.50 Jeden z dziesięciu** – teleturniej
- 19.25 Barwy szczęścia** (3332) – serial obycz., Polska 2026
- 20.05 Omnibus – szybcy i mądzy** – teleturniej, Polska 2026
- 20.35 Omnibus – szybcy i mądzy – dogrywka** – teleturniej, Polska 2026
- 20.55 Kocham Cię, Polsko!** (1) – program rozrywkowy, Polska 2026 (patrz obok)
- 22.30 Daleko od szosy** (2): Prawo jazdy – serial obyczajowy, Polska 1976 (patrz obok)
- 23.50 Ludzie i bogowie** (13-ost.): Akwarium – hist., Pol. 2020. Ostoja widzi, jak Adler wystawia gestapo por. Szczepana. Wie już, że ma do czynienia z konfidentem. **60 min**
- 0.50 O północy w Paryżu** – komedia obyczajowa, Hiszpania/USA 2011, reż. Woody Allen
- 2.30 Rodzinka.pl** – serial komediowy, Polska 2025



**16.00 TELETURNIJ**

**Koło fortuny** Program gwarantuje uczestnikom cenne nagrody, a widzom – dobrą zabawę. Zawodnicy kręcą kołem, a następnie typują litery, które być może znajdują się w hasle. Ten, kto odgadnie je pierwszy, zatrzymuje wygraną. Prowadzą Agnieszka Dziekan i Błażej Stencel (oba na zdj.). **35 min**



**20.55 ROZRYWKA**

**Kocham Cię, Polsko!** (1) W pierwszym odcinku w dużym Filipa Gurłacza do rywalizacji staną Katarzyna Bujakiewicz, Anna Dereszowska i Daria Widawska. W zespole Michała Kotarskiego zobaczymy zaś Michała Milowicza, Tadeusza Drożdża i Roberta Rozmusa. Program prowadzi Marzena Rogalska (zdj.). **95 min**



**22.30 OBYCZAJOWY**

**Daleko od szosy** (2) Leszek (Krzysztof Stroiński, zdj.) pracuje jako robotnik. Oszczęda pieniądze na prawo jazdy. Bronka (Sławomira Łozińska, zdj.) nie chce rozpocząć współżycia przed ślubem. **80 min**

## POLSAT DV3 T2

- 4.55 Disco Gramy** – program muzyczny, Polska 2026
- 5.45 Telezakupy TV Okazje**
- 6.00 Nowy dzień z Polsat News** – program informacyjny
- 8.30 Malanowski i partnerzy** (290, 291): Powrót zza grobu, cz. 2; Podwójne życie męża – serial fab.-dokumentalny, Polska 2011
- 9.30 Trudne sprawy** (1221, 1222) – serial paradokumentalny, Polska 2023
- 11.30 Gliniarze** (832, 833): Znajdę cię; Dokrecona sruba – serial paradokumentalny, Polska 2023
- 14.00 Siatkówka mężczyzn:** Liga Narodów – mecz: Słowenia – Polska (live) (patrz obok)
- 16.30 Na ratunek 112** (1063): Obojnak – serial paradokumentalny, Polska 2025. 27-letni informatyk Jakub Wilczyński zakochuje się w nowej koleżance z pracy, 26-letniej Julii Szewczyk. Dziewczyna wydaje się niedostępna. Wkrótce adorator poznaże szokująca prawdę na jej temat. **30 min**
- 17.00 Gliniarze** (1031): Pod drzewem – serial paradokumentalny, Polska 2025. Robotnicy znajdują ciało mężczyzny, który był karany za udział w zorganizowanej grupie przestępczej. Detektywi szukają tropu w półświatku. Łączą zbrodnię z zaginięciem pewnej dziewczyny. **60 min**
- 18.00 Pierwsza miłość** (4235) – serial obyczajowy, Polska 2026. Zenek przychodzi do Seweryna, by wyznać mu prawdę. Gdy z ciężkim sercem zaczyna opowiadać o tamtej tragicznej nocy w lesie, do domu wpada Kargulewicz z sensacyjną wiadomością. **50 min**
- 18.50 Wydarzenia**
- 19.15 Gość „Wydarzeń”** – program publicystyczny
- 19.30 Sport, Pogoda**
- 19.55 Milionerzy** – teleturniej, Polska 2026
- 20.35 Tylko nie ty** – komedia romantyczna, USA/Australia 2023, reż. Will Gluck, wyk. Sydney Sweeney, Glen Powell, Charlee Fraser, Darren Barnett (patrz obok). Historia zainspirowana sztuką „Wiele hałasu o nic”. Pelna przekomarzanina relacja Bei i Bena nawiązuje do dynamiki kontaktów szekspirowskich Beatrice i Benedicka. **135min**
- 22.50 Projektantka** – komediodramat, Australia 2015, reż. Jocelyn Moorhouse, wyk. Kate Winslet, Liam Hemsworth, Hugo Weaving, Sarah Snook (patrz obok)
- 1.30 Bejbi Blues** – dramat obyczajowy, Polska 2012, reż. Katarzyna Rosłaniec
- 3.45 Kabaretowa Ekstraklasa** (85) – program rozrywkowy, Polska 2017



**14.00 SPORT**

**Liga Narodów** Drugim rywalem Białoczerwonych podczas turnieju Ligi Narodów w Linyi będzie brązowy medalista ostatnich mistrzostw Europy. Polacy wygrali ze Słowencami trzy poprzednie mecze. Wśród nich było spotkanie zakończone wynikiem 3:1 podczas olimpiady w Paryżu. **150 min**



**20.35 KOMEDIA**

**Tylko nie ty** Bea (Sydney Sweeney, zdj.) spotyka intrygującego Bena (Glen Powell, zdj.). Od pierwszych chwil iskry między nimi w sposób, który zwiastuje coś więcej niż krótką relację. Z powodu nieporozumienia zrywają jednak kontakt. Spotykają się pół roku później, gdy okazuje się, że ich siostry zakochały się w sobie. **135 min**



**22.50 KOMEDIODRAM**

**Projektantka** Lata 50., Australia. Bywalczyńni paryskich domów mody (Kate Winslet, zdj.) wraca w rodzinne strony, skąd uciekła oskarżona o morderstwo. Rozlicza się z przeszłością i walczy z lokalnym bezgusciem. **160 min**

**5.40 Uwaga!** – magazyn reporterów

**5.55 Ukryta prawda** (1665) – serial paradokulturalny, Polska 2024

**6.50 Kuchenne rewolucje** (12) – program rozrywk., Pol. 2024

**7.45 Dzień Dobry TVN** – magazyn

**11.20 Doradca smaku** (6) – magazyn kulinarny, Polska 2026

**11.25 Kuchenne rewolucje** (8, 9) – program rozrywkowy, Pol. Kamil i Daniel otworzyli w Prudniku lokal Ukradli Talerze. Codziennie zmieniali menu, ale zawsze było w nim danie tradycyjne i wege. Z uwagi na koszty utrzymania biznesu musieli go zamknąć. **135 min**

**13.40 Ukryta prawda** (1643, 1644, 1704) – serial paradok., Polska (patrz obok) Po latach nieobecności Paulina odwiedza 20-letnią córkę, Maję. Prosi o możliwość pobytu, tłumacząc, że rozstała się z partnerem. Mają się zgadza. Jej chłopak jest temu przeciwny. Znajduje w rzeczach Pauliny narkotyki. **190 min**

**16.50 Szpital św. Anny** (44) – serial obyczajowy, Polska 2025 To pierwszy dyżur Zosi po ślubie. Rogowski oraz zespół SOR-u składają jej życzenia. Tymczasem Marta i Tomek ruszają do 60-latka, który na basenie dostaje silnej duszności. Istnieje u niego podejrzenie gruźlicy. **65 min**

**17.55 Detektywi** (168) – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2025 W wypadku ginie matka 19-letniej Andżeliki i jej młodszego brata Kacpra, a ranny ojciec jest w szpitalu. Policja aresztuje w związku ze sprawą chłopaka Andżeliki. Dziewczyna prosi o pomoc detektywów. **65 min**

**19.00 Fakty**

**19.35 Sport, Pogoda**

**19.55 Uwaga!** – magazyn reporterów

**20.15 Na Wspólnej** (4227) – serial obyczajowy, Polska 2026

**20.50 Kuchenne rewolucje** (1) – program rozrywkowy, Polska 2025 (patrz obok)

**22.00 Siaba pieć?** – komedia, **FILM** Polska 2015, reż. Krzysztof Lang, wyk. Olga Bołądź, Piotr Adamczyk, Piotr Glowacki, Katarzyna Figura (patrz obok)

**0.00 Szefowie wrogowie 2** – komedia, USA 2014, reż. Sean Anders, wyk. Jason Bateman, Jason Sudeikis, Charlie Day, Jennifer Aniston

**2.30 Szpital św. Anny** (111) – serial obyczajowy, Polska 2026

**3.30 Uwaga!** – magazyn reporterów

**3.45 CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas** 12 (19) – serial kryminalny, USA 2012

**4.45 Nauka jazdy 5** (29) – program rozrywk., Pol. 2022



**13.40 PARADOKUM.**

**Ukryta prawda** (1643, 1644, 1704) Ceniąca wygodę Małgorzata od pewnego czasu zdradza męża – spokojnego Janusza, który prowadzi bar mleczny. Kiedy kochanek oświadcza się jej, kobieta decyduje się na rozwód. Stara się uzyskać orzeczenie winy męża, by otrzymać od niego alimenty. **190 min**



**20.50 ROZRYWKWA**

**Kuchenne rewolucje** (1) We Włocławku działa Biały Kredens, prowadzony przez byłego sportowca. Lokalizacja jest na tyle ukryta, że nawet Magda Gesler (zdj.) potrzebuje mapy, by tu trafić. Goście pojawiają się sporadycznie, a restauracja funkcjonuje dzięki imprezom okolicznościowym i daniom na wynos. **70 min**



**22.00 KOMEDIA**

**Siaba pieć?** Zosia (Olga Bołądź, zdj.) przyjeżdża do Warszawy, by osiągnąć sukces. Przez szefa (Piotr Glowacki) traci jednak pracę i dobre imię. Nie poddaje się – zamierza udowodnić, na co ją stać. **120 min**

**6.00 Policjanci z Miami 2** (8, 9): Opowieść o kozle; Bushido – serial kryminalny, USA 1985 Tubbs oraz Crockett odkrywają w Miami sektę wudu. Organizacja zajmuje się przemytem narkotyków. Śledztwo o mało nie kończy się śmiercią Tubbsa, który zostaje zaatakowany przez wyznawcę. **120 min**

**8.00 Kobra – oddział specjalny** (7, 8): Dzień zapłaty; Sztuczki – serial sensacyjny, Niemcy 2015 (patrz obok)

**10.00 Maria z przedmieścia** (13, 14) – telenowela, Meksyk 1995

**12.00 Nie igraj z aniołem** (93) – serial obyczajowy, Meksyk 2008 Candelaria i ojciec Anselmo dowiadują się o wypadku Cecilii. Vicente idzie na chryzmy dziecka Beatriz. Słyszy tam, jak Rocio mówi Humbertowi, że go nie kocha. Juan Miguel dowiaduje się od Patricii o miejscu pobytu Marichuy. **60 min**

**13.00 Wspaniałe stulecie** (27) – serial kostiumowy, Turcja 2012-2013

**14.00 Kurierzy** (12) – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2023

**15.00 Lombard. Życie pod zastaw 10** (496, 497) – serial obyczajowy, Polska 2022

**17.00 Kurierzy** (13) – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2023 Jan pomaga swoim podwładnym. Uważa, że rozwożenie paczek to banalne zajęcie. Roman chce oczarować Justynę. Gabi ma mu pomóc. Krystyna wspomina mężowi, że obiecał jej wycieczkę do Paryża. **60 min**

**18.00 Lombard. Życie pod zastaw 18** (970, 971) – serial obyczajowy, Polska 2026 Dariusz Wąsik i jego ojciec Jan prowadzą myjnie samochodowe. Córka mężczyzny, Laura, choruje na nowotwór, a Jan jest zadłużonym hazardzistą. Rodzina stara się zebrać pieniądze na leczenie dziecka za granicą. **120 min**

**20.00 Terrorysta** – dramat sensacyjny, USA 2001, reż. Albert Pyun, wyk. Steven Seagal, Tom Sizemore, Dennis Hopper (patrz obok) Mocna produkcja ze Stevenem Seagalem, znawcą wschodnich sztuk walki. **120 min**

**22.00 Bestia** – film sensacyjny, Kanada/Hongkong/Wielka Brytania 2003, reż. Ching Siu-Tung, wyk. Steven Seagal, Byron Mann, Monica Lu, Tom Wu (patrz obok)

**23.50 Suburra** – film kryminalny, Włochy/Francja 2015, reż. Stefano Sollima

**2.25 Dzielnica strachu 9** (387): Rodzinka z piekła rodem – krym., Polska 2025

**3.20 Lombard. Życie pod zastaw 18** (967) – serial obyczajowy, Polska 2026

**4.20 Zobacz to!**



**8.00 SENSACYJNY**

**Kobra – oddział specjalny** (7, 8) Szefowa policji Kim musi dostarczyć milion euro okupu, by uwolnić z rąk porywaczy swoją bratanicę Hannę. Niestety, znika razem z pieniędzmi. Semira (Erdogan Atalay, zdj.) i Paula czekają trudne poszukiwania. Między policjantami dochodzi do kłótni. **120 min**



**20.00 DRAM. SENS.**

**Terrorysta** San Francisco. Policja ściga terrorystę Aleksa Swana (Dennis Hopper). Rayowi Nettlesowi (Tom Sizemore, zdj.) udaje się schwycić jego dziewczynę. Swan ostrzega, że jeśli jej nie uwolni, w mieście co godzinę eksploduje bomba. Do akcji wkracza Frank Glass (Steven Seagal), ekspert od ładunków wybuchowych. **120 min**



**22.00 SENSACYJNY**

**Bestia** Były agent CIA Jake Hopper (Steven Seagal, zdj.) dowiaduje się, że jego córka i jej przyjaciółka zostały porwane w Tajlandii przez islamskich fundamentalistów. Rusza dziewczyną na ratunek. **110 min**

**5.20 Ten moment** (34) – serial paradokulturalny, Polska 2015-2016

**5.55 Szkoła** (715-717) – serial paradokulturalny, Polska 2019

**8.45 Ukryta prawda** (1316, 1402, 1403) – serial paradokulturalny, Polska

**11.55 W-11 – Wydział Śledczy** (1035-1037) – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2013

**14.00 Detektywi** (101): Na śmierć i życie – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2024

**15.00 Szpital** (747) – serial paradokulturalny, Polska 2018 Doktor Michał Morawski leczy dziewięcioletką, którą lunatykując, spadł ze schodów. Okazuje się, że chłopiec odregulowuje w ten sposób konflikty rodziców, którzy – choć się rozstali – wciąż kłócą się przy synu. Kiedy w szpitalu wszczytną kolejną awanturę, w dziecku znów narasta napięcie. Dochodzi do wypadku. **60 min**

**16.00 Sędzia Anna Maria Wesołowska** (478, 479) – serial fabularno-dokument., Polska 2009-2010

**18.00 Sekrety życia** (37) – serial paradokulturalny, Polska 2023 Beata ma nowego partnera. W jej życiu pojawia się jednak dawny ukończony, który właśnie wyszedł z więzienia. Żąda od niej pieniędzy. Kobieta, która wstydziła się kryminalnej przeszłości ekswybranka i okłamała wszystkich, że nie żyje, teraz obawia się ujawnienia prawdy. **60 min**

**19.00 Ukryta prawda** (1508) – serial paradokulturalny, Polska 2023

Julia, której rodzice zgineli w wypadku, jest wychowywana przez babcię. Kobieta źle traktuje wnuczkę, nieustannie ją krytykuje i wyśmiewa, wylicza jejdenie i zużycie mediów. Kiedy dziewczynnie próbują pomóc przyjaciółka i partner, seniorka wzywa do nich policję. **60 min**

**20.00 Czego pragną dziewczynny** – komedia, USA 2003, reż. Dennie Gordon, wyk. Colin Firth, Kelly Preston, Amanda Bynes (patrz obok) Pelen humoru młodzieżowy film z niebanalnym wątkiem miłosnym. **140 min**

**22.20 Bardzo Dzikie Zachód** – western komediowy, USA 1999, reż. Barry Sonnenfeld, wyk. Kevin Kline, Will Smith, Kenneth Branagh, Salma Hayek (patrz obok)

**0.35 Wszystko wszędzie naraz** – film s.f., USA 2022, reż. Daniel Scheinert, wyk. Michelle Yeoh, Stephanie Hsu, Ke Huy Quan, James Hong (patrz obok)

**3.25 Zgłoś remont 11** (1) – program rozrywk., Pol. 2026

**4.20 Dorota was urządzi!** (12) – rozr., Pol. 2016 **► 5.00**



**20.00 KOMEDIA**

**Czego pragną dziewczynny** 17-letnia przebojowa Amerykanka Daphne (Amanda Bynes, zdj.) jedzie do Londynu, by poznać swojego ojca, lorda Henry'ego Dashwooda (Colin Firth). Jest on politykiem i właśnie przygotowuje się do wyborów. Daphne próbuje odnaleźć się w świecie brytyjskiej arystokracji. **140 min**



**22.20 WESTERN KOM.**

**Bardzo Dzikie Zachód** 1869 r. Diaboliczny doktor Loveless (Kenneth Branagh) planuje zamach na prezydenta. W tym celu konstruuje potężną mechaniczną tarantulę. Agenci rządowi James West (Will Smith, zdj.) i Artemus Gordon (Kevin Kline) ruszają w pościg za bandytą. Pomaga im Rita Escobar (Salma Hayek, zdj.). **135 min**



**0.35 FILM SF**

**Wszystko wszędzie naraz** Przytłoczona codziennością właścicielka pralni (Michelle Yeoh, zdj.) dostaje szansę urzeczania za przepaszczonych szans życiowych. Musi podjąć walkę o to, co dla niej ważne. **170 min**

**TVP 3** **TVP 3** **DG 17**

- 12.30 Okrasa lamie przepisy
- 13.00 Agrobiznes – mag.
- 13.30 Bez trybu. Justyna Dobrosz-Oracz – publ.
- 14.20 Poznaj region – cykl fel.
- 14.30 Program informacyjny 14.30
- 15.00 Koronka do Miłosierdzia Bożego – pr. religijny
- 15.20 Serwis Info Dzień – inf.
- 15.30 Program lokalny
- 19.30 Całkiem niezła historia
- 19.45 Kryminalna siódemka
- 20.00 Dziennik regionów
- 20.13 Gość Regionów – publ.
- 20.30 Telekurier – mag., Polska
- 21.00 Program lokalny
- 22.00 Dziennik regionów
- 22.30 Złoty chłopak (171)
- 23.30 Kryminalna siódemka

### PROGRAM INFORMACYJNY



**23.55 Panorama**  
Podsumowanie najważniejszych wydarzeń dnia. W programie znajdują się informacje polityczne, gospodarcze, i kulturalne, a także analizy ekspertów. 30 min

- 0.25 Program informacyjny 19.30
- 0.45 Panorama dnia – pr. inf.
- 1.20 Kryminalna siódemka
- 1.40 Dziedzictwo (826)
- 2.30 Bez trybu. Justyna Dobrosz-Oracz – publ.
- 3.20 Program informacyjny 19.30
- 3.50 Przyrodnic na tropie
- 4.25 Dziennik regionów

TVP 3 jest wspólnym pasmem programowym lokalnych stacji telewizyjnych: Białystok, Bydgoszcz, Gdańsk, Katowice, Kraków, Lublin, Łódź, Poznań, Rzeszów, Szczecin, Warszawa, Wrocław

**TVP POLONIA** **TVP POLONIA**

- 13.50 Daję słowo – Maciej Orłós 2 (11) – talk-show
- 14.40 Turystyczna jazda
- 15.00 Słowo daje! – magazyn
- 15.10 Tamte lata, tamte dni
- 15.40 Słownik polsko@polski (673) – talk-show, Polska
- 16.10 Na festiwalowej scenie – widowisko, Pol.
- 16.30 Barwy szczęścia (3323) – serial obycz., Pol. 2026
- 17.00 Gra słów. Krzyżówka – telet., Polska 2019-2026
- 17.30 Teleexpress
- 17.50 Teleexpress Extra – inf.
- 18.15 UNESCO: Skarby Polski – serial dokumentalny
- 18.45 Info Wilno – pr. inform.
- 19.05 Wileńszczyzna w obiektywie – pr. inf.

### OBYKWAJOWY



**19.15 Ranczo 2** (23) – Pol. 2007  
Sala uniwersytetu w Wilkowiegach jest pełna słuchaczy jedynie podczas wykładów proboszcza. W tej sytuacji Duda wpada na pomysły, jak zapewnić frekwencję także na innych prelekcjach. 55 min

- 20.10 Program informacyjny 19.30
- 20.40 Pogoda
- 20.50 Korona Gór Polski
- 21.20 Polonia 24 Tygodnik
- 22.25 Profilerka Jastrzę (6)
- 23.15 Dziennik regionów
- 23.40 Taniec z rosyjskim niedźwiedziem, część 3 – film dok., Pol.
- 0.35 Polacy światu
- 0.40 Rodzinka.pl (260) – kom.

**TV 4** **DG 17**

- 6.00 Strażnik Teksasu (18, 19) – serial sensacyjny
- 7.55 Bogaty dom – biedny dom (130) – reality show
- 8.55 Policjanci i Policjanci (468, 469) – serial obycz.
- 10.55 Na ratunek 112 (1126, 1127) – paradok.
- 11.55 Dlaczego ja? (1555, 1556) – paradok.
- 13.55 Trudne sprawy (1328-1330) – paradok.
- 16.55 Policjanci i Policjanci (1378) – obycz., Pol. 2026
- 18.00 Łowcy skarbów. Kto da więcej? (545)
- 19.00 Policjanci i Policjanci (1379) – obycz., Pol. 2026
- 20.00 Uroczysko (171, 172) – serial kryminalny, Polska

### KRYMINALNY



**21.00 Sprawiedliwi. Trójmiasto** (112)  
W magazynie znaleziono ciało zamordowanego dziennikarza. Śledztwo prowadzi Szredler i Kiszczak, którzy ustalają, że badali on sprawę zabójstwa aktywistki walczącej o majątek deweloperką. 65 min

- 22.05 Sprawiedliwi – Wydział Kryminalny (995) – serial krym., Polska
- 23.05 Pamięć absolutna **FILM** – film s.f., USA 1990
- 1.30 Love Island. Wyspa miłości (10)
- 2.35 Interwencja – mag.
- 2.55 Śmierć na 1000 sposobów (1) – dok.
- 3.25 Lubię disco! (257) – muz.

**puls 2** **DG 17**

- 8.30 Myszka Miki: Frajdomek 2 – anim.
- 8.50 Masza i Niedźwiedź 3
- 9.20 Bing – serial animowany
- 9.35 Basia 2 – serial anim.
- 10.00 Jeżyk i Przyjaciele
- 10.25 Spidey i superkumple
- 11.25 Gus. Mały – wielki rycerz – serial anim.
- 11.55 Smerfy – serial anim.
- 13.00 Gumisie 6 – serial anim.
- 14.00 Kacze opowieści
- 15.00 Miraculous: Biedronka i Czarny Kot – anim.
- 16.00 Finesz i Ferb 2 – anim.
- 17.00 Marta mówi – anim.
- 17.35 Superkoty – serial anim.
- 18.00 Blue 2 – serial anim.
- 18.15 Bing – serial animowany
- 18.45 Masza i Niedźwiedź 3

### ANIMOWANY



**19.00 Kaczki opowieści**  
Bajecznie bogaty skapiec Sknerus McKwacz i jego siostrzeńcy przeżywają ciekawe przygody. Muszą stawić czoła wrogom bogacza, wśród których są Granit Forsant i duet złodziei, bracia Be. 60 min

- 20.00 Lombard. Życie pod zastaw 18 (1008)
- 21.00 Dzielnica strachu 9 (390, 391) – serial krym.
- 23.00 Wojownik – dramat **FILM** społeczny, USA 2011
- 1.35 Lombard. Życie pod zastaw 9 (464) – obycz.
- 2.35 Lombard. Życie pod zastaw 12 (625) – obycz.
- 3.35 Lombard. Życie pod zastaw 4 (170) – obycz.

**TVP ROZRYWKI** **TVP ROZRYWKI**

- 6.10 Zakochaj się w Polsce (224) – magazyn
- 6.40 Gra słów. Krzyżówka
- 7.10 Okrasa lamie przepisy
- 8.20 Familiada – teleturniej
- 8.55 Va banque – teleturniej
- 9.25 Kolo fortuny – telet., Pol.
- 10.05 Makłowicz w podróży
- 10.45 Postaw na milion
- 12.35 Familiada – teleturniej
- 13.15 Matki, żony i kochanki (1) – serial obyczajowy, Polska 1995
- 14.05 Pan Mama (27, 28) – serial komediowy, Polska 2025
- 15.10 Program rozrywkowy
- 15.35 Tak to leciało!
- 16.35 Do śmiechu! (66) – rozr.
- 17.25 Va banque – teleturniej

### TELETURNIJE



**18.00 Kolo fortuny** – Pol.  
Uczestnicy programu kręcą kołem, a następnie typują litery, które według nich mogą znajdować się w hasle. Ten, kto odgadnie je jako pierwszy, zatrzymuje wygraną w rundzie. 35 min

- 18.35 Okrasa lamie przepisy
- 19.40 Makłowicz w podróży – magazyn kulinarny
- 20.10 Postaw na milion
- 22.10 Tygodnik Moralnego Niepokoju – The Best of (40) – pr. rozr., Pol. 2025
- 22.45 Kabaret Letnią Porą (3)
- 23.50 Do śmiechu! (68) – rozr.
- 0.40 Niepewne sytuacje 3 (1) – pr. rozr., Polska 2026
- 1.10 Kolo fortuny – telet., Pol.

**TTV HD** **DG 17**

- 6.20 DeFacto 14 (22)
- 6.50 Diabelnie boskie 3 (5)
- 7.20 Ukryta prawda (1199)
- 8.20 Kartoteka 10 (17, 18)
- 8.30 Detektywi (255, 256)
- 12.30 Zakup w ciemno 3 (24)
- 13.30 Zakup w ciemno 4 (23)
- 14.30 Kartoteka 5 (22, 23)
- 16.45 Express – pr. inform.
- 16.55 Pogoda, Sport
- 17.05 Idź na całość 2 (12)
- 18.05 Zakup w ciemno extra (26) – reality show, Polska
- 18.45 Damy i wiesniaczki. PL 6 (3) – serial fab.-dok.
- 19.45 Express, Pogoda – inf.
- 20.05 Zakup w ciemno 7 (20)
- 21.05 Zakup w ciemno extra (18) – reality show, Polska
- 21.45 Express, Pogoda – inf.

### REALITY SHOW



**22.00 Życie na kredycie 8** (1, 2) – Polska 2026  
W Nowej Soli marzenie Roberta wywołuje konflikt pokoleń. Po pół roku do programu wjechała rodzina z Sosnowca. Damian za namową brata i kolegi próbuje rozwiązać kwestię długu. 65 min

- 23.05 Żony Podlasia 3 (2) – serial dokumentalny, Pol.
- 0.05 Ostre cięcie 12 (2) – rozr.
- 1.05 Boys, boys, boys (1) – pr. rozrywk., Pol. 2025
- 2.05 Dobra robota 3 (17) – serial dokumentalny, Pol.
- 2.40 Osadzone. Blok F (9, 10) – serial paradokumentalny
- 3.45 Damy i wiesniaczki. Ukraina 8 (3) – fab.-dok.

**TVP 3** **TVP 3 PROGRAMY LOKALNE**

- BIAŁYSTOK** 16.55 Nie taki internet straszny 17.05 Nasz Białystok jest EKO 17.15 Słownik polsko@polski 17.38 Mikrokosmosy 18.05 Życie po 18.15 Turbo Podlasie 18.30 Obiektyw 18.50 Gość „Obiektywu” 19.00 Sport, Pogoda 19.10 Pilna sprawa 19.20 Ekspert ZUS odpowiada 21.00 Panorama łomżyńska 21.20 Gość „Obiektywu” 21.30 Obiektyw
- BYDGOSZCZ** 17.30 Biznes to biznes 18.15 Spotkania z ekologią 18.30 Zbliżenia 19.00 Rozmowa dnia 19.20 Razem dla regionu 21.00 Rozmowa dnia 21.20 Ekspert ZUS odpowiada 21.30 Zbliżenia 21.45 Sport, Pogoda
- GDANSK** 17.50 Pin do kultury 18.15 Czyżewskiego 42 18.30 Panorama 19.00 Wiatrak 21.00 Na 2 kontakty 21.15 Czyżewskiego 42 21.30 Panorama
- KATOWICE** 17.16 Święta wojna 17.45 Mikrokosmosy 18.15 Protokół rozbieżności 18.30 Aktualności 18.55 Pogoda, Sport 19.10 Gramy dla was 21.15 Protokół rozbieżności 21.30 Aktualności 21.51 Sport
- KRAKÓW** 17.05 Prosto z lasu 17.16 Turystyczna jazda 17.28 U siebie 18.13 Zdrowie dla Ciebie 18.30 Kronika 18.55 Tematy dnia 19.17 Kronika kulturalna 21.03 Wykrzywak kłamstw 21.30 Kronika 21.45 Tematy dnia
- LUBLIN** 17.55 Historie niezapisane 18.10 Agrowieści 18.30 Panorama lubelska 18.59 Halo, seniorzy! 21.02 Nie taki internet straszny 21.15 Gość „Panorama” 21.30 Panorama lubelska
- ŁÓDŹ** 17.15 Słodko gorzka 17.30 Inwestujemy w Twoje zdrowie 17.45 Sport po łódzku 18.15 Na wschód od Łodzi 18.30 Łódzkie wiadomości dnia 18.50 Sport, Pogoda 19.00 Kulturalnie po Łodzi i regionie 19.15 Ale to już było 21.00 Zapraszamy do nas 21.30 Łódzkie wiadomości dnia
- POZNAŃ** 17.00 Wspólne populudnie 17.30 Teleskop 17.45 Wspólne populudnie 18.30 Teleskop 19.00 Wiek to tylko liczba 21.02 Dziewczynki karabiny 21.30 Teleskop
- RZESZÓW** 16.45 Podkarpacka scena przebojów 17.00 Studio lato 17.30 Życia regionu 17.45 Fach z hej 18.00 Opowieści z duszą 18.30 Aktualności 18.58 Odkryj regiony 19.15 Stacja Rzeszów Główny 21.00 Wykrzywak kłamstw 21.30 Aktualności
- SZCZECIN** 16.45 Serial 17.35 Podróże Małej i Dużej 6 18.05 Pelno-sprawni 18.30 Kronika 18.52 Wokół nas 19.00 Kulturalnie mówią: 21.00 Wokół nas 21.08 Morski kompas 21.20 Idź weekend 21.30 Kronika 21.50 Rozmowa dnia
- WARSZAWA** 16.45 Dobrego dnia 16.58 Dobrego dnia 17.21 Retro Wawa 17.35 Reagujemy 18.00 Zawiesz na temat 18.30 TKW 18.42 Kurier Mazowiecki 19.00 Prosto z Mazowsza 21.00 Nasze miejsce 21.30 Kurier Warszawski i Mazowska
- WROCŁAW** 17.08 Korona Gór Polski 17.39 Słownik polsko@polski 18.05 Kulturalnie mówią: 18.30 Fakty 19.06 Pamięć Miasta 21.02 Energia Przyświeca Dolny Śląsk 21.15 Agro-Fakty 21.30 Fakty

**TVP HD** **TVP HD**

- 8.55 Ojciec Mateusz 16 (210, 211) – krym., Pol. 2016
- 10.45 Gra słów. Krzyżówka
- 11.20 Na sygnale (599, 600)
- 12.25 Ojciec Mateusz 4 (50)
- 13.20 Komisarz Alex 2 (14)
- 14.15 Ranczo 3 (27, 28) – obycz.
- 16.10 Tańcząca ze światłem – Maroko – magazyn
- 16.40 Wyższa Szkoła Jazdy
- 17.10 Okrasa lamie przepisy
- 17.45 Makłowicz w podróży
- 18.20 Ojciec Mateusz 23 (292)
- 19.20 Ranczo 4 (44) – obycz., Pol.
- 20.10 Rodzinka.pl (257, 258)
- 21.25 Komisarz Alex 25 (309)
- 22.20 Przekręt – komedia sensa-  
**FILM** cyna, Wik. Bryt./USA 2000
- 0.15 Quantico of Solace **FILM** – sens., USA/Wik. Bryt. 2008
- 2.10 Kocham Cię, Polsko! (2)

### BBC FIRST

- 12.55 Shakespeare i Hathaway: prywatni detektywi 4 (7, 8) – krym.
- 14.55 Ojciec Brown 5 (13)
- 16.00 Lewis 2 (6) – serial krym.
- 17.00 My Life is Murder (2) – serial kryminalny
- 18.00 Morderstwa w Midsomer 18 (2)
- 19.50 Śmierć pod palmami 13 (1) – serial kryminalny, USA/Wielka Brytania/Francja 2024
- 21.00 Na niebieskich świątach 2 (5) – krym.
- 22.05 Ojciec Brown 13 (8)
- 23.05 Shakespeare i Hathaway: prywatni detektywi 4 (7, 8) – krym.

**TVP KULTURA** **TVP KULTURA** **DG 17**

- 11.55 Klub szachistów – film **FILM** obyczajowy, Polska 1967
- 12.40 Anelli – film krótkometr.
- 13.05 Reżyserzy (1) – serial dok.
- 14.05 Kariera Nikodema Dyzym (2) – serial obycz.
- 15.10 Jancio Wodnik – dramat **FILM** obyczajowy, Polska 1993
- 17.05 Zmieniocy (15) – kom., Pol.
- 18.15 Dzień, w którym umarła gwiazda rocka – dok.
- 18.55 Pan wzywał, miłordzy? 2 (4) – serial komediowy, Wielka Brytania
- 20.00 Czwartkowy klub filmowy – magazyn filmowy
- 20.05 Waleśa. Człowiek **FILM** z nadziei – film biograficzny, Polska 2013
- 22.20 The Rolling Stones – Totally Stripped – dok.

### ROMANCE TV

- 12.10 Dziewczyna na rowerze **FILM** – komedia romantyczna, USA/Niemcy/Francja 2013
- 14.10 Moje serce w Chile (1, 2) **FILM** – dram. obycz., Niem. 2008
- 16.00 Stadnina w Piber (3)
- 19.00 Górski lekarz (117)
- 20.00 Inga Lindström: **FILM** Spotkanie nad morzem – film obycz., Niemcy 2003
- 21.55 Toni – akuszer. **FILM** Skradzione marzenia – komedia, Niemcy 2021
- 23.50 Górski lekarz (117)
- 0.45 Inga Lindström: **FILM** Spotkanie nad morzem – film obycz., Niemcy 2003
- 2.40 Bella Vita – komedia **FILM** romantyczna, Niemcy 2010

**afena ANTENA HD** **DG 17**

- 11.55 Wojciech Cejrowski – bosy przez świat (78, 79) – cykl reportaży, Pol.
- 13.00 Kława Wąsyp Dębów 5 (1, 12) – reality show, USA
- 14.55 Cieżarówka przez śniegi 4 (1, 2) – serial dok.
- 16.50 77 TV 5 (5, 6) – pr. rozr., Pol.
- 18.50 Astrid i Raphaëlle: Kryminalne Geniuszki (6) 20.00 Morderstwa we Francji **FILM** – Amboise – dramat kryminalny, Fr./Belgia 2022
- 22.05 Astrid i Raphaëlle: Kryminalne Geniuszki (6) – krym., Fr./Bel./Szwajcaria
- 23.20 Detektywi z Bordeaux 3 (7) – serial krym., Fr./Belgia
- 0.30 Wielkie ucieczki z więzienia – film dokum.
- 2.20 Kabaretowy szal – rozr.

### COMEDY CENTRAL

- 8.55 Przyjaciele 2 (15-20)
- 11.55 Teoria wielkiego podrywcy 2 (3-8) – kom.
- 14.30 Dwóch i pół 2 (7-10)
- 16.30 Przyjaciele 2 (21-24)
- 18.30 Przyjaciele 3 (1, 2) – kom.
- 19.30 Teoria wielkiego podrywcy 2 (9-14) – kom.
- 22.00 The Office PL 3 (7, 8)
- 23.05 Comedy Club (4, 5) – rozr.
- 0.05 Mastedock South Park 23 (6, 7)
- 1.00 Pracholoty 7 (3, 4) – kom.
- 2.00 Śmieszniej nie będzie 4 (17, 18) – program rozrywk.
- 3.00 Mastedock South Park 23 (3-5)
- 4.30 Comedy Club 9 (12, 13)
- 5.30 Comedy Club 5 (1) – rozr.

**6** **TV 6** **DG 17**

- 8.55 Kobra – oddział specjalny (213) – sens.
- 9.55 Kobra: Oddział specjalny (214) – serial sens., Niemcy
- 10.55 48h. Zaginieni (85-87)
- 13.55 Policjanci i Policjanci (1179) – serial obycz., Polska
- 14.55 Uroczysko 3 (4) – krym.
- 15.55 Kobra – oddział specjalny (215, 216)
- 18.00 Strażnik Teksasu (20, 21)
- 20.00 CSI: Kryminalne zagadki Miami (15, 16) – krym., USA
- 21.55 Czarna lista (8) – krym.
- 22.55 Sprawiedliwi – Wydział Kryminalny (685, 686) – serial kryminalny, Polska
- 1.00 Kości (85, 86) – serial krym.
- 3.00 Septagion (67, 68) – krym.
- 5.05 Cobra Kai (9) – serial przyg.
- 5.45 Telezakup TV Okazje

### TVN FABUŁA

- 9.50 Prawo Agaty 2 (6) – obycz.
- 10.55 Szpital św. Anny (72)
- 11.55 Drużyna zansa (7, 8)
- 13.55 Prawo Agaty 2 (5) – obycz.
- 14.55 Detektywi (491, 492)
- 16.00 Po drugiej stronie kamery (3) – serial dokum.
- 17.05 Po pierwsze kino 3 (12)
- 17.10 Alvin i wiewiórki 2 **FILM** – film familijny, USA 2009
- 19.00 Szpital św. Anny (51)
- 20.00 Indiana Jones **FILM** i Królestwo Kryształowej Czaszki – film przyg., USA 2008
- 22.45 Na własną rękę – film **FILM** sensacyjny, USA 2002
- 0.55 Posejdon – film katastrof., **FILM** Japonia/USA 2006

STOPKLATKA
6.00 Kabaretowe hity (8)
6.50 Polak potrafi (5) - dok.
7.50 Wojciech Cejrowski - boso przez świat
8.55 Robert Makłowicz
10.40 Pyszne dania w 10 minut z Julia Oleś 2 (3) - mag. kulin.
10.55 Górski lekarz (1, 2) - obycz., Niemcy/Austria
13.00 Katastrofy w przestworzach (3, 10, 7) - serial dok., Kan.
16.00 MacGyver 3 (7, 8) - sens.
18.00 Wojny magazynowe: Kanada 2 (24, 25) - reality show, Kan. 2014
19.10 Aukcja w ciemno (9, 10) - serial dokumentalny

POLSAT 2
5.50 Wydarzenia
6.30 Nasz nowy dom (277) - reality show, Pol. 2022
7.30 Na ratunek 112 (887, 888) - paradok., Pol.
8.30 Sekrety rodziny (324-326) - paradok., Pol.
11.30 Trudne sprawy (930) - serial paradokumentalny
12.30 Dlaczego ja? (1490, 1491) - paradok.
14.30 Świat według Kiepskich (434-438) - serial kom., Polska 2014
17.00 48h. Zaginieni (117, 118) - serial kryminalny, Polska
19.00 Gliniarze (976) - serial paradokumentalny, Polska
20.00 Ślad (52) - serial krym.
21.00 Gliniarze (771) - paradok.

TVP SERIALE
5.25 Rodzinka.pl (82, 83) - serial kom., Polska 2013
6.25 Na sygnale (465, 466) - serial fabularno-dokum.
7.35 Ojciec Mateusz 2 (15) - serial kryminalny, Polska
8.35 Komisarz Alex (4) - serial kryminalny, Polska
9.30 Rodzinka.pl (84) - kom.
10.35 Klan (1431, 1432) - telen.
10.55 Ranczo 7 (82, 83) - obycz.
12.40 Komisarz Alex (5)
13.40 Ojciec Mateusz 28 (366, 367) - serial krym.
15.40 Komisarz Alex (6) - serial kryminalny, Polska
16.30 Na sygnale (467, 468) - serial fabularno-dokum.
17.35 Ranczo 7 (84, 85) - serial obyczajowy, Polska 2013

KINO POLSKA
6.00 Polska z góry. Zamki, dworki, pałace 3 (1)
6.30 Och! Kabaret (5) - rozr.
7.20 Polska z góry. Zamki, dworki, pałace 3 (2)
7.50 Polska Kronika Filmowa - serial dokum.
8.00 Moja mama - film krótkometrażowy, 2024
8.15 Wskreszenie
8.50 Trędowata - melodramat, 1976
10.50 Bitwa pod Wiedniem - dram. hist., Pol./Wł. 2012
13.35 Quo vadis (1, 2-ost.) - film
17.15 Pogranicze w ogniu (12, 13) - serial sensacyjny
20.00 Och, Karol! - komedia obyczajowa, 1985

AXN
6.05 FBI: Most Wanted (9, 10) - serial kryminalny, USA 2020
7.35 Agenci NCIS: Hawaje (17, 18) - serial kryminalny, USA 2021
9.25 Castle 8 (19, 20) - serial krym., USA 2015-2016
11.20 MacGyver (3, 4) - serial akcji, USA 2016-2017
13.10 Agenci NCIS: Hawaje (19, 20) - serial kryminalny
15.05 Agenci NCIS 19 (5, 6) - serial sensacyjny, USA
17.05 CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 2 (6, 7) - serial kryminalny, USA/Kanada 2001
19.05 Castle 8 (21, 22) - serial krym., USA 2015-2016

CANAL+ PREMIUM
9.00 MTV Unplugged: Maryla Rodowicz - koncert, Polska 2025
10.20 Łapu capu - pr. rozr., Pol.
10.25 Agent szczęścia - dok.
12.00 Wszyscy święci - film obyczajowy, Polska 2002
13.20 Hannah Arendt: Myślenie jest niebezpieczne - dok.
14.40 Krucjata Bourne'a - thriller, USA/Niemcy 2004, wyk. Matt Damon
16.25 Hollywood Buzz - mag.
16.55 To nie jest zagadka kryminalna (4) - krym.
17.50 Łapu capu - pr. rozr., Pol.
17.55 Azy! - dramat biograficzny, Czechy/Wielka Brytania/USA 2017

DRAMAT SENSACYJNY
20.00 Gangi Nowego Jorku - USA/Niem./Włochy 2002
23.30 Pulp Fiction - dramat sensacyjny, USA 1994, wyk. John Travolta, Uma Thurman
2.50 Ziarno prawdy - thriller, Polska 2015, wyk. Robert Więckiewicz, Magdalena Walach
5.10 Podróż za jeden uśmiech (4) - serial przygodowy, Polska 1971

KRYMINALNY
22.00 Komisarz Mama (1) - Zostaje zamordowana Zofia Marciniak. Szybko wychodzi na jaw, że ofiara, by utrzymać rodzinę, dorabiała do niskiej pensji jako prostytutka. Komisarz Matejko trafia na trop zabójcy. 60 min
23.00 Świat według Kiepskich (329, 330) - serial kom., Polska 2010
0.00 Ślad (104) - krym., Pol.
1.00 Zdrady II (57) - paradok.
2.05 Wydarzenia
2.55 Ewa Gołtje (520, 521)
4.00 SuperLudzie (19, 20)
5.10 Drwale i inne opowiesci Bieszczadzu (187) - serial dokum., Pol.
5.30 Telezakupy TV Okazje

KRYMINALNY
19.35 Ojciec Mateusz 28 (368) - Polska 2022
Znana lekarka pada ofiarą przestępstwa. Okazuje się, że utrzymywała tajemnicze relacje z bezdomnym, którego brat cierpi na niezdiagnozowaną chorobę. W sprawie włącza się ksiądz. 55 min
20.30 Komisarz Alex 25 (320) - serial kryminalny, Polska
21.30 Ranczo 7 (86, 87) - serial obyczajowy, Polska 2013
23.25 Ojciec Mateusz 29 (369, 370) - serial krym.
1.15 PiłBull (15, 16) - serial sensacyjny, Polska 2007
3.15 Gra z Cieniem (5) - krym.
4.05 Klan (1431) - telen., Pol.
4.35 Pan Mama (4) - kom.

KOMEDIODRAMAT
22.00 Skrzydlate świnię - 2010, reż. Anna Kazejak Oskar (Paweł Małaszyński, zdj.) jest kibicem drużyny Czarni Grodzisk. Brak perspektyw sprawia, że zgadza się podjąć pracę dla lokalnego bogacza. Jego koleśy uznają to za zdradę. 125 min
0.05 Obcy musi fruwać - komediodramat, Polska/Niemcy 1993
2.15 Dom zły - dramat kryminalny, 2009
4.50 Najpiękniejsze fajerwerki ever - film krótkometrażowy, 2017
5.40 Syn szczęścia - film krótkometrażowy, 2024
5.55 Plansza nocna (1) - kom.

SENSACYJNY
21.05 Agenci NCIS (17) - Weteran zostaje znaleziony martwego w swoim garażu. Śledztwo ujawnia, że pomagał afgańskim uchodźcom. Trop prowadzi do stosującej brutalne metody organizacji nacjonalistycznej. 55 min
22.00 Agenci NCIS: Hawaje 2 (6) - serial kryminalny
22.55 CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 2 (6, 7) - krym., USA/Kanada
0.45 Castle 8 (21, 22) - serial krym., USA 2015-2016
2.40 Agenci NCIS (17) - sens.
3.25 FBI 2 (10) - serial krym.
4.35 Walker: Strażnik Teksasu (11) - krym.
5.10 Blok promocyjny AXN

THRILLER
20.00 Cięcie - Wielka Brytania/USA 2024, reż. Sean Ellis Emerytowany bokser (Orlando Bloom, zdj.) dostaje szansę powrotu na ring. By walczyc o mistrzowski pas, musi zrzucić 12 kilogramów w 6 dni. 100 min
21.40 Zabójcza orka - horror, Australia/USA/Wielka Brytania 2026
23.10 Dom 1000 trupów - horror, USA 2003, wyk. Chad Bannon, William Basset
0.40 Problemista - komedia, USA 2023

13 ULICA
6.20 Zbrodnie idealne (23, 24) - serial kryminalny, Fr. 2017
8.35 Petra 3 (2) - serial krym.
10.35 Chicago P.D. 10 (4, 5) - serial kryminalny, USA
12.25 Magnum: Detektywy z Hawajów 3 (13, 14)
14.15 Zbrodnie idealne (25, 26)
16.25 Grace (1) - krym., Wlk. Bryt.
18.20 Chicago P.D. 10 (6, 7) - serial kryminalny, USA
20.10 Magnum: Detektywy z Hawajów 3 (15, 16) - serial sensacyjny, USA
22.00 Kobra - oddział specjalny (3) - sens., Niem.
0.00 Chicago P.D. 13 (20) - serial kryminalny, USA
0.55 Grace (1) - krym., Wlk. Bryt.
2.50 Zbrodnie idealne (24-26) - serial kryminalny, Fr. 2017

POLSAT FILM
6.05 Rolnicy - Tak się żyje u nas na wieś (97-99) - dok.
7.30 Doktor Martin (15)
8.30 Przyjaciółki (285, 286)
10.25 Świat według Kiepskich (131, 132, 197, 198, 140, 141, 68) - serial komediodramat
14.20 Paddington - film obyczajowy, Wielka Brytania/Francja/USA 2014
16.20 50 pierwszych randek - kom. romant., USA 2004
18.35 Burleska - film muzyczny, USA 2010, wyk. Cher
21.00 Miłość na pierwszą stronę - komedia romantyczna, Polska 2022
23.20 Bękarty wojny - dramat filmowy, USA/Niemcy 2009
2.35 Ślad (103, 18, 19) - krym.
5.30 Na ratunek 112 (836)

HBO
10.55 Przeznaczenie - thriller filmowy, Australia/USA 2014
12.30 Pasażerowie - dramat filmowy, USA/Australia 2016
14.25 La Grazia - dramat filmowy, obyczajowy, Włochy 2025
16.35 Do usług szanownej pani - komediodramat, Luksemburg/Francja 2023
18.25 Zabawy w piłkę - komedia, USA/Niem. 2004
20.00 Our Son - dramat filmowy, USA 2023
21.45 Morderstwa w Austin (5)
23.20 USA kontra trzęsiska ziemia: Cztery lata z kadra narodowa (2) - serial dok.
0.25 Amrum - dramat filmowy, Niemcy 2025
2.00 Porzucić noc - dramat filmowy, Bel./Fr./Kanada 2023

WARNER TV
8.25 JAG - Wojskowe Biuro Śledcze 9 (11) - serial sens.
9.20 Bajer z Bel-Air 3 (16, 17)
10.20 Prawo Agaty (9) - obycz.
11.20 Pełna chata 6 (17, 18)
12.15 JAG - Wojskowe Biuro Śledcze 9 (12, 13) - sens.
14.10 Bajer z Bel-Air 3 (16-19)
16.05 Pełna chata 6 (17-20) - serial komediodramat, USA
18.10 Paszport do Paryża - film familijny, USA 1999
19.55 Stosunki międzymiastowe - komedia romantyczna, USA 2010
22.00 Wywiad z wampirem - horror, USA 1994
0.20 Pocałunek smoka - dram. filmowy, USA/Francja 2001
2.15 Czerwona Planeta - film s.f., USA/Australia 2000

ALE KINO+
9.25 Mother Dear
10.00 Grantchester 10 (1, 2)
12.05 Vera (3) - serial kryminalny
14.00 Opadające liście - komediodramat, Niemcy/Finlandia 2023
15.40 Rebeliant - dramat filmowy, USA 2016
18.15 Vera (4) - serial kryminalny
20.10 Ja, kapitan - dram. obycz., Włochy/Belgia/Fr. 2023
22.35 Miasteczko Cut Bank - thriller, USA 2014
0.35 How to Have Sex - dramat obycz., Wlk. Bryt./Francja/Belgia 2023
2.20 Kruk 2. Czorny Woron nie śpi (3) - serial krym.
3.20 Zurek - film obyczajowy, Polska 2003
4.35 Po pierwsze...

CANAL+ FILM
12.30 Peacock - thriller, USA 2010, wyk. Cillian Murphy
14.00 Saga „Zmierzczeni”: Księżyc w nowiu - film fantasy, Australia/USA 2009
15.55 Balony - film krótkometr.
16.25 Zapaleńcy. Historia polskiego filmu animowanego - film dok.
17.55 Jason Bourne - thriller, USA 2016, wyk. Matt Damon
19.55 Łapu capu - rozr., Pol. 2026
20.00 Ukryty motyw - thriller, Włochy/Dania/Szwecja/Francja 2024
21.35 Nieukończony film - dramat obyczajowy, Singapur/Niemcy/USA 2024
23.20 Kill Bill: Vol. 2 - film sensacyjny, USA 2004
1.35 To się nie dzieje - thriller, Polska 2025

SCI FI
6.00 Sanktuarium: Opowieść czarownicy (2) - krym.
7.00 Orphan Black: Echa (2-4)
10.00 Bibliotekarze 2 (9, 10)
11.50 Czarodziejki 8 (5, 6)
13.40 Grimm 5 (3, 4) - fantasy
15.30 Bibliotekarze 3 (1, 2) - serial przyg., USA 2016
17.20 Czarodziejki 8 (7, 8) - serial fantasy, USA 2005
19.10 Grimm 5 (5, 6) - fantasy
21.00 Izombie 3 (9-12) - serial grozy, USA 2015
1.00 Zmierzczeni - film fantasy, USA 2008
3.25 Czarodziejki 8 (7, 8) - serial fantasy, USA 2005
5.05 Sanktuarium: Opowieść czarownicy (2) - krym.

PARAMOUNT NETWORK
10.50 Michael - film obyczajowy, USA 1996
13.00 Czarodziejki (17, 18)
15.00 Pingwin z Madagaskaru 2 (14) - serial animowany
15.25 Wasabi: Hubert - film zawodowiec - film sensacyjny, Francja/Japonia 2001
17.25 Indiana Jones i ostatnia krucjata - film przyg., USA/Włochy/Hiszp. 1989
20.00 Świat w ogniu - film sensacyjny, USA 2019
22.30 Londyn w ogniu - film sensacyjny, Wielka Brytania/USA/Bulgaria 2016
0.25 Elita zabójców - film sensacyjny, USA/Australia/Wielka Brytania 2011

FX
9.00 Z archiwum X (2) - s.f.
10.00 CSI: Kryminalne zagadki Miami (20, 21) - krym., USA
11.50 CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku (8, 9)
13.45 Agenci NCIS (13, 14)
15.35 SkyMed (4) - obycz., Kan.
16.30 CSI: Kryminalne zagadki Miami (1, 2) - serial krym.
18.20 Z archiwum X (3) - s.f.
19.15 FBI 3 (5) - serial kryminalny
20.10 CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku (10, 11) - serial krym., USA/Kanada
22.00 Paradise (5) - serial krym.
23.00 Z archiwum X (3) - s.f.
0.05 Tropiciel (17) - serial krym.
0.55 FBI 3 (5) - serial kryminalny
1.50 Agenci NCIS (14) - sens.

KINO T.V.
8.35 Zagadki kryminalne panny Fisher (1, 2) - krym.
11.00 Panna Scarlet i komisarz 3 (3, 4) - krym.
13.10 Poirot - serial kryminalny
15.15 Zagadki kryminalne panny Fisher (3, 4) - krym.
17.55 Panna Scarlet i komisarz 3 (5, 6) - krym.
20.00 Czas patriotów - film sensacyjny, USA 1992
22.40 Mgła - horror, USA 2007, wyk. Thomas Jane, Marcia Gay Harden
1.10 Spacer w chmurach - melodramat, USA/Meksyk 1995, wyk. Keanu Reeves
3.35 Krwawe walentynki - horror, USA 2009

CANAL+ SERIALE
9.50 Karl Lagerfeld. Objawienie (2) - dok., Fr.
10.35 Premierowa jazda - mag.
11.00 Naruto (8-10) - anime, Jap.
12.30 Hollywood Buzz - mag.
13.00 Wszystko czego nie zdążyliśmy powiedzieć (1-3) - serial komediodramat, Fr.
14.50 Byłem królem (1, 2) - dok.
17.35 Cat's Eyes (2) - przyg., Fr.
18.35 łapu capu Extra (139)
18.40 Captain Tsubasa (4-6)
20.00 Para z sąsiedztwa (3, 4)
21.45 Maly Grand Hotel (7)
22.00 El Inmortal. Gangi Madrytu 2 (5, 6) - sens.
23.50 Kiedy ślub? (3, 4) - kom.
1.40 Sortownia (1, 2)
3.20 łapu capu Extra - pr. rozr.

CANAL+ 360
14.00 Najbardziej ekstremalne miejsca na świecie 2 (5)
15.00 Co poszło nie tak (4)
16.00 Supersamoloty bojowe (1) - serial dokumentalny
17.00 Zholowani: ciężarówka w opalach 8 (3) - dok.
18.00 Porzucone konstrukcje 4 (8) - dok., Wlk. Bryt.
18.55 Najbardziej ekstremalne miejsca na świecie 2 (4)
19.50 Zholowani: ciężarówka w opalach 8 (4) - dok.
20.50 Koleją przez świat (6)
22.00 Hot Roads - Najniebezpieczniejsze drogi świata 2 (2) - serial dokum.
23.00 Supersamoloty bojowe (1) - serial dokumentalny

**TLC**

**11.00 Wiza na miłość:** Loren i Alexei w oczekiwaniu na dziecko

**12.00 Miłość bez tłumaczenia**  
Przyjaźni wielkiej wagi 2 – reality show

**13.00 Wiza na miłość:** pierwsze spotkanie, pościelowe rozmowy 7

**16.00 Historie wielkiej wagi**  
Historie wielkiej wagi: Meksyk: Iliana Carrera

**19.00 Wiza na miłość:** Romans na Karaibach 2 – reality show

**20.00 Rodzina 10+ 8 (8)** – rozr.



**21.00** Premiera: **Wiza na miłość: znowu do wzięcia 5 (13)**

**22.00 Wiza na miłość: Single na polowaniu**

**0.00 Dr Pryszczylła – kulisy:** Ostatni jednorzec – dok.

**1.00 Rodzina 10+ 8 (8)** – rozr.

**2.00 Wiza na miłość: znowu do wzięcia 5 (13)**

**POLSAT CAFÉ**

**6.00 Przyjaciółki (29, 30)** – serial obycz., Pol. 2014

**8.05 Co ludzie powiedzą (15)** – serial komediowy

**8.50 Hell's Kitchen – Piekielna Kuchnia (9, 10)** – reality show, Pol.

**12.15 Amazonki** – film dokum.

**12.30 Bogaty dom – biedny dom (95, 96)**

**14.30 Kolacja w ciemno (22, 23)** – pr. rozr., Polska

**16.30 Hell's Kitchen – Piekielna Kuchnia (29)**

**18.00 Nasz nowy dom (270, 271)** – reality show

**20.00 Walka o życie (2)** – dok.



**21.00 Ambulans (3, 4)** – serial dokumentalny, Polska

**23.00 Gry mażeńskie (100, 101)** – reality show

**1.00 Kolacja w ciemno (21, 22)** – pr. rozr., Polska

**3.05 Wzięzione kobiety (66, 67)** – serial dokum.

**4.00 Zdrady (101, 102)** – serial paradokumentalny, Polska

**TVN STYLE**

**5.15 I nie opuszczę Cię aż do ślubu (4)** – reality show, Polska 2015

**5.50 Damy i wiesniaczki. PL 7 (8)** – serial fab.-dok.

**6.45 Złóż remont (2)** – pr. rozrywk., Pol. 2017

**7.45 Dzień Dobry TVN** – magazyn

**11.20 Ugotowani (6, 7)** – pr. kulin.-rozrywk., Polska

**13.30 Kuchenne rewolucje (6, 5)** – pr. rozr., Pol. 2025

**15.35 Jestem z Polski 15 (18, 4)** – serial dokum., Pol.

**17.40 Kuchenne rewolucje (9-11)** – pr. rozr., Pol. 2019



**20.50 Bitwa o gości (1)**

**21.50 Jestem z Polski 16 (7)**

**22.50 Jestem z Polski 14 (10)**

**23.45 Hotel Paradise 11 (25, 26)** – reality show, Pol.

**1.45 Apetyt na miłość 5 (1)**

**2.50 Wiem, co jem i wiem, co kupuję (9, 10)** – mag.

**4.20 Zrób coś z tym dzieckiem (3)** – mag.

**DISCOVERY CHANNEL**

**10.00 Klan z Alaski (2)**

**11.00 Przetwac (nad Jonkiem)**

**12.00 Fani czterech kółek (21)**

**13.00 Nagi instynkt przetwarzania – 21 dni samotności**

**15.00 Złomowisko PL 5 (3)**

**16.00 Gorączka złota 16**

**17.00 Nic do zgłoszenia (4)**

**18.00 Poda cywilizacją (4)**

**19.00 Nagi instynkt przetwarzania: nagroda za przeżycie 3**

**21.00 Premiera: Gorączka złota 16**



**22.00 Premiera: Łowcy opali 8**

**23.00 Premiera: Akta ekspedycji 2**

**0.00 Mike Brewer: przeroibi i sprzedać (5)**

**1.00 Hot rod wg Kindiga (2): 24-karatowa magia**

**2.00 Militaria na warsztat 5**

**3.00 Królowie asfaltu (9)**

**4.00 Zoom na architekturę**

**DISCOVERY CHANNEL**

**8.30 Pogranicze w ogniu (21)** – serial sens., Polska

**9.50 Wszystkie kolory świata (22)**

**10.55 Podziemne Włochy (2)**

**12.00 Dzień, który zmienił Azję (3)** – cykl dokum.

**14.00 Królowie (34)** – hist., Pol.

**14.35 Pogranicze w ogniu (22)** – serial sens., Polska

**15.45 Sensacje XX wieku**

**17.40 Czas honoru (73)** – serial wojenny, Polska 2013

**18.40 Encyklopedia II wojny światowej: Podwodna wojna, część 1 – dok.**

**19.10 Flesz historii**



**19.35 Królowie (73)** – hist., Pol.

**20.10 Ekstradycja 3 (3)** – sens.

**21.10 Zbrodnie sprzed lat (3): Krew w Białym Mieście**

**22.05 Od stepów Kubania po Niepodległość – dok.**

**23.15 Sensacje XX wieku**

**1.25 Encyklopedia II wojny światowej (2): Droga przez piekło – serial dok.**

**FOKUS TV**

**8.55 Wehikuł czasu**

**9.00 Starożytni kosmici (13)**

**10.00 Gwiazdy lombardu (22-25)** – reality show, USA

**12.00 Wielkie konstrukcje III Rzeczy: Taktyka i uzbrojenie (4)** – dok.

**13.00 Poszukiwacze historii (2, 3)**

**14.00 Druga wojna światowa w lczbach (1, 2)** – dok., Wlk. Bryt.

**16.00 Premiera: Dorwać tuńczyka (15, 16)** – dok.

**18.00 Rolnicy. Podlasie (18, 19)** – serial dokum.

**20.00 Galileo (10)**



**21.00 Premiera: Poszukiwacze historii (11, 12, 1, 2)**

**23.00 Premiera: Ostatnie tajemnice Hitlera – dok.**

**0.00 Starożytni kosmici (4)** – serial dokum., USA 2010

**1.00 Rolnicy. Podlasie (25-28)** – serial dok., Pol.

**5.00 Kolowrotek (4, 5)** – magazyn wędkarski

**METRO**

**8.35 Szpital (748, 749)** – paradok.

**10.35 Sędzia Anna Maria Wesołowska (317, 318)**

**12.35 Szkoła (700)** – paradok., Pol.

**13.35 Zapiski na życie 5 (11)**

**14.35 Zapukaj do moich drzwi (157)** – telen., Turcja 2020

**15.45 The Floor** – teleturniej, Pol.

**17.00 Fani czterech kółek 16**

**18.00 Prawo Agaty 5 (11)** – obycz.

**19.00 Kartoteka 10 (16, 17)**

**21.05 Kryminalni (1, 2)** – krym.

**23.20 Kuba Wolejowodzki**

**0.25 Zbrodnie w wszystkich stron gazet 2** – serial dok.

**1.25 Szpital (744)** – paradok., Pol.

**2.20 Szkoła (842, 843)** – paradok.

**4.15 Nowa Maja w ogrodzie 3**

**4.50 Nowa Maja w ogrodzie 4**

**ZOOM**

**6.00 Kojak 2 (7, 8)** – serial krym.

**8.00 Strażnik Tekساس (14, 15)**

**9.50 MacGyver 2 (7, 8)** – sens.

**11.55 Pułapki umysłu**

**13.00 Wojny magazynowe: Kanady** – reality show, Kan.

**14.10 Pod pokładem 11**

**15.25 Sensacje XX wieku – hist.**

**17.50 Wojciech Ciejrowski – bosso przy świat**

**20.00 Kobra – oddział specjalny 23 (1, 2)** – sens.

**22.00 Pod pokładem 11**

**23.00 Magia nagoci 8. Szwecja**

**23.50 Magia nagoci 6** – pr. rozr.

**0.55 Magia nagoci. Dania**

**1.45 Kabaretowe przeboje 4**

**2.50 Kabaretowe przeboje 3**

**3.50 I love kabaret** – pr. rozr., Pol.

**FOOD NETWORK**

**10.35 MasterChef** – pr. rozrywk.

**12.05 Sexy kuchnia Magdy Gessler** – magazyn kulinarny

**13.10 Miłość od kuchni** – pr. rozr.

**14.10 Akcja: Restauracja!**

**15.10 Ogniem i patelnią 3**

**16.15 Kuchenne rewolucje** – rozr.

**17.15 Magda gotuje internet**

**17.50 Apetyt na miłość** – pr. rozr.

**18.50 Dziecięce mistrzostwa wypieków** – telet. kulin.

**19.50 Kulinarny poker**

**20.55 Kulinarne podróże z Guyem Fierim** – mag.

**22.05 Pyszne miejscówki** – mag.

**23.10 Akcja: Restauracja! 19**

**0.10 Człowiek kontra jedzenie**

**0.40 Człowiek kontra jedzenie. Mięsożercy** – mag. kulin.

**DISCOVERY SCIENCE**

**6.00 Jak to jest zrobione?**

**8.00 Jak działa wszechświat?**

**11.00 Czy jest z nami inżynier?** – serial dokumentalny

**12.00 Niemiecka budowlanka**

**13.00 Kosmiczna mapa scharbów**

**15.00 Jak działa wszechświat?**

**18.00 Jak to jest zrobione?**

**21.00 Jak to jest zrobione? 25**

**23.00 Zwykłe rzeczy** – niezwykle wynalazki 16: Traktory i dzwonki dla krów; Zupa z płaszczy gniazd i wiosła; Turbosprężarka i plastikowe drogi; Zagłę i miecze ceremonialne – serial dok.

**1.00 Jak działa wszechświat?**

**4.00 Podziemne sekrety**

**NATIONAL GEOGRAPHIC**

**12.00 Logistyka na wielką skalę**

**13.00 Wojna szpiegów (3)** – dok.

**14.00 Gułag – system śmierci (3)**

**15.00 Strzęgąc granic** – serial dok.

**16.00 Egipt: Miejsce pełne tajemnic**

**17.00 Starożytne Ameryki (2)**

**18.00 Historia Związku Radzieckiego (1)** – film dok.

**19.00 Wielkie konstrukcje III Rzeczy: Piekielna wyspa**

**20.00 Katastrofa w przestworzach: Podjęcie w ulewie inżynieria po katastrofie**

**22.00 Jak oni zbudowali?**

**23.00 Mega Metro: Co leży poniżej**

**0.00 Katastrofa w przestworzach: Raport specjalny**

**1.00 Życie na Alasce**

**BBC EARTH**

**12.20 Najpiękniejsze trasy spacerowe** – serial dokum.

**13.20 Dynastie 2: Gepard** – dok.

**14.25 W okowach mrozu 2** – dok.

**15.25 Życie na pustkowiu: powroty** – serial dokum.

**16.25 Układ Słoneczny** – dok.

**17.40 Siedem światów, jedna planeta** – serial dokum.

**18.45 Najpiękniejsze trasy spacerowe** – serial dokum.

**19.45 Przyszłość natury** – serial dokumentalny

**20.55 Życie na pustkowiu: powroty** – serial dokum.

**21.55 W okowach mrozu 2** – dok.

**22.55 Zdrowa zmiana 2** – dok.

**0.05 Superchirurgzy: szansa na życie 2** – serial dokum.

**WP**

**9.50 Pogoda**

**10.00 Kate: przyszła królowa**

**11.00 Porzucone budowle 11**

**12.00 Wariaci za kierownicą 4**

**13.00 Maklowicz w podróży**

**14.00 Pokochaj lub sprzedaj Vancouver 3** – serial dokum.

**16.55 Pogoda**

**17.00 Komisarz Cassandre: Zbrodnie w Alpach 9 (1)**

**19.00 Policjanci z sąsiedztwa 6**

**21.00 Strazacy z sąsiedztwa 2**

**21.55 Pogoda**

**22.00 Mistrzowie Kabaretu 4**

**23.00 Mistrzowie Kabaretu 12**

**0.00 Przeboje kabarety**

**1.00 Mistrzowie Kabaretu 2**

**2.00 1, 2, 3... Kabareci 3** – pr. rozr.

**NOWA TV**

**9.30 Całkiem nowe lata miodowe (15)** – serial kom.

**10.00 Miodowe lata (23)** – kom.

**10.30 Wzięzione** – serial dokum.

**11.00 Poirot 8** – serial kryminalny

**13.00 Poirot 9 (1)** – krym., Wlk. Bryt.

**15.00 Świat według Bundy'ch 6 (115-120)** – serial komediowy

**18.00 Całkiem nowe lata miodowe (12)** – serial kom.

**18.30 Miodowe lata (90-92)**

**21.00 Zdrady (112)** – paradok., Pol.

**22.00 Ślad (23, 24, 88)** – krym., Pol.

**1.00 Łowca pedofilów** – dok.

**3.00 TV okazje**

**3.50 Wehikuł czasu**

**4.00 Sala operacyjna**

**5.00 Pod lupą MIGACZ**

**HGTV HOME & GARDEN**

**11.00 Zarobić na remoncie 7**

**11.31 Usterka 11 (15, 16)** – serial fabularno-dokumentalny

**13.00 Zbudujemy większy dom**

**14.05 Zbudujemy fajny dom 2**

**15.00 Mieszkanie na miarę**

**16.00 Mieszkanie na miarę 2**

**17.00 Polowanie na ogród** – rozr.

**18.15 Weekendowa metamorfoza** – pr. rozrywk.

**20.05 Dorota was urządził** – rozr.

**21.35 Będzie pięknie** – pr. rozr.

**22.35 House Hunters – Poszukiwacze domów 5**

**23.35 House Hunters – Poszukiwacze domów 2**

**0.50 Kupujemy dom na plaży 26** – serial dokum.

**TRAVEL CHANNEL**

**6.00 Nowe życie w Meksyku**

**8.05 Kobieta na krańcu świata**

**10.10 Niezwykłe Stany Prokopa**

**12.15 Pojedynki Eda Stafforda**

**14.20 Człowiek kontra jedzenie**

**14.55 Kobieta na krańcu świata**

**17.15 Rodzina na camping** – serial dokumentalny

**19.15 Ciężarówka przez Stany** – program rozrywkowy

**21.35 Miasta, w których straszycie** – serial dokumentalny

**23.40 Kobieta na krańcu świata** – serial dokumentalny

**1.25 Pojedynki Eda Stafforda** – serial dokumentalny

**3.30 Rodzina na camping** – serial dokumentalny

**NATIONAL GEOGRAPHIC WILD**

**8.00 Dorastanie w świecie zwierząt: Szympaniętko**

**9.00 Niezwykły dr Pol**

**12.00 Zabójcze safari: Walki wielkich kotów** – film dok.

**13.00 Przedziwna planeta Ziemia: Oświecenie** – dok.

**14.00 Tygrysa królowa z Taru**

**15.00 Walki zwierząt**

**16.00 Kraina dzikich zwierząt**

**17.00 Homozyste zwierzęta: Nastoletni terroryści** – dok.

**18.00 Dzikie Wetnamy**

**19.00 Zwierzęta w amoku**

**20.00 Niszczycielskie żywioły**

**21.00 Niezwykły dr Pol**

**2.00 Dorastanie w świecie zwierząt: Szympaniętko**

**POLSAT WIASAT HISTORY**

**12.00 Czolg: najważniejsza broń II wojny światowej**

**13.05 Zagnione mumie Inków**

**14.15 Świta Hitlera**

**16.35 Tajemnice templariuszy**

**17.50 Wojna światowa: 1914-1945: Nadzieja na trwały pokój: 1944-1949**

**18.50 Czolg: najważniejsza broń II wojny światowej**

**20.00 Wielkie konflikty: powstania i upadki cywilizacji**

**21.00 Pracując dla wroga**

**22.10 Sekrety Watykanu: papież i diabeł**

**23.15 Kto napisał Nowy Testament? – film dok., Fr.**

**CANAL+ KUCHNIA**

**13.25 M jak mięso 4**

**14.25 ABC gotowania...** – mag.

**14.50 Włoskie życie Sophie Grigson** – serial dokum.

**15.45 Luke Nguyen w Indiach**

**16.15 Sachie w Nowej Zelandii 2**

**16.40 Gotuj taniej z Jamieem**

**17.35 Luke Nguyen w Indiach**

**18.30 Sachie w Nowej Zelandii 2**

**18.55 M jak mięso 4: Indie** – dok.

**19.25 M jak mięso 5: Kurczak**

**20.15 M jak mięso 10** – mag. kulin.

**21.15 Anthony Bourdain – miejsca nieznanne 9** – dok.

**23.55 Kolacja z Gavinem Rossdale'em**

**CANAL+ DOMO**

**12.50 Gardeners' World 16**

**14.05 Cudotwórcy 7** – mag.

**15.00 Kupcie sobie zamek! 2**

**15.55 Daleko od miasta 13** – dok.

**16.20 Daleko od miasta 14** – dok.

**16.50 Gardeners' World 16**

**18.00 Ucieczka na wies 25** – dok.

**18.55 Wielkie projekty: Australia 10** – serial dokum.

**19.50 Letnie inspiracje** – dok.

**20.00 Daleko od miasta 13** – dok.

**21.00 Cudotwórcy 7** – mag.

**22.00 Cztery pory roku w ogrodach Kew** – dok.

**22.50 Gardeners' World 14**

**23.55 Adres: rezydencje marzeń**

**SUPER POLSAT**

**10.30 SuperMocni** – mag.

**11.00 Świat według Kiepskich (383-386)** – serial kom., Polska

**13.30 Bitwa o palety**

**14.30 Hell's Kitchen – Piekielna Kuchnia 5** – reality show, Pol.

**16.30 Ninja Warrior Polska**

**18.25 Świat według Kiepskich (475, 515, 516)** – serial kom.

**20.00 Ziomiarze** – serial dokum.

**21.05 Holmes i Watson** – komedia

**FILM** kryminalna, USA/Kanada 2018

**22.55 Siedmiu wspaniałych** – western, USA/Australia 2016

**1.35 Świat według Kiepskich (23, 35, 466-468)** – kom., Pol.

**TVP Kobieta**

**14.00 Omnibus – szybcy i mądrzy** – teleturniej

**14.35 Omnibus – szybcy i mądrzy** – dogrywka

**15.00 Operacja zdrowie** – mag.

**15.30 Ojciec Mateusz 31 (399, 400)** – serial kryminalny

**17.25 Magiczny Adriatyk**

**18.30 Żona dla Polaka. Toronto**

**19.30 Miłość i nadzieja (271)**

**20.30 Wichrowe wzgórze (252)**

**21.30 La Promesa – pałac tajemnic (250)** – serial obycz.

**22.30 Nigdy nie mów nigdy** – komedia obycz., Pol. 2009

**0.30 Niebezpieczne drogi**

**PLANETE+**

**13.45 Podróż do wnętrza chmur**

**14.50 Piesze wędrówki po świecie** – serial dokum.

**15.50 Niezwykłe podróże**

**15.55 360° Świat bez granic**

**16.00 Dokąd dzisiaj? 4** – dok.

**18.45 Boris Becker. Wzlot i upadek (1)** – film dokum.

**19.45 Jak Normanowie podbili Irlandię (1)** – film dokum.

**20.50 Berlin 1936. Olimpiada pod znakiem swastyki**

**22.00 Sowiecki futbol. W uścisku władzy** – dok.

**23.10 Strefa nagości** – serial dok.

**TVP DOKUMENT**

**12.45 Świątynie świata**

**13.50 Zjawiskowe góry Portugalii** – dok., Portugalia

**14.50 Kalendarz przyrody**

**15.50 Cukrzyca, słony rachunek**

**16.50 Karnawaly**

**17.55 Sanatorium miłości 2**

**18.55 Ostatnia tajemnica Marilyn** – film dokumentalny

**20.00 Świątynie świata**

**21.05 Najwspanialsze ikony natury: Ogień** – serial dokum.

**22.10 Królowie mafii: Maria Duraccio** – serial dokum.

**23.10 Barbara Włodarczyk zaprasza** – magazyn

<p><b>TVP SPORT</b></p> <p><b>8.10 Piłka nożna kobiet:</b> Eliminacje mistrzostw świata: Holandia – Polska</p> <p><b>10.15 Boks:</b> Polska Liga Boksu: CKB Potężnie Ciechocinek – Królewski Kraków</p> <p><b>12.40 Droga do mundialu 2026</b> – magazyn pikarski</p> <p><b>13.45 Koszykówka mężczyzn:</b> NBA – mecz finałowy fazy play-off</p> <p><b>14.40 Film dokumentalny 15.55 Odliczanie do mundialu</b></p> <p><b>17.50 Oko w oko</b> – mag.</p> <p><b>18.30 Piłka nożna:</b> MŚ 2026 – studio (live)</p>	<p><b>EUROSPORT 1</b></p> <p><b>11.00 Discovery golf</b></p> <p><b>11.30 Triathlon:</b> T100 World Tour – San Francisco</p> <p><b>12.00 FIA WEC:</b> Wyścig 24-godzinny w Le Mans – kwalifikacje</p> <p><b>13.30 Kolarstwo:</b> Tour Auvergne-Rhône-Alpes</p> <p><b>15.20 Kolarstwo:</b> Tour Auvergne-Rhône-Alpes – 5. etap (live)</p> <p><b>17.15 Kolarstwo górskie:</b> PŚ w Loudenvielle</p> <p><b>18.00 Cycling Show</b> – mag.</p> <p><b>18.30 FIA WEC:</b> Wyścig 24-godzinny w Le Mans – kwalifikacje</p>	<p><b>POLSAT SPORT 1</b></p> <p><b>6.00 Siatkówka mężczyzn:</b> LN – mecz: Kuba – Polska</p> <p><b>8.00 Lekkoatletyka:</b> Diamentowa Liga w Oslo</p> <p><b>10.15 Siatkówka mężczyzn:</b> Liga Narodów – mecz: Chiny – Ukraina (live)</p> <p><b>13.45 Siatkówka mężczyzn:</b> Liga Narodów – mecz: Słowenia – Polska (live)</p> <p><b>16.00 Siatkówka mężczyzn:</b> Liga Narodów – studio (live)</p> <p><b>17.00 Siatkówka mężczyzn:</b> LN – mecz: Kuba – Polska</p> <p><b>19.30 Siatkówka mężczyzn:</b> LN: Słowenia – Polska</p>	<p><b>TVP ABC</b></p> <p><b>11.05 Male i duże przygody Miffy</b></p> <p><b>11.35 Stacyjkowo</b></p> <p><b>11.55 Strażak Sam</b></p> <p><b>12.25 Domisie</b></p> <p><b>13.00 Szkoła z Klexem Bystrzakiem</b></p> <p><b>13.20 Pszczółka Maja</b></p> <p><b>13.50 Lupin wśród bajek</b></p> <p><b>14.05 Lassie i przyjaciele</b></p> <p><b>14.45 Yakari</b></p> <p><b>15.15 Al-Chemik</b></p> <p><b>15.35 Bella i Sebastian</b></p> <p><b>16.05 Krecio</b></p> <p><b>16.35 Tygrysek Percy i jego opowieści</b></p> <p><b>17.05 Dino Ranczo</b></p>	<p><b>MINIMINI+</b></p> <p><b>10.51 Basia 2</b></p> <p><b>11.17 Koci domek Gabi</b></p> <p><b>11.45 Mush-Mush i Grybaszki</b></p> <p><b>12.10 Strażak Sam 16</b></p> <p><b>12.25 Blaze i megamaszyny 2</b></p> <p><b>12.50 Moje urodziny</b></p> <p><b>13.00 Blaze i megamaszyny 2</b></p> <p><b>13.30 Koci domek Gabi</b></p> <p><b>13.55 Moje urodziny</b></p> <p><b>14.03 Kicia Kocia</b></p> <p><b>14.22 Cloudy &amp; Stormy</b></p> <p><b>14.45 Gazu, pieski, gazu!</b></p> <p><b>15.10 Baranek Shaun</b></p> <p><b>15.36 Jeżyk Happy</b></p> <p><b>15.55 Mały Charlie</b></p> <p><b>16.05 Mega Ekspres</b></p>	<p><b>TVN 24</b></p> <p><b>7.30 Rozmowa Piaseckiego</b></p> <p><b>8.00 Serwis informacyjny, Prognoza pogody</b></p> <p><b>10.00 Serwis informacyjny, Prognoza pogody</b></p> <p><b>11.00 Serwis informacyjny, Prognoza pogody</b></p> <p><b>12.00 Serwis informacyjny, Prognoza pogody</b></p> <p><b>14.00 Serwis informacyjny, Prognoza pogody</b></p> <p><b>15.00 15 na żywo</b></p> <p><b>16.00 Fakty po południu</b></p> <p><b>18.00 Tak jest – pr. publicyst.</b></p> <p><b>19.15 Serwis informacyjny</b></p> <p><b>19.30 Fakty po Faktach</b></p> <p><b>20.00 Kropka nad i – pr. publ.</b></p>
<p><b>20.40 Piłka nożna:</b> MŚ 2026 – mecz grupy A: Meksyk – RPA (live)</p> <p>Gospodarze po raz szósty grają w meczu otwarcia. Nigdy jednak go nie wygrali.</p> <p><b>0.05 Boks:</b> Gala w Bournemouth – podsumowanie</p> <p><b>2.00 Boks:</b> Gala w Londynie: A. Azim – S. Claggett</p>	<p><b>19.45 FIA WEC:</b> Wyścig 24-godzinny w Le Mans – hyperpole (live)</p> <p><b>22.30 The Power of Olympics</b></p> <p><b>22.45 FIA WEC:</b> Wyścig 24-godzinny w Le Mans – 4. trening (live)</p> <p><b>0.15 Kolarstwo:</b> Tour Auvergne-Rhône-Alpes – 5. etap</p>	<p><b>21.45 Siatkówka mężczyzn:</b> Liga Narodów – mecz: Niemcy – Włochy (live)</p> <p><b>0.00 Siatkówka mężczyzn:</b> Liga Narodów – mecz: Słowenia – Polska</p> <p><b>1.15 Siatkówka mężczyzn:</b> Liga Narodów – mecz: Kanada – Francja (live)</p>	<p><b>17.30 Piotruś Królik 2</b></p> <p><b>18.00 Nowe przygody Piotrusia Pana</b></p> <p><b>18.25 Leo da Vinci</b></p> <p><b>19.00 Tyciaki</b></p> <p><b>19.20 Ernest i Celestyna</b></p> <p><b>19.50 Czytanie przed snaniem</b></p> <p><b>20.30 Głębia</b></p> <p><b>20.55 Robozuna 2</b></p>	<p><b>16.30 Ciekawski George 7</b></p> <p><b>17.00 Strażak Sam 16</b></p> <p><b>17.25 Staś i fajna Babcia</b></p> <p><b>17.50 Moje urodziny</b></p> <p><b>17.56 Smerfy</b></p> <p><b>18.25 Leśna rodzina. Freya spełnia swoje marzenia</b></p> <p><b>18.50 Baczne oczka</b></p> <p><b>19.05 Kicia Kocia</b></p>	<p><b>20.30 Czarno na białym</b></p> <p><b>21.00 Polska i świat</b></p> <p><b>22.00 Szkoła kontaktowe</b></p> <p><b>23.00 Dzień po dniu</b></p> <p><b>0.25 Biznes</b> – pr. publicyst.</p> <p><b>0.45 Fakty po Faktach</b></p> <p><b>1.20 Kropka nad i – pr. publ.</b></p> <p><b>1.50 Tak jest – pr. publicyst.</b></p> <p><b>2.50 Nowa Maja w ogrodzie</b></p> <p><b>3.10 Akademia ogrodnika</b></p>
<p><b>CANAL+ SPORT</b></p> <p><b>13.30 Premier League Stories</b></p> <p><b>14.05 Bohater z Cienia (1)</b></p> <p><b>14.40 Premier League Review</b></p> <p><b>15.45 Piłka nożna:</b> Liga hiszpańska</p> <p><b>18.00 Premier League Stories (44)</b></p> <p><b>18.30 Piłka nożna:</b> PKO BP Ekstraklasa – podsumowanie sezonu 2025/2026</p> <p><b>19.35 Magazyn Ligi Mistrzów UEFA</b></p> <p><b>20.30 Speedway+</b></p> <p><b>21.10 Sporty walki:</b> ONE Fight Night 43: T. Kai – S. Gasanov</p> <p><b>22.15 Boks</b> – waga średnia: Maki Pitolo – Doug Colltrane</p> <p><b>23.15 Premier League Stories (44)</b></p> <p><b>23.50 Premier League Review</b></p>	<p><b>EUROSPORT 2</b></p> <p><b>12.30 Kolarstwo:</b> Tour Auvergne-Rhône-Alpes</p> <p><b>13.30 Sara Price chasing Dakar Rally</b> – film dokumentalny</p> <p><b>14.30 FIA WEC:</b> Wyścig 24-godzinny w Le Mans – 3. trening (live)</p> <p><b>18.00 Wspinaczka:</b> Zawody World Series w Pradze</p> <p><b>18.30 Kolarstwo:</b> Tour Auvergne-Rhône-Alpes</p> <p><b>20.00 Triathlon:</b> T100 World Tour – San Francisco – podsumowanie</p> <p><b>20.30 Discovery golf</b></p> <p><b>21.00 Golf:</b> RBC Canadian Open – 1. runda (live)</p> <p><b>0.00 Igrzyska Olimpijskie:</b> Galeria Staw Rio 2016</p>	<p><b>POLSAT SPORT 2</b></p> <p><b>8.30 Koszykówka mężczyzn:</b> ORLEN Basket Liga – mecz finałowy fazy play-off</p> <p><b>11.00 Piłka nożna</b> – mecz towarzyski</p> <p><b>13.00 Piłka nożna</b> – mecz towarzyski</p> <p><b>15.00 Piłka nożna</b> – mecz towarzyski</p> <p><b>17.00 Piłka nożna</b> – mecz towarzyski</p> <p><b>19.00 Piłka nożna</b> – mecz towarzyski</p> <p><b>21.15 Siatkówka mężczyzn:</b> LN – mecz: Bułgaria – Iran (live)</p> <p><b>23.30 Magazyn sportowy</b></p> <p><b>0.45 Siatkówka mężczyzn:</b> Liga Narodów: Brazylia – Belgia (live)</p>	<p><b>NICKELODEON</b></p> <p><b>8.10 Marsupilami 5</b></p> <p><b>8.40 Harmidom 1</b></p> <p><b>9.30 Wylde Pak</b> – zakrecona paka</p> <p><b>9.55 Grzmotomocni: Tajniacy 2</b></p> <p><b>10.25 Niebezpieczni Henryk 5</b></p> <p><b>11.20 That Girl Lay Lay 2</b></p> <p><b>11.50 Harmidom 5</b></p> <p><b>12.45 Harmidom 3</b></p> <p><b>13.05 SpongeBob Kanciastoporty 12</b></p> <p><b>14.30 Harmidom 2</b></p> <p><b>15.30 Smerfy 2</b></p> <p><b>16.00 SpongeBob Kanciastoporty 9</b></p> <p><b>16.25 SpongeBob Kanciastoporty 14</b></p> <p><b>16.40 Patryk Rozgwiazda Show</b></p> <p><b>17.30 Harmidom 4</b></p>	<p><b>TELETOON+</b></p> <p><b>8.20 Kumple z dzungli – na ratunek!</b></p> <p><b>8.47 Gadający Tom i przyjaciele 3</b></p> <p><b>9.25 Dodo</b></p> <p><b>9.55 Charlotte i trzy muszkietierki</b></p> <p><b>10.26 Angelo rządzi</b></p> <p><b>10.52 Siostry 2</b></p> <p><b>11.22 Polly Pocket 6</b></p> <p><b>12.16 Charlotte i trzy muszkietierki</b></p> <p><b>12.45 Kumple z dzungli na ratunek! 3</b></p> <p><b>13.13 Kumple z dzungli – na ratunek!</b></p> <p><b>13.39 Polly Pocket 6</b></p> <p><b>14.22 Dinuś i Lusja</b></p> <p><b>14.50 Siostry 2</b></p>	<p><b>TVP Info_ TVP INFO</b></p> <p><b>15.45 Panorama</b></p> <p><b>16.00 Dzień w godzinę</b></p> <p><b>17.00 Teleexpress</b></p> <p><b>17.15 Teleexpress Extra</b></p> <p><b>17.35 Panorama</b></p> <p><b>17.42 Wykrywacz kłamstw</b></p> <p><b>18.00 Panorama</b></p> <p><b>18.30 Kontrapunkt</b></p> <p><b>19.00 Kontrapunkt – Ring wolny</b></p> <p><b>19.30 Program informacyjny 19.30</b></p> <p><b>20.18 Niebezpieczne związki</b></p> <p><b>21.00 Kwiatki polskie</b></p> <p><b>21.45 Panorama</b></p> <p><b>22.10 Oko na świat</b></p> <p><b>22.30 Program informacyjny 19.30</b></p> <p><b>22.45 112. Magazyn kryminalny</b></p> <p><b>23.00 Panorama dnia</b></p>
<p><b>CANAL+ SPORT 2</b></p> <p><b>8.15 Tenis:</b> Turniej WTA w Londynie – mecz 2. rundy</p> <p><b>10.30 Tenis:</b> Turniej WTA w Londynie – mecz 2. rundy</p> <p><b>12.30 Tenis:</b> Turniej WTA w Londynie – 2. runda (live)</p> <p><b>14.30 Tenis:</b> Turniej WTA w Londynie – 2. runda (live)</p> <p><b>16.30 Tenis:</b> Turniej WTA w Londynie – 2. runda (live)</p> <p><b>18.30 Tenis:</b> Turniej WTA w Londynie – 2. runda (live)</p> <p><b>20.50 Tenis:</b> Turniej WTA w Londynie – mecz 2. rundy</p> <p><b>23.10 Tenis:</b> Turniej WTA w Londynie – mecz 2. rundy</p> <p><b>1.30 Piłka nożna:</b> PKO BP Ekstraklasa</p>	<p><b>ELEVEN SPORTS 1</b></p> <p><b>10.00 Piłka nożna:</b> Liga hiszpańska: Betis – Barcelona</p> <p><b>12.00 Piłka nożna:</b> Liga włoska: Napoli – Inter</p> <p><b>14.00 Piłka nożna:</b> Liga niemiecka: Bayern – Borussia Dortmund</p> <p><b>16.00 Piłka nożna:</b> Liga włoska: AS Roma – Inter Mediolan</p> <p><b>18.00 Piłka nożna:</b> Liga hiszpańska: Barcelona – Athletic</p> <p><b>20.00 Bundesliga Original Series: Droga na mundial (6)</b></p> <p><b>20.40 Formula 1:</b> GP Monako</p> <p><b>22.40 Formula 3:</b> GP Monako</p> <p><b>0.00 Bundesliga Original Series: Droga na mundial (1, 2)</b></p>	<p><b>POLSAT SPORT 3</b></p> <p><b>6.00 Piłka nożna</b> – mecz towarzyski</p> <p><b>8.30 Koszykówka mężczyzn:</b> ORLEN Basket Liga</p> <p><b>11.00 Piłka nożna</b> – mecz towarzyski</p> <p><b>13.00 Siatkówka kobiet:</b> Liga Narodów</p> <p><b>15.00 Piłka nożna</b> – mecz towarzyski</p> <p><b>17.30 Siatkówka kobiet:</b> Liga Narodów</p> <p><b>20.00 Piłka nożna</b> – mecz towarzyski</p> <p><b>22.30 Siatkówka kobiet:</b> LN</p> <p><b>1.00 Sporty walki:</b> Babilon MMA 48 w Sosnowcu: A. Bleszyński – S. Vogt 12.10.2024</p>	<p><b>NICK JR.</b></p> <p><b>7.59 Świnka Peppa 3</b></p> <p><b>8.20 Pan Krokodyl</b></p> <p><b>8.45 Barbabapa i jego rodzinka 2</b></p> <p><b>9.40 Tim Rex wśród gwiazd 2</b></p> <p><b>10.10 Przygody Misia Paddingtona 2</b></p> <p><b>11.05 Małe Królestwo Bena i Holly</b></p> <p><b>11.30 Dora 2</b></p> <p><b>11.55 Rubble i jego ekipa 2</b></p> <p><b>12.25 Rubble i jego ekipa</b></p> <p><b>12.45 Psi Patrol 2</b></p> <p><b>13.40 Barbabapa i jego rodzinka 2</b></p> <p><b>14.35 Zwierzęce zagadki</b></p> <p><b>15.05 Rogata ekipa</b></p> <p><b>16.00 Świnka Peppa 6</b></p>	<p><b>DISNEY JUNIOR</b></p> <p><b>8.00 Spidey i superkumple 3</b></p> <p><b>8.30 Klub Myszkki Miki Plus</b></p> <p><b>9.00 Klub przyjaciół Myszki Miki</b></p> <p><b>10.00 Blue</b></p> <p><b>11.00 Superkoty 3</b></p> <p><b>11.30 Psia Brygada</b></p> <p><b>12.00 Jej Wysokość Zosia</b></p> <p><b>12.30 Blue</b></p> <p><b>13.30 Klub Myszki Miki Plus</b></p> <p><b>14.00 Superkoty 3</b></p> <p><b>14.30 Superkoty</b></p> <p><b>15.00 Iron Man i super ekipa</b></p> <p><b>15.30 Spidey i superkumple 3</b></p> <p><b>16.00 Blue 2</b></p> <p><b>17.00 Klub Myszki Miki Plus</b></p> <p><b>17.30 Jej Wysokość Zosia</b></p>	<p><b>POLSAT NEWS</b></p> <p><b>8.00 Nowy dzień</b></p> <p><b>10.00 W rytmie dnia</b></p> <p><b>12.50 Wydarzenia 12:50</b></p> <p><b>13.30 W rytmie dnia</b></p> <p><b>15:30 Sport</b></p> <p><b>15.50 Wydarzenia 15:50</b></p> <p><b>16.10 Więcej „Wydarzeń”</b></p> <p><b>16.30 Punkt widzenia Jankowskiego</b></p> <p><b>18.00 Punkt widzenia Szubartowicza</b></p> <p><b>19.15 Gość „Wydarzeń”</b></p> <p><b>19.50 Debata Gozdyry</b></p> <p><b>21.50 Wydarzenia wieczorne</b></p> <p><b>22.30 Dzień na świecie</b></p> <p><b>23.30 Obraz dnia</b></p> <p><b>0.00 Punkt widzenia Jankowskiego</b></p>
<p><b>CANAL+ SPORTS</b></p> <p><b>6.00 Liga+ Extra</b></p> <p><b>8.00 Żużel:</b> Metalkas 2. Ekstraliga: PSŻ Poznań – Arged</p> <p><b>11.00 Premier League Stories (44)</b></p> <p><b>11.45 Piłka nożna:</b> PKO BP Ekstraklasa: Arka – Cracovia</p> <p><b>14.15 Witaj w akademii (2)</b></p> <p><b>15.00 Żużel:</b> Metalkas 2. Ekstraliga: Orzeł – Cellfast Wilki Krosno</p> <p><b>17.50 Boks:</b> Gala w El Paso – waga lekka: S. Han – H. Holm</p> <p><b>19.00 Dart:</b> PDC World Series we Frankfurturze – mecze fazy grupowej (live)</p> <p><b>0.15 Speedway+</b></p>	<p><b>ELEVEN SPORTS 2</b></p> <p><b>12.00 Piłka nożna:</b> Liga niemiecka: Eintracht – Bayern</p> <p><b>14.00 Piłka nożna:</b> Liga włoska: Inter Mediolan – Cremonese</p> <p><b>16.00 Piłka nożna:</b> Liga niemiecka: Bayern – Werder Brema</p> <p><b>18.00 Serie A</b></p> <p><b>19.00 Piłka nożna:</b> Liga włoska – mecz: Cagliari Calcio – Inter</p> <p><b>21.00 Piłka nożna:</b> Liga hiszpańska: Barcelona – Elche</p> <p><b>23.00 Bundesliga Original Series: Droga na mundial (3, 4)</b></p> <p><b>0.00 Piłka nożna:</b> Liga francuska: Lille – Paris Saint-Germain</p>	<p><b>POLSAT PLAY</b></p> <p><b>6.00 Dorwać tuńczyka</b></p> <p><b>9.00 Wojny magazynowe</b></p> <p><b>10.00 Wojny kontenerowe</b></p> <p><b>11.00 Hardkorowy lombard</b></p> <p><b>14.00 Polacy za granicą</b></p> <p><b>16.00 Złomiarze</b> – serial dokumentalny</p> <p><b>18.05 Poszukiwacze historii</b> – serial dokumentalny</p> <p><b>20.05 Drwale i inne opowieści Bieszczadu</b> – serial dokumentalny</p> <p><b>22.00 Górale</b></p> <p><b>22.30 Rolnicy – Tak się żyje u nas na wsi</b></p> <p><b>4.00 Starożytni kosmici</b></p>	<p><b>TVN TURBO</b></p> <p><b>12.15 Naprawy nie do naprawy</b></p> <p><b>13.00 Zawodowi handlarze</b></p> <p><b>14.30 Wojny samochodowe</b></p> <p><b>16.30 Jeździć, obserwować</b></p> <p><b>18.00 Raport Turbo</b></p> <p><b>18.15 Duda kontra Szafranski</b></p> <p><b>19.00 Mobilni mechanicy</b></p> <p><b>19.45 Prawko na świecie. Jazda bez zasad</b></p> <p><b>20.30 Zawodowi handlarze</b></p> <p><b>21.15 Z drugiej reki</b></p> <p><b>22.00 Raport Turbo</b></p> <p><b>22.15 Uwaga! Oszust: Schemata z ogłoszenia</b></p> <p><b>22.45 Wojny samochodowe</b></p> <p><b>23.40 Ciężarówką przez RPA</b></p>	<p><b>TVS</b></p> <p><b>16.50 Wydział kryminalny Kitzbühel</b></p> <p><b>17.50 Doktor z alpejskiej wioski – nowy rozdział</b></p> <p><b>18.50 Doktor Kleist – lekarz rodzinny</b></p> <p><b>19.50 Kino TVS: Rosamunde</b></p> <p><b>FILM Pilcher: Narzeczonego mojego brata</b> – melodramat, Niemcy 2019, rez. Marco Serafini, wyk. Marco Serafini</p> <p><b>21.50 Kino TVS: Rosamunde</b></p> <p><b>FILM Pilcher: Magiczny autobus</b> – film obyczajowy, Niem. 2019</p> <p><b>23.35 Doktor z alpejskiej wioski – nowy rozdział</b></p>	<p><b>TRVM</b></p> <p><b>16.35 Sól ziemi</b></p> <p><b>17.05 Akademia pro-life</b></p> <p><b>17.15 Muzyczne chwile</b></p> <p><b>17.30 Odpowiedzialni za Kościół</b></p> <p><b>18.05 Informacje dnia</b></p> <p><b>18.15 Rozmowy niedokończona</b></p> <p><b>19.30 Podróż apostoła Papieża Leona XIV do Hiszpanii</b></p> <p><b>21.00 Apel Jasnogórski</b></p> <p><b>21.20 Informacje dnia</b></p> <p><b>21.40 Polski punkt widzenia</b></p> <p><b>22.00 Głos serca</b></p> <p><b>22.45 Muzyczne chwile</b></p> <p><b>23.00 Maria – kobieta ośmiu błogosławieństw – dok.</b></p>

Kredkę możesz zastąpić cieniem w kamieniu. Rysunek będzie twarzowy, gdy jego górną krawędź leciutko rozetrzesz, co da efekt cieniowania. Cień zadziała jak eyeliner żelowy, gdy zrobisz nim kreskę... na mokro.

**OZDABIAJ OCZY  
BEZ RUTYNY**

## Nowoczesny akcent na powiece

Dobrze dobrana kreska odejmuje lat i podkreśla tęczę. Zmień więc tradycyjny sposób upiększania spojrzania na to, co radzą wizażystki.

Tak skorygujesz kształt oczu, dodasz wyrazistości rzęsom i wyczerasz kolorowy cień.

### Poprawia kształt oka

Powiększy oczy kreska na 4/5 długości górnej powieki. Linia ma lekko się unosić i wychodzić poza kącik zewnętrzny. Wybierz kredkę niezbyt miękką i w bardziej naturalnym kolorze, np. brązową. Opadające kąciki uniesie kreska na 3/4 górnej i 1/3 dolnej powieki. Linie mają wychodzić poza kącik

zewnętrzny, unosić się, ale nie łączyć. Kreski powinny tworzyć dość wyrazisty rysunek, więc można użyć eyelinera, a dolną linię można też zrobić cieniem.

### Rozświetla i zagęszcza

Linia narysowana kredką białą lub bardzo jasną beżową po wewnętrznej stronie dolnej powieki, sprawia, że oko wydaje się wypoczęte. Kredka może być też bardzo rozbielona niebieskawa lub szarawa.

Rzęsy będą optycznie wyrazistsze, gdy narysujesz

zawieszającą kreskę. Kredką zrób między włoskami na linii górnej powieki małe kropeczki lub kreseczki. Rozetrzyj rysunek pędzelkiem lub pacynką. Użyj kreski czarnej przy ciemnych włosach lub brązowej przy jaśniejszych.

### Zastępuje cień

Kreska często może wystarczyć za cały makijaż oka. Wykonasz ją np. cieniem lub kredką. Nie musi być przy tym ciemna, ale w kolorze dobranym do tęczę i roztrąta w obłoczek.

### POKOCHAJ EYELINER

To pomysł na zrobienie modnej kreski jaskółki, która wychodzi poza linię rzęs i lekko się unosi. W słoneczne dni może być kolorowa, błyszcząca. Jest dość wyrazista i graficzna, więc powieki powinny być w dobrej kondycji.

Przy niebieskiej tęczę wybierz kreskę popielatą, szarą, szarobrązową, ale również granatową, turkusową, złocistą, miedzianą lub nawet śliwkową, a przy zielonej - np. czekoladową, wrzosową, indygo, w kolorze starego złota, morską, fioletową. Przy oczach brązowych zrób kreskę grafitową, ciemnobrązową, fioletową, morską, w kolorze butelkowej zieleni, a przy szarych - niebieską, granatową, stalową niemal srebrzystą, fioletową, niczym zieleń trawy.

### NA PÓŁCE

Więcej niż mycie  
Ultraodżywczy szampon Perfect Repair NatureLab.

Tokyo zapewnia zniszczonym włosom ochronę i regenerację od nasady. Z antyoksydantami i olejami.

• ok. 90 zł (340 ml)

### Świeża innowacja

Antyperspiracyjny dezodorant w chusteczce Biotaniqę neutralizuje nieprzyjemne zapachy i pomaga zachować uczucie

czystości. Do ciała i pod pachy. Kosmetyk wegański.

• ok. 12 zł (20 szt.)

### Wygodna ochrona

Nawilżający sztyft SPF 50 Sol D'Or Bielenda jest wodoodporny, do twarzy i ciała. Z ochroną UVA i składnikami

wspierającymi kondycję skóry np. kwasem hialuronowym.

• ok. 40 zł (18 g)

### Wyjątkowy tonik

Nawilżający fizjotonic Dermedic wspiera pielęgnację cery suchej, bardzo suchej oraz odwodnionej. Przywraca jej naturalną równowagę i dba o prawidłowy mikrobiom.

• ok. 38 zł (200 ml)

### Modny demakijaż

Balsam oczyszczający Mighty Melt Geek & Gorgeous usuwa nawet wodoodporny makijaż i filtry przeciwsłoneczne. Dobrze się splotuje, nie zostawia tłustego filmu.

• ok. 68 zł (98 ml)



FRYZURA W CIEPŁE DNI

## Błyskawiczne odświeżanie

O tej porze roku włosy, i to nie tylko przetłuszczające się czy mieszane, lubią płatać figle. Dzień po umyciu szybko stają się przyklepane, nieefektywne, a nie zawsze jest czas, by je kolejnego poranka odświeżyć w czasie prysznicza. Dlatego...

Suchy szampon to teraz twój kosmetyczny niezbędnik. Odpowiednio użyty błyskawicznie ratuje każdą fryzurę. Pamiętaj, by go zawsze mocno wstrząsnąć przed użyciem, wtedy osiada jak leciutki pyłek i jest o wiele łatwiejszy do wyczesania. Nie przesadzaj też z ilością, 3-6 porcji produktu zwykle w zupełności wystarczą. A gdy masz trudność z wyczesaniem, pomóż sobie chłodnym nawiewem powietrza z suszarki. Najpopularniejsze są takie szampony do użycia na suchych włosach,

choć są i takie, które stosuje się na wilgotnych. W roli szybkiego odświeżacza pasm możesz użyć też najprostszego w składzie płynu micelnarnego. Nie może zawierać żadnych olejów. Spryskaj je u nasady płynem i szybko susz ciepłym powietrzem, ale z odległości, tak by nie przegrzała skóry, bo efekt będzie odwrotny do zamierzonego. A gdy już naprawdę masz bardzo mało czasu, sięgnij po ulubiony lotion do układania typu push up. Delikatnie spryskaj nim pasma i odbijaj je od skóry szczotką, np. okrągłą. Miej też pod ręką puder do włosów, ale taki który dodatkowo zbiera sebum, preparat do reaktywacji loków i fal, mgiełkę do ciała i włosów. Każdy sposób jest dobry, ale działa doraźnie. Wieczorem włosy i tak trzeba umyć...



Z wielu rodzajów suchych szamponów warto mieć pod ręką ten dobrany do rodzaju i koloru twoich włosów.

REKLAMA

BOGATY SKŁAD – GĘSTE WŁOSY

# NAWŁOSAN

### Zadbaj o piękne i gęste włosy!

Suplement diety NAWŁOSAN zawiera starannie dobraną kombinację 7 składników o kompleksowym działaniu na kondycję włosów - zawiera **aminokwasy**, takie jak L-metionina i cysteina, które zwiększają odporność włosów i paznokci oraz wspomagają ich wzrost. Preparat zawiera także **witamy**, m.in. B7, czyli biotynę, która pomaga zachować zdrowe włosy i skórę oraz **minerale** (cynk, krzem oraz siarkę organiczną MSM, zwaną potocznie „minerałem piękna”, która wpływa pozytywnie na włosy i paznokcie). Jednym słowem bogaty skład ważny dla gęstych włosów.

Wystarczy 1 tabletkę dziennie!



## ODŻYWIENIE TWOICH WŁOSÓW

SimplyYou  
Poland

## ZBYT KRÓTKI SEN

Niedostatek albo marna jakość nocnego wypoczynku (np. częste pobudki) sprawiają, że zaburzone bywa wydzielanie hormonów regulujących uczucie sytości i głodu, co skutkuje częstym podjadaniem.



Gdy znajdziesz przyczynę kłopotów w odchudzaniu, sukces będzie zdecydowanie bliższy!

## EKSPERCI WYJAŚNIAJĄ

# Dlaczego nie możesz schudnąć

Od dawna starasz się pilnować zdrowej diety, a mimo to wskazania wagi wcale nie są coraz niższe? Podpowiadamy, co robić, by wreszcie pozbyć się niechcianych kilogramów.

Jeśli jesteś w takiej sytuacji, dobrze jest poszukać przyczyn, które sprawiają, że choć robisz wszystko jak należy, twoja masa ciała nie spada. Sprawdź, co to może być, a może odnajdziesz wśród wymienionych czynników taki, którego do tej pory nie brałaś pod uwagę!

### Stan zdrowia

Oto choroby, które utrudniają odchudzanie.

- Zaburzenia pracy tarczycy. Niedoczynność

tęgo gruczołu powoduje spowolnienie przemiany materii. Podobne problemy towarzyszą też chorobie Hashimoto.

- Insulinooporność. Zmniejszona wrażliwość tkanek na działanie insuliny powoduje zwiększoną jej produkcję. A ten hormon nasila odkładanie się tkanki tłuszczowej.

- Zespół Cushinga. Podwyższony poziom kortyzolu we krwi zwiększa apetyt i sprzyja magazynowaniu tkanki tłuszczowej

szczególnie w okolicy brzucha.

- Stosowane leki, np. przeciwdepresyjne, sterydy, środki antykoncepcyjne – niektóre mogą wręcz sprzyjać tyrciu.

### Winne bakterie

- Osoby z nadwagą mają inny skład bakterii w jelitach niż szczupłe. Brakuje im szczepów Bacteroides i Bifidobacterium, a to więcej mają takich (np. Firmicutes), które są zdolne do pozyskiwania

dodatkowych kalorii z pożywienia, np. 50-200 kcal więcej w ciągu doby.

- Są też drobnoustroje, które nagradzają nas dodatkowym wyrzutem hormonu szczęścia po każdym deserze.
- Nieprawidłowy skład flory bakteryjnej możesz podejrzewać, jeśli masz dużo stresów, jesz sporo cukru lub przyjmujesz leki, które zmieniają mikrobiom (m.in. przeciwbólowe, metformina, preparaty na zgagę, antybiotyki).
- Dobrze byłoby przyjmować przez miesiąc lub dwa probiotyk zawierający szczep dobrych bakterii.



## NA PÓŁCE

### Na błogi spokój

Cukierki Melisowe firmy Reutter wspierają prawidłowe funkcjonowanie układu nerwowego, uspokajają, rozluźniają, poprawiają trawienie. Do kupienia w aptekach i zielarniach.

• ok. 11 zł (50 g)

### Pomoże zasnąć

Wieloskładnikowy, ziołowy Sedomix jest wskazany w stanach napięcia i ogólnego pobudzenia nerwowego oraz w sytuacjach stresowych. Kupisz w aptekach i sklepach zielarsko-medycznych.

• ok. 23 zł (125 g)

### Aby czupryna wypiękniała

Nawłosan zawiera aminokwasy, będące źródłem keratyny, która jest podstawowym budulcem komórek włosowych. Dostarcza siarki i biotyny ważnych dla wzrostu i jakości komórek włosów.

• ok. 29 zł (30 tabl.)

### Goździki to potrafią!

Olejek eteryczny goździkowy działa znieczulająco i antyseptycznie. Łagodzi nerwobóle i dolegliwości reumatyczne. Rozgrzewa, ułatwia oddychanie.

• ok. 18 zł (10 ml)

### Wyjątkowa herbata

Borówka z kwiatem habru Herbapolu nie zawiera teiny, co sprawia że można ją pić do dowolnej porze dnia. Dostarcza odmładzających oksydantów, jest dobra dla oczu.

• ok. 7 zł (20 szt.)



Przed włożeniem leków do apteczki sprawdź ich daty ważności.

**WAŻNY TOWARZYSZ PODRÓŻY**

## Wakacyjna apteczka

Odpowiednio skompletowana to gwarancja udanego wyjazdu. Jej zawartość trzeba dopasować do rodzaju wyjazdu, miejsca podróży i kondycji zdrowotnej osób, które będą z niej korzystać. Inaczej będzie wyglądała apteczka plażowicza, a inaczej osoby wyjeżdżającej do tropików. A jeszcze inaczej rodzica jadącego na wakacje z małym dzieckiem. Ale zawsze muszą się w niej znaleźć podstawowe środki lecznicze. Co do niej włożyć, by zapewnić sobie szybką pomoc na wypadek nagłych problemów zdrowotnych?

### Wyposażenie

Powinny się w niej znaleźć: leki przeciwbólowe i przeciwzapalne, środki antyalergiczne, przeciwbiegunkowe i na chorobę lokomocyjną, elektrolity, termometr, żel antybakteryjny do mycia rąk, preparat na obrzęki. Warto mieć też pod ręką środki opatrunkowe (plastry, kompresy, bandaże elastyczny i zwykły, opatrunki jałowe, opaskę uciskową, chustkę trój-

kątną, rękawiczki lateksowe, nożyczki), balsam chłodzący i środki łagodzące w przypadku oparzeń słonecznych i ukąszeń owadów oraz koc termiczny. Przyda się też antybakteryjny aerozol na skórę (np. z neomycyną), dzięki któremu w warunkach podróży nie trzeba dotykać rany (i nie ma ryzyka nadkażenia jej).

### Gdy stale bierzesz leki

Uzpełnij apteczkę o te środki. Zabierz dawkę, która wystarczy na cały wyjazd plus zapas na ok. 2 tygodnie (na wypadek problemów z powrotem). Weź też ich ulotki.

### JEDZIESZ W TROPIKI?

Jeśli wyjeżdżasz na wakacje w krajach tropikalnych lub o niskim poziomie sanitarno-higienicznym, udaj się wcześniej po poradę do specjalisty: lekarza medycyny podróży. Zrób to nie później niż 2 miesiące wcześniej. Dowiesz się, jakie szczepienia przed pobytem tam są obowiązkowe lub zalecane i jakie leki warto zabrać.

REKLAMA

**Neobiotic®**

Neomycinum 11,72 mg/g



**JEDYNA  
NEOMYCINA  
W AEROSZOLU**

DOSTĘPNA BEZ RECEPTY\*

LEK OTC.  
ZOBACZ SIŁ.



**Niezbędny element  
Twojej apteczki**

Na drobne rany i otarcia<sup>1</sup>



\* Według danych PEX (Polska) z marca 2026r. preparaty konkurencyjne zawierające Neomycynę są dostępne w postaci kremów i maści.

1. Charakterystyka produktu leczniczego, Neobiotic, aerozol na skórę, zawiesina.

Podmiot odpowiedzialny: Tarchomińskie Zakłady Farmaceutyczne „Polfa” S.A. ul. A.Fleminga 2, 03-176 Warszawa

NEB/455/19/05/2026

TO JEST LEK. DLA BEZPIECZEŃSTWA STOSUJ GO ZGODNIE Z ULOTKĄ DOŁĄCZONĄ DO OPAKOWANIA. NIE PRZEKRACZAJ MAKSYMALNEJ DAWKI LEKU. W PRZYPADKU WĄTPLIWOŚCI SKONSULTUJ SIĘ Z LEKARZEM LUB FARMACEUTĄ.



**PROBLEMY W RODZINIE**

# Małżeński spór na wokandzie

Co zrobić, gdy małżonkowie nie mogą się porozumieć? Gdy oboje są głusi na argumenty drugiej strony? Jak znaleźć wyjście z sytuacji?

**W**najważniejszych sprawach dotyczących rodziny małżonkowie powinni decydować razem. Taka zasada wynika wprost z przepisów Kodeksu rodzinnego i opiekuńczego.

**Ważne sprawy**

- Istotną sprawą jest m.in. kwestia miejsca zamieszkania. Gdy mąż dostał pracę w innym mieście, żona musi wyrazić zgodę na przeprowadzkę. Sprawy istotne to także ważne decyzje dotyczące dzieci (np. wybór szkoły). Razem muszą też decydować o sposobie korzystania ze wspólnego mieszkania czy innych składników majątku. Przykładowo

oboje muszą zgodzić się na sprzedaż działki, którą kupili po ślubie.

- Gdy próby dogadania się nie przynoszą efektu, każdy z małżonków może zwrócić się do sądu z pozwem o rozstrzygnięcie sprawy. Wniosek składa się do sądu rejonowego właściwego ze względu na miejsce zamieszkania. Opłata sądowa w sprawach z zakresu prawa rodzinnego i opiekuńczego wynosi 100 zł.

**Decyduje sąd**

- W istotnych sprawach rodziny rozstrzygnięcie zapada w postępowaniu nieprocesowym, więc nie trzeba na nie czekać latami

jak np. w skomplikowanych sprawach rozwodowych. Sąd nie ma obowiązku zwoływać rozprawy, ale może to zrobić, aby umożliwić obu stronom złożenie wyjaśnień i dać im szansę na porozumienie. W tym przypadku pełni funkcję mediacyjną. Jeśli z tej szansy nie skorzystają, wejdzie w rolę arbitra – zdecyduje, co mają zrobić i wyznaczy czas na realizację tej decyzji. Przykładowo postanowi, że działkę należy sprzedać, aby pieniądze przeznaczyć na kosztowną terapię męża lub żony.

- Sąd rozstrzyga spór, kierując się dobrem rodziny. Nie rozważa, czyje argumenty są słuszne, a czyje nie, lecz wybiera takie rozwiązanie, które w dłuższej perspektywie będzie jej służyło.

Orzeczenie wiąże małżonków, ale mogą je zmienić wspólnie, jeśli jednak dojdą do porozumienia.

**NA PÓŁCE**

## Landsberg. Miasto z mgły

**MACIEJ DUDZIAK**

Młoda dziennikarka z Gorzowa Wielkopolskiego trafia na ślady historii sprzed blisko stu lat. Wtedy to w niemieckim Landsbergu nad Wartą doszło do serii porwań i morderstw dzieci.

Wyd. MUZA



## Cyrkówka Marianna

**ANNA FRYCZKOWSKA**

Wspaniała historia miłości ludzi poturbowanych przez los inspirowana biografią ludowej malarki, a wcześniej artystki cyrkowej, Marianny Razik.

Wyd. W.A.B.



## Przewodnik po emocjach

**ANNA CYKLIŃSKA**

Wyjątkowy poradnik psychologiczny, będący przewodnikiem po dwudziestu pięciu ważnych emocjach, których doświadczamy w swoim życiu. Dowiemy się m.in., jak je rozpoznać.

Wyd. W.A.B.



**KRYSTYNA MIREK „POD WŁOSKIM NIEBEM”**

# Tylko nie miłość

Świat jest dziś pełen ludzi marzących o wielkiej miłości, takiej wyjątkowej, jedynej w swoim rodzaju. Ale Liwia i Artur wcale jej nie szukają. On to zwyczajny mężczyzna, który pilnie strzeże swojego prywatnego życia. Ona – artystka o niespokojnej duszy i tajemniczej przeszłości.

Spotykają się przypadkiem w samolocie. Nie pasują do siebie wcale, a jednak rozumieją się zaskakująco dobrze. Między uliczkami starego

Rzymu, pod włoskim słońcem rodzi się uczucie, które nie powinno się zdarzyć. Bo cena za bycie razem może okazać się zbyt wysoka. Czy da się pogodzić dwa różne światy? Czy Liwia i Artur odważą się zaryzykować wszystko? Czy miłość naprawdę zwycięży?

To opowieść o uczuciu, które pojawia się w najmniej odpowiednim momencie. O wyborach, które potrafią zmienić wszystko, oraz o tym, że czasem powrót do „zwy-

czajnego” życia wcale nie oznacza powrotu do tego, kim było się wcześniej. Bo bywa, że to, przed czym uciekamy najdłużej, jest jedyną drogą, by naprawdę zacząć żyć.

Wydawnictwo Luna

**Krystyna Mirek**

Pisarka, mama czwórki dzieci, miłośniczka kwiatów i ogrodów. Wcześniej pracowała w szkole, od kilku lat zajmuje się pisaniem książek (wydała ich już kilkadziesiąt). Jej powieści, mocno osadzone w realiach życia, są pełne ciepła i optymizmu.



## WARTO CZYTAĆ ETYKIETY

# Nowe zasady oznakowania żywności

Wchodzą w życie ważne zmiany w oznakowaniu artykułów spożywczych. Sprawdź, co znajdzie się na etykietach dżemów, soków oraz miódów.

### Ważne pochodzenie

Sprzedawcy mają obowiązek umieszczania przy świeżych owocach i warzywach sprzedawanych luzem nie tylko nazwy kraju pochodzenia, ale także grafiki przedstawiającej flagę tego państwa. Za niedopełnienie tego wymogu grożą im sankcje. Nie muszą dodatkowo oznaczać w ten sposób tych towarów, na których widnieje znak graficzny „Produkt polski”.

Od 14 czerwca nazwa państwa będzie musiała również znaleźć się na opakowaniach miodu, a w przypadku mieszanek obowiązkowe będzie podawanie całej listy państw, w których został zebrany (w kolejności malejącej, z udziałem procentowym).

### Przetwory owocowe

Również od czerwca zmienia się sposób oznakowania dżemów i innych przetworów owocowych. Producenci będą musieli informować na etykietach, jaką masę owoców użyto do sporządzenia 100 gramów gotowego produktu (odliczając od tego masę wody użytej

do sporządzenia ekstraktu wodnego). Na dżemach, konfiturach, galaretkach i marmoladach nie będzie już konieczne podawanie łącznej zawartości cukru w 100 gramach produktu.



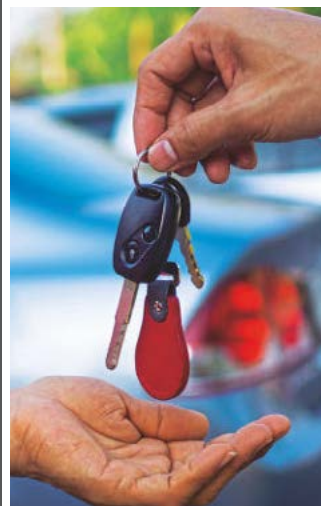
Producenci mogą dodać na froncie opakowania informację, że sok zawiera „tylko naturalnie występujące cukry”.

### Soki i nektary

Wprowadzono nową kategorię: soki owocowe o obniżonej zawartości cukrów (zawierają co najmniej 30 proc. mniej cukru niż standardowe soki). Na opakowaniu przy nazwie musi znaleźć się informacja, czy produkt pochodzi „z soku zagęszczonego”, „z przecieru zagęszczonego” czy „częściowo z soku (przecieru) zagęszczonego”.

## ZA KIEROWNICĄ

# Uważaj, gdy pożyczasz samochód



Twój samochód stoi u mechanika, a ty musisz gdzieś pojechać. Kiedy znajomy zgadza się pożyczyć swoje auto, pewnie nawet nie przyjdzie ci do głowy, żeby spytać o OC. A to może być kosztowny błąd. Za szkody wyrządzone pojazdem bez ubezpieczenia odpowiadają bowiem solidarnie jego posiadacz oraz osoba, która nim kierowała w chwili zdarzenia. Dlatego przed jazdą pożyczonym samochodem – także tym z wypożyczalni – warto poświęcić chwilę i sprawdzić polisę. Można to zrobić online: wystarczy wejść na stronę ufg.pl i wpisać numer rejestracyjny pojazdu.

## ZAKUPY ONLINE

# Kto płaci za zwrot?

Gdy kupujesz coś przez internet, co do zasady masz 14 dni na odstąpienie od umowy bez podawania przyczyny. Termin liczy się od momentu otrzymania towaru. Prawo to obowiązuje w całej Unii Europejskiej. Sprzedawca musi zwrócić nie tylko cenę produktu, ale także koszt najtańszej oferowanej dostawy. A kto

płaci za odesłanie przedmiotu sprzedawcy? W większości przypadków konsument.

Od tej reguły jest jednak wyjątek. Sprzedawca ma obowiązek poinformować kupującego (np. w regulaminie sklepu) o konieczności poniesienia kosztów zwrotu. Jeśli tego nie zrobił, to on musi zapłacić za przesyłkę.



## PRZYDATNE W DOMU



### Gotowa w 6 minut!

Zupa curry z kurczakiem to gotowe danie mrożone inspirowane kuchnią azjatycką. Charakteryzuje się kremową konsystencją, aromatyczną żółtą pastą curry i wyselekcjonowanymi składnikami, jak soczysty kurczak i chrupiące warzywa

■ Frosta, ok. 26 zł/400 g

### Egzotyczny smak

Zielona herbata z opuncją i mango to perfekcyjne połączenie klasycznego, lekko

wytrawnego smaku zielonej herbaty z tropikalną słodką dojrzałego mango i orzechową nutą opuncji. Każda

torbka zawiera wyselekcjonowane liście herbaty.

■ Big-Active, 5,99 zł/20 sasz.

### Pyszny duet

Ptasie Mleczko Waniliowe z galaretką wiśniową to wyjątkowy wariant tego przysmaku.

Wyróżnia się połączeniem delikatnej, waniliowej pianki, orzechowej galaretki

oraz czekolady deserowej.

■ E.Wedel, 21,99 zł/340 g



# Słodkości z budyniem

Krucze ciasto i słodki, aksamitny krem to najlepszy sposób na domową przyjemność bez skomplikowanych przepisów.

## Torcik z morelami

**SKŁADNIKI:** ● 800 g moreli (mogą być z puszki) ● 675 ml mleka ● 30 g drożdży ● 400 g mąki ● 125 g masła ● po 100 g cukru i orzechów laskowych w płatkach ● 300 g + 3 łyżki śmietany 30% ● 2 łyżki miodu ● 1 opakowaniu budyniu waniliowego ● 2 cukry waniliowe ● 1 łyżeczka żelatyny

### PRZYGOTOWANIE:

1. Drożdże rozpuść w 175 ml ciepłego mleka. Dodaj mąkę, po 50 g masła i cukru. Wyrób ciasto. Odstaw na 45 minut. Przełóż do tortownicy (śr. 26 cm) z papierem. Odstaw na 30 minut.

2. Resztę masła i cukru zagotuj z 3 łyżkami śmietany, miodem i orzechami. Ostudź i rozłóż na cieście.

Piecz 25 minut w 180°C. Przekrój na 2 blaty. Budyń ugotuj na reszcie mleka, ostudź. Śmietanę ubij z cukrem waniliowym. Połącz z budyniem i rozpuszczoną wg przepisu żelatyną. Blaty przełóż morelami i kremem.

Czas przygotowania: 60 minut

Porcje: 12

Stopień trudności: średni

## Rabarbarowe muffinki

**SKŁADNIKI:** ● 100 g rabarbaru ● 2 op. ciasta francuskiego (po 275 g) ● 6 łyżek cukru ● 75 g mąki ● 50 g masła ● 250 ml + 5 łyżek mleka ● 1 budyń migdałowy ● 200 g śmietany 30% ● 1 jajko + 1 żółtko ● 30 g pistacji

### PRZYGOTOWANIE:

1. Rabarbar oczyść z włókien i pokrój. Pistacje posiekaj. Zagnieć kruszonkę z mąki, 3 łyżek cukru, masła i posiekanych pistacji. Odłóż ją do lodówki.

2. Proszek budyniowy wymieszaj z 5 łyżkami mleka i resztą cukru. Zagotuj 250 ml mleka ze śmietaną. Wlej przygotowaną mieszankę. Gotuj minutę. Budyń ostudź, zmiksuj z jajkiem i żółtkiem. Dodaj rabarbar, wymieszaj.

3. Ciasto francuskie pokrój na 12 kwadratów. Wyłóż nimi foremki do muffinek. Napełnij kremem budyniowym z rabarborem, posyp kruszonką. Piecz 25 minut w 200°C



Czas przygotowania: 60 minut

Porcje: 12

Stopień trudności: średni

## Tarteletki z malinami

**SKŁADNIKI:** ● 250 g mąki ● 200 g masła ● 75 g cukru pudru ● 20 g kakao ● 1/2 łyżeczki proszku do pieczenia ● 1 jajko ● 1/2 l mleka ● 1 budyń waniliowy ● 250 g malin ● tłuszcz i mąka do formy

### PRZYGOTOWANIE:

**1.** Z mąki, kakao, proszku, zimnego, posiekanego masła, cukru pudru i jajka zagnieć ciasto. Schładzaj 30 minut.

**2.** Foremki do babeczek natłuść, oprósz mąką i wylep ciastem. Wytnij

z papieru 12 krążków o średnicy foremek, przykryj spody z ciasta. Obciąż suchym grochem. Piecz 10 minut w 180°C. Usuń obciążenie i papier. Dopiekaj 10 minut.

**3.** Budyń ugotuj na mleku według przepisu podanego na opakowaniu. Napełnij przestudzone korpusy z ciasta. Odstaw do stężenia. Przed podaniem na stół udekoruj malinami.

**Czas przygotowania: 60 minut**

**Porcje: 12**

**Stopień trudności: średni**



## Francuska krajanka

**SKŁADNIKI:** ● 1 ciasto francuskie (275 g) ● 1/2 laski wanilii ● 250 ml mleka ● 50 g cukru ● 2 żółtka ● 2 łyżeczki mąki ziemniaczanej ● 25 g cukru pudru

### PRZYGOTOWANIE:

**1.** Laskę wanilii przekrój wzdłuż, wyskrob ziarenką. Zagotuj ją z mlekiem. Żółtka utrzyj z cukrem. Wmieszaj mąkę i kilka łyżek mleka waniliowego. Wlej do rondla z resztą mleka. Mieszając, zagotuj. Budyń przykryj i ostudź.

**2.** Ciasto rozwiń, z papierem połóż na blasze. Przykryj kolejnym papierem i obciąż drugą blachą. Piecz ok. 30 minut w 200°C. Zdejmij blachę, ciasto posyp cukrem pudrem. Włącz funkcje grill i skarmelizuj. Wyjmij, pokrój na 30 prostokątów.

**3.** Budyń przełóż do rękawa cukierniczego. Wyciskaj rozetki i przekładaj nim po 3 kawałki ciasta.

**Czas przygotowania: 60 minut**

**Porcje: 10**

**Stopień trudności: średni**

## Sernik cesarski

**SKŁADNIKI:** ● 14 jajek ● 260 g + 8 łyżek cukru ● 200 ml mleka ● 160 g mąki ● 125 g masła ● 200 g herbatników ● 1 kg mielonego twarogu ● 2 budynie waniliowe ● 250 g malin ● 50 g dżemu z malin ● 30 g płatków migdałowych

### PRZYGOTOWANIE:

**1.** Herbatniki pokrusz, zagnieć z 80 g stopionego masła, wylep tortownicę (śr. 26 cm). Zmiksuj 6 żółtek z 4 łyżkami cukru, mlekiem i mąką. Odstaw na 30 minut. Wmieszaj pianę z 6 białek. Na 15 g masła usmaż

2-3 omlety. Skarmelizuj 4 łyżki cukru na reszcie masła. Omlety porwij, obtocz w karmelu. Twaróg zmiksuj z 260 g cukru, budyniami i 8 jajkami. Wmieszaj połowę omletów. Masę wyłóż na spód. Piecz 50 minut w 180°C. Ostudź.

**2.** Maliny zmiksuj, przetrzyj i połącz z podgrzany dżemem. Polej sernik. Ozdób resztą omletów i uprażonymi migdałami.

**Czas przygotowania: 150 minut**

**Porcje: 14**

**Stopień trudności: trudny**



Kołobrzeskie moło ma 220 m długości. jest najdłuższą taką żelbetową konstrukcją w Polsce.

Stylowe kosze plażowe zawsze ładnie prezentują się nad Bałtykiem.

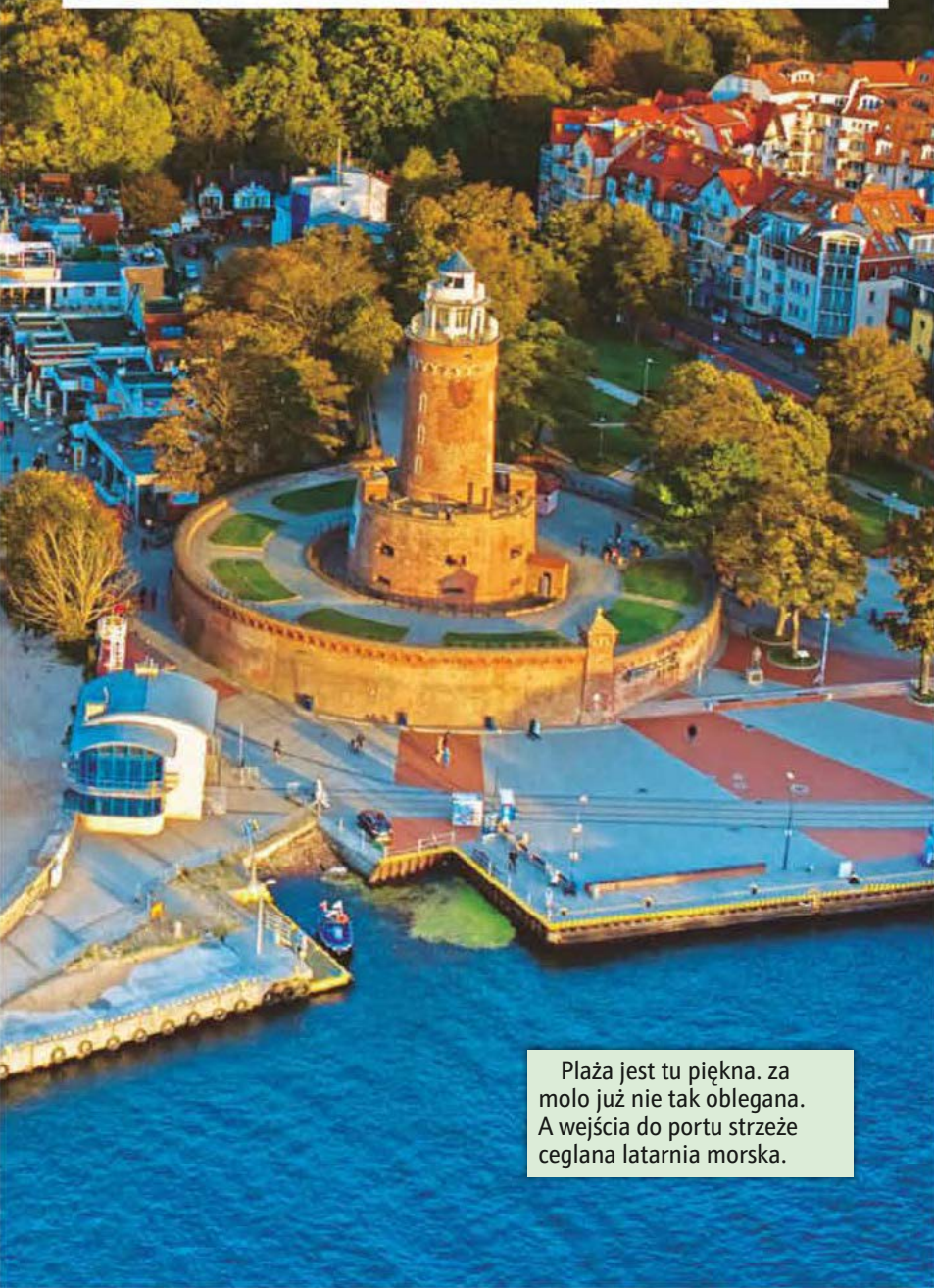
**KOŁOBRZEG**

# Nasza mała... Kopenhaga

W tym pięknym nadmorskim mieście odnajdziemy hygge. Cóż wspólnego ma Kołobrzeg z duńską filozofią radości życia?



Efektowne fontanny są ozdobą miasta. Lubią je i miejscowi, i turyści.



Plaża jest tu piękna. za molo już nie tak oblegana. A wejścia do portu strzeże ceglana latarnia morska.

Kojący szum morza i ciepły piasek pod stopami na szerokich plażach zachęcają do długich odprężających spacerów. Można na nich zobaczyć także niezwykle, często zmieniającą się kolorystykę Bałtyku. Co więcej, samo miasto zadziwia architekturą i pełną harmonią z otaczającą je zielenią. Przebywanie w takim pejzażu daje nam relaks. I to jest właśnie hygge.

### Cudowny błogostan i zdrowie

Do Kołobrzegu przyjeżdża się jednak nie tylko dla relaksu. Przecież to słynny kurort z naturalnymi pokładami borowiny i leczniczej wody solankowej. Bardzo lubiany przez kuracjuszy.

Sanatoria i gabinety odnowy biologicznej leczą, upiększają, odmładzają i... uszczęśliwiają. A jeśli zapagniemy aktywnego wypoczynku, czekają na nas różne atrakcje. Na przykład przebiegający przez miasto Międzynarodowy Szlak Rowerowy.

### W co się bawić...

Najbardziej znanym zabytkiem i symbolem miasta jest latarnia morska. Mierzy 26 metrów wysokości, więc zobaczymy z niej efektowną panoramę. Ta, którą dziś widzimy, pochodzi z lat 40. XX wieku.

Tuż obok cumuje kilka statków, którymi możemy wyruszyć w pełen przygód rejs. Trwa on około 40 minut, a do wyboru jest m.in. statek piracki i okręt torpedowy.

### Wszystkie barwy lipca

Warto rzucić okiem na ratusz. Ogromny budynek z cegły nawiązuje stylistyką do dawnych zamków obronnych. Koniecznie odwiedzmy monumentalną średniowieczną Bazylikę Mariacką.

Gdzie w Kołobrzegu wybrać się na kawę? Może do kawiarni obrotowej „Eleven Club”. Tutaj nie tylko menu miło zaskakuje. Sala jest na 11. piętrze Hotelu Arka Medical SPA i się... obraca! Zatacza pełne koło w 45 minut. Możemy zatem wygodnie usiąść przy stoliku, delektować się łakociami i podziwiać pełną panoramę morza i miasta.

Na wschody i zachody słońca Kołobrzeg zaprasza na molo. Tam pocujemy, że w tym mieście nic nie trzeba, a wszystko można. W idealnej harmonii z filozofią hygge.

10.06.1938 – W BELGII URODZIŁA SIĘ VIOLETTA VILLAS

## Królowa estrady

Naprawdę nazywała się Czesława Cieślak. Artystka, obdarzona przekraczającym cztery oktawy głosem, była fenomenem. Mając na względzie możliwość zagranicznej kariery, zmianę nazwiska miał doradzić jej Władysław Szpilman. – Powiedział: „Dziecko, nie przyzwyczajaj ludzi do Cieślak, bo nikt za granicą nie wypowie twojego nazwiska. Będą kaleczyć. Wybierz sobie pseudonim” – wspominał gwiazda. W tym roku, 27 listopada, na ekrany kin wejdzie film „Violetta Villas”, w którym w głównej roli zobaczymy Sandrę Drzymalską.



8.06.2012 – POLSKA  
ZREMISOWAŁA 1:1 Z GRECJĄ

## Dlaczego tylko remis?

Był to mecz rozpoczęcia mistrzostw Europy, rozegrany na Stadionie Narodowym w Warszawie. Jedyne goła dla Polski strzelił Robert Lewandowski (na zdj.). Kibice z pewnością zapamiętali z tego meczu Przemysław Tytonia, który obronił jedenastkę wykonywaną przez Giorgosa Karagounisa.

## W SKRÓCIE

**5.06.1981** – po trzydziestu latach nieobecności w Polsce do Warszawy przyleciał Czesław Miłosz.

**6.06.1980** – w Jarocinie rozpoczął się I Ogólnopolski Przegląd Muzyki Młodej Generacji.

**7.06.2008** – tego dnia wystartował kanał informacyjny Polsat News.

**8.06.1951** – w Krakowie urodziła się Olga Jackowska, znana jako Kora, wokalistka zespołu Maanam.

**9.06.1947** – w Bielsku-Białej urodził się Bohdan Smoleń, legenda polskiego kabaretu.

**10.06.1950** – w Poznaniu urodziła się Anna Szmeterling, znana jako Anna Jantar.

**11.06.1940** – okręt podwodny ORP „Orzeł” został oficjalnie uznany za utracony.

HOROSKOP Od 5 do 11 czerwca 2026



**Baran 21.3 – 20.4**

**MIŁOŚĆ** Twoje uczucia nabiorą intensywności. Wieczór sprzyja namiętym rozmowom. **PRACA** Szybka decyzja otworzy Ci nowe możliwości. Ktoś doceni Twoją odwagę i inicjatywę. **ZDROWIE** Organizm domaga się więcej ruchu. Krótki trening poprawi Ci humor.



**Byk 21.4 – 21.5**

**MIŁOŚĆ** Czułość i drobne gesty umocnią relację. Nie upieraj się przy swoim za wszelką cenę. **PRACA** To dobry moment na planowanie budżetu. Dokładność uchroni Cię przed stratą. **ZDROWIE** Zwróć uwagę na dietę i unikaj ciężkostrawnych potraw. Wypisuj się.



**Bliźnięta 22.5 – 21.6**

**MIŁOŚĆ** Rozmowa wyjaśni dawne nieporozumienie. Flirt w sieci może przerodzić się w realne spotkanie. **PRACA** Nowe informacje zmienią Twoje plany. Skoncentruj się na jednym projekcie. **ZDROWIE** Odpoczynek od mediów społecznościowych będzie wskazany.



**Rak 22.6 – 22.7**

**MIŁOŚĆ** Partner będzie potrzebował Twojego wsparcia. Nie zamykaj się w sobie. **PRACA** Raki czeka ważna rozmowa z przełożonym. Wrodzona intuicja podpowie właściwe rozwiązanie. **ZDROWIE** Relaks przy muzyce wyciszy emocje. Pamiętaj o regeneracji.



**Lew 23.7 – 23.8**

**MIŁOŚĆ** Twoja pewność siebie przyciągnie nowe osoby. W związku warto zaplanować wyjątkową randkę. **PRACA** Możesz stanąć na czele projektu. Kreatywność zapewni Ci uznanie. **ZDROWIE** Nadmiar obowiązków odbije się na Twojej kondycji. Znajdź czas na hobby.



**Panna 24.8 – 23.9**

**MIŁOŚĆ** Singielki mają szansę na głębszą znajomość, która zacznie się od przyjaźni. **PRACA** Uporządkuj dokumenty. Sumiennosc zostanie doceniona. Nie krytykuj zbyt ostro współpracowników. **ZDROWIE** W tym okresie Twoje ciało może być wrażliwsze na stres.



**Waga 24.9 – 23.10**

**MIŁOŚĆ** Harmonia w relacji wymaga kompromisu. Wagi muszą uważać na niezdecydowanie. **PRACA** Czekają Cię udane negocjacje. Współpraca będzie lepsza niż działanie w pojedynkę. **ZDROWIE** Odpoczynek psychiczny okaże się niezbędny. Zadbaj o nerki i nawodnienie.



**Skorpion 24.10 – 23.11**

**MIŁOŚĆ** Bliskość wzmacni więź z partnerem. Singielki mogą przeżyć fascynujące zauroczenie. **PRACA** Determinacja przyniesie konkretne efekty. Zachowaj dyskrecję w sprawach finansowych. **ZDROWIE** Zatrzaszcz się o detoks organizmu. Medytacja uspokoi myśli.



**Strzelec 24.11 – 22.12**

**MIŁOŚĆ** Wspólna podróż odświeży relację z ukochanym. Nie składaj obietnic bez pokrycia. **PRACA** Rozwój zawodowy nabierze tempa. Praktyczne szkolenie zwiększy Twoje kompetencje. **ZDROWIE** Aktywność na świeżym powietrzu poprawi wydolność płuc.



**Koziorożec 23.12 – 20.1**

**MIŁOŚĆ** Partner doceni Twoją lojalność. Rozmowa o przyszłości da Wam klarowność. **PRACA** Ambicja pomoże Ci osiągnąć cel. Bądź konsekwentna i zaplanuj kolejne etapy kariery. **ZDROWIE** Warto wprowadzić stałe godziny snu i krótkie przerwy w ciągu dnia.



**Wodnik 21.1 – 19.2**

**MIŁOŚĆ** Zaskoczysz drugą połowę nieszablonością podejściem. Szanuj cudzą niezależność. **PRACA** Innowacyjny pomysł spotka się z uznaniem szefostwa. Dopilnuj jednak spraw technicznych. **ZDROWIE** Ogranicz nadmiar bodźców. Spróbuj ćwiczeń relaksacyjnych.



**Ryby 20.2 – 20.3**

**MIŁOŚĆ** Romantyczny gest odmieni atmosferę w związku. Nie idealizuj nowo poznanej osoby. **PRACA** Twoja wyobraźnia pomoże rozwiązać problem. Unikaj chaosu w harmonogramie. **ZDROWIE** Pomyśl o suplementacji witamin. Kontakt z naturą przyniesie ukojenie.

Telefony głównych stacji telewizyjnych: TVP 1, TVP 2, TVP Info – 22 547 44 50, TVP Polonia – 22 387 54 21, Polsat – 22 514 52 50, TVN – 22 856 61 61, TV 4 – 22 715 92 50, TVN 7 – 22 856 61 61



Adres redakcji:  
ul. Motorowa 1,  
04-035 Warszawa,  
tel. 22 517-01-54

Redaktor naczelna: Marta Lubartowska Redaktor zarządzająca: Magdalena Adamcio Hub Rozrywka i TV: Red. zarządzająca: Anita Nawrocka Planner: Adam Piosik Koordynator: Dorota Skalska Redaktorzy: Andrzej Czapski, Bogumiła Deka, Ewa Gassen-Piekarska, Marzena Juraczkó, Joanna Kotakowska, Iwona Leonczuk, Paulina Miłuska, Hanna Miłkowska, Maciej Misiorny, Joanna Paszteleńska, Mirosław Piwowarek, Katarzyna Sobkowicz-Rusiecka Hub Poradniki: Red. zarządzająca: Monika Bobowska Hub Graficzny: Dyrektor: Robert Latek Lider: Mirosław Orzechowski Koordynator: Marcin Makarewicz Graficy: Edyta Ciuchta, Dominika Kraśnicka-Walinowicz, Sławomir Kozłowski, Agnieszka Glewicka, Małgorzata Porębska, Piotr Piórkowski Hub Fotoedycji: Lider: Agata Zasada Koordynatorzy: Emil Przygodzki, Magdalena Wojno Fotoedycje: Magdalena Dąbek-Makowska, Ludmiła Jeruchimowicz, Anna Jurczewska, Grzegorz Lech, Karolina Liżewska, Mi-rela Taflińska Sekretariat: Aleksandra Kominek Serwis TV: AKPA Polska Press Wydawnictwo Bauer Sp. z o.o., Sp. j. Zarząd: Prezes Zarządu: Tomasz Namysł Członkowie Zarządu: Andrzej Choynowski, Marek Lasota Director, Publishing Management/Dyrektor Pionu Wydawniczego: Marek Lasota Dyrektor produkcji: Piotr Orekło Publisher/Wydawca: Justyna Hałas Biuro Reklam: ul. Motorowa 1, 04-035 Warszawa Dyrektor Biura Reklam: Izabela Sarnecka Dyrektor Segmentu Pism Telewizyjnych: Aneta Rym-Gałka, Aneta.Rym@bauer.pl, www.bauer.pl/reklama/Kolportaż: Dyrektor ds. Dystrybucji i Obsługi Klienta Piotr Ludwicki Druk: Bauer Print Ciechanów Sp. z o.o., Sp. j.

Copyright: Wydawnictwo Bauer Sp. z o.o., Sp. j., Warszawa. Wydawnictwo jest członkiem Izby Wydawców Prasy. TeleTydzień jest objęty badaniami Polskich Badań Cytelnicza. Rozpowszechnianie wszelkich materiałów redakcyjnych bez zgody Wydawcy jest zabronione. Redakcja nie ponosi odpowiedzialności za treść reklam ogłoszeń w granicach wskazanych w ust. 2 art. 42 ustawy Prawo prasowe oraz za zmiany w programie telewizyjnym wprowadzone przez stacje po oddaniu pisma do druku. Wydawca ostrzega PT. Sprzedawców, że sprzedaje aktualnych i archiwalnych numerów czasopisma po innej cenie niż wydrukowana na okładce, jest działaniem na szkodę Wydawcy i skutkuje odpowiedzialnością sądową

Kongresowa w Pałacu Kultury	▼	Krzysztof ... reżyser	▼	sporządza ją kartograf	▼	... Thurman, „Kill Bill”	▼	typ nadwozia samochodu	imię Picassa	▼	kolumna tekstu	▼	hodowany w stawach	▼	wiedeński na parkiecie
▶	8			złącze spod palnika		choroba z wysypką	▶				pasiasty minerał	▶			
górną granicę		pieśń Dawida	▶					Kupidyn	▶			4	owalna figura		karambol
▶				2	znawca fauny i flory	powstaje po deszczu	▶	rzadkie imię męskie		filmowy Egon z gangu	Gregory ... „Biały kanion”	▶			
silny poryw wiatru na morzu		dryf	falszywa nuta		odezwa								kulka lodów		porcja rudy
króciutka sukienka	▶					rozpisana w scenariuszu	▶		1				gatunek wierzb	▶	
▶				karne przed bramką	▶			nad Słupią	▶						7
„... Agent” z Sandrą Bullock	ośmiu muzyków	▶			3	kotlet wołowy	▶			5			herb Daniłowiczów	▶	
▶				przy lasce dynamitu	▶			6	zwołana przez szefa	▶					

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

**Wpisz rozwiązanie**

tętno	▼	potocznie motocykl	▼	miara płynów	▼	„... Hail Mary”, film	▼	„... Ford, „Scigany”	▼	Kondratowa w Tatrach	dziecięcy wybryk, figiel	▼	impertynent	▼	milczek rzadko je otwiera	
dobrze jest go zachować	▶					Tom ... „Terminal”	▶					1	okienna półka		targowe stoisko	
„... Intrudera”	▶	3		przypomina elipsę	▶				ziemia-czany z patelni	zniżka ceny towaru	▶					
▶						gatunek muzyki	▶			maślane ciasto z dodatkami	▶				5	
monarchia, republika	główny zamiysł		teledysk	inaczej koteria		miejsce dostawy		„Król ...”, dramat	▶				6	bolesne baty		espresso
▶				jedno u cyklopa	▶				7	polski zespół rockowy	składnik ponczu	▶				
„... Douglas, „Pasja życia”		bób wodny	▶				4	laska góralska	▶							
▶			2	wśród spanieli	▶							syn Izaaka	▶			
klej dekarza		ma l.at. 84	▶					bufet wojskowy	▶							

1	2	3	4	5	6	7
---	---	---	---	---	---	---

**Wpisz rozwiązanie**

**CHWILA NA RELAKS**



# Zupełnie ODMIENIONY!

Ponad **200** nowych porad i inspiracji



## Nasze NOWOŚCI!

- 🌸 lekcja projektowania krok po kroku
- 🌸 lifehacki sprytnego ogrodnika
- 🌸 prawdy i mity z zakresu ogrodnictwa
- 🌸 testujemy i porównujemy dla Was

**EKSTRA!** Reportaż – z wizytą w ogrodzie naszych czytelników

Miesięcznik dostępny w dobrych punktach sprzedaży prasy!  
Do kupienia również w wersji cyfrowej i prenumeracie na [czytelnia.pl](http://czytelnia.pl)



# ZABIERZ GO W NOWE PRZYGODY!

**KAŻDY TWÓJ KROK BRZMI LEPIEJ.**



ZESKANUJ KOD  
ABY UZYSKAĆ  
WIĘCEJ  
INFORMACJI

